

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Паспорт программы | | **3** |
| Раздел №1. «Комплекс основных характеристик программы» | | **6** |
|  | 1.1. Пояснительная записка | **6** |
|  | 1.2. Цель и задачи программы | **10** |
|  | 1.3. Содержание программы | **11** |
|  | 1.4. Планируемые результаты | **19** |
| Раздел №2. «Комплекс организационно-педагогических условий» | | **21** |
|  | 2.1. Календарный учебный график | **21** |
|  | 2.2. Условия реализации программы | **24** |
|  | 2.3. Методические материалы | **25** |
|  | 2.4. Список литературы | **26** |

**ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование  дополнительной  образовательной  услуги | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-педагогической направленности «Основы безопасности жизнедеятельности» |
| основания для разработки программы | - Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в РФ»;  - Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении [Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам](https://docs.cntd.ru/document/351746582)»;  - Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;  - методические рекомендации от 20 марта 2020 г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;  - Постановление Правительства РФ от 18 сентября 2020 г. № 1490 «О лицензировании образовательной деятельности»  - Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»).  - Стратегия действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года. Утв. распоряжением Правительства РФ от 5 февр. 2016 г. № 164-р.  - локальными актами образовательной организации (ОГБУСО «ПГПВ имени З.А.Кудиновой в р.п.Языково»;  - Устав учреждения. |
| Организация исполнитель программы | Областное государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Пансионат для граждан пожилого возраста «Серебряный рассвет» имени З.А.Кудиновой в р.п.Языково» |
| Целевая группа | Граждане старшего поколения и «серебряные» волонтеры Ульяновской области |
| Составитель программы | Социальный педагог Голованова Галина Николаевна |
| Вид программы | Адаптированная |
| По форме организации | Комплексная |
| Направление деятельности | Социально-педагогическая |
| Цель программы | Основная цель учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» - дать слушателям первичные (начальные) теоретические знания о правилах личной безопасности, осознать необходимость соблюдения правил безопасности в быту, тем самым обеспечить хорошую подготовку слушателей «Серебряного» университета, функционирующих в условиях различного рода экстремальных ситуаций природного, экологического и социального характера. |
| Основные задачи программы | ***Задачи модуля.***  ***Образовательные:***   * Ознакомление обучающихся с основами безопасности жизнедеятельности. * Изучение основных понятий и реализации мер защиты человека и среды обитания от негативных воздействий. * Развитие навыков прогнозирования развития негативных воздействий и оценки последствий их действий.   ***Развивающие:***   * Развитие умения анализировать сложные экстремальные ситуации и находить оптимальные решения. * Развитие коммуникативных навыков и способности аргументировать свою точку зрения на основе полученных знаний. * Развитие способности оценивать последствия своих действий.   ***Воспитательные:***   * Воспитание таких качеств как: обязательность, чувство долга и ответственности, сознательного отношения к здоровью. * Формирование чувства ответственности за свои действия и решения с учетом полученных знаний. |
| Основные ожидаемые результаты реализации программы | По итогам освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы обучающиеся приобретают:  *Личностные результаты:*  – Личностные результаты, формируемые в ходе изучения ОБЖ, должны способствовать процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, развития внутренней позиции личности, патриотизма ;  – сформированность умений применять полученные знания на практике;  – способность использовать знания при оценке социальных явлений и процессов;  – навыки сотрудничества, толерантности и ведения диалога с другими людьми.  *Метапредметные результаты:*  – умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и  осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных  задач;  – умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с  прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать  их в соответствии с изменениями обстановки;  – умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности,  анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей  среды обитания и их влияние на деятельность человека;  – формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение  применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для  профессиональной ориентации.  *Предметные результаты:*  – получение новых знаний, их преобразованию и применению;  – понимание важности соблюдения ОБЖ;  – развитие навыков анализа экстремальных ситуаций; |
| Сроки реализации  программы | 10 дней (смена) |

**РАЗДЕЛ №1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»**

**1.1 Пояснительная записка.**

*Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа*

*социально-педагогической направленности «Основы безопасности жизнедеятельности».*

***Направленность (профиль) программы***

Реализация программы позволит обучающимся получить знания об основах безопасности, научиться анализировать ситуации и применять соответствующие знания. Кроме того, программа поможет сформировать уважительное отношение к окружающим, а также развить критическое мышление и способность оценивать последствия своих действий.

Данная программа имеет **социально-педагогическую направленность** и нацелена на то, чтобы обучающиеся получили знания об основах безопасности жизнедеятельности, научились анализировать ситуации и применять соответствующие знания на практике.

***Дополнительность программы:***

В рамках программы «Основы безопасности жизнедеятельности» ставятся и решаются задачи развития личностных качеств, таких как:

* Ответственность - умение принимать взвешенные решения и готовность отвечать за их последствия.
* Толерантность - уважение к правам и свободам других людей, независимо от их национальности, религии, социального статуса и т.д.
* Коммуникабельность - умение находить общий язык с окружающими, способность слушать и слышать других людей.
* Адаптивность - способность приспосабливаться к изменяющимся условиям жизни и работы.
* Самостоятельность - умение действовать без постоянного контроля со стороны, принимать решения и нести за них ответственность.
* Критическое мышление - способность анализировать информацию, оценивать ее достоверность и делать обоснованные выводы.
* Эмпатия - способность понимать и сопереживать чувствам других людей.

**Актуальность** программы обусловлена тем, что граждане пожилого возраста являются социально незащищенной категорий граждан, которые нуждаются в помощи.

В настоящее время перед пожилыми людьми возникает множество бытовых и жизненных трудностей, с которыми им самим порой трудно разобраться.

Кроме того, лицам пожилого возраста нужны дополнительные знания, чтобы не стать жертвами мошенников. Пожилые люди в силу возраста и состояния здоровья являются наиболее незащищенной группой населения: они становятся жертвами мошенников (в том числе - хищение жилья и денежных средств), не имеют достаточной информации о своих правах и обязанностях, не имеют достаточной возможности защищать свои права и получать достаточную информацию (из-за отсутствия родственников или иных близких людей, из-за отсутствия достаточных денежных средств), не знают кто и как может им помочь.

**Новизна** данной программы заключается в том, что учебный процесс построен по модульной системе. Программа имеет модульную структуру**:** состоит из 3 модулей и 18 тем,  которые охватывают весь минимум содержания.

**Инновационность программы** заключается в применении современных технологий и активных методов обучения. Программа «Основы безопасности жизнедеятельности» реализуется с применением электронного обучения.

**Адресат программы**. Возрастные и индивидуальные характеристики и

особенности граждан пожилого возраста.

Программа «Основы безопасности жизнедеятельности» предусматривает изучение возрастных и индивидуальных характеристик и особенностей граждан пожилого возраста в контексте социально-правового статуса и защиты их прав. В рамках курса рассматриваются следующие аспекты:

* формировать чувство ответственности за свои поступки и личное отношение к соблюдению и нарушению правил ОБЖ.
* способствовать овладению приемами элементарного практического взаимодействия с окружающими предметами, с помощью которых можно предотвратить стихию, бедствие.
* развивать способности к предвидению возможной опасности в конкретно меняющейся ситуации и построению адекватного безопасного поведения.
* сформировать навыки оказания первой доврачебной помощи при сердечном приступе, инсульте, инфаркте.

**Объем и срок освоения программы:**

* Программа включает в себя 3 модуля.
* Общий объем учебного времени по программе 3 модуля – 18 часов.
* Программа рассчитана на 1 учебную смену в соответствии с утвержденным расписанием.
* Программа цикличная в течении учебного года.

**Программа составлена на основе следующих нормативных документов:**

* Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в РФ»
* Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении [Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам](https://docs.cntd.ru/document/351746582)»
* Постановление Правительства РФ от 18 сентября 2020 г. № 1490 «О лицензировании образовательной деятельности»
* Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»).
* Стратегия действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года. Утв. распоряжением Правительства РФ от 5 февр. 2016 г. № 164-р.
* Устав учреждения.

**Режим занятий** (периодичность и продолжительность занятий.)

Занятия проходят 6 раз в течение смены по 1 академическому часу (продолжительность академического часа – 40 минут.)

**Уровень реализуемой программы** «Основы безопасности жизнедетельности» соответствует **стартовому уровню.**

Стартовый уровень программы предполагает минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

**Уровень освоения программы:**

Программа предполагает общекультурный уровень, направлена на удовлетворение познавательного интереса обучающихся, расширение их информированности в данных областях, обогащение навыками общения и приобретение умений совместной деятельности в освоении программы.

**Педагогическая целесообразность программы** объясняется формированием привычек и социальных установок, которые не противоречат требованиям правил безопасности. Важно, чтобы слушатели хорошо ориентировались в вопросах ОБЖ, умели пользоваться своим знаниями. Должна быть затронута набирающая популярность тема ЗОЖ и ее составляющие.

**Формы и режим занятий**.

Занятия могут проходить со всем коллективом, по подгруппам, индивидуально. Беседа, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами.

Реализация программы рассчитана на смену.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 модуль | 1 уровень (стартовый) | 6 часов | 1. Вводное занятие. Получение первичных навыков по ОБЖ. Соблюдение правил безопасности в быту.  2. Пожар в доме. Первая помощь при ожогах.  3. Сердечный приступ, инсульт, инфаркт. Первая доврачебная помощь.  4. Укусы животных. Первая помощь.  5. Правильное питание- залог здоровья.  6. Итоговое занятие. |
| 2 модуль | 1 уровень (стартовый) | 6 часов | 1. Вводное занятие. Правила безопасности на воде. Первая помощь пострадавшему. 2. Пищевое отравление. Меры профилактики.  3.Осторожно!Мошенники!  4. Правила поведения в общественных местах. Культура поведения.  5. Как не заблудиться в лесу!Алгоритм самопомощи. Экстремальные ситуации природного характера, Способы защиты. 6.Итоговое занятие. |
| 3 модуль | 1 уровень (стартовый) | 6 часов | 1.Вводное занятие. Пешеход. Пассажир. Правила дорожного движения. 2.Осторожно!Гололед!Правила безопасности.  3. Оказание первой помощи в различных ситуациях.  4.Терроризм-угроза обществу! 5.Стихийные бедствия природного характера.  6. Итоговое занятие. |

**Формы подведения итогов реализации программы** «Основы безопасности жизнедеятельности» для граждан пожилого возраста могут включать:

– Анализ результатов обучения и оценка уровня усвоения знаний и навыков (тестирование, опрос, наблюдение).

– Отзывы участников программы о качестве обучения и полезности полученных знаний (анкетирование, интервью).

– Мониторинг изменений в поведении, отношении и качестве жизни участников программы после прохождения обучения (наблюдение, интервью, анализ документов).

– Оценка эффективности программы с точки зрения достижения поставленных целей и задач (анализ статистических данных, сравнение показателей до и после обучения).

**1.2 Цель и задачи программы.**

**Основная цель:** Основная цель учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» - дать слушателям первичные (начальные) теоретические знания о правилах безопасного поведения в быту и социуме, тем самым обеспечить хорошую подготовку слушателей «Серебряного университета».

**Основные задачи:**

*Образовательные:*

* усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях.
* о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства.
* об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.
* о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

*Развивающие:*

* Развитие умения анализировать сложные чрезвычайные ситуации.
* Развитие коммуникативных навыков и способности аргументировать свою точку зрения.
* Развитие навыков критического мышления и умения отличать правильное от неправильного в контексте ОБЖ.
* Развитие способности оценивать последствия своих действий и решений с точки зрения ОБЖ.

*Воспитательные*:

* воспитание чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни.
* овладение умениями предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

**1.3 Содержание программы.**

*УЧЕБНЫЙ ПЛАН (1 модуль)*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
| Всего | Теория | Практика |
| Лекционная часть занятий: | | | | | |
| 1 | Вводное занятие. "Мой дом- моя крепость". Вводное занятие. Получение первичных навыков по ОБЖ. Соблюдение правил безопасности в быту. | 1 | 1 | 0 | Устный опрос |
| 2 | Пожар в доме. Первая помощь при ожогах. | 1 | 1 | 0 | Устный опрос |
| 3 | 3. Сердечный приступ, инсульт, инфаркт. Первая доврачебная помощь | 1 | 1 | 0 | Устный опрос |
| 4 | 4. Укусы животных. Первая помощь | 1 | 1 | 0 | устный опрос |
|  | | | | | |
| 5 | 5. Правильное питание- залог здоровья. | 1 | 0 | 1 | Устный опрос |
| 6 | 6. Итоговое занятие по пройденному материалу. | 1 | 0 | 1 | Устный опрос |
| **Итого:** | | 6 | 4 | 2 |  |

*УЧЕБНЫЙ ПЛАН (2 модуль)*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
| Всего | Теория | Практика |
| Лекционная часть занятий: | | | | | |
| 1 | 1. Вводное занятие. Правила безопасности на воде. Первая помощь пострадавшему. | 1 | 1 | 0 | Устный опрос |
| 2 | 2. Пищевое отравление. Меры профилактики. | 1 | 1 | 0 | Устный опрос |
| 3 | 3.Осторожно!Мошенники! | 1 | 1 | 0 | Устный опрос |
| 4 | 4. Правила поведения в общественных местах. Культура поведения. | 1 | 1 | 0 | устный опрос |
|  | | | | | |
| 5 | 5. Как не заблудиться в лесу! Алгоритм самопомощи. Экстремальные ситуации природного характера, способы защиты. | 1 | 0 | 1 | Устный опрос |
| 6 | 6.Итоговое занятие. | 1 | 0 | 1 | Устный опрос |
| **Итого:** | | 6 | 4 | 2 |  |

*УЧЕБНЫЙ ПЛАН (3 модуль)*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
| Всего | Теория | Практика |
| Лекционная часть занятий: | | | | | |
| 1 | 1.Вводное занятие. Пешеход. Пассажир. Правила дорожного движения. | 1 | 1 | 0 | Устный опрос |
| 2 | 2.Осторожно!Гололед!Правила безопасности. | 1 | 1 | 0 | Устный опрос |
| 3 | 3. Оказание первой помощи в различных ситуациях. | 1 | 1 | 0 | Устный опрос |
| 4 | 4.Терроризм-угроза обществу! | 1 | 1 | 0 | устный опрос |
|  | | | | | |
| 5 | 5.Стихийные бедствия природного характера. | 1 | 0 | 1 | Устный опрос |
| 6 | 6.Итоговое занятие. | 1 | 0 | 1 | Устный опрос |
| **Итого:** | | 6 | 4 | 2 |  |

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА.**

**ПЕРВЫЙ МОДУЛЬ**

*Тема №1. “Мой дом- моя крепость”.*

*Орг. момент.*

*Чтобы узнать тему нашего занятия, отгадаем загадку. (буквы собираем в поговорку)*

*“Мой дом- моя крепость”.*

Опасные ситуации, которые случаются дома (в квартире)

взрыв газа (утечка газа, не выключенная плита)

затопление (неисправный водопровод или включенная в сеть и оставленная без присмотра стиральная машина)

нарушение правил безопасности при пользовании электроприборами и электрооборудыванием.

Электрический ток.

Большую опасность для жизни человека несет электрический ток. Электротравмы являются распространенными угрозами для человека, которые существуют не только на производстве, но и в бытовой сфере. При электроударах смерть пострадавшего чаще всего наступает в результате фибрилляции желудочков сердца, которая более вероятна под воздействием переменного тока. Кроме того переменный ток в электросети более опасен из-за маленького сопротивления тела человека. Безопасным считается переменный ток силой до 10 миллиампер. Смертельно опасной величиной электрического переменного тока является значение 90-100 миллиампер.

*Тема №2. “ Пожар в доме. Первая помощь при ожогах”.*

Орг. момент.

В первую минуту пожар можно потушить самостоятельно, далее приходится вызывать специалистов звоня по телефону 112.

Часто люди гибнут не от огня, а от дыма и от угарного газа.

Причины: - детские игры.

оставленные без присмотра электроприборы.

хранение горючих материалов.

Желательно в доме иметь огнетушитель.

Помните: - обязательно защитите органы дыхания от дыма.

почувствовав запах дыма нужно покинуть помещение.

не пользуйтесь лифтом.

плотно закройте окна и форточки.

если дверь нагревается, полейте ее водой.

Ожоги.

I степень: повреждается только внешний слой кожи. Проявляется покраснением кожи, болью, припухлостью в месте воздействия.

II степень: происходит повреждение внешнего слоя кожи. Краснеет, появляется отек тканей и сильная боль в области покраснения.

III степень: характеризуется глубокими отеками. Повреждаются все слои кожи, формируются пузыри.

IV степень: характеризуется полным разрушением кожи, мышц и сухожилий. Образуется плотный струп темно-коричневого цвета и участки обугливания.

*Тема №3. Сердечный приступ. Первая доврачебная помощь.*

Орг. момент.

Характерные признаки инсульта, инфаркта

Боли в грудной клетке более 5 минту, могут быть в области левого плеча, шеи,рук.

Нехватка воздуха, одышка, слабость, холодный пот, тошнота.

Алгоритм неотложных действий при сердечном приступе.

Если боль не проходит в течении 5 минут это опасно для жизни. Вызываем скорую 103, 112. Принять 0,25г аспирина.

Инсульт. Первые признаки:

односторонний паралич руки или ноги.

перекошенное лицо.

нарушение речи.

судороги.

Первая помощь:

Уложите больного на спину или на бок.

Обеспечьте условия для хорошего доступа кислорода.

Организуйте транспортировку в больницу. Важно в первые 4 часа.

Вероятность смерти от сердечного приступа можно существенно снизить, если больной будет действовать согласно рекомендациям. В течении первого часа умирает около 50% от всех умирающих от сердечного приступа.

Больному с сердечным приступом категорически запрещается вставать, ходить, курить и принимать пищу до особого разрешения врача.

*Тема №4. “Укусы животных, змей и насекомых. Первая помощь”*

Орг. момент.

Укусы животных вызывают повреждения целостности кожи. Алгоритм действий:

Промыть рану мыльным раствором.

Нанести антибактериальную мазь вокруг раны.

Закрыть рану сухой повязкой.

Укус змеи:

Вызвать срочно скорую помощь.

Промыть место укуса мыльной водой.

Наложить чистую повязку на рану.

Не накладывать жгут.

Не давать лекарства.

Больше пить.

Укус насекомых.

Приложить холод.

Нанести противоаллергическую мазь.

При аллергической реакции принять противоаллергическое средство.

*Тема №5. “Правильное питание- залог здоровья”.*

Орг. момент. Что вы кушаете на завтрак?

Что нельзя есть на завтрак и натощак!

Утро- самая прекрасная пора всего дня, ты пробуждаешься с новыми силами. Чтобы день прошел успешно, начни его с правильного завтрака.

Завтракать нужно обязательно!

Что нельзя есть натощак:

Цитрусовые. Перед тем, как есть цитрусовые и пить соки, съешь тарелочку овсяной каши.

Бананы. Съеденный натощак банан может нарушить кальциево-магниевый баланс.

Сырые овощи.

Кисломолочные продукты.

Холодные напитки.

Сладости и выпечка.

Кофе натощак. Вредно!

Острые продукты( перец, чеснок, лук)

Питайтесь правильно и твое самочувствие вас удивит.

Вредные пищевые добавки!

Вредные пищевые добавки. Какие ешки опасны?

Запомните вредные Е.

Е-121- краситель, Е-240 - формальдегид, Е-173- порошковый алюминий.

Безвредные Е.

Е-163, Е-450, Е-338.

Запомните! Букава “Е”- это Европа, а цифровой код- характеристика пищевой добавки к продукту.

*Тема №6.* Итоговое занятие по пройденному *материалу. Квест.*

**Второй модуль.**

*Тема №1.*  *Вводное занятие. Правила безопасности на воде. Первая помощь пострадавшему.*

1. Орг. момент.

2. 1) Помощь пострадавшим на водных объектах.

-Поднять со спины, взять за волосы или подмышки и плыть к берегу.

-Проверить наличие дыхания. Пульс.

-Просмотр фильма.

- Начать реанимационные мероприятия.

- Очистить полость рта от грязи.

- Приступить к проведению искусственной вентиляции легких.

*Тема №2. Пищевое отравление. Меры профилактики.*

1. Орг. момент.

Пищевое отравление- заболевание, возникающее в результате

употребления в пищу некачественных продуктов питание. Общими

симптомами пищевого отравления являются:

- боли в животе.

- диарея.

- повышенная температура тела.

- общая интоксикация.

- обезвоживание организма.

Пищевые отравления бывают инфекционного и неинфекционного

характера.

Самые опасные продукты с точки зрения развития пищевых отравлений:

- сырые яйца и молочная продукция.

- торты и пирожные.

- мясные и скоропортящиеся продукты.

- продукты с поврежденной упаковкой.

Клинические симптомы проявляются через 2-3 часа после приема пищи.

Вызов скорой помощи-112.

До приезда скорой:

- промывание желудка слабым раствором соды.

- прием энтеросорбента.

- покой.

Важно! Не принимать обезболивающие, противорвотные и

противодиарейные препараты.

*Тема №3. “ Осторожно, мошенники!”*

1. Орг. момент.

2. Бесплатный сыр только в мышеловке.

Все чаще люди становятся жертвами мошенничества. Ежедневно в мире

изобретается множественные и самые изощренные способы, как лишить

кого- либо денег, а затем эти “изобретения” воплощаются в жизнь.

Как защитить себя от мошенничества?

- Защитите личную информацию.

- Не сообщайте информацию о себе либо о своем финансовом

положении.

- Будьте бдительны- мошенники знают, как втереться в доверие к

любому человеку.

- Не пускайте незнакомых людей в квартиру.

- Не верьте, если вам позвонили и сказали, что кто-то попал в

неприятную ситуацию.

- Сторонитесь приветливых и болтливых незнакомцев.

- Не забывайте о существовании воров в общественном транспорте.

- Покупая товары в интернет-магазинах обратите внимание на данные

продавца. Оставьте отрицательный отзыв о товаре на форуме ждите.

Если комментарий проигнорируют , нужно делать соответствующий

вывод.

Новые виды мошенничества

Мошенничество — хищение чужого имущества или приобретение права

на чужое имущество путём обмана или злоупотребления доверием. Лицо,

занимающееся этим, называется мошенником или мошенницей. При этом

под обманом понимается как сознательное искажение истины (активный

обман), так и умолчание об истине (пассивный обман).

Современные виды мошенничества

3. Несчастный случай с близкими родственниками (знакомыми). ...

4. Розыгрыш призов (это может быть, как предмет, так и услуга). ...

5. SMS-просьба. ...

6. Платный код. ...

7. Штрафные санкции оператора. ...

8. Ошибочный перевод средств. ...

9. «Вас атаковали хакеры». ...

10. СМС или звонок из банка о блокировке карты.

11.Просмотр видеофильма.

*Тема №4. Правила поведения в общественных местах. Культура поведения.*

1. Орг. момент.

2. Общественные места( улицы, площади, парки, стадионы, транспорт), подъезды, остановки, торговые центры). Ст. 12 Фед. закона от 23.02.2013 №15-ФЗ "Об охране здоровья гражданот воздействия окружающего табачного дыма, полседствия потребления табака."

- Вежливое общение с окружающими.

- Соблюдение дисциплины.

- Отключение телефона.

- Помощь людям с ограниченными возможностями.

*Тема №5. Как не заблудиться в лесу! Алгоритм самопомощи. Экстремальные ситуации природного характера, способы защиты.*

1. Орг. момент.

Алгоритм действий.

- Проанализируйте ситуацию, перед выходом в лес предупредите родственников.

- Не пытайтесь идти быстро, слушайте звуки.

- Найдите место для ночлега, оборудуйте временное убежище.

- Разведите костер, оставляйте метки и записки.

- Старайтесь не уходить далеко от знакомого маршрута.

- Если есть возможность, свяжитесь со специалистами 112.

*Тема №6. Итоговое занятие.*

Тестирование в виде викторины.

**Третий модуль.**

*Тема №1. Вводное занятие. Пешеход. Пассажир. Правила дорожного движения.*

1. Орг. момент.

2. Пешеходы должны двигаться по тротуару, пешеходной дорожке или

по обочине.

При движении по краю проезжей части или обочине должны идти

навстречу движущемуся транспорту.

В темное время суток, если дорога не освещена, пешеходы должны

быть одеты в светоотражающий жилет.

Пешеходы должны пересекать проезжую часть по пешеходным

переходам.

3. Пассажиры. Посадка и высадка пассажиров разрешается только

после остановки транспортного средства.

Пассажиры, сидящие на местах, во время движения обязаны быть

пристегнуты ремнями.

Пассажирам запрещается:

- во время движения мешать водителю или отвлекать его

внимание.

- открывать дверь транспортного средства.

- покидать посадочное место без приглашения, если

транспортное средство остановлено по требованию.

Просмотр видеоролика.

*Тема №2. Осторожно!Гололед!Правила безопасности.*

1. Орг. момент.

- Передвигаться в гололед нужно осторожно, ступая на всю стопу.

- Ноги при ходьбе слегка расслабить, руки свободны.

- Если вы подскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения.

- Сгруппируйтесь, чтобы исключить падения навзничь, в момент касанияземли перекатиться, чтобы смягчить удар.

2. Просмотр видеоролика.

3. Итоги.

*Тема №3.Оказание первой помощи в различных ситуациях.*

1. Орг. момент.

2. Алгоритм оказания первой помощи. Навыки оказания первой помощи при кровотечениях, переломах. Отравлении, обморожении, солнечном ударе.

3. Просмотр видеофильма.

4. Итоги.

*Тема №4. Терроризм- угроза обществу.*

1. Орг. момент.

2. Террор- страх, ужас в переводе с латинского.

- История террора. Виды террора. Ваша внимательность- ваша

безопасность.

- Как себя вести, если вы оказались в заложниках.

Помните! Ваша цель остаться в живых. Спец. службы обязательно вам

помогут. Во время операции по освобождению лежите на полу лицом

вниз, не двигайтесь. Если есть возможность держитесь подальше от

дверей и окон. Если вам стало известно о теракте сообщите

незамедлительно сотрудникам полиции.

*Тема №5.Стихийные бедствия природного характера.*

1. Орг. момент.

2. Стихийоные бедствия- это бедствие, вызванное природным явлением, носящее чрезвычайный характер и приводящее к нарушению нормальной деятельности населения, гибели людей, разрушению и уничтожению материальных ценностей.(Землетрясение, извержение вулканов, оползни, сели, обвалы, лавины, бури, ураганы, смерчи, снегопад, мороз, жара).

3. Просмотр видеоролика

4. Подведение итога.

*Тема №6. Итоговое занятие.*

Подведение итогов. Тестирование.

**1.4. Планируемые результаты.**

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам.

В результате обучения слушатель должен знать и понимать:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения ;

- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;

- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех

ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей

среде

**-** формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения,

потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять

правила безопасности жизнедеятельности.

***Обучающие результаты:***

– Приобретение знаний и навыков в области ОБЖ.

– Развитие логического мышления и аналитических способностей.

– Улучшение коммуникации и взаимодействия с другими людьми.

– Формирование критического мышления и умения принимать решения.

***Предметные результаты:***

– умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки.

– овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности.

***Личностные результаты:***

– принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя.

– бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь.

**РАЗДЕЛ №2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»**

**2.1. Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ модуля** | **№ занятия** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Форма занятия** | **Форма котроля** | **Дата планируемая (число, месяц)** | **Дата фактическая (число, месяц)** | **Причина изменения даты** |
| 1 | 1 | Вводное занятие. "Мой дом- моя крепость". Вводное занятие. Получение первичных навыков по ОБЖ. Соблюдение правил безопасности в быту. | 1 | комплексное | устный опрос |  |  |  |
|  | 2 | Пожар в доме. Первая помощь при ожогах. | 1 | комплексное | устный опрос |  |  |  |
| 3 | Сердечный приступ, инсульт, инфаркт. Первая доврачебная помощь | 1 | комплексное | устный опрос |  |  |  |
| 4 | Укусы животных. Первая помощь | 1 | комплексное | устный опрос |  |  |  |
| 5 | Правильное питание- залог здоровья. | 1 | комплексное | практическое  задание |  |  |  |
| 6 | - Итоговое занятие по пройденному материалу. | 1 | комплексное | практическое  задание |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ модуля** | **№ занятия** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Форма занятия** | **Форма котроля** | **Дата планируемая (число, месяц)** | **Дата фактическая (число, месяц)** | **Причина изменения даты** |
| 2 | 1 | Вводное занятие. Правила безопасности на воде. Первая помощь пострадавшему. | 1 | комплексное | устный опрос |  |  |  |
| 2 | Пищевое отравление. Меры профилактики. | 1 | комплексное | устный опрос |  |  |  |
| 3 | Осторожно!Мошенники! | 1 | комплексное | устный опрос |  |  |  |
| 4 | Правила поведения в общественных местах. Культура поведения. | 1 | комплексное | устный опрос |  |  |  |
| 5 | Как не заблудиться в лесу! Алгоритм самопомощи. Экстремальные ситуации природного характера, способы защиты. | 1 | комплексное | практическое  задание |  |  |  |
| 6 | - Итоговое занятие по пройденному материалу. | 1 | комплексное | практическое  задание |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ модуля** | **№ занятия** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Форма занятия** | **Форма котроля** | **Дата планируемая (число, месяц)** | **Дата фактическая (число, месяц)** | **Причина изменения даты** |
| 3 | 1 | Вводное занятие. Пешеход. Пассажир. Правила дорожного движения. | 1 | комплексное | устный опрос |  |  |  |
| 2 | Осторожно!Гололед!Правила безопасности. | 1 | комплексное | устный опрос |  |  |  |
| 3 | Оказание первой помощи в различных ситуациях. | 1 | комплексное | устный опрос |  |  |  |
| 4 | 4.Терроризм-угроза обществу! | 1 | комплексное | устный опрос |  |  |  |
| 5 | 5.Стихийные бедствия природного характера. | 1 | комплексное | практическое  задание |  |  |  |
| 6 | - Итоговое занятие по пройденному материалу. | 1 | комплексное | практическое  задание |  |  |  |

**2.2 Условия реализации программы**

Для работы по программе необходимо:

1. Помещение (кабинет).

2. Качественное электроосвещение в соответствии с нормами СанПиН

***Материально-техническое оснащение***

Освоение дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

- Мультимедийная аудитория.

Вместимость не более 25 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов.

Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации и другие виды аудиторной нагрузки слушателей в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет.

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

* посадочных мест по количеству обучающихся;
* рабочее место преподавателя;
* комплект учебно-наглядных пособий: схемоматериалы, задачники.
* Технические средства обучения:
* компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиапроектор, телеэкран.

***Информационное обеспечение:***

1. Наглядные пособия.

2. Памятки по темам.

3. Методические разработки занятий.

4. Познавательные и развивающие игры.

***Кадровое обеспечение:*** социальный педагог Голованова Галина Николаевна

**2.3 Методические материалы.**

*Методы, в основе которых лежит способ организации занятия.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Словесные | Наглядные | Практические | Игровой |
| беседа,  объяснение, устное  изложение | Показ  видеоматериалов по  темам | Выполнение по  образцу | сюжетно–  ролевые, дидактические и интеллектуальные  игры |

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности обучающихся

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Объяснительно-иллюстративный | Репродуктивный | Частично-поисковый |
| Обучающиеся воспринимают и  усваивают готовую информацию | Обучающиеся воспроизводят  полученные знания и  освоенные способы  деятельности | Участие обучающихся в  коллективном поиске,  решение поставленной  задачи совместно с педагогом |

***Тип занятия***: комбинированный, теоретический, практический, диагностический, контрольный.

***Формы проведения занятий:***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| беседа | занятие -игра | практическое занятие |
| игровая программа | | |

***Формы организации учебного занятия:*** - беседа, игра, мастер-класс, практическое занятие, презентация.

***Педагогические технологии:***

* Технология развивающего обучения
* Коммуникативные образовательные технологии (диспут, дискуссии, и т. д.)

***Формы подведения итогов:***

* Для определения фактического образовательного уровня слушателей используются следующие формы:
* - Устный опрос, тестирование, собеседования

**2.4 Список литературы.**

**I. *Основная литература:***

1. *Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / Под ред. Л.А. Михайлова. - 2-е изд. - СПб.: Питер, 2008. - 462 с.: ил. - (Учебник для вузов).*

2. *Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко и др. - 5-е изд., стер. - М.: Изд. центр «Академия» 2006. - 176 с.*

3. Бондаренко, И. Н. В интересах пожилых людей.//Работник социальной службы. - М.:2007, №1-С.43.

4. *Вульф, Л. С. Одиночество пожилых людей // Социальное обеспеченье 2008г, № 5 - С 28.*

***5.*** *Яновский, Г. Д. Современный проблемы качества жизни пожилых граждан России // Успехи геронтологии. - 2008. Выпуск 17. - С. 59-71.*

***II. Дополнительная литература:***

*1. Актуальные проблемы социальной работы: сборник статей и практические рекомендации/Под ред. О. И.Бородкиной; И. А.Григорьевой. - СПб.: СКИФИЯ, 2005.-320с.*

*2. Дементьева, Н. Ф.Роль и место социальных работников в обслуживании инвалидов и пожилых людей. / Дементьева, Н. Ф., Устинова. Э. В. - М.: Знание, 2005. - 65 с.*

*3. Козлова, Т. В. Социальное время пенсионера; этапы самореализации личности. - М.: 2003. - 236 с.*

*4. Социальное обслуживание пожилых людей и инвалидов на селе: инновационные формы и методы/отв.ред. И. Н.Бондаренко, А. Н.Дашкина. - М.: 2008. - 169 с.*

*5. Фирсов, М. В. Психология социальной работы./ Фирсов, М. В., Шапиро, Б. Ю. - М.: 2002. - 398 с.*

*6. Холостова, Е. И. Пожилой человек в обществе. Часть 1. - М.:СТИ, 2009. - 237 с.*

*7. Шапиро, В. Д. Человек на пенсии (социальные проблемы и образ жизни). - М.: Наука,2009. - 348 с.*

*8. Щукина, Н. П. Самопомощь и взаимопомощь граждан старшего возраста. - М.: 2003. - 198 с.*

**III. *Интернет-ресурсы:***

*1.* [*https://youtu.be/X9CEayAbiTk*](https://youtu.be/X9CEayAbiTk)

*2.* [*https://youtu.be/it4EdZstHtQ*](https://youtu.be/it4EdZstHtQ)

*3.* [*https://youtu.be/AJh5ilcq24I*](https://youtu.be/AJh5ilcq24I)

*4.* [*https://youtu.be/OV1Bd0so6rE*](https://youtu.be/OV1Bd0so6rE)

*5.https://www.youtube.com/watch?v=hq1rsm2P8Hc&feature=emb\_logo*