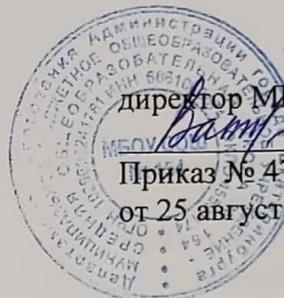


Приложение 5 к Основной общеобразовательной программе –
образовательной программе среднего общего образования

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
МБОУ СОШ № 154
Протокол № 1
от 25 августа 2021 г.



УТВЕРЖДЕНО:

директор МБОУ СОШ № 154
О.В. Валамина
О.В. Валамина
Приказ № 47-0
от 25 августа 2021 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности

спортивно-оздоровительной направленности

МЧС «ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ»

(10 классы)

Срок реализации: 2 года

Составитель: Шарабуряк Н.В.

Учитель ОБЖ МБОУ СОШ №154

Екатеринбург, 2021 г.

Содержание программы

1. Пояснительная записка
2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности
3. Содержание курса внеурочной деятельности
4. Тематическое планирование
5. Список литературы

1. Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «МЧС «Юный спасатель» разработана в соответствии с правовыми и нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Постановление Правительства Российской Федерации от 5 октября 2010 года № 795 (ред. от 17.01.2013) «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011 - 2015 годы»
- Санитарно – эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.2.2821 – 10 (с изм. на 22 мая 2019) «Санитарно – эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утверждёнными постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 189.
- Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

Программа «Юный спасатель» является важным этапом обеспечения социальной защиты человека. Ее реализация призвана решительно повысить информированность детей в области чрезвычайных ситуаций, дать им практические рекомендации по защите, должна способствовать снижению смертности, заболеваемости и травматизма среди обучающихся от вредных и опасных факторов окружающей среды, помочь выработать у них психологическую устойчивость в чрезвычайных ситуациях, а также бережное отношение к себе и окружающей среде.

Актуальность программы «Юный спасатель» состоит в том, что она ориентирована на воспитание гражданина «безопасного» типа, знающего основы защиты человека и общества от современного комплекса опасных факторов и умеющего применить эти знания на практике.

В статье 25 Федерального закона «О пожарной безопасности» предусмотрено «...обязательное обучение детей в дошкольных образовательных учреждениях и лиц, обучающихся в общеобразовательных учреждениях, мерам пожарной безопасности».

Главная цель раздела пожарной безопасности научить детей правильно действовать в чрезвычайных обстоятельствах, привить навыки осторожного обращения с огнем.

Кроме этого в программу включен раздел о правилах оказания доврачебной помощи. Зачастую своевременно предоставленная первая доврачебная помощь определяет, выздоровеет ли пострадавший полностью или останется на всю жизнь инвалидом. В идеале, всем людям без исключения хорошо было бы знать, какие действия необходимо предпринимать при несчастном случае. Всем следует уметь оказывать первую помощь. Когда-то Леонардо да Винчи сказал: «Жизнь есть дар, великий дар, и тот,

кто ее не ценит, этого дара не заслуживает». Замечательное высказывание великого художника о той ответственности, которую должен нести каждый человек за свою жизнь. Эту ответственность необходимо воспитывать и в детях, ведь известно, что в большинстве своем они попадают в беду не из-за незнания правил безопасного поведения, а по своей детской наивности, неопытности, особенностей организма, из-за необдуманного риска.

В настоящее время одна из важнейших задач – обеспечение безопасности жизни и здоровья детей, поэтому подготовка детей к действиям в экстремальных условиях – важнейшая составляющая воспитания и социализации подростков. Самое важное – научить детей правилам жизни во взрослом мире. Речь идет не столько о заучивании детьми правил, сколько о воспитании. Только выполнение правил безопасного поведения без осознания механизма возникновения чрезвычайного происшествия и правильного действия в каждой конкретной ситуации, без самодисциплины и самоконтроля не может гарантировать безопасности.

Все это стало предпосылками к созданию программы «Юный спасатель». Занятия по данной программе одновременно с получением дополнительного образования решают проблему организованного досуга и повышения социального статуса обучающихся: ребенок, посещая объединение «Юный спасатель» в свободное время, знает, что он нужен, его ждут, ему рады, его судьба интересна не только педагогу, но и всему учреждению дополнительного образования.

Основная цель программы - формирование у молодого поколения сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, популяризация среди молодежи здорового и безопасного образа жизни, пропаганда Всероссийского детско-юношеского движения «Школа безопасности» и вовлечение в него как можно больше учащихся.

Задачи:

- подготовка молодежи к безопасному поведению в экстремальных ситуациях, оказание взаимопомощи, развитие заинтересованности в предотвращении возможных ЧС;
- приобретение необходимых знаний, умений и навыков: оказание первой медицинской помощи, работа с туристским снаряжением, ориентирование на местности, поведение в экстремальных ситуациях;
- повышение уровня морально-психологического состояния и физического развития школьников;
- организация профильного обучения учащихся.

В результате занятий по данной программе сформируется стабильный коллектив объединения, появится заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, разовьется чувство ответственности и товарищества, а в конечном итоге – будут воспитаны грамотные, сознательные люди, которые не только сами не попадают в чрезвычайные ситуации, но и помогут друзьям и знакомым стать внимательными, спокойными, тактичными – словом, люди «безопасного» типа, знающие основы защиты человека и общества от современного комплекса опасных факторов и умеющие применить эти знания на практике.

Данная программа рассчитана на учащихся 10 классов. Набор детей в группы свободный, с предъявлением справки от врача о возможности посещать данное объединение.

Программа рассчитана на 2 года обучения всего 68 часов, по 34 часа в год. В систему отслеживания и оценивания результатов подготовки детей по данной программе является проведение мониторинга компетенции воспитанника в начале, середине и конце курса; участие в соревнованиях.

Системно-деятельностный подход

В основе реализации программы лежит системно-деятельностный подход, который предполагает:

- воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества, инновационной экономики, задачам построения российского гражданского общества на основе принципов толерантности, диалога культур и уважения его многонационального, поликультурного.
- переход к стратегии социального проектирования и конструирования на основе разработки содержания и технологий образования, определяющих пути и способы достижения социально желаемого уровня (результата) личностного и познавательного развития занимающегося;
- развитие личности обучающегося на основе освоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира;
- признание способов организации образовательной деятельности и учебного сотрудничества в достижении целей личностного и социального развития занимающихся;
- учёт индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей занимающихся;

2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Юный спасатель»

Личностные результаты:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 3) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 4) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

Регулятивные УУД:

- 1) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

Обучающийся сможет:

- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры,

ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);

- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели.

2) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Обучающийся сможет:

- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;

- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

Познавательные УУД:

1) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Обучающийся сможет:

- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;

- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;

- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;

- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

Коммуникативные УУД:

1) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;

- играть определенную роль в совместной деятельности;

- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;

- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);

- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его.

2) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ). Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;

- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;

- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать

информационную гигиену и правила информационной безопасности.

3. Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание первого года обучения

1. **Общая подготовка.** Инструктаж по технике безопасности. Стихийные явления и бедствия, чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. История борьбы с бедствиями и катастрофами. Средства индивидуальной защиты.

2. **Психологическая подготовка, здоровый образ жизни.** Методы управления психологическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Особенности физического, психологического и социального развития человека в подростковом возрасте. Формирование личности подростка при взаимоотношениях его со взрослыми людьми и родителями, сверстниками и сверстницами. Формирование отношений подростка и общества. Права и ответственность несовершеннолетних.

3. **Основы медицинских знаний.** Первая медицинская помощь. Пакет перевязочный индивидуальный, аптечка индивидуальная (АИ-2). Их назначение, правила и порядок пользования ими. Использование подручных медицинских средств индивидуальной защиты. Первая медицинская помощь при ранениях. Разновидность ран, диагностика ранений. Профилактика осложнения ран. Понятие о повязке и перевязке. Правила наложения стерильных повязок. Первая медицинская помощь при ушибах, растяжении связок и вывихах. Понятие об ушибе, вывихе, растяжении связок. Приемы иммобилизации конечностей при растяжениях, вывихах, переломах. Первая медицинская помощь при переломах костей. Понятие о переломах костей и их признаки. Виды переломов и их осложнения. Способы оказания первой медицинской помощи при переломах костей черепа, плечевого пояса, грудной клетки, верхних и нижних конечностей.

4. **Общезащитная подготовка и строевая подготовка:**

- общеразвивающие упражнения;
- отжимания;
- подтягивания;
- прыжки;
- бег на 30, 60 метров;
- кросс 1000, 3000 м;
- спортивные игры (футбол, баскетбол, волейбол);
- выполнение строевых команд (строй, отделение, взвод, перестроение, положение боевого знамени воинской части в строю, строевая песня).

Содержание второго года обучения

1. **Общая подготовка.** Инструктаж по технике безопасности. Правовые основы обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Основные положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области безопасности, определяющие совокупность сбалансированных интересов личности, общества и государства.

2. **Психологическая подготовка, здоровый образ жизни.** Профессиональные качества спасателя. Методы управления психологическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Формирование навыков здорового

образа жизни. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний.

3. Основы медицинских знаний. Понятие об органах, системах органов и организме. Общее понятие о системе кровообращения и органах кроветворения. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Виды и признаки кровотечений. Способы временной остановки кровотечения. Точки пальцевого прижатия артерий. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и закрутки из подручных средств. Первая медицинская помощь при утоплении. Правила проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Первая медицинская помощь при длительном сдавливании конечностей. Понятия о видах компрессии: раздавливание, сдавливание(прямое и позиционное), осложнениях, возникающих при этом. Признаки синдрома длительного сдавливания. Последовательность в оказании первой медицинской помощи.

4. Общефизическая подготовка и строевая подготовка:

- общеразвивающие упражнения;
- отжимания;
- подтягивания;
- прыжки;
- бег на 30, 60 метров;
- кросс 1000, 3000 м;
- спортивные игры (футбол, баскетбол, волейбол);
- изучение и приобретение навыков стрелковой подготовки (строевые движения с оружием и без);
- выполнение строевых команд (строй, отделение, взвод, перестроение, положение боевого знамени воинской части в строю, строевая песня).

Формы организации и виды деятельности: беседы, лекции, практические занятия, тренировочные занятия, спортивные игры, спортивные тренировки, соревнования.

5. Тематическое планирование

1-й год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Аудиторные занятия	Внеаудиторные занятия
1.	Общая подготовка	2	2	
2.	Психологическая подготовка, здоровый образ жизни	5	5	
3.	Основы медицинских знаний и отработка приемов оказания первой медицинской помощи	13	7	6
4.	Общая физическая и строевая подготовка	14	2	12
	Итого	34	18	16

2-й год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Аудиторные занятия	Внеаудиторные занятия
1.	Общая подготовка	2	2	

2.	Психологическая подготовка, здоровый образ жизни	5	5	
3.	Основы медицинских знаний и отработка приемов оказания первой медицинской помощи	13	7	6
4.	Общая физическая и строевая подготовка	14	2	12
	Итого	34	18	16

6. Список литературы

1. Байбородова Л.В. Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности: Методическое пособие. – М: «ВЛАДОС», 2003.
2. Белов С. В., Девясилов В. А. Российская концепция непрерывного многоуровневого образования в области безопасности жизнедеятельности// Безопасность жизнедеятельности. - №4. – 2005. – С.20-23.
3. Залыгин В. Вопросы содержания курса ОБЖ / В. Залыгин // ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2002. – № 7. – С.7-8.
4. Крючек Н. ОБЖ: вчера, сегодня, завтра / Н.Крючек // ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2001. – № 8. – С. 19-23.
5. Крючек Н. Цели, задачи и проблемы преподавания курса ОБЖ / Н. Крючек // ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2002. – № 6. – С. 9-11.
6. Латчук В.Н., Марков В.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2000.
7. Латчук В.Н., Марков В.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 11кл. Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2000.
8. Малаян К. Р. О некоторых проблемах в преподавании «Безопасности жизнедеятельности» в образовательных учреждениях// Безопасность жизнедеятельности. - №4. – 2005. – С.24-25.
9. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». Книга для учителя. / Под ред. Смирнова А.Т., Мишина Б.И. – М.: Просвещение, 2001.
10. Мишин Б.И. Книга для учителя основ безопасности жизнедеятельности. - М.: АСТ, 2002.
11. Настольная книга учителя основ безопасности жизнедеятельности/Сост. Б.И. Мишин. – М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2003.
12. Программно-методические материалы: «Основы безопасности жизнедеятельности»/ Составитель Б.И. Мишин. – М.: «ДРОФА», 2001.
13. Топоров И.К. Методика преподавания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных учреждениях: Книга для учителя. – М: Просвещение, 2000.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575789

Владелец Ольга Вячеславовна Валамина

Действителен с 03.07.2021 по 03.07.2022