

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 1»

г. Микунь

«Согласовано»
Педагогическим советом
протокол № 1
от 30.08.2023г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ «СОШ № 1» г. Микунь
Ветошкина О.Ю.
приказ № 189/1 от 01.09.2023 г

**Дополнительная
общеобразовательная программа
«Школа безопасности»**

Направленность:
физкультурно-спортивная.
Для обучающихся:
11-17 лет;
3 года обучения;
Составитель:
Учитель
ОБЖ
Ермак
Наталья Христофоровна

г. Микунь
2023 г.

Пояснительная записка.

При написании программы учитывались следующие нормативные документы:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями) от 29.12.2012 г. № 273,
- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- СанПин 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28),
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных – дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми (письмо Министерства образования и молодежной политики Республики Коми от 27 января 2016 г. № 07-27/45,
- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р «Концепция развития дополнительного образования детей».

Данная программа предусматривает знакомство с теорией и практикой оказания первой помощи пострадавшим на месте происшествия, изучение правил безопасного поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

Новизна программы

Настоящая программа предназначена для обеспечения процесса обучения школьников, приобретения ими необходимых знаний, ознакомления с научно-техническими и практическими задачами, приобретения навыков самостоятельного решения и практического применения теоретических знаний в различных чрезвычайных ситуациях, оказания первой доврачебной помощи, расширения кругозора, укрепления здоровья.

Актуальность.

Актуальность программы обусловлена тем, что в условиях современного мира, повышения уровня опасности и роста технологических аварий и катастроф необходимо совершенствование знаний и умений в области обеспечения личной и общественной безопасности. Для этого необходимо расширение знаний безопасности жизнедеятельности со школьного уровня, до уровня специальной подготовки в условиях кружковой деятельности. Данная программа дает

возможность наиболее емко дать знания в области безопасности, спасательного дела и в области медицины.

Цели и задачи программы.

Цель программы:

Организация свободного времени обучающихся через формирование у детей сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, практических навыков и умений поведения в экстремальных ситуациях, навыков оказания первой медицинской помощи, стремления к здоровому образу жизни, совершенствование морально-психологического состояния и физического развития.

Задачи:

Обучающие:

- обучить учащихся действиям, которые будут использоваться как «подводящие» упражнения, либо как средства избирательного воздействия на развитие отдельных физических качеств, способностей;
- обучить навыкам оказания первой доврачебной помощи; совершенствовать двигательные умения и навыки прикладного характера;
- развивать двигательные качества на основе общей физической подготовленности;
- изучить правила пожарной безопасности, ПДД.

Развивающие:

- всестороннее совершенствовать личностные качества: психологическая устойчивость, физическая сила, выносливость, быстрота принятия решений, наличие необходимых знаний и навыков, позволяющих успешно действовать в экстремальных ситуациях;
- развивать память, логическое мышление и мотивацию личности к познанию;
- развивать внимательность и осторожность.

Воспитательные:

- ориентация на труд, собственные усилия;
- удовлетворение потребности в общении;
- воспитание приоритета общественных ценностей.

Педагогическая целесообразность.

Педагогическая целесообразность программы призвана расширить кругозор обучающихся и дать им соответствующую возрасту адекватную картину мира, подготовить его к действиям в чрезвычайных ситуациях, привить практические навыки оказания пострадавшим первой доврачебной помощи, изучить правила противопожарной и дорожной безопасности, вести здоровый образ жизни.

Отличительные особенности программы.

Специфику программы обуславливает сочетание практико-ориентированных занятий с различными практическими тренингами. В программу входят разделы по изучению поведения в ЧС, по пожарной безопасности, дорожной безопасности, первой медицинской помощи, общей физической подготовке, реализация военно-патриотических проектов.

Социально психологически развитый человек в жизни, труде, межличностных отношениях руководствуется цивилизованными моральными и правовыми нормами, социальными ценностями, принятыми в данном обществе. Он ориентирован на гармоничное решение проблем своей жизни, обеспечение ее духовной и материальной полноты. Ему важно не только что он делает, но и как он это делает (творчески, качественно, красиво). Ответственный, трудолюбивый, добросовестный, оптимистично настроенный человек не боится трудностей, достойно переносит неудачи, в экстремальных ситуациях поступает в соответствии с нормами морали и совести. Социально развитая личность психологически интегрирована в общество, в котором она живет, что проявляется в ее гражданственности, патриотизме.

Важное социально-психологическое свойство личности, способствующее успешности в жизни, - это способность объективной оценки самого себя в обществе. Весьма существенной характеристикой человека и его поведения является групповая интегрированность, осознание себя как члена определенного социального слоя, группы.

Недостаточная подготовленность к экстремальным ситуациям может привести к тяжелым, апорой и трагическим последствиям. Чтобы избежать их, необходимо:

- знать виды экстремальных ситуаций, их особенности;

- уметь выполнять необходимые действия, не ухудшая их качество под влиянием своего психического состояния и необычных обстоятельств экстремальных ситуаций;
- уметь выполнять особые действия, соответствующие специфике конкретных экстремальных ситуаций;
- обладать специально развитыми качествами, повышающими способность к успешным действиям в специфичных экстремальных ситуациях, наиболее вероятных в жизни и деятельности;
- обладать повышенной экстремальной устойчивостью, чтобы безопасно выходить из экстремальных испытаний без негативных последствий для дела, жизни и здоровья;
- быть способным настойчиво, невзирая на трудности, реализовать свои намерения, наступательно преобразуя обстоятельства экстремальной ситуации и гибко управляя своим поведением.

Не подлежит сомнению, что хорошо подготовленный к экстремальным ситуациям человек более уверен в себе, чем неподготовленный. Осознание собственной неподготовленности, неумелости - источник волнения и паники даже там, где для них нет оснований. Подготовленный человек лучше разбирается в особенностях возникающих ситуаций, более правильно оценивает их, предвидит развитие событий, тем самым не позволяет застать себя врасплох и не вынужден действовать впопыхах. Подготовленный человек действует спокойнее, допускает меньше ошибок и промахов, не создает себе по незнанию дополнительные трудности.

При написании программы учитывались следующие нормативные документы:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями) от 29.12.2012 г. № 273,
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- СанПин 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28),
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных – дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми (письмо Министерства образования и молодежной политики Республики Коми от 27 января 2016 г. № 07-27/45,

- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р «Концепция развития дополнительного образования детей».

Адресат программы.

Программа адресована на обучающихся возрастной категории от 11 до 17 лет.

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 3 года. В неделю 3 занятий. 108 часов.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.

Программа «Школа безопасности» реализуется в течение 3 лет в объеме 3 раз в неделю, по 1 часу. Продолжительность занятий – 45 мин. Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части.

Форма обучения по программе – очная.

Программа предполагает проведение занятий с применением разнообразных форм и методов работы: (*практические занятия, тренинги, ролевые и познавательные игры, упражнения, викторины, экскурсии, исследовательские и социальные проекты, дидактические карточки, тесты*). Все это дает возможность направленно воздействовать на личность воспитанников: тренировать память, развивать наблюдательность, мышление, обучать приемам самостоятельной учебной деятельности, способствовать развитию любознательности и интереса к предмету. Все методы взаимосвязаны и формы занятий применяются в комплексе.

Основными **формами организации обучения** по программе являются: *индивидуальная форма организации обучения* — (индивидуальная работа обучающегося с учебным материалом, выполнение проектов); *парная* (выполнение задания парой, разноуровневые задания); *коллективная* (выполнение коллективных работ, игровые занятия, объяснение теоретического материала, знакомство с приемами техник, объяснение заданий).

Условия для реализации программы.

1. Кабинет для занятий.
2. Инструкции по технике безопасности.
3. Литература для учителя и для учащихся.
4. Компьютеры, принтер, сканер.
5. Цифровой фотоаппарат.
6. Медиапроектор.
7. Кабинета ОБЖ.

Для достижения цели программы применяются **современные педагогические технологии:**

проектная и исследовательская (проводятся исследования, разрабатываются проекты);

мультимедийные технологии (используются как сопровождение объяснения педагога, как информационно-обучающее пособие, для контроля знаний);

кейс- технология (способствует развитию умения анализировать ситуации, оценивать альтернативы, выбирать оптимальный вариант и планировать его осуществление);

здоровьесберегающие технологии (учет возрастных и индивидуальных особенностей детей, использование физминуток; чередование разных видов деятельности);

игровые технологии (эстафеты).

Предполагаемые результаты:

Личностными результатами являются:

- развитие любознательности;
- развитие интеллектуальных и творческих способностей обучающихся;
- воспитание ответственного отношения к своему здоровью.

Метапредметными результатами являются:

- овладение способами самоорганизации внеклассной деятельности, что включает в себя умения: ставить цели и планировать деятельность; оценивать собственный вклад в деятельность группы; проводить самооценку уровня личных достижений;
- формирование приемов работы с информацией, что включает в себя умения: поиска и отбора источников информации; систематизации информации; понимания информации, представленной в различной знаковой форме;
- развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, корректное ведение диалога и участие в дискуссии; участие в работе группы в соответствии с обозначенной ролью.

Предметными результатами являются:

- применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни; для осознанного соблюдения норм и правил безопасного поведения в природной и социоприродной среде; при оказании простейших видов первой медицинской помощи;
- формирование навыков ухода за больными на дому;
- расширение представлений о здоровом образе жизни, овладение простейшими приемами самоконтроля своего физического состояния.

Содержание программы.

1-й год обучения.

Тема №1. Человек, среда его обитания, безопасность человека.

Город и село как среда обитания человека. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища Особенности природных условий в городе и селе. Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе. Безопасность в повседневной жизни.

Тема №2. Опасные ситуации техногенного характера.

Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

Тема №3. Опасные ситуации природного характера.

Погодные явления и безопасность человека. Безопасность на водоемах.

Тема №4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Тема № 5. Возможные травмы и поражения при ЧС.

Виды ЧС. ЧС природного характера, техногенного и социального характера.

Тема № 6. Методы и средства оказания первой помощи.

Основные правила оказания первой помощи (далее – ПП). Определение первоочередности оказания ПП. Перевязочные и иммобилизационные средства. Методы оказания ПП, асептика и антисептика. Средства оказания ПП, перевязочные средства.

Тема № 7. Первоочередные меры при ранениях и травмах.

Первая помощь при ранениях. Виды ран. Виды кровотечений и способы их остановки. Правила наложения повязок. Перевязочные средства.

Наложение бинтовых повязок.

Оказание первой помощи при механических повреждениях костей.

Разновидности переломов. Способы наложения транспортной иммобилизации. Разновидности травматического шока.

Способы транспортировки пострадавших.¹⁰ Первая помощь при ушибах и

вывихах, ожогах, при отморожении, при тепловом и солнечном ударе.

Тема 8. Проведение сердечно-легочной реанимации.

Экстренная реанимационная помощь.

Донорский метод искусственной вентиляции легких. Реанимационные мероприятия. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Признаки клинической смерти.

Тема № 9. Первая помощь при автодорожном происшествии.

Основные причины гибели пострадавших и типичные ошибки при оказании первой помощи. Понятие о черепно-мозговой травме и коматозном состоянии.

Экстренная помощь пострадавшему в состоянии комы. Дальнейшая последовательность осмотра пострадавшего и оказание помощи.

Координация действий помощников. Правила транспортировки пострадавшего.

Тема № 10. Помощь при утоплении.

Этапы оказания помощи. Признаки истинного (синего) утопления.

Причины смерти в первые минуты после спасения. Экстренная помощь при истинномутоплении. Помощь при сохранении рвотного и кашлевого рефлексов.

Первая помощь пострадавшему без признаков жизни. Оказание помощи послеоживления.

Медицинская помощь в первые часы после спасения. Помощь при отеке легких.

Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.

Тема № 11. Помощь при поражении электрическим током и молнией.

Поражающее действие электрического тока. Что такое дефибриляция сердца. Понятие о дефибриляции. Наиболее частые ошибки при оказании помощи.

Правила обесточивания пострадавших. Первая помощь при поражении электрическим током. Поражение током высокого напряжения и правила безопасного подхода к пострадавшему. Помощь при поражении током высокого напряжения и молнией.

Тема № 12. Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути.

Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею. Стадии асфиксии (удушения). Наиболее частые ошибки при оказании первой помощи.

Тема № 13. Помощь пострадавшим при обширных ожогах.

Зависимость смертельных исходов от площади и степени ожога. Понятие об ожоговом шоке. Понятие об ожоговой болезни. Схема лечения ожогового шока. Правила оказания помощи на месте происшествия.

Тема № 14. Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и заваловзданий и техники.

Понятие о синдроме длительного сдавливания. Причины смерти пострадавших в первые минуты и через несколько суток после освобождения. Правила извлечения пострадавшего из-под завала. Оказание помощи на месте происшествия.

Тема № 15. Помощь при аллергическом шоке.

Коварство аллергии. Понятие об аллергенах, антителах и аллергической реакции. Схема развития аллергического шока. Внешние проявления аллергии. Варианты проявления аллергии. Первая помощь.

Тема № 16. Помощь при отравлении алкоголем.

Причины алкоголизма и понятие о медиаторе удовольствия. Механизм развития алкогольной зависимости. Патологическое изменения личности при злоупотреблении алкоголем. Сексуальные отклонения при алкоголизме. Внешние признаки алкоголизма. Поражение внутренних органов при алкоголизме. Признаки алкогольного опьянения. Предвестники алкогольной комы. Безопасное употребление алкоголя.

Тема № 17. Что такое наркомания и как становятся её жертвами.

Почему миф об элитарности наркоманов стал величайшим заблуждением нашего века. Понятие о наркотическом опьянении. Течение болезни и внешний вид наркомана.

Особенности патологической зависимости. Способы распространения наркотиков. Признаки передозировки наркотиков.

Тема № 18. Помощь больным сахарным диабетом.

Основная причина сахарного диабета. Что такое диабетическая кома.

Оказание помощи при диабетической коме. Понятие о гипогликемической коме. Маски – предвестники гипогликемической комы. Оказание помощи при гипогликемии. Оказание помощи при гипогликемической коме.

Тема №19. Опасные ситуации в природной среде. Безопасность при встрече с дикими животными. Укусы насекомых и защита от них.

Тема № 20. Первая помощь при неотложных ситуациях Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде Оказание первой помощи при различных видах травм.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении, переохлаждении.

Тема №21. Итоговое занятие соревнование-практикум «Помоги себе и другу»

Тема №22. Подготовка команды к спортивно –патриотическим соревнованиям «Зарница» и «Орленок».

Содержание программы.

2 –й год обучения.

Раздел № 1. Оказание первой доврачебной помощи при несчастных случаях.

Значение первой медицинской помощи. Значение само- и взаимопомощи.

Понятие о травматическом шоке. Виды шока. Травмы, наиболее часто сопровождающиеся шоком. Фазы шока.

Основные противошоковые мероприятия, проводимые при оказании первой медицинской помощи остановка кровотечения, обезболивание.

Иммобилизация, согревание, бережная транспортировка.

Виды антисептики. Способы асептики. Контроль стерилизации. Основные антисептические вещества и способы их применения.

Виды и методы переливания крови. Донорство – проявление гуманности и патриотизма. Показания и противопоказания к переливанию крови, возможные осложнения и их признаки.

Опасность кровопотери. Способы временной и окончательной остановки кровотечения.

Виды ран: огнестрельные, резанные, колотые, рубленые, ушибленные, рваные, размозженные, укушенные. Клинические признаки ран и наиболее опасные осложнения.

Понятие о хирургической инфекции. Классификация. Сепсис, причины заражения, признаки, принципы лечения. Столбняк и анаэробная инфекция (газовая гангрена), возбудители, признаки и общее течение, профилактика, понятие о лечении.

Понятие о десмургии. Значение повязок. Общие правила наложения повязок. Перевязочный материал. Правила использования подручных средств для наложения повязок. Виды и типы повязок.

Краткий анатомо-физиологический обзор органов опорно-двигательной системы.

Общее понятие закрытой травмы, классификация травм.

Ушибы мягких тканей. Растяжение и разрывы связок, сухожилий и мышц.

Вывих.

Первая помощь. Травматический токсикоз. Механизм возникновения.

Первая помощь. Переломы костей. Виды и признаки переломов.

Возможные осложнения и первая помощь.

Понятие об ожогах. Частота ожогов в мирное и военное время.

Определение площади и тяжести ожога. Ожоговая болезнь и ожоговый шок.

Меры борьбы и профилактика. Первая помощь при ожогах: устранение причины, наложение стерильной повязки, введение обезболивающих средств, иммобилизация, покой и согревание.

Отморожения. Степени отморожения. Ознобление. Общее замерзание.

Первая помощь и уход за пострадавшим.

Понятие о терминальных состояниях. Признаки клинической и биологической смерти. Понятие о непрямом массаже сердца и искусственной вентиляции легких.

Понятие об асфиксии, признаки, неотложная помощь. Инородные тела глаз, ушей, дыхательных путей. Неотложная медицинская помощь.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Меры профилактики.

Способы искусственного дыхания. Непрямой массаж сердца при остановке сердечной деятельности.

Укусы насекомых, змей, клещей, животных. Меры профилактики. Первая помощь при ударе током, утоплении, заваливании землей. Распознавание больных животных. Болезни, передающиеся через животных.

Практические занятия: «Косыночные повязки на различные части тела», «Плащевидные повязки», «Бинтовые повязки: Циркулярная, спиральная, черепашья, сходящая, расходящаяся», «Повязки на верхнюю конечность, на кисть, локтевой сустав, плечо, плечевой сустав».

Первая медицинская помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания, «Техника временной остановки кровотечения наложением давящей повязки, жгутов, закрутки и подручных средств».

Раздел № 2. Первая помощь и уход при острых заболеваниях и отравлениях.

Общее понятие болезни. Понятие об этиологии, патогенезе, течении и тяжести болезни, симптомах и синдромах. Понятие о первой медицинской помощи и лечении. Значение ухода за больным.

Цели и задачи лекарственной терапии. Понятие о лекарственном сырье, веществе, форме. Пути введения лекарственных веществ в организм человека. Их достоинства и недостатки. Понятие об аллергии.

Краткий анатомо-физиологический обзор органов кровообращения.

Ишемическая болезнь, гипертонической болезни. Неотложная помощь при обмороке, стенокардии, гипертоническом кризе, инфаркте миокарда.

Факторы, способствующие заболеваниям сердечнососудистой системы.

Уход за больными.

Краткий анатомо-физиологический обзор органов дыхания. пневмония, бронхит, бронхиальная астма. Основные признаки и неотложная помощь при дыхательной недостаточности – приступе бронхиальной астмы и ложном крупе.

Краткий анатомо-физиологический обзор органов мочевыделительной системы.

Острый цистит, нефрит и пиелонефрит. Этиология, симптомы, осложнения, лечения, помощь, уход. Клиника почечной колики и уремии, меры неотложной помощи.

Краткий анатомо-физиологический обзор органов пищеварения.

Понятие об остром и хроническом гастрите. Язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки. Этиология, симптомы, осложнения. Лечение уход и профилактика. Желчекаменная болезнь, этиология, симптомы, осложнения, лечение.

Классификация острых отравлений. Общие признаки оказания помощи. Возбудители инфекционных болезней. Основные признаки инфекционных болезней.Профилактика инфекционных болезней. Дезинфекция.

Умение читать анализы. Результаты анализов – это показатель вашего здоровья, состояния вашего организма. Комплексный подход к оценке

состояния здоровья. Семинар. Лекарственные травы.

Изучение химического состава лекарственных растений.

Применение лекарственных растений в качестве источника витаминов.

Правила хранения и потребления лекарственных растений в домашних условиях. Алкалоиды, эфирные масла, флавоноиды, дубильные вещества, кремниевая кислота, острые вещества, растительные слизи, минералы, редкие элементы, витамины.

Съедобные и ядовитые грибы, способы распознавания. Первая помощь при отравлении. Правила поведения на природе, способы выживания.

Практические занятия: «Понятие о лечебном питании, предметы ухода за больными с заболеваниями органов пищеварения», «Промывание желудка, очистительные и лекарственные клизмы, оказание помощи при икоте», «Особенности применения тепловых и Холодовых процедур, показания и противопоказания к ним», «Лечебные ванны», «Наблюдение за дыханием, измерение температуры тела», «Банки, массаж, компрессы, горчичники», «Измерение пульса и артериального давления. Особенности ухода за больными с сердечнососудистой патологией».

«Методы оценки функционального состояния сердечнососудистой системы человека»,

«Демонстрация препаратов для различных способов введения. Обучение навыкам подкожных и внутримышечных инъекций», «Техника закапывания и закладывания лекарств в нос, глаза и уши».

Раздел № 3. Способы сохранения здоровья.

Изучение видов ядовитых растений: белена черная, дурман обыкновенный, мак снотворный, бузина, клещевина, болиголов крапчатый, лютик ядовитый, красавка белладонна, донник лекарственный и др.

Выращивание лекарственных растений на приусадебных участках. Овощные и плодово–ягодные культуры, лекарственные растения и источники витаминов.

Способы применения овощных культур в качестве лекарственных растений.

Приготовление настоек, мазей, отваров. Блюда из растительного сырья.

Экологический фитодизайн интерьера является и дизайнерским

интерьером и профилактическим, оздоравливающим методом.

Оказывается, что окружающий ландшафт может оказывать различное воздействие на психоэмоциональное состояние. Созерцание красот природы стимулирует жизненный тонус и успокаивает нервную систему.

Волшебная сила ароматов. Познакомиться с нетрадиционными методами лечения запахами растений.

Значение домашних животных для человека.

Прямое и косвенное влияние ионизирующих лучей. Культура пользования химическими средствами.

Здоровье и факторы, формирующие его. Врожденные и приобретенные заболевания. "Болезни цивилизации".

Содержание программы.

3-й год обучения.

Содержание образовательной программы

Раздел №1. Туристическая подготовка. Ориентирование.

Тема 1.1. Виды препятствий в походе Изучение видов туристических препятствий;

Тема 1.2. Преодоление крутых подъемов

Изучения техники преодоления крутых подъёмов. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 1.3. Преодоление спусков

Изучение техники преодоления спусков. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 1.4. Правила организации этапа «Навесная переправа»

Изучение техники преодоления навесной переправы. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 1.5. Правила организации этапа «Параллельная переправа»

Изучение техники преодоления параллельной переправы. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 1.6. Преодоление преграды по кочкам и бревну

Изучение техники преодоления преграды по кочкам и бревну. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 1.7. Преодоление преграды с помощью шеста и маятника Изучение техники преодоления преграды с помощью шеста и маятника. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 1.8. Итоговое занятие по II разделу

Итоговое занятия проходит в форме соревнований в условиях леса.

Ориентирование

Тема 1.9. Понятие «карты»

Изучается понятие «карта», виды карт;

Тема 1.10. Условные знаки

Изучаются условные знаки. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 1.11. Масштабы карт

Изучаются масштабы карт. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 1.12. Устройство и правила пользования компасом

Изучается устройство и правила пользования компасом. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 1.13. Зачет по III разделу

Итоговое занятия проходит в форме практического занятия.

Раздел № 2. Медицинская подготовка

Тема 2.1. Личная гигиена Изучение основ личной гигиены;

Тема 2.2. ОПДМП - при порезах

Изучение основ оказания первой медицинской доврачебной помощи при порезах. Занятия будут проходить в теоретической и практической формах;

Тема 2.3. ОПДМП при обморожениях

Изучение основ оказания первой медицинской доврачебной помощи при

обморожениях. Занятия будут проходить в теоретической и практической формах;

Тема 2.4. ОПДМП при ожогах

Изучение основ оказания первой медицинской доврачебной помощи при ожогах. Занятия будут проходить в теоретической и практической формах;

Тема 2.5. ОПДМП при заболеваниях и травмах в походных условиях

Изучение основ оказания первой медицинской доврачебной помощи при заболеваниях и травмах. Занятия будут проходить в теоретической и практической формах;

Тема 2.6. Переломы.

Изучение основ оказания первой медицинской доврачебной помощи при переломах.

Тема 2.7. Зачет по разделу «Медицинская подготовка»

Итоговое занятие будет проходить в форме практической игры.

Раздел № 3. Строевая подготовка

Тема 3.1. Торжественное прохождение в составе отделения

Изучение и закрепление строевых приёмов торжественного прохождения. Занятия будут проходить в теоретической и практической формах;

Тема 3.2. Действия в составе отделения на месте

Изучение и закрепление методики действия в составе отделения на месте. Занятия будут проходить в теоретической и практической формах;

Тема 3.3. Действия в составе отделения в движении

Изучение и закрепление методики действия в составе отделения в движении. Занятия будут проходить в теоретической и практической формах;

Тема 3.4. Одиночная строевая подготовка

Изучение и закрепление методик одиночной строевой подготовки. Занятия будут проходить в теоретической и практической формах;

Тема 3.5. Зачет по V разделу.

Занятия пройдут в форме «Смотра строя и песни».

Раздел № 4. Гражданская оборона

Тема 4.1. Пользование средствами индивидуальной защиты (респираторы, противогазы)

Изучение и закрепление методики и правил пользования противогазом и респиратором. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 4.2. Надевание защитного костюма Л-1

Изучение методики и правил пользования защитным костюмом Л-1. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 4.3. Надевание защитного костюма ОЗК

Изучение и закрепление методики и правил пользования защитным костюмом ОЗК

Тема 6.4. Преодоление участков заражения и препятствий в средствах защиты

Изучение методики и правил пользования защитным костюмом ОЗК. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Итоговое занятие будет проходить в форме практической игры.

Раздел № 5. Огневая подготовка

Тема 5.1. Боевые свойства, назначение и устройство малокалиберной винтовки

Изучаются боевые возможности, структура и назначение малокалиберной винтовки;

Тема 5.2. Подготовка к стрельбе; правила поведения в тире

Изучаются основы подготовки к стрельбе. Проводится инструктаж;

Тема 5.3. Стрельба из малокалиберной винтовки, лёжа, сидя с упора, стоя.

Изучаются основы и правила стрельбы;

Тема 5.4. Разборка, сборка автомата Калашникова

Изучаются материальная часть автомата, смазка и чистка его механизмов;

Тема 5.5. снаряжение и разряжение магазина автомата Калашникова

Изучается методика снаряжения и разряжение магазина автомата Калашникова;

Тема 5.6. Зачет по VIII разделу. Практическое занятие

Итоговое занятие будет проходить в форме соревнований.

Раздел № 6. Физическая подготовка

Тема 6.1. Наклоны вперед до касания локтями колен ног из положения лежа на спине

Изучается методика наращивания мышц пресса. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 6.2. Отжимание. Изучается методика отжимания. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 6.3. Подтягивание. Изучается методика подтягивания. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 6.4. Бег. Изучается методика бега на короткие и длинные дистанции. Занятия проходят в теоретической и практической формах;

Тема 6.5. Зачёт по разделу 9. Итоговое занятие будет проходить в форме соревнований.

Раздел № 7. Подготовка и участие в городских и республиканских мероприятиях

Тема 7.1. Акция «Наша общая Победа»

В ходе акции, молодёжь посещали ветеранов ВОВ - наших земляков, беседовали с ними об их участии в ВОВ.

Тема 7.2. Месячник оборонно-массовой и спортивной работы.

Тема 7.3. Слёт юнармейских отделений

Участие в республиканском слёте юнармейских отделений и военно-патриотических клубов;

Тема 7.4. Митинг памяти и скорби

Участие в традиционном митинге памяти и скорби;

Тема 7.5. Муниципальные игры «Зарница», «Орлёнок», «Победа».

Участие в республиканских играх «Зарница», «Орлёнок», «Победа».

**Учебный план
1-й год обучения.**

| № п/п | Тема | часы | | |
|-------|---|------------|-----------|-----------|
| | | всего | теория | практика |
| 1 | Человек, среда его обитания, безопасность человека. | 10 | 6 | 4 |
| 2 | Опасные ситуации техногенного и природного характера. | 16 | 8 | 8 |
| 3 | Основы медицинских знаний и оказание первой доврачебной помощи. | 42 | 23 | 19 |
| 4 | Тренировочные занятия для подготовки команд к участию в спортивно-патриотической игре «Зарница», «Орленок». | 40 | 7 | 33 |
| | ИТОГО: | 108 | 44 | 64 |

**Учебный план
2-й год обучения.**

| № п/п | Тема | часы | | |
|-------|---|------------|-----------|-----------|
| | | всего | теория | практика |
| 1 | ПДД | 7 | 2 | 5 |
| 2 | Основы медицинских знаний и оказание первой доврачебной помощи. | 74 | 49 | 25 |
| 4 | Тренировочные занятия для подготовки команд к участию в спортивно-патриотической игре «Зарница», «Орленок». | 27 | 2 | 25 |
| | ИТОГО: | 108 | 53 | 55 |

Учебный план

3-й год

обучения.

| № п/п | Тема | часы | | |
|-------|---|------------|--------|------------|
| | | всего | теория | практика |
| 1 | Туристическая подготовка. Ориентирование | 7 | | 7 |
| 2 | Медицинская подготовка. | 8 | | 8 |
| 3 | Строевая подготовка. | 30 | | 30 |
| 4 | Гражданская оборона. | 7 | | 7 |
| 5 | Огневая подготовка | 20 | | 20 |
| 6 | Физическая подготовка | 30 | | 30 |
| 7 | Тренировочные занятия для подготовки команд к участию в спортивно-патриотической игре «Зарница», «Орленок», «Победа» | 6 | | 6 |
| | ИТОГО: | 108 | | 108 |

Формы проведения аттестации (контроля): тестирование, наблюдение, соревнования, выполнение нормативов.

Календарный учебный график

1.Режим работы МБОУ «СОШ № 1» г. Микунь (далее учреждение)

| День недели | Начало работы | Окончание работы |
|-------------|---------------|------------------|
| Понедельник | 8.00 | 19.00 |
| Среда | 8.00 | 19.00 |
| Пятница | 8.00 | 19.00 |
| Суббота | выходной | |
| Воскресенье | выходной | |

Начало занятий в 16 часов 00 минут, продолжительность занятия - 45 минут;

2.Продолжительность учебного года образовательной (внеурочной) деятельности.

Учебный год в учреждении начинается 15 сентября 2023 года.

Продолжительность учебного года (внеурочной деятельности) на уровне основного общего и среднего общего образования - 34 учебные недели.

3.Продолжительность учебных периодов.

5-11 классы

| Учебная четверть | Количество учебных недель | Сроки | Каникулы | |
|------------------|---------------------------|------------------------|-----------------------------|--|
| | | | Количество календарных дней | Каникулы |
| I четверть | 8 недель | 15 .09.2023-27.10.2023 | 10 | 28.10.2023- 06.11.2023 |
| II четверть | 8 недель | 07.11.2023-29.12.2023 | 10 | 30.12.2023-08.01.2024 |
| III четверть | 11 недель | 09.01.2024-22.03.2024 | 9 | 23.03.2024-31.03.2024 |
| IV четверть | 7 недель | 01.04.2024-24.05.2024 | 92 | Летние каникулы 25.05.2024 – 31.08.2024 |
| ВСЕГО: | 34 недели | | | |

4. Продолжительность учебной недели (внеурочной деятельности)

Уровень основного общего образования – пятидневная учебная неделя

Уровень среднего общего образования – пятидневная учебная неделя

5.Промежуточная аттестация

| Класс | Сроки проведения промежуточной аттестации |
|-------------|---|
| 5- 11 класс | Март- май |

Формы проведения аттестации (контроля): тестирование, наблюдение, соревнования, выполнение нормативов.

1-й год обучения.
Календарно-тематическое планирование

| № п/п | Тема занятия | Количество часов | Теория | Практика |
|---|--|------------------|--------|----------|
| Человек, среда его обитания, безопасность человека. | | | | |
| 1 | Инструктаж. Город и село как среда обитания человека | 1 | беседа | |
| 2 | Природа и места для активного отдыха | 1 | беседа | |
| 3 | Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища | 1 | беседа | |
| 4 | Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища | 1 | | практика |
| 5 | Особенности природных условий в городе и селе | 1 | беседа | |
| 6 | Особенности природных условий в городе и селе | 1 | | практика |
| 7 | Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе | 1 | беседа | |
| 8 | Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе | 1 | | практика |
| 9 | Безопасность в повседневной жизни | 1 | беседа | |
| 10 | Безопасность в повседневной жизни | 1 | | практика |
| Опасные ситуации техногенного характера | | | | |
| 11 | Дорожное движение. | 1 | беседа | |
| 12 | Дорожное движение. | 1 | | практика |
| 13 | Безопасность участников дорожного движения | 1 | беседа | |
| 14 | Безопасность участников дорожного движения | 1 | | практика |
| 15 | Пожарная безопасность | 1 | беседа | |
| 16 | Пожарная безопасность | 1 | | практика |
| 17 | Безопасное поведение в бытовых ситуациях | 1 | беседа | |
| 18 | Безопасное поведение в бытовых ситуациях | 1 | | практика |
| Опасные ситуации природного характера | | | | |
| 19 | Погодные явления и безопасность человека | 1 | беседа | |
| 20 | Погодные явления и безопасность человека | 1 | | практика |
| 21 | Безопасность на водоемах | 1 | беседа | |
| 22 | Безопасность на водоемах | 1 | | практика |
| Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера | | | | |
| 23-24 | Чрезвычайные ситуации природного характера | 2 | беседа | |
| 25-26 | Чрезвычайные ситуации техногенного характера | 2 | | практика |
| Основы медицинских знаний и оказание первой доврачебной помощи | | | | |
| 27 | Виды ЧС. Виды травм и поражений. Оказание первой помощи. | 1 | беседа | |

| | | | | |
|---|---|---|--------|----------|
| 28 | Основные правила оказания первой помощи (далее - ПП). | 1 | беседа | |
| 29 | Первая помощь при ранениях. Виды ран. Виды кровотечений и способы их остановки. | 1 | | практика |
| 30 | Правила наложения повязок. Перевязочные средства. | 1 | | практика |
| 31-32 | Оказание первой помощи при механических повреждениях костей. Разновидности переломов. | 2 | | практика |
| 33 | Реанимационные мероприятия. | 1 | | практика |
| 34 | Донорский метод искусственной вентиляции легких. | 1 | беседа | |
| 35 | Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. | 1 | беседа | |
| 36 | Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. | 1 | | практика |
| 37 | Экстренная реанимационная помощь. | 1 | беседа | |
| 38 | Признаки клинической смерти. | 1 | беседа | |
| Первая помощь при автодорожном происшествии. | | | | |
| 39 | Понятие о черепно-мозговой травме и коматозном состоянии. | 1 | беседа | |
| 40 | Экстренная помощь пострадавшему в состоянии комы. Транспортировка пострадавшего | 1 | | практика |
| Помощь при утоплении | | | | |
| 41 | Первая помощь пострадавшему без признаков жизни. Помощь при отеке легких. | 1 | беседа | |
| 42 | Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления. | 1 | беседа | |
| Помощь при поражении электрическим током и молнией. | | | | |
| 43 | Поражающее действие электрического тока. Понятие асфиксии | 1 | беседа | |
| 44 | Первая помощь при поражении электрическим током. | 1 | | практика |
| Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути. | | | | |
| 45 | Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею. Стадии асфиксии | 1 | беседа | |
| 46 | Отработка навыков извлечения инородного тела на манекене | 1 | | практика |
| 47 | Отработка навыков извлечения инородного тела на манекене | 1 | | практика |
| 48 | Отработка навыков извлечения инородного тела на манекене | 1 | | практика |
| Помощь пострадавшим при обширных ожогах. | | | | |
| 49 | Зависимость смертельных исходов от площади и степени ожога | 1 | беседа | |
| 50 | Схема лечения ожогового шока. | 1 | беседа | |

| | | | | |
|--|---|---|--------|----------|
| 51 | Правила оказания помощи на месте происшествия | 1 | | практика |
| Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков изавалов зданий и техники. | | | | |
| 52 | Понятие о синдроме длительного сдавливания. Причины смерти пострадавших в первые минуты | 1 | беседа | |
| 53 | Правила извлечения пострадавшего из-под завала | 1 | | практика |
| 54 | Оказание помощи на месте происшествия. | 1 | | практика |
| Опасные ситуации в природной среде | | | | |
| 55 | Безопасность при встрече с дикими животными | 1 | беседа | |
| 56 | Опасные растения и травы | 1 | беседа | |
| 57 | Съедобные и несъедобные грибы | 1 | беседа | |
| 58 | Укусы насекомых и защита от них | 1 | беседа | |
| Первая помощь при неотложных ситуациях | | | | |
| 59 | Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде | 1 | | практика |
| 60 | Оказание первой помощи при различных видах травм | 1 | | практика |
| 61 | Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, | 1 | | практика |
| 62 | Первая помощь при обморожении, переохлаждении и ожоге | 1 | | практика |
| 63 | Наиболее частые причины обмороков | 1 | беседа | |
| 64 | Понятие о гипертонии | 1 | беседа | |
| 65 | Как измерить артериальное давление и ЧСС. Как оказать первую помощь. | 1 | беседа | |
| 66 | Измерение артериального давления | 1 | | практика |
| 67 | Коварство аллергии | 1 | беседа | |
| 68 | Понятие об аллергенах, антителах и аллергической реакции | 1 | беседа | |
| Тренировочные занятия для подготовки команд к участию в спортивно-патриотической игре «Зарница», «Орленок». | | | | |
| 69 | Первая помощь | 1 | | практика |
| 70 | Вязание узлов | 1 | | практика |
| 71 | Мы - пешеходы | 1 | беседа | |
| 72 | Правила дорожного движения | 1 | беседа | |
| 73 | Безопасность пассажира | 1 | беседа | |
| 74 | Правила пользования ОЗК | 1 | | практика |

| | | | | |
|---------|---|--------------|--------|----------|
| 75 | Гражданская оборона | 1 | | |
| 76 | Строевая подготовка | 1 | | практика |
| 77 | Одиночные строевые упражнения | 1 | | практика |
| 78 | Правила надевание противогаза | 1 | | практика |
| 79 | Неполная сборка и разборка автомата | 1 | | практика |
| 80 | Правила надевания ОЗК | 1 | | практика |
| 81 | Строевые подготовка | 1 | | практика |
| 82 | Передвижение в строю. | 1 | | практика |
| 83 | Веселые старты | 1 | | практика |
| 84 | Историческая викторина | 1 | беседа | |
| 85 | Пожарная эстафета | 1 | | практика |
| 86 | Строевые подготовка | 1 | | практика |
| 87 | Неполная сборка и разборка автомата | 1 | | практика |
| 88 | Спортивная эстафета | 1 | | практика |
| 89 | КТД «Мы выбираем жизнь!» | 1 | | практика |
| 90 | Пожарная викторина | 1 | | практика |
| 91-92 | Правила надевания ОЗК | 2 | | практика |
| 93-94 | Тренировочные занятия | 2 | | практика |
| 95 | Пожарная эстафета | 1 | | практика |
| 96 | Весёлые старты «Мы на дороге» | 1 | | практика |
| 97 | КВЕСТ-игра «41-45» | 1 | беседа | |
| 98 | Реализация проекта «Мы юные помощники ГИБДД» | 1 | беседа | |
| 99 | Спортивная эстафета | 1 | | практика |
| 100 | Историческая викторина посвященная Победе в Великой Отечественной войне | 1 | беседа | |
| 101-102 | Оказание первой помощи | 2 | | практика |
| 103 | Оказание первой помощи при переломах | 1 | | практика |
| 104 | Первая помощь при вывихах | 1 | | практика |
| 105 | Первая помощь при ушибах | 1 | | практика |
| 106 | Первая помощь при попадании инородного тела в дыхательный пути | 1 | | практика |
| 107 | Первая помощь при отравлении, и укусах насекомых | 1 | | практика |
| 108 | Первая помощь при обморожении и ожогах | 1 | | практика |
| | Итого: | 108 | | |
| | | часов | | |

**2-й год обучения.
Календарно тематическое планирование.**

| № п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Теория | Практика |
|--|---|--------------|----------------|---------------------|
| ПДД | | | | |
| 1 | Проект «Пешеход – участник дорожного движения». | 1 | беседа | |
| 2 | Проект «Пешеход – участник дорожного движения». | 1 | | работа над проектом |
| 3 | Проект «Пешеход – участник дорожного движения». | 1 | | работа над проектом |
| 4 | Проект «Пешеход – участник дорожного движения». | 1 | | работа над проектом |
| 5 | Проект «Пешеход – участник дорожного движения». | 1 | | работа над проектом |
| 6 | Проект «Пешеход – участник дорожного движения». Изготовление памяток. | 1 | | работа над проектом |
| 7 | Проект «Пешеход – участник дорожного движения». | 1 | защита проекта | |
| Основы медицинских знаний и оказание первой доврачебной помощи. | | | | |
| 8 | Травматический шок и противошоковые мероприятия. | 1 | беседа | |
| 9 | Асептика и антисептика. | 1 | беседа | |
| 10 | Определение, классификация и характеристика кровотечений. | 1 | беседа | |
| 11 | Группы крови. Резус фактор. | 1 | беседа | |
| 12 | Первая помощь при кровотечениях. | 1 | | практика |
| 13 | Открытые повреждения – раны. | 1 | | практика |
| 14 | Десмургия (наложение повязок и шин). | 1 | | практика |
| 15 | Строение опорно-двигательной системы. | 1 | | практика |
| 16 | Первая помощь при ранениях. | 1 | | практика |
| 17 | Первая помощь при ранениях. | 1 | | практика |
| 18 | Правила наложения повязок. | 1 | | практика |
| 19 | Правила наложения повязок | 1 | | практика |
| 20 | Закрытые повреждения. | 1 | | практика |
| 21 | Первая помощь при переломах. | 1 | | практика |
| 22 | Поражение электрическим током. | 1 | | практика |
| 23 | Ожоги. | 1 | | практика |
| 24 | Обморожения. | 1 | | практика |
| 25 | Реанимация. | 1 | | практика |
| 26 | Инородные тела глаз, ушей, дыхательных путей. | 1 | | практика |
| 27 | Первая помощь при тепловом и солнечном ударе. | 1 | | практика |
| 28 | Способы искусственного дыхания. | 1 | | практика |
| 29 | Первая помощь при остановке дыхания и сердечной деятельности. | 1 | | практика |
| 30 | Первая помощь при укусах. | 1 | | практика |

| | | | | |
|----|--|---|------------------|----------|
| 31 | Первая помощь при утоплении, ударе током, заваливании землей. | 1 | беседа | |
| 32 | Заболевания, передающиеся через животных. | 1 | беседа | |
| 33 | Защита рефератов, презентаций. | 1 | круглый стол | |
| 34 | Введение. Лекарственные препараты. | 1 | _ | |
| 35 | Основные принципы лекарственной помощи. | 1 | беседа беседа | |
| 36 | Пути введения лекарственных средств. | 1 | беседа | |
| 37 | Пути введения лекарственных средств | 1 | | практика |
| 38 | Строение органов кровообращения. | 1 | беседа | |
| 39 | Характеристика основных заболеваний. | 1 | кейс | |
| 40 | Первая помощь и уход при сердечно-сосудистых заболеваниях. | 1 | беседа | |
| 41 | Первая помощь и уход при сердечно-сосудистых заболеваниях | 1 | кейс | |
| 42 | Строение органов дыхания. | 1 | беседа | |
| 43 | Характеристика основных заболеваний. | 1 | беседа | |
| 44 | Первая помощь и уход при заболеваниях дыхательной системы. | 1 | беседа | |
| 45 | Первая помощь и уход при заболеваниях дыхательной системы. | 1 | кейс | |
| 46 | Строение органов мочевыделительной системы. | 1 | беседа | |
| 47 | Основные признаки заболеваний мочевыделительной системы. | 1 | беседа | |
| 48 | Первая помощь и уход при заболеваниях мочевыделительной системы. | 1 | кейс | |
| 49 | Строение органов пищеварения. | 1 | беседа | |
| 50 | Основные признаки заболеваний пищеварительной системы. | 1 | беседа | |
| 51 | Первая помощь и уход при заболеваниях органов пищеварения. | 1 | кейс | |
| 52 | Первая помощь и уход при заболеваниях органов пищеварения. | 1 | беседа | |
| 53 | Первая медицинская помощь при острых отравлениях. | 1 | кейс | |
| 54 | Инфекционные болезни. | 1 | беседа | |
| 55 | Лекарственные растения, их применение. | 1 | беседа | |
| 56 | Действующие вещества в лекарственных растениях | 1 | беседа | |
| 57 | Первая помощь при отравлении грибами. | 1 | кейс | |
| 58 | Правила поведения на природе. | 1 | беседа | |
| 59 | Защита рефератов, презентаций. | 1 | круглый стол | |
| 60 | Ядовитые растения. | 1 | беседа | |
| 61 | Помощники здоровья, растущие на грядках. | 1 | беседа | |
| 62 | Влияние комнатных растений. | 1 | беседа | |
| 63 | Ароматерапия. | 1 | беседа | |
| 64 | Зоотерапия. | 1 | беседа | |
| 65 | Почему здоровье зависит от погоды. | 1 | беседа | |
| 66 | Смертельные лучи электромагнитной печи. | 1 | беседа | |

| | | | | |
|--|--|------------------|--------------|----------|
| 67 | Химизация быта человека. | 1 | беседа | |
| 68 | Шум и здоровье человека. | 1 | беседа | |
| 69 | Причины возникновения болезней. | 1 | беседа | |
| 70 | Влияние психоактивных веществ на здоровье | 1 | беседа | |
| 71 | Сотовый телефон: за и против | 1 | беседа | |
| 72 | Техногенные болезни. | 1 | беседа | |
| 73 | Защита рефератов, презентаций | 1 | круглый стол | |
| 74-75 | Акция «Мы выбираем жизнь!». Конкурс рисунков. Спортивные эстафеты. | 2 | | практика |
| 76-77 | Вредные привычки | 2 | беседа | |
| 78-79 | Конкурс плакатов, коллажей «Мы за ЗОЖ» | 2 | | практика |
| 80 | Весёлые старты «Быть здоровым очень просто захотеть!» | 1 | | практика |
| Тренировочные занятия для подготовки команд к участию в спортивно-патриотической игре «Зарница», «Орленок». | | | | |
| 81 | Первая медицинская помощь. | 1 | | практика |
| 82 | Вязание узлов. | 1 | | практика |
| 83 | ПДД. Дорожные знаки. | 1 | | практика |
| 84 | Правила дорожного движения. | 1 | | практика |
| 85 | Безопасность пассажира. | 1 | беседа | |
| 86 | Правила пользования ОЗК. | 1 | беседа | |
| 87 | Неполная сборка и разборка автомата. | 1 | | практика |
| 88 | Правила надевания ОЗК. | 1 | | практика |
| 89 | Строевые упражнения.. | 1 | | практика |
| 90 | Одиночные строевые упражнения. | 1 | | практика |
| 91 | Гражданская оборона. Эстафеты. | 1 | | практика |
| 92 | Эвакуация пострадавшего из зоны заражения. | 1 | | практика |
| 93 | Пожарная эстафета. | 1 | | практика |
| 94 | Оказание первой помощи при переломах. | 1 | | практика |
| 95 | Неполная сборка и разборка автомата. | 1 | | практика |
| 96 | Спортивная эстафета. | 1 | | практика |
| 97 | Вязка узлов. Определение расстояния и азимута по карте. | 1 | | практика |
| 98 | Пожарная эстафета. | 1 | | практика |
| 99-100 | Правила надевания ОЗК. Эвакуация пострадавшего из зоны заражения. | 2 | | практика |
| 101 | Стрельба из пневматической винтовки. | 1 | | практика |
| 102 | Стрельба из пневматической винтовки. | 1 | | практика |
| 103 | Стрельба из пневматической винтовки. | 1 | | практика |
| 104 | Стрельба из пневматической винтовки. | 1 | | практика |
| 105 | Пожарная эстафета. | 1 | | практика |
| 106 | Историческая викторина 1941-1945 год. | 1 | | практика |
| 107 | Спортивная эстафета. | 1 | | практика |
| 108 | Пожарная викторина. Оказание первой помощи при пожаре. | 1 | | практика |
| Итого: | | 108 часов | | |

3-й год обучения.
Календарно тематическое планирование.

| № п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Теория | Практика |
|---|---|--------------|--------|----------|
| Туристическая подготовка. Ориентирование | | | | |
| 1 | Изучается понятие «карта», виды карт; | 1 | беседа | |
| 2 | Условные знаки. Масштабы карт. Устройство и правила пользования компасом. Вязка узлов | 1 | | практика |
| 3 | Ориентирование на местности. Вязка узлов. | 1 | | практика |
| 4 | Прохождение туристической полосы | 1 | | практика |
| 5 | Прохождение туристической полосы | 1 | | практика |
| 6 | Ориентирование на местности. Вязка узлов. | 1 | | практика |
| 7 | Ориентирование на местности. Вязка узлов. Прохождение туристической полосы. | 1 | | практика |
| Медицинская подготовка. | | | | |
| 8 | Травматический шок и противошоковые мероприятия. | 1 | беседа | |
| 9 | Определение, классификация и характеристика кровотечений. | 1 | беседа | |
| 10 | Виды травм. | 1 | беседа | |
| 11 | Первая помощь при кровотечениях. | 1 | | практика |
| 12 | Десмургия (наложение повязок и шин). | 1 | | практика |
| 13 | Первая помощь при ранениях. | 1 | | практика |
| 14 | Первая помощь при ранениях. Правила наложения повязок. Правила наложения повязок. Закрытые повреждения. | 1 | | практика |
| 15 | Первая помощь при переломах. | 1 | | практика |
| Строевая подготовка. | | | | |
| 16 | Действия в составе отделения на месте | | | |
| 17 | Действия в составе отделения в движении | | | |
| 18 | Одиночная строевая подготовка | | | |
| 19 | Воинское приветствие в движении | 1 | | практика |
| 20 | Движение строевым шагом, повороты в движении | 1 | | практика |
| 21 | Горжественное прохождение в составе отделения | 1 | | практика |
| 22 | Действия в составе отделения на месте | 1 | | практика |
| 23 | Действия в составе отделения в движении | 1 | | практика |
| 24 | Одиночная строевая подготовка | 1 | | практика |
| 25 | Движение строевым шагом, повороты в движении | 1 | | практика |
| 26 | Воинское приветствие в движении | 1 | | практика |
| 27 | Действия в составе отделения на месте | 1 | | практика |
| 28 | Действия в составе отделения в движении | 1 | | практика |

| | | | | |
|-----------------------------|---|---|--------|----------|
| 29 | Одиночная строевая подготовка | 1 | | практика |
| 30 | Движение строевым шагом, повороты в движении | 1 | | практика |
| 31 | Воинское приветствие в движении | 1 | | практика |
| 32 | Действия в составе отделения на месте | 1 | | практика |
| 33 | Действия в составе отделения в движении | 1 | | практика |
| 34 | Одиночная строевая подготовка | 1 | | практика |
| 35 | Движение строевым шагом, повороты в движении | 1 | | практика |
| 36 | Воинское приветствие в движении | 1 | | практика |
| 37 | Действия в составе отделения на месте | 1 | | практика |
| 38 | Действия в составе отделения в движении | 1 | | практика |
| 39 | Одиночная строевая подготовка | 1 | | практика |
| 40 | Движение строевым шагом, повороты в движении | 1 | | практика |
| 41 | Горжественное прохождение в составе отделения | 1 | | практика |
| 41 | Действия в составе отделения на месте | 1 | | практика |
| 43 | Действия в составе отделения в движении | 1 | | практика |
| 44 | Движение строевым шагом, повороты в движении | 1 | | практика |
| 45 | Горжественное прохождение в составе отделения | 1 | | практика |
| Гражданская оборона. | | | | |
| 46 | Пользование средствами индивидуальной защиты (респираторы, противогазы) | 1 | беседа | практика |
| 47 | Надевание защитного костюма Л-1 | 1 | | практика |
| 48 | Преодоление участков заражения и препятствий в средствах защиты | 1 | | практика |
| 49 | Зачеты | 1 | | практика |
| 50 | Вынос пострадавшего из зоны заражения | 1 | | практика |
| 51 | Эстафеты | 1 | | практика |
| 52 | Эстафеты | 1 | | практика |
| Огневая подготовка. | | | | |
| 53 | Боевые свойства, назначение и устройство малокалиберной винтовки. Изучаются боевые возможности, структура и назначение малокалиберной винтовки; | 1 | беседа | |
| 54 | Подготовка к стрельбе; правила поведения в тире. Инструктаж. | 1 | беседа | практика |
| 55 | Стрельба из малокалиберной винтовки, сидя с упора. | 1 | | практика |
| 56 | Стрельба из малокалиберной винтовки, сидя с упора. | 1 | | практика |
| 57 | Стрельба из малокалиберной винтовки, сидя с упора. | 1 | | практика |
| 58 | Стрельба из малокалиберной винтовки, лежа | 1 | | практика |

| | | | | |
|------------------------------|---|---|--|----------|
| | с упора. | | | |
| 59 | Стрельба из малокалиберной винтовки, лежа с упора. | 1 | | практика |
| 60 | Стрельба из малокалиберной винтовки, лежа с упора. | 1 | | практика |
| 61 | Стрельба из малокалиберной винтовки, стоя. | 1 | | практика |
| 62 | Стрельба из малокалиберной винтовки, стоя. | 1 | | практика |
| 63 | Стрельба из малокалиберной винтовки, стоя. | 1 | | практика |
| 64 | Стрельба из малокалиберной винтовки, сидя с упора. | 1 | | практика |
| 65 | Стрельба из малокалиберной винтовки, лежа с упора. | 1 | | практика |
| 66 | Стрельба из малокалиберной винтовки, стоя. | 1 | | практика |
| 67 | Стрельба из малокалиберной винтовки, сидя с упора. | 1 | | практика |
| 68 | Стрельба из малокалиберной винтовки, лежа с упора. | 1 | | практика |
| 69 | Стрельба из малокалиберной винтовки, стоя. | 1 | | практика |
| 70 | Стрельба из малокалиберной винтовки, сидя с упора. | 1 | | практика |
| 71 | Стрельба из малокалиберной винтовки, лежа с упора. | 1 | | практика |
| 72 | Стрельба из малокалиберной винтовки, стоя. | | | практика |
| Физическая подготовка | | | | |
| 73 | Развитие выносливости в беге 10 мин. ОФП | 1 | | практика |
| 74 | Развитие выносливости в беге 10 мин. ОФП | 1 | | практика |
| 75 | Развитие выносливости в беге 10 мин. ОФП | 1 | | практика |
| 76 | Развитие выносливости в беге 10 мин. ОФП | 1 | | практика |
| 77 | Развитие выносливости в беге 12 мин. ОФП | 1 | | практика |
| 78 | ОФП. Игра в волейбол | 2 | | практика |
| 79 | Развитие выносливости в беге 12 мин. ОФП | 2 | | практика |
| 80 | Развитие выносливости в беге 12 мин. ОФП | 2 | | практика |
| 81 | Развитие выносливости в беге 12 мин. ОФП | 1 | | практика |
| 82 | Развитие скоростных качеств в «Челночном беге». ОФП | 1 | | практика |
| 83 | ОФП. Игра в волейбол | 1 | | практика |
| 84 | Развитие выносливости в беге 12 мин. ОФП | 1 | | практика |
| 85 | Развитие скоростных качеств в «Челночном беге». ОФП | 1 | | практика |
| 86 | ОФП. Игра в волейбол | 1 | | практика |
| 87 | ОФП. Игра в волейбол | 1 | | практика |
| 88 | Развитие выносливости в беге 12 мин. ОФП | 1 | | практика |
| 89 | Развитие скоростных качеств в «Челночном беге». ОФП | 1 | | практика |
| 90 | ОФП. Игра в волейбол | 1 | | практика |
| 91 | Развитие выносливости в беге 12 мин. ОФП | 1 | | практика |
| 92 | Развитие скоростных качеств в «Челночном беге». ОФП | 1 | | практика |
| 93 | ОФП. Игра в волейбол | 1 | | практика |
| 94 | Развитие выносливости в беге 12 мин. ОФП | 1 | | практика |
| 95 | Развитие скоростных качеств в «Челночном беге». ОФП | 1 | | практика |
| 96 | ОФП. Игра в волейбол | 1 | | практика |
| 97 | Развитие выносливости в беге 12 мин. ОФП | 1 | | практика |

| | | | | |
|---|---|------------------|--|----------|
| 98 | Развитие скоростных качеств в «Челночном беге». ОФП | 1 | | практика |
| 99 | ОФП. Игра в волейбол | 1 | | практика |
| 100 | Развитие выносливости в беге 12 мин. ОФП | 2 | | практика |
| 101 | Развитие скоростных качеств в «Челночном беге». ОФП | 1 | | практика |
| 102 | ОФП. Игра в волейбол | 1 | | практика |
| Тренировочные занятия для подготовки команд к участию в спортивно-патриотической игре «Зарница», «Орленок», «Победа» | | | | |
| 103 | Первая медицинская помощь. | 1 | | практика |
| 104 | ПДД. Дорожные знаки. | 1 | | практика |
| 105 | Правила пользования ОЗК. | 1 | | практика |
| 106 | Неполная сборка и разборка автомата. | 1 | | практика |
| 107 | Гражданская оборона. Эстафеты. | 1 | | практика |
| 108 | Пожарная эстафета. | 1 | | практика |
| | Итого: | 108 часов | | |

Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение программы:

1. Учебный класс.
2. Принтер, экран, ноутбук.
3. Фотокамера.
4. ОЗК – 4 шт.
5. Бытовой дозиметр – 2 шт.
6. Компас – 10 шт.
7. Противогаз – 17 шт.
8. АК- 74 – 2 шт.
9. Винтовка пневматическая – 3 шт.
10. Макет гранаты – 2 шт.
11. Шины – 2 шт.
12. Тренажер Александр – 2 шт
13. Тренажер СЛР – 1 шт
14. Санитарная сумка – 4 шт.

Учебный комплект на каждого обучающегося (тетрадь, ручка, карандаш, фломастеры, набор цветной бумаги, альбом и т.п.).

Спортивная форма.

Методическое обеспечение.

Безопасность в современном мире

Уроки безопасности: наглядно-дидактическое пособие.

Безопасность в социуме.

Безопасность дома. Изготовитель ООО «Феникс». Лыкова И.А., Шипунова В.А.

Социальная безопасность: дидактический материал «Детская безопасность».

Безопасность на природе

Беречь лес: памятка.

Если потерялся в лесу: информация для родителей. Памятка пребывания граждан в лесах.

ПДД и безопасность на транспорте

Дорожные знаки: плакат.

Правила дорожной и пожарной безопасности: комплект плакатов.

Правила маленького пешехода: наглядно-дидактическое пособие.

Безопасность на водных объектах

Безопасность на водоемах: памятка.

Добрые советы от МЧС для любителей активного отдыха. Меры предосторожности и правила поведения на льду.

Пожарная безопасность и пожарно-спасательная подготовка

Методическое пособие для проведения занятий с членами дружин юных пожарных (ДЮП) по теме

«Пожарная техника, состоящая на вооружении пожарной охраны России, и ее назначение для тушения современных пожаров»

Добрые советы от МЧС для детей и их друзей. Правила безопасного поведения в быту. Пожарная безопасность для детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Первая помощь

Оказание первой помощи пострадавшим.

Практическое пособие.

Учебные ролики по ОБЖ.

Художественные фильмы о работе спасателей.

Форма аттестации.

Формы подведения итогов реализации программы

Отслеживание результатов образовательного процесса осуществляется посредством итоговой аттестации. Обучающиеся по данной программе, проходят итоговую аттестацию по окончании освоения программы (май).

При подведении итогов освоения программы используются формы аттестации:

-опрос;

-выполнение практической работы.

Оценочные материалы.

Система оценки достижения планируемых результатов необходима для ведения мониторинга по эффективности проведения занятий кружка, достижения

поставленных целей и задач, а также для проверки знаний и умений обучающихся.

Для оценки достижений используются следующие материалы:

1. Тестирование на выявление полученных знаний.
2. Умение оказывать помощь пострадавшим на темы, предусмотренные учебным планом.
3. Умение оказывать первую медицинскую помощь.

Контроль оценки достижений также предусматривается путем наблюдения за деятельностью обучающихся, анкетирования, анализа наработанного материала.

Система контроля основана на следующих принципах:

- Объективности (научно обоснованное содержание тестов, заданий, вопросов и т.д.; адекватно установленные критерии оценивания; одинаково справедливое отношение педагога ко всем обучающимся).
- Систематичности (проведение контроля на всех этапах обучения при реализации комплексного подхода к диагностированию).
- Наглядности, гласности (проведение контроля всех обучаемых по одним критериям; оглашение и мотивация оценок; составление перспективных планов ликвидации пробелов).

Работа обучающихся, оценивается по результатам освоения программы (высокий, средний и низкий уровни). По предъявлению знаний, умений, навыков, возможности практического применения в различных ситуациях творческого использования.

| | |
|--|--|
| Высокий уровень освоения программы | Обучающийся демонстрирует высокую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием программы; показывает широкие возможности практического применения в собственной творческой деятельности приобретенных знаний умений и навыков. |
| Средний уровень | Обучающийся демонстрирует достаточную заинтересованность в |

| | |
|-----------------------------------|---|
| освоения программы | учебной и творческой деятельности, которая является содержанием программы; может применять на практике в собственной творческой деятельности приобретенные знания, умения и навыки. |
| Низкий уровень освоения программы | Обучающийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием программы; не стремится самостоятельно применять на практике в своей деятельности приобретенные знания умения и навыки. |

Список литературы.

1. Образовательные программы для системы дополнительного образования детей «Туризм и краеведение».
2. Дополнительная образовательная программа «ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ» Левченко Т.А.
3. Виноградов А.В., Шаховец В.В. Медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях. М.:1996. (Библиотечка журнала «Военные знания»).
4. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. М.: Академия, 2004.
5. Вознесенский В.В., Зайцев А.П. Сильнодействующие ядовитые вещества. Технические жидкости. Ртуть. М., 1996. (Библиотечка журнала «Военные знания»).
6. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2001 – 2005 годы». М.: Российский государственный военный историко- культурный центр при Правительстве РФ, 200