

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Новосибирской области

Администрация Новосибирского района Новосибирской области

МАОУ "Марусинская школа № 24"

РАССМОТРЕНА

[Укажите должность]

СОГЛАСОВАНА

[Укажите должность]

УТВЕРЖДЕНА

[Укажите должность]

[укажите ФИО]
[Приказ №1] от «[число]»
[месяц] [год] г.

[укажите ФИО]
[Приказ №1] от «[число]»
[месяц] [год] г.

[укажите ФИО]
[Приказ №1] от «[число]»
[месяц] [год] г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 10235792)

Безопасный мир

для обучающихся 1-4 классов

с. Марусино, 2026 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "БЕЗОПАСНЫЙ МИР"

Направленность: Социальная. **Возраст обучающихся:** 7–10 лет (1–4 классы). **Срок реализации:** 1 год (34 часа, из расчета 1 час в неделю).

Актуальность: Программа направлена на формирование у младших школьников навыков личной безопасности в условиях современной городской среды, цифровой реальности и бытовых ситуаций. Особое внимание уделяется профилактике правонарушений, правилам дорожного движения и финансовой грамотности.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "БЕЗОПАСНЫЙ МИР"

Цель: Создание условий для формирования у обучающихся устойчивых навыков безопасного поведения, правовой культуры и ответственного отношения к собственной жизни и здоровью окружающих.

Задачи:

1. **Образовательные:** Сформировать систему знаний о правилах безопасного поведения дома, на улице, в природе и сети Интернет.
2. **Развивающие:** Развивать наблюдательность, умение прогнозировать последствия своих действий и принимать быстрые решения.
3. **Воспитательные:** Воспитывать законопослушность, чувство коллективизма и готовность прийти на помощь

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "БЕЗОПАСНЫЙ МИР" В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Курс внеурочной деятельности «Безопасный мир» относится к **инвариантной (обязательной) части** учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений.

1. Курс разработан во исполнение Стратегии развития воспитания в РФ и ФГОС НОО, где закреплена обязанность школы по формированию навыков личной безопасности обучающихся.
2. Занятия проводятся во второй половине дня (после основных уроков), не нарушая расписание урочной деятельности.

Интеграция с учебными предметами

Курс носит метапредметный характер и дополняет содержание следующих предметов:

- **Окружающий мир:** темы ПДД, правила поведения на природе, основы медицинских знаний.
- **Литературное чтение:** анализ поступков героев сказок с точки зрения безопасности.
- **Математика:** решение задач на расчет времени маршрута, стоимости покупок.
- **Изобразительное искусство и Технология:** создание плакатов по безопасности, знаков дорожного движения.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "БЕЗОПАСНЫЙ МИР"

Курс может быть реализован следующими способами (на выбор администрации):

Как отдельный курс: 1 час в неделю (всего 34 часа в год).

В составе модуля «Функциональная грамотность»: выделение часов внутри общеразвивающего курса.

Интенсивами: проведение тематических недель («Неделя безопасности», «Внимание — дети!») перед каникулами.

Ожидаемые результаты освоения (по уровням)

Уровень	Результат
Личностные	Сформированность ценности человеческой жизни; отрицательное отношение к вредным привычкам и противоправному поведению.
Метапредметные	Умение предвидеть опасность; умение работать в команде при эвакуации; навыки поиска информации о безопасности в справочниках.
Предметные	Знание номеров экстренных служб (112); знание сигналов светофора; умение набрать номер службы спасения; знание правил перехода улицы.

Рекомендуемый объем нагрузки: Занятия рекомендуется проводить в игровой форме, чередуя теорию с практикой (тренингами, экскурсиями, просмотром обучающих мультфильмов из серии «Азбука безопасности»). Оптимальная продолжительность занятия в 1–2 классах — 35 минут, в 3–4 классах — 40–45 минут.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "БЕЗОПАСНЫЙ МИР"

1 КЛАСС

Курс для первоклассников адаптирован с учетом психофизиологических особенностей детей 6–7 лет. Основной упор делается на наглядно-образное мышление, игровые механики и формирование базовых привычек.

Раздел I. «Здравствуй, школа! Я — пешеход» (10 часов)

Формирование навыков ориентирования в школьном пространстве и правил поведения на улице.

1. **«Путешествие в страну Светофорию».**
 - Знакомство со светофором: сигналы для машин и пешеходов.
 - Игра «Красный, желтый, зеленый».
2. **«Волшебный островок безопасности».**
 - Что такое «зебра»? Правила перехода дороги по нерегулируемому переходу.
 - Практикум: рисуем безопасный маршрут от дома до школы.
3. **«Послушный руль и быстрые колеса».**
 - Где можно кататься на самокате, велосипеде, роликах?
 - Защита обязательна: шлем и наколенники.
4. **«Мы — пассажиры».**
 - Как правильно заходить в автобус/троллейбус.
 - Почему нельзя отвлекать водителя?
5. **«Мой друг — фликер (светоотражатель)».**
 - Зачем нужны "светлячки" на одежде в темноте.
 - Творческая мастерская: изготовление брелоков-светоотражателей.
6. **Экскурсия-практикум:** «Безопасная дорога к школе» (*Приложение: Схема маршрута*).

Раздел II. «Один дома и во дворе» (8 часов)

Правила личной безопасности при контакте с посторонними и бытовыми приборами.

7. **«Свой — чужой».**
 - Кто такой «опасный незнакомец»?
 - Правило «Никогда не открывай дверь чужим», даже если голос кажется добрым.
8. **«Телефонный разговор».**
 - Что говорить, если звонит незнакомец? (Алгоритм: спросить имя родителя, сказать «папа спит, перезвоните позже», позвонить маме).
9. **«Осторожно, горячо!»**
 - Опасности кухни: плита, кипятилок, ножи.
 - Электричество: почему нельзя трогать розетки и провода мокрыми руками.
10. **«Если кто-то стучит или дым из окна...»**
 - Алгоритм действий при пожаре: не прятаться, ползти к выходу, звать на помощь.
 - Звонок 101 и 112.

11. **«Опасные предметы дома».**

- Лекарства, бытовая химия, инструменты папы. Почему их нельзя брать без спроса?

12. **Игра-тренинг: «Разговор с незнакомцем у подъезда».**

Раздел III. «Азбука здоровья» (8 часов)

Основы гигиены и защиты организма.

13. **«Микробы — невидимки».**

- Когда нужно мыть руки? Носовой платок и салфетки.

14. **«Витамины с грядки».**

- Полезные и вредные продукты.
- Почему нельзя есть снег и сосульки?

15. **«Мои верные друзья — мыло и зубная щетка».**

- Режим дня первоклассника.

16. **«Озорные ладошки».**

- Игры на развитие мелкой моторики как профилактика травм рук.

17. **«Береги глаз как алмаз».**

- Гимнастика для глаз. Чтение только при хорошем свете.

18. **Практикум: «Первая помощь другу» (если разбил коленку). Зеленка, пластырь, лед.**

Раздел IV. «Мир природы вокруг нас» (6 часов)

Безопасность на прогулках и даче.

19. **«Грибы и ягоды: съедобное — несъедобное».**

- Картинки ядовитых растений региона (волчье лыко, вороний глаз).

20. **«Встречи в лесу».**

- Как вести себя при встрече с собакой, змеей или пчелами.
- Не шуметь в лесу, правила разведения костров (только со взрослыми).

21. **«Водичка, водица...».**

- Правила поведения у водоемов весной (ледоход) и летом.
- Можно ли плавать без взрослых?

22. **Игровая программа: «Юные спасатели МЧС».**

2 КЛАСС

Курс для второклассников усложняется: добавляется блок правовой грамотности, углубляются знания ПДД и вводятся элементы финансовой грамотности.

Раздел I. «Азбука города и дороги» (12 часов)

Расширение знаний правил дорожного движения.

1. **«Дорога — не место для игр».**

- Повторение элементов дороги (проезжая часть, тротуар, обочина).
- Где можно играть? (Двор, стадион, парк). Почему проезжая часть опасна даже во дворе?

2. **«Места-ловушки».**

- Арки домов, стоящие автомобили, сугробы зимой. Как их обходить?
- Опасность выхода из-за препятствия.

3. **«Пассажир на пять с плюсом».**

- Правила поведения в школьном автобусе и общественном транспорте.
- Уступаем места старшим.

4. **«Велосипедист, соблюдай правила!»**

- Сигналы велосипедиста (рукой).
- Где разрешено кататься детям до 14 лет?

5. **«Свет мой, зеркальце, скажи...» (Безопасность пешехода ночью).**

- Использование световозвращателей (фликеров) на одежде и рюкзаках.

6. **Практикум: «Регулировщик».**

- Изучение основных жестов регулировщика (подручные средства — жезл/палочка).
7. **Проектная работа:** Создание макета «Безопасный перекресток нашего района» (Приложение № 1).

Раздел II. «Домашний очаг без тревог» (8 часов)

Углубленное изучение пожарной безопасности и бытовой химии.

8. **«Огонь ошибок не прощает».**
- Причины пожаров (игры со спичками, неисправная проводка, утечка газа).
 - Чем можно тушить пожар, а чем нельзя (вода vs электричество).
9. **«План эвакуации».**
- Алгоритм действий при срабатывании пожарной сигнализации.
 - Правило лифта: почему лифтом пользоваться нельзя.
10. **«Химическая лаборатория дома».**
- Осторожно: уксус, моющие средства, аэрозоли.
 - Маркировка опасных веществ (значки на этикетках).
11. **«Острые грани быта».**
- Ножницы, иголки, ножи. Как передавать острые предметы.
12. **«SOS по правилам».**
- Отработка вызова экстренных служб (101, 102, 103, 112).
 - Что сказать диспетчеру, если родителей нет рядом?

Раздел III. «Информационная крепость» (8 часов)

Первые шаги в цифровой гигиене.

13. **«Мой пароль — моя крепость».**
- Зачем нужен пароль? Простые и сложные пароли.
 - Никому не сообщать свои данные от аккаунтов.
14. **«Гостья из Интернета».**
- Кто такие интернет-тролли и мошенники.
 - Если тебе пишут обидные слова (кибербуллинг): алгоритм «Стоп — Блок — Взрослый».
15. **«Правда или ложь?» (Фейковые новости).**
- Как отличить настоящую новость от выдумки.
 - Не пересылать сообщения-пугалки («Перешли это 10 друзьям...»).
16. **«Цифровой след».**
- Всё, что попало в Интернет, остается там навсегда.
 - Можно ли выкладывать фото билетов, документов или квартиры?
17. **Встреча с инспектором ПДН / Волонтером киберполиции.**
- Лекция о правилах общения в чатах онлайн-игр.

Раздел IV. «Здоровье и финансы» (6 часов)

18. **«Копилка умного школьника».**
- Карманные деньги: как распределять траты.
 - Копим на мечту: цель и план.
19. **«Деньги любят счет».**
- Банковская карта: магнитная полоса и чип. PIN-код — секрет всей семьи.
 - Что делать, если потерял карту? (Сказать родителям сразу!).
20. **«Купил — значит съел?».**
- Читаем состав продуктов (срок годности, Е-добавки).
 - Чипсы и газировка — еда для праздника, а не каждый день.
21. **Первая помощь при укусах.**
- Комары, осы, клещи (актуально для РФ).
 - Что делать, если укусила собака?

3 КЛАСС

Курс для учащихся 9–10 лет ориентирован на развитие самостоятельности, критического мышления и ответственности за младших товарищей.

Раздел I. «Город больших скоростей: Я — пешеход-наставник» (10 часов)

Углубленное изучение ПДД и роли примера для младших.

1. **«Дорожные ловушки 2.0».**
 - Опасность закрытых обзорных зон (кузов грузовика, угол дома).
 - Правило «закрытого капота»: если не вижу водителя — он не видит меня.
2. **Общественный транспорт повышенной опасности.**
 - Правила поведения в метро, на вокзалах и остановках трамвая/жд путей.
 - Электробезопасность на железной дороге.
3. **«Я — пример для малышей».**
 - Роль старшего товарища. Как правильно перевести первоклассника через дорогу?
 - Моделирование ситуации: ты ведешь младшего брата из школы.
4. **Вело- и самокатный ликбез.**
 - Знание жестов велосипедиста.
 - Устройство велосипеда (проверка тормозов перед поездкой).
5. **Пешеход-вежливость.**
 - Помощь пожилым людям при переходе улицы.
 - Поведение вблизи спецтранспорта (скорая, пожарная, полиция).
6. **Проект: Составление карты опасных участков микрорайона (Приложение № 1).**

Раздел II. «Безопасность моего пространства» (8 часов)

Расширенный блок бытовой безопасности.

7. **Газовая атака: невидимый враг.**
 - Признаки утечки газа (запах). Что делать? (Открыть окна, не включать свет, звонить 104/104).
8. **Водная безопасность круглый год.**
 - Правила купания летом.
 - Тонкий лед осенью и весной («Весенний лед — самый опасный»).
9. **Электричество вокруг нас.**
 - Удар током от упавших проводов.
 - Безопасное использование гирлянд и удлинителей.
10. **«Если чужой стучится в дом...».**
 - Сценарии мошенничества по телефону («Мама, я сбил человека», «Вы выиграли приз»).
 - Действия, если ключ потерян или остался внутри квартиры.
11. **Первая помощь при носовом кровотечении и обмороке.**
 - Алгоритм действий, поза при потере сознания.

Раздел III. «Цифровой след и социальные сети» (8 часов)

Работа с информацией и психологическая безопасность.

12. **«Осторожно: персональные данные».**
 - Почему нельзя называть номер школы и класса незнакомцам в играх.
 - Геометки на фото (как злоумышленники узнают адрес).
13. **Финансовая кибергигиена.**
 - Фишинговые сайты (подделки магазинов).
 - СМС-код из банка — это секретнее пароля.
14. **Экстремизм и секты в сети.**
 - Как распознать вербовку или опасные «челленджи».
 - Куда сообщить о подозрительном контенте (линия помощи «Дети онлайн»).
15. **Закон и подросток.**
 - Мелкое хулиганство, порча школьного имущества (граффити): ответственность наступает уже сейчас.

- Понятие «порча чужого имущества».
16. **Буллинг: жертва, агрессор, свидетель.**
- Треугольник травли. Как перестать быть зрителем и помочь?

Раздел IV. «Здоровье нации начинается с тебя» (8 часов)

17. **Гигиена ума и тела.**
- Режим зрительных нагрузок (правило 20-20-20 при работе с экраном).
 - Осанка школьника.
18. **Основы здорового питания.**
- Баланс белков, жиров и углеводов простым языком.
 - Читаем этикетки: скрытый сахар.
19. **Действия в экстремальных ситуациях.**
- Если застрял в лифте.
 - Запах дыма в подъезде: что делать до приезда МЧС.
20. **Навигатор взрослой жизни.**
- Ориентирование на местности без телефона (солнце, мох, номера домов).
 - Оставление знаков беды (зарубки, стрелки из веток), если заблудился.

4 КЛАСС

Курс для четвероклассников носит профориентационный и предподростковый характер. Акцент смещается с простого послушания на осознанное принятие решений, лидерство в коллективе и правовую ответственность.

Раздел I. «Безопасность — это закон» (10 часов)

Правовая грамотность и взаимодействие с государством.

1. **«Закон улиц: от правил к ответственности».**
 - Административная ответственность несовершеннолетних (с какого возраста наступает).
 - Понятие «порча имущества», «мелкое хулиганство».
2. **«Азбука выживания в лесу».**
 - Если заблудился: алгоритм действий («Стой! Осмотрись. Оставайся на месте»).
 - Как подать сигнал бедствия (костер, свисток, яркая одежда).
3. **«Водный кодекс школьника».**
 - Правила поведения на лодках, катамаранах и плотках.
 - Помощь утопающему: как звать на помощь и чем помочь, не рискуя собой (использование подручных средств).
4. **«Терроризм: распознать и выжить».**
 - Признаки оставленных подозрительных предметов (сумки, коробки).
 - Поведение при захвате заложников: правила поведения во время штурма спецназа.
5. **«Мои права и обязанности по Конституции РФ (адаптировано)».**
 - Право на жизнь и здоровье. Обязанность учиться и уважать старших.
6. **Деловая игра: «Заседание школьного Совета профилактики».**

Раздел II. «Продвинутый уровень: Цифровая крепость» (8 часов)

Информационная безопасность и медиаграмотность.

7. **«Цифровое расследование».**
 - Проверка достоверности информации (фактчекинг). Поиск первоисточника фото.
 - Авторское право: почему нельзя просто брать картинки из Яндекс для проектов.
8. **Кибербуллинг: стратегия защиты.**
 - Скриншот — главное доказательство травли.
 - Блокировка агрессора без вступления в диалог.
9. **Финансовые пирамиды и лохотроны.**
 - «Вы выиграли приз, оплатите доставку».
 - Легкие деньги в интернете: ставки, казино, быстрые займы.

10. Безопасность аккаунтов (Госуслуги/Почта).

- Двухфакторная аутентификация.
- Что делать, если аккаунт взломали?

Раздел III. «Первая помощь до приезда врачей» (8 часов)

Практические навыки спасения жизни.

11. Алгоритм осмотра пострадавшего.

- Проверка сознания и дыхания.
- Вызов помощи: что говорить оператору 112 (алгоритм передачи данных).

12. Раны и кровотечения.

- Наложение давящей повязки.
- Использование жгута (теория + тренировка на манекене/бинтах).

13. Переломы, вывихи, ушибы.

- Иммобилизация (фиксация) конечности подручными средствами.
- Холодный компресс.

14. Помощь при ожогах и отравлениях.

- Ожоги: холодная вода вместо масла.
- Отравления: когда вызывать рвоту нельзя.

15. Сердечно-легочная реанимация (СЛР).

- Обучение на фантоме-тренажере (если доступно) или просмотр обучающего видео с отработкой ритма надавливаний.

Раздел IV. «Психология безопасности и коммуникации» (6 часов)

16. Конфликтология.

- Как избежать драки? Слова-провокации.
- Переговоры со сверстниками-задирами.

17. Экстремальные погодные условия.

- Гроза, ураган, аномальная жара. Правила поведения.

18. Действия при ЧС природного характера.

- Землетрясение: «Падай, накрывайся, держись».
- Наводнение: подъем на верхние этажи.

Итоговый модуль: Проект «Школа безопасности» (6 часов)

19. Разработка инструкций. Создание памяток для первоклассников (например, «Как вести себя на каникулах»).

20. Мастер-класс. Старшеклассники проводят занятие для 1–2 классов по теме курса.

21. Эстафета безопасности. Прохождение станций:

- ПДД (вождение велотренажера/сигвейа).
- Медпункт (остановка кровотечения).
- Антитеррор (опознание опасного предмета на рентген-снимке/муляже).
- ИТ-безопасность (расшифровка фишингового письма).

22. Итоговая аттестация: Сдача зачета «Знатор безопасности».

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

Ожидаемые результаты (для 1 класса):

К концу года обучающийся должен:

- **Знать:** домашний адрес, телефон родителей, номера 101 и 112; сигналы светофора; что лекарства могут быть ядом.
- **Уметь:** переходить дорогу по зебре (посмотрев налево-направо); пользоваться носовым платком; отличать съедобное от несъедобного (базово); обращаться за помощью к полицейскому или продавцу, если потерялся.

Формы подведения итогов:

- Викторина «Умный пешеход».
- Выставка рисунков «Моя безопасная дорога домой».
- Спектакль-сказка «Волк и семеро козлят на новый лад» (уроки безопасности).

2 КЛАСС

- **Знать:** основные дорожные знаки («Дети», «Пешеходный переход»), телефоны спецслужб, свой домашний адрес и телефон мамы/папы.
- **Уметь:** набрать номер 112; правильно переходить дорогу с двусторонним движением; отличать съедобные грибы от ядовитых (базово); обращаться с ножом за столом.
- **Владеть навыками:** блокировки экрана телефона, создания простого пароля, оказания первой помощи при небольшом порезе.

Формы контроля:

- Сдача зачета по ПДД (в игровой форме).
- Конкурс агитплакатов «Береги лес от огня!».
- Акция «Соблюдай тишину»: проверка звукоизоляции классов во время уроков соседей.

3 КЛАСС

Ожидаемые результаты (для 3 класса):

- **Знать:** телефоны газовой службы; правила пожарной безопасности при запахе газа; основы финансовой гигиены (PIN-код); виды юридической ответственности несовершеннолетних.
- **Уметь:** оказать первую доврачебную помощь при порезах, кровотечениях и обмороках; ориентироваться по компасу/солнцу; отличать фейк-ньюс от правды.
- **Владеть навыками:** психологической устойчивости к буллингу; правилами ведения диалога со спецслужбами.

Формы контроля:

- Конкурс социальных видеороликов «Мой безопасный город».
- Проведение пятиминуток безопасности для 1-х классов силами третьеклассников.
- Тестирование по правилам пользования электроприборами.

4 КЛАСС

Ожидаемые результаты (для 4 класса):

- **Знать:** номера всех экстренных служб; основы административной ответственности; признаки вербовки в соцсетях; симптомы переохлаждения и теплового удара.
- **Уметь:** наложить шину при переломе; вызвать спасателей, четко назвав координаты; распознать манипуляцию мошенника.
- **Владеть навыками:** оказания первой доврачебной помощи; психологической самопомощи при стрессе; публичного выступления (защита проекта).

Формы контроля:

- Зачетная книжка юного спасателя (Юный МЧС-овец).

- Зачеты по оказанию первой помощи.
- Конкурс буклетов-памяток «Один дома».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (С РАЗДЕЛАМИ). 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количе ство часов	Основное содержание	
Раздел I. «Здравствуй, школа! Я — пешеход» (10 часов)				
1	«Путешествие в страну Светофорию».	2	Знакомство со светофором: сигналы для машин и пешеходов. Игра «Красный, желтый, зеленый».	
2	«Волшебный островок безопасности»	2	Что такое «зебра»? Правила перехода дороги по нерегулируемому переходу. Практикум: рисуем безопасный маршрут от дома до школы.	
3	«Послушный руль и быстрые колеса»	2	Где можно кататься на самокате, велосипеде, роликах? Защита обязательна: шлем и наколенники	
4	«Мы — пассажиры».	2	Как правильно заходить в автобус/троллейбус. Почему нельзя отвлекать водителя?	
5	«Мой друг — фликер (светоотражатель)»	2	Зачем нужны "светлячки" на одежде в темноте. Творческая мастерская: изготовление брелоков-светоотражателей.	
	Экскурсия-практикум:	1	«Безопасная дорога к школе» (<i>Приложение: Схема маршрута</i>).	
Раздел II. «Один дома и во дворе» (8 часов). <i>Правила личной безопасности при контакте с посторонними и бытовыми приборами</i>				
1	«Свой — чужой».	2	Кто такой «опасный незнакомец»? Правило «Никогда не открывай дверь чужим», даже если голос кажется добрым.	
2	«Телефонный разговор».	1	Что говорить, если звонит незнакомец? (Алгоритм: спросить имя родителя, сказать «папа спит, перезвоните позже», позвонить маме).	
3	«Осторожно, горячо!»	2	Опасности кухни: плита, кипятилок, ножи. Электричество: почему нельзя трогать розетки и провода мокрыми руками.	
4	«Если кто-то стучит или дым из окна...»	2	Алгоритм действий при пожаре: не прятаться, ползти к выходу, звать на помощь. Звонок 101 и 112.	
5	«Опасные предметы дома»	1	Лекарства, бытовая химия, инструменты папы. Почему их нельзя брать без спроса?	
Игра-тренинг: «Разговор с незнакомцем у подъезда»				
Раздел III. «Азбука здоровья» (8 часов). <i>Основы гигиены и защиты организма.</i>				

1	«Микробы — невидимки»	2	Когда нужно мыть руки? Носовой платок и салфетки	
2	«Витамины с грядки»	2	Полезные и вредные продукты. Почему нельзя есть снег и сосульки?	
3	«Мои верные друзья — мыло и зубная щетка».	1	Режим дня первоклассника	
4	«Озорные ладошки	1	Игры на развитие мелкой моторики как профилактика травм рук	
5	«Береги глаз как алмаз»	1	Гимнастика для глаз. Чтение только при хорошем свете	
6	Практикум: «Первая помощь другу» (если разбил коленку). Зеленка, пластырь, лед.	1		
Раздел IV. «Мир природы вокруг нас» (6 часов). <i>Безопасность на прогулках и даче.</i>				
1	«Грибы и ягоды: съедобное — несъедобное»	1	Картинки ядовитых растений региона (волчье лыко, вороний глаз)	
2	«Встречи в лесу»	2	Как вести себя при встрече с собакой, змеей или пчелами. Не шуметь в лесу, правила разведения костров (только со взрослыми).	
3	«Водичка, водица...»	2	Правила поведения у водоемов весной (ледоход) и летом. Можно ли плавать без взрослых?	
4	Игровая программа: «Юные спасатели МЧС».	1		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33		

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	
Раздел I. «Азбука города и дороги» (12 часов)				
1	«Дорога — не место для игр».	2	Повторение элементов дороги (проезжая часть, тротуар, обочина). Где можно играть? (Двор, стадион, парк). Почему проезжая часть опасна даже во дворе?	
2	«Места-ловушки».	2	Арки домов, стоящие автомобили, сугробы зимой. Как их обходить? Опасность выхода из-за препятствия.	
3	«Пассажир на пять с плюсом».	2	Правила поведения в школьном автобусе и общественном транспорте. Уступаем места старшим.	
4	«Велосипедист, соблюдай правила!»	2	Сигналы велосипедиста (рукой). Где разрешено кататься детям до 14 лет?	
5	«Свет мой, зеркальце, скажи...» (Безопасность пешехода ночью)	1	Использование световозвращателей (фликеров) на одежде и рюкзаках.	
6	Практикум: «Регулировщик».	1	Изучение основных жестов регулировщика (подручные средства — жезл/палочка).	
7	Создание макета «Безопасный перекресток нашего района»	2	Проектная работа	
Раздел II. «Домашний очаг без тревог» (8 часов)				
1	«Огонь ошибок не прощает».	2	Причины пожаров (игры со спичками, неисправная проводка, утечка газа). Чем можно тушить пожар, а чем нельзя (вода vs электричество).	
2	«План эвакуации».	2	Алгоритм действий при срабатывании пожарной сигнализации. Правило лифта: почему лифтом пользоваться нельзя.	
3	«Химическая лаборатория дома»	2	Осторожно: уксус, моющие средства, аэрозоли. Маркировка опасных веществ (значки на этикетках)	
4	«Острые грани быта».	1	Ножницы, иголки, ножи. Как передавать острые предметы.	
5	«SOS по правилам»	1	Отработка вызова экстренных служб (101, 102, 103, 112). Что сказать диспетчеру, если родителей нет рядом?	
Раздел III. «Информационная крепость» (8 часов)				
1	«Мой пароль — моя крепость».	1	Зачем нужен пароль? Простые и сложные пароли. Никому не сообщать свои данные от аккаунтов.	

2	«Гостя из Интернета».	2	Кто такие интернет-тролли и мошенники. Если тебе пишут обидные слова (кибербуллинг): алгоритм «Стоп — Блок — Взрослый».	
3	«Правда или ложь?» (Фейковые новости).	2	Как отличить настоящую новость от выдумки. Не пересылать сообщения-пугалки («Перешли это 10 друзьям...»).	
4	«Цифровой след».	2	Всё, что попало в Интернет, остается там навсегда. Можно ли выкладывать фото билетов, документов или квартиры?	
5	Встреча с инспектором ПДН / Волонтером киберполиции.	1	Лекция о правилах общения в чатах онлайн-игр.	
Раздел IV. «Здоровье и финансы» (6 часов)				
1	«Копилка умного школьника».	1	Карманные деньги: как распределять траты.	
2	«Деньги любят счет».	2	Копим на мечту: цель и план. Банковская карта: магнитная полоса и чип. PIN-код — секрет всей семьи.	
3	«Купил — значит съел?».	2	Читаем состав продуктов (срок годности, Е-добавки). Чипсы и газировка — еда для праздника, а не каждый день.	
4	Первая помощь при укусах.	1	Комары, осы, клещи. Что делать, если укусила собака?	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание
Раздел I. «Город больших скоростей: Я — пешеход-наставник» (10 часов)			
1	«Дорожные ловушки 2.0».	1	Опасность закрытых обзорных зон (кузов грузовика, угол дома). Правило «закрытого капота»: если не вижу водителя — он не видит меня.
2	Общественный транспорт повышенной опасности.	2	Правила поведения в метро, на вокзалах и остановках трамвая/жд путей. Электробезопасность на железной дороге.
3	«Я — пример для малышей».	2	Роль старшего товарища. Как правильно перевести первоклассника через дорогу? Моделирование ситуации: ты ведешь младшего брата из школы.
4	Вело- и самокатный ликбез.	2	Знание жестов велосипедиста. Устройство велосипеда (проверка тормозов перед поездкой).
5	Пешеход-вежливость.	2	Помощь пожилым людям при переходе улицы. Поведение вблизи спецтранспорта (скорая, пожарная, полиция)
6	Проект: Составление карты опасных участков микрорайона	1	
Раздел II. «Безопасность моего пространства» (8 часов)			
1	Газовая атака: невидимый враг.	.1	Признаки утечки газа (запах). Что делать? (Открыть окна, не включать свет, звонить 104/104)
2	Водная безопасность круглый год.	2	Правила купания летом. Тонкий лед осенью и весной («Весенний лед — самый опасный»)
3	Электричество вокруг нас.	2	Удар током от упавших проводов. Безопасное использование гирлянд и удлинителей.
4	«Если чужой стучится в дом...».	2	Сценарии мошенничества по телефону («Мама, я сбил человека», «Вы выиграли приз») Действия, если ключ потерян или остался внутри квартиры.
5	Первая помощь при носовом кровотечении и обмороке.	1	Алгоритм действий, поза при потере сознания.
Раздел III. «Цифровой след и социальные сети» (8 часов)			
1	«Осторожно: персональные данные».	2	Почему нельзя называть номер школы и класса незнакомцам в играх. Геометки на фото (как злоумышленники узнают адрес).
2	Финансовая кибергигиена.	2	Фишинговые сайты (подделки магазинов).

			СМС-код из банка — это секретнее пароля.
3	Экстремизм и секты в сети.	2	Как распознать вербовку или опасные «челленджи». Куда сообщить о подозрительном контенте (линия помощи «Дети онлайн»).
4	Закон и подросток.	1	Мелкое хулиганство, порча школьного имущества (граффити): ответственность наступает уже сейчас. Понятие «порча чужого имущества».
5	Буллинг: жертва, агрессор, свидетель.	1	Треугольник травли. Как перестать быть зрителем и помочь?
Раздел IV. «Здоровье нации начинается с тебя» (8 часов)			
1	Гигиена ума и тела.	2	Режим зрительных нагрузок (правило 20-20-20 при работе с экраном). Осанка школьника.
2	Основы здорового питания.	.2	Баланс белков, жиров и углеводов простым языком. Читаем этикетки: скрытый сахар
3	Действия в экстремальных ситуациях.	2	Если застрял в лифте. Запах дыма в подъезде: что делать до приезда МЧС.
4	Навигатор взрослой жизни.	2	Ориентирование на местности без телефона (солнце, мох, номера домов). Оставление знаков беды (зарубки, стрелки из веток), если заблудился.
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество о часов	Основное содержание
	Раздел I. «Безопасность — это закон» (10 часов)		
1	«Закон улиц: от правил к ответственности».	2	Административная ответственность несовершеннолетних (с какого возраста наступает). Понятие «порча имущества», «мелкое хулиганство»
2	«Азбука выживания в лесу».	2	Если заблудился: алгоритм действий («Стой! Осмотрись. Оставайся на месте»).
			Как подать сигнал бедствия (костер, свисток, яркая одежда).
3	«Водный кодекс школьника».	2	Правила поведения на лодках, катамаранах и плотках. Помощь утопающему: как звать на помощь и чем помочь, не рискуя собой (использование подручных средств).
4	«Терроризм: распознать и выжить».	2	Признаки оставленных подозрительных предметов (сумки, коробки). Поведение при захвате заложников: правила поведения во время штурма спецназа.
5	«Мои права и обязанности по Конституции РФ (адаптировано)».	1	Право на жизнь и здоровье. Обязанность учиться и уважать старших.
6	Деловая игра: «Заседание школьного Совета профилактики».	1	
	Раздел II. «Продвинутый уровень: Цифровая крепость» (8 часов)		
1	«Цифровое расследование».	2	Проверка достоверности информации (фактчекинг). Поиск первоисточника фото. Авторское право: почему нельзя просто брать картинки из Яндекс для проектов.
2	Кибербуллинг: стратегия защиты.	2	Скриншот — главное доказательство травли. Блокировка агрессора без вступления в диалог.
3	Финансовые пирамиды и лохотроны.	2	«Вы выиграли приз, оплатите доставку». Легкие деньги в интернете: ставки, казино, быстрые займы.
4	Безопасность аккаунтов (Госуслуги/Почта).	2	Двухфакторная аутентификация. Что делать, если аккаунт взломали?
	Раздел III. «Первая помощь до приезда врачей» (8 часов)		
1	Алгоритм осмотра пострадавшего.	2	Проверка сознания и дыхания. Вызов помощи: что говорить оператору 112 (алгоритм передачи данных).

2	Раны и кровотечения.	1	Наложение давящей повязки. Использование жгута (теория + тренировка на манекене/бинтах).
3	Переломы, вывихи, ушибы.	2	Иммобилизация (фиксация) конечности подручными средствами. Холодный компресс.
4	Помощь при ожогах и отравлениях.	2	Ожоги: холодная вода вместо масла. Отравления: когда вызывать рвоту нельзя.
5	Сердечно-легочная реанимация (СЛР).	1	Обучение на фантоме-тренажере (если доступно) или просмотр обучающего видео с отработкой ритма надавливаний.
Раздел IV. «Психология безопасности и коммуникации» (6 часов)			
1	Конфликтология.	2	Как избежать драки? Слова-провокации. Переговоры со сверстниками-задирами.
2	Экстремальные погодные условия.	2	Гроза, ураган, аномальная жара. Правила поведения.
3	Действия при ЧС природного характера	2	Землетрясение: «Падай, накрывайся, держись». Наводнение: подъем на верхние этажи.
Итоговый модуль: Проект «Школа безопасности» (6 часов)			
1	Разработка инструкций.	2	Создание памяток для первоклассников (например, «Как вести себя на каникулах»).
2	Мастер-класс.	2	Старшеклассники проводят занятие для 1–2 классов по теме курса.
3	Эстафета безопасности.	1	Прохождение станций: ПДД (вождение велотренажера/сигвейя). Медпункт (остановка кровотечения). Антитеррор (опознание опасного предмета на рентген-снимке/муляже). ИТ-безопасность (расшифровка фишингового письма).
4	Итоговая аттестация:	1	Сдача зачета «Знаток безопасности».
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	