

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кокоревская средняя общеобразовательная школа»
Суземского района Брянской области**

Рассмотрено МО учителей общественных дисциплин протокол от 28.08.2024 № 1	«Согласовано» Заместитель директора по УВР А.С.Иванчина 29.08.2024
--	--

**Программа дополнительного образования «Юный спасатель»
для обучающихся 9-11 классов**

Составитель:
Заболотная Ю.А.: учитель физической культуры

Выписка верна
Директор МБОУ «Кокоревская СОШ»
_____/О.Я.Максименко/
«30» августа 2024 г



2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

–Программа дополнительного образования «Юный спасатель» для 9-11 класса составлена с учетом следующих нормативно-методических документов:

–Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями);

–Приказом Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении ФГОС основного образования»;

–Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);

–Приказом Министерства просвещения РФ от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной основной общеобразовательной программы основного общего образования» (зарегистрирован в Минюсте России 12.07.2023 №74223);

–Приказом Министерства просвещения РФ от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями);

–Федеральным перечнем учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования», утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 21.09.2022 № 858 (с изменениями и дополнениями);

–СП 2.4.2.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28);

–Санпин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2).

Программа включает в себя следующие разделы:

- содержание учебного предмета;
- планируемые результаты изучения учебного предмета;
- тематическое планирование с указанием количества часов на освоение каждой темы, с учетом рабочей программы воспитания и возможностью использования эор/цор.

Рабочая программа дополнительного образования «Юный спасатель» на уровне основного общего образования составлена с учетом рабочей программы воспитания МБОУ «Кокоревская СОШ».

Педагог может реализовать воспитательный потенциал его совместной с детьми деятельности следующим образом:

- устанавливать доверительные отношения между учителем и учениками, способствующие позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, активизации их познавательной деятельности;
- побуждать школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками);
- привлекать внимание школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроке явлений, организовывать работу детей с социально значимой информацией – обсуждать, высказывать мнение;
- использовать воспитательные возможности содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности;
- применять на уроке интерактивные формы работы: интеллектуальные игры, дидактический театр, дискуссии, работы в парах и др.;

- организовывать шефство мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками;
- инициировать и поддерживать исследовательскую деятельность школьников.

Общая характеристика программы дополнительного образования «Юный спасатель»

В связи с возрастанием масштабов и темпов техногенной деятельности современного общества, обострения социально-экономических проблем, увеличением частоты проявления стихийных бедствий все более актуальными становятся проблемы, связанные с обеспечением безопасности населения и сохранением экологического потенциала окружающей среды. Потери российского общества, да и всего человечества от природных и техногенных катастроф, а так же от чрезвычайных ситуаций социального характера с каждым годом возрастают. Поэтому одной из главных задач системы образования является передача обучающимся специальных знаний, формирование у них практических умений и навыков, необходимых для безопасной жизнедеятельности. Такое обучение осуществляется в рамках курсов «Основы безопасности и защите Родины» (ОБЗР), а также в рамках дополнительного образования через школьную кружковую работу.

Туристская деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка. Она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

В сочетании с программами по ОБЗР, программа кружка «Юный спасатель» составит более полную работу по привлечению обучающихся к здоровому образу жизни, к пониманию необходимости соблюдения правил техники безопасности и санитарных норм, к уважению истории России, к людям подвига и труда.

В данных обстоятельствах колоссальное значение приобретает качественное образование подрастающего поколения россиян, направленное на формирование гражданской идентичности, воспитание личности безопасного типа, овладение знаниями, умениями, навыками и компетенцией для обеспечения безопасности в повседневной жизни. Актуальность совершенствования учебно-методического обеспечения учебного процесса по предмету ОБЗР определяется системообразующими документами в области безопасности: Стратегия национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400), Доктрина информационной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 5 декабря 2016 г. № 646), Национальные цели развития Российской Федерации на период до 2030 года (Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474), Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 г. № 1642).

Цель изучения программы дополнительного образования «юный спасатель»

Целью изучения учебного предмета ОБЗР на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

- способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;
- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;
- знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

- формирования навыков поисково-спасательной, туристической, поисковой, экологической работы, навыков здорового образа жизни;
- профессиональная ориентация на профессии: пожарных, спасателей, военных, медиков;
- организация туристической, краеведческой, поисковой работ;
- воспитание устойчивой привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом, навыков и умений, личной и общественной гигиены.

Место программы дополнительного образования «юный спасатель» в учебном плане

Программа «Юный спасатель» рассчитана на 1 год обучения (34 учебные недели, 8 часов в неделю) для обучающихся 9-11 классов.

На основании программы, на обучение отводится 272 часа, большая часть времени (около 70%) отводится на практическое изучение и закрепление теоретического материала. Теоретические занятия проводятся в кабинете ОБЖ, практические занятия – в спортивном зале, на местности, специальном полигоне (пожарном).

Состав ученической группы – 15 человек

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ»

I. Туристическая подготовка. (40 ч)

1. Ориентирование на местности. (10ч)

1.1. Определение сторон горизонта по Солнцу, по часам.

Занятия лучше проводить на местности, желательно в солнечную погоду или переменной облачности не зависимо от времени года. Если погода не балует, то целесообразно использовать компьютерный класс или компьютер и спроецировать ситуацию.

Солнце в Северном полушарии всегда с южной стороны, а в 14.00 по Московскому времени тень показывает на Север. Можно ориентироваться по часам и Солнцу. Для чего надо держа часы в горизонтальной плоскости, направлять часовую стрелку на Солнце, биссектриса угла между часовой стрелкой и цифрой 2 покажет направление на Юг.

Надо помнить, что это справедливо для умеренных широт зимой, а весной, осенью погрешность может составить 5 – 10°, а летом до 25°. В низких широтах этот способ лучше не применять.

1.2. Определение сторон горизонта по Луне и звездам.

Луна, как Солнце восходит на Востоке и заходит на Западе. Полная Луна наиболее высоко поднимается на Юге, а тень ночная самая короткая показывает на Север. Когда Луна в виде месяца, то прямая линия между «рожками» продолженная до горизонта указывает в Северном полушарии на Юг, в Южном – на Север.

Полярная звезда в Северном полушарии, всегда указывает на Север. Её можно найти по созвездиям Большой и Малой медведиц. Она является крайней звездой на рукоятке ковша Малой медведицы.

1.3. Ориентирование по местным предметам и признакам.

Наиболее распространенный способ определения сторон горизонта по растениям: по деревьям – крона, кора, мох, лишайники, годовые кольца, цветы, плоды; по траве на склонах и полянах, по видам растений.

Интересен способ определения сторон горизонта по культовым сооружениям, все они ориентированы с Востока на Запад (алтарь, часовня, минарет на восточной стороне, лик креста на церквях и костёлах обращает на Восток).

1.4. Ориентирование на местности без карты.

При вынужденной автономии у людей чаще всего нет карты местности, нет компаса, но это не очень большая проблема, если человек обладает навыками ориентирования и бессмысленно не бродит по кругу (левый шаг человека длиннее правого на 1 – 4 мм).

Для того, чтобы не двигаться по кругу, надо выбрать направление движения и двигаться постоянно его проверяя по компасу, часам, по Солнцу или Луне, по местным предметам и признакам. Если имеются линейные ориентиры, дороги, реки, ручьи по ним надо двигаться в

одном направлении, по рекам, ручьям – по течению; по лесным просекам – по квартальным столбам. По звуковым сигналам – в их направлении.

1.5. Ориентирование по туристической маркировке.

Туристическая маркировка – это система специальных условных обозначений, которые наносятся на местные предметы для разметки маршрута.

Маркировка включает различные виды указателей, которые в своих символах, форме, цвете и буквенно-цифровом коде несут необходимую для туриста информацию и помогают ориентироваться на местности

1.6. Движение без четких ориентиров.

В поле, в степи, в тундре нет четких ориентиров, необходимо, при передвижении использовать метод створа. Руководитель (старший) группы идет замыкающим и хорошо просматривает всю цепочку движущихся людей, периодически корректируя отклонение от маршрута. При наличии Солнца, луны или звезд двигаться по магнитному азимуту, уточняя его через каждые полчаса относительно светил.

1.7. Действия при потере ориентиров.

В условиях вынужденной автономии может оказаться любой человек, и тогда его жизнь будет зависеть от его воли, знаний и навыков. При движении по незнакомой местности помогают наблюдательность и внимание. При потере ориентиров необходимо прекратить движение, успокоиться и восстановить в памяти последние минуты движения с известными координатами и ориентирами.

На открытых участках можно продолжить движение всей группой в одном направлении до выхода на известный участок. На сложных участках маршрута надо провести тщательную разведку.

1.8. Определение ширины и высоты объекта.

Высота определяется по формуле соотношения сторон подобных треугольников, вписанных в один угол. Ширина или расстояние до недоступного предмета определяется через подобие смежных треугольников.

2. Жизнеобеспечение человек. (10 ч)

2.1. Необходимое снаряжение и имущество.

Все снаряжение условно делиться на три группы: это личное, групповое, специальное. В Положениях о соревнованиях указывается обязательное личное, групповое и специальное снаряжение и оборудование.

К личному снаряжению относятся: носильные вещи, спальные и гигиенические принадлежности, и предметы индивидуального пользования (миска, ложка, кружка), а также рюкзак, фонарь, блокнот, ручка и т.д.

Подбирая личное снаряжение необходимо обратить внимание на время года, погодные условия, длительность и сложность похода.

Групповое снаряжение составляют: палатки, топоры, лопаты, костровое хозяйство, варочная посуда, продукты питания, компасы, карты и другие предметы, без чего нельзя обойтись группе в походе.

Специальное снаряжение зависит от специфики похода, это могут быть спасательные жилеты, веревки, карабины, страховочные системы, каски, ледорубы, накомарники, специальное альпинистское оборудование.

2.2. Оборудование бивака или укрытия

Оборудуя стоянку надо учитывать близость крупных дорог, нефтехранилищ, ЛЭП, пасек, свалок, мест скопления ядовитых животных (муравейников, гнезд диких пчел, ос), надо устраивать лагерь дальше от этих объектов, но ближе к источнику воды и дров для костра.

2.3. Добыча огня, разведение костра, приготовление пищи.

Используется три основных способа добычи огня: традиционный (спички, зажигалка), трением, фокусировкой солнечного света. При разведении костра необходима последовательность: заготовка дров, устройство кострища, подготовка растопки, укладка костра, разжигание костра.

При приготовлении пищи надо учитывать продукты, количество туристов, посуду. Продукты берутся в объеме, которых должно хватить при однодневном походе на 1 приготовление, при двухдневном походе – на 3 приготовления, при трехдневном походе – на 5 приготовлений.

Посуда должна быть из нержавеющей, алюминиевая или эмалированная. Оцинкованная не допускается. Одна емкость – 1 литр на 1 человека $\pm$ 2 литра. Вторая емкость – 2-4 литра для кипячения воды, приготовления чая.

3. Преодоление препятствий. (20 ч)

3.1. Специальное снаряжение, используемое для страховки и преодоления препятствий.

Основным предметом специального оборудования являются альпинистская веревка. По функциональному назначению они делятся на основные и вспомогательные.

Основные веревки имеют диаметр 9 – 11 мм и длину 40 метров, они используются для страховки и наведения перил.

Вспомогательные (репшнуры) веревки диаметром 6-8 мм и длиной 60 метров используются для второстепенных работ.

Следующим элементом специального снаряжения являются карабины. Применяются в основном карабины двух типов – это механические и полуавтоматы, но главное они должны иметь страховочную муфту. При проведении тренировок и работ на учащемся должно быть не менее двух карабинов. Основной составляющей специального оборудования является страховочная система типа «Венто-универсал» или отдельные.

3.2. Техника вязания узлов.

Смотри приложение 2.

3.3. Техника преодоления препятствий без специального снаряжения и с его использованием.

Это наиболее интересная и захватывающая часть работы для детей, но к тренировкам надо готовиться тщательно со строгим соблюдением техник безопасности, чтобы исключить срывы.

II. Пожарная Подготовка. (10ч)

1. Пожарная полоса препятствий. (8 ч)

Необходимо иметь простейшую полосу препятствий: домик с лестницей-палкой, забор, бревно, разветвление, 2 рукава, 2 ствола, каски и пояса. Если этого нет, необходимо наладить тесный контакт с ближайшей пожарной частью или тренировочным пожарным центром.

1.1 Преодоление забора.

Тренировки начинать с обычного бега с препятствиями постепенно увеличивая высоту забора до нужной высоты. Можно использовать часы отведенные на физическую подготовку.

1.2. Преодоление бревна.

В первую очередь необходимо бревно. В процессе тренировок надо преодолеть психологический барьер срыва с бревна и использовать упражнения для вестибулярного аппарата.

1.3. Работа с рукавами и стволом.

Ребята должны научиться правильно укладывать рукава, понять принцип соединения муфт, отточить умение соединения муфт на месте и только после этого в движении на ровной площадке и на бревне.

1.4. Тушение пожара.

Способы прекращения горения.

Специальные средства пожаротушения.

Приспособленные (подручные) средства пожаротушения.

Пользование огнетушителями.

Пользование пожарными рукавами и стволом под давлением, сбивание мяча.

2. Пожарная безопасность. (2 ч)

Пожарная безопасность в природных условиях.

Пожарная безопасность в школе, дома, общественных зданиях.

III. Физическая Подготовка. (30 ч)

1. Стрелковая подготовка. (10 ч)

Воспитанники должны стрелять из пневматического или малокалиберного оружия хотя бы один раз в месяц, отстреливая около 200 пуль по различным мишеням и из разного положения.

2. Легкоатлетическая подготовка. (20 ч)

2.1. – 2.5. Занятия начинаются с правил по технике безопасности при занятиях физической культурой.

Физическая подготовка должна включать:

- комплексы (4 – 5) утренней гимнастики;
- бег и кроссовая подготовка (30м, 60 м, 100 м, 4 × 100 м, 4 × 200, 500 м, 1000 м, 1500 м, 2000 м; лыжня – 3000 м, 5000 м);
- упражнения на выносливость;
- упражнения на развитие силы;
- упражнения вестибулярного аппарата.

IV. Первая Медицинская Помощь (ПМП). (20 ч)

1. Медицинская аптечка. (5 ч)

1.1. – 1.2. Комплектность аптечки. Использование аптечки.

Целесообразно использовать автомобильную аптечку первой помощи (сертифицированную).

Воспитанники (все без исключения) должны знать комплектность аптечки, быстро найти нужный препарат, знать его назначение и правила применения.

1.3. Фитоаптечка.

В природных условиях используются части растений, кашица из растений, отвары и пасты. Лекарственных растений довольно много и дети должны их знать.

2. ПМП. (15 ч)

ПМП при ссадинах, ушибах, переломах, кровотечениях, укусах насекомых.

В природных условиях ни одна травма не должна быть оставлена без внимания. Надо не забывать, что выполнение всех гигиенических требований затруднено.

Поэтому даже – маленькая царапинка, укус комара, потёртость необходимо обработать, а при более серьезных травмах правильно оказать доврачебную помощь. При травмах, связанных с жизненной опасностью, руководитель немедленно обязан вызвать скорую помощь или организовать эвакуацию пострадавшего в лечебное учреждение.

Терминальные состояния ПМП.

Терминальные состояния – это пограничные состояния между жизнью и смертью. Можно выделить цепочку событий: шок → преагония → терминальная пауза → агония → клиническая смерть (последние четыре звена развиваются в течение времени, не превышающего 8-9 минут). Поэтому необходимо знать методику первой реанимационной помощи (ПРП).

Выделим пять этапов ПРП:

- диагностический;
- подготовительный;
- начальный;
- реанимационный;
- восстановительный, охранительный.

Шок.

Шок – состояние угнетения всех функций организма. Шок подразделяется по степени тяжести на три степени:

I – легкий; II – средней тяжести; III – тяжелый (является терминальным состоянием).

Основные виды шока:

- травматический;
- геморрагический (вследствие большой потери крови);
- ожоговый;
- септический (в условиях присоединения инфекций);
- анафилактический (аллергический).

По этим причинам при шоке необходима ПМП, затем квалифицированная медицинская помощь.

ПМП при шоке III степени – ПРП.

ПМП при массовых ЧС.

Правила пользования индивидуальными средствами защиты: противогазом, защитными костюмами ОЗК и Л-1, индивидуальной медицинской аптечкой (АИ-2), индивидуальным противохимическим пакетом (ИПП-8).

Правила поведения в загрязненных зонах.

Правила пользования коллективными средствами защиты, постройка простейшего укрытия.

Транспортировка пострадавших.

Правила использования медицинских носилок.

Правила изготовления носилок в природных и автономных условиях. Транспортировка пострадавшего без носилок.

V. Приборы радиационной и химической разведок. (10 Ч)

1. ВПХД – войсковой прибор химической разведки. Комплектность. Алгоритм работы с прибором.

2. ДП – 5В(Б) – измеритель мощности дозы. Комплектность. Алгоритм работы с прибором.

3. *Защитные средства специальные и приспособленные.*

Виды противогазов. Устройство противогаза. Алгоритм использования противогаза.

Защитные костюмы, их виды. Комплектность. Алгоритм использования ОЗК. Алгоритм использования Л-1.

Комплектность и применение индивидуальной аптечки (АИ-2).

Санитарная обработка после нахождения в зараженной зоне. Правила использования индивидуального противохимического пакета (ИПП-8).

Приспособленные (подручные) средства защиты. Защита органов дыхания и глаз, защита кожи. Йодная профилактика.

VI. Поисково-спасательные работы. (30ч)

1. Сигналы бедствия. (5 ч)

1.1. Приспособленные сигналы бедствия.

Костер. Яркая ткань. «SOS». Сигнальное зеркало, фонарь. Выстрелы, ракеты, свисток.

1.2. Сигналы международного кода.

Применяются для спасательной авиации. Размеры должны быть не менее 3-х метров, изготавливаются из подручных средств.

2. Спасение пострадавших. (5 ч)

Транспортировка специальными средствами.

Медицинские носилки, их виды, правила использования.

Портативные носилки и обвязка.

Правила переноса пострадавшего и переправы через препятствия по перилам.

Транспортировка пострадавшего подручными средствами.

Изготовление носилок из штормовок, мешка, плащ-накидки и без ткани.

Транспортировка без носилок одному и в паре, тройке.

Транспортировка на служебном транспорте.

3. Поисково-спасательные работы в условиях ЧС техногенного характера (10 ч)

3.1. Спасение пострадавшего с чердака, со 2-3-го этажа

По перилам трое учащихся поднимаются при помощи зажимных устройств на чердак здания, находят пострадавшего и спускают его вниз в косынке, остальные учащиеся принимают пострадавшего.

3.2. Поиск и эвакуация пострадавшего из зоны с парами АХОВ.

Четверо учащихся, один из них страхующий {в средствах индивидуальной защиты (Л-1), с фонарями} работают в затемненном подвале {один страхует вне подвала (пост безопасности), трое внутри подвала} ищут пострадавшего и эвакуируют его на носилках на пост 03.

3.3. Использование спасательного оборудования

- учащиеся с помощью ручного ГАСИ (гидравлический аварийно-спасательный инструмент) поднимают бревно, извлекают пострадавшего и эвакуируют его на пост 03;

- учащиеся при помощи болтореза перекусывают решетку;
- учащиеся при помощи миноискателя находят «мину», извлекают её и передают педагогу.

4. Спасение на воде. (10 ч)

4.1. Приближение к тонущему.

Приближение на плавсредствах. Подплывание и захват тонущего. Приближение по тонкому льду. Конец Александрова.

4.2. Спасение тонущего.

Способы захвата тонущего вплавь, с плавсредств и вытягивание из воды, из проруби, вытягивание на лед.

4.3. Реанимационные мероприятия к утопшему (ПМП, ПРП).

VI. Техника безопасности

1. Соблюдение дисциплины на занятиях, на тренировках, при передвижении, при переезде, на соревнованиях и слетах, в туристических походах.

2. Не приступать самостоятельно к выполнению любых видов деятельности.

3. Не работать на переправах, веревках, спортивных снарядах без страховки.

4. При работе с колющими и режущими инструментами. Их режущие инструменты и кромки всегда должны быть направлены от тела работающего, рабочее место должно быть без посторонних предметов, положение работающего устойчивым, колющий и режущий инструмент всегда должен быть на виду или в специальном пенале.

5. При разведении костра и приготовлении пищи на нем работать в рукавицах, специальными приспособлениями и инструментами, исключая соприкосновение с огнем, горячей посудой, кипятком.

6. Спортивные занятия и туристические тренировки проводить в специальной или спортивной одежде и обуви.

7. Приготовление пищи в специальной (эмалированной, алюминиевой, стальной) посуде, прием пищи из индивидуальной посуды

8. Знать содержание медицинской аптечки и методы ее использования.

9. Строго соблюдать правила пожарной безопасности.

10. Строго соблюдать правила дорожного движения.

VII. Подготовка к Российской молодёжной военно-спортивной игре «Зарница». (68 ч.)

1. Вводное занятие.

Теория Знакомство с образовательной программой. Инструктаж по технике безопасности. Демонстрация комплексных соревнований, в которых предстоит участвовать обучающимся. Знакомство с видами деятельности. Знакомство с историей создания Зарницы.

Практика: Проведение входной диагностики.

2. Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества

Тема 2.1 Вооруженные Силы Российской Федерации

Теория: Знакомство с теорией о государственной военной организации Российской Федерации, с ее видами, уставом, историей. Изучение устройства и организации ВС РФ, правовая основа воинской обязанности и военной службы.

Тема 2.2 Реформы Вооруженных Сил.

Теория: Просмотр презентации на тему «История военного дела: от Руси до Российской Федерации», изучение основных этапов становления современных Вооруженных сил Российской Федерации.

Тема 2.3 Структура Вооруженных Сил. Предназначение.

Теория: Закрепление материала по структуре ВС РФ, установление предназначения военных в современном государстве. Изучение вооружения ВС: классификация, назначение, составные части, порядок пользования. Способы защиты.

3. Символы воинской чести

Тема 3.1 Награды периода Великой Отечественной войны

Теория: Изучение наград периода Великой Отечественной войны, теоретическая атрибутика основных медалей и орденов СССР во время Вов. Практика: Составление презентаций о каждой награде, практическая атрибутика, составление виртуальной экспозиции.

Тема 3.2 Маршалы Великой Победы Теория: Изучение военачальников советской армии времен Вов, истории их службы и подвигов.

Практика: Составление презентаций о каждом маршале, продолжение составления виртуальной экспозиции.

4. Стрелковое вооружение периода Великой Отечественной войны

Теория: Изучение краткой истории создания и развития отечественного стрелкового оружия, творцов отечественного стрелкового оружия, его классификации и характеристик.

Практика: Практическое изучение устройства автомата Калашникова АК-74: ТТХ, основные части, порядок неполной разборки и сборки автомата. Виртуальная экскурсия в Тульский государственный музей оружия. Создание проекта по основным видам вооружения советских солдат каждого этапа Великой Отечественной войны.

5. Города-герои

Теория: Изучение городов-героев, совершивших подвиг в период Вов. Знакомство с исторической информацией относительно их участия в войне. Практика: составление интерактивной карты по городам героям с краткой презентацией по подвигу каждого города во время Великой Отечественной войны. Презентация проектной деятельности.

6. Строевая подготовка

Тема 6.1 Виды строевой подготовки

Теория: Знакомство с основами воинского устава Российской армии. Презентация о Юнармии и перспективах, которые дает членство в организации. Азы строевой подготовки.

Практика: отработка основных элементов строевой подготовки: повороты в строю, расчеты (по порядку, на первый второй), выполнение команд РАВНЯЙСЬ, СМІРНО, ВОЛЬНО, ЗАПРАВІТЬСЯ, перестроение их одношереножного в двухшереножный строй и обратно, вынос знамени, синхронность выполнения строевых элементов, ответ на приветствие командира.

Тема 6.2 Выполнение строевых упражнений в передвижении (индивидуально и в составе подразделения)

Теория: Презентация видеороликов с соревнований «Зарница» для освоения алгоритма прохождения этапа строевой подготовки; описание усложненных элементов передвижения в строю и техника безопасности в строю.

Практика: передвижение строевым шагом в составе отделения, смыкание и размыкание строя, индивидуальная строевая подготовка (выполнение поворотов на месте и в движении), исполнение строевой песни, командная строевая подготовка, повороты в движении строем, равнение на командира при движении строевым шагом. Промежуточная диагностика.

7. Огневая подготовка

Тема 7.1 Неполная сборка и разборка автомата Калашникова (АК-74) и снаряжение магазина АКМ патронами

Теория: Изучение частей автомата Калашникова (АК-74), теоретическое освоение алгоритма сборки и разборки АК-74 и техники снаряжения магазина АКМ, техника безопасности на каждом этапе сборки, разборки и снаряжения магазина.

Практика: Неполная сборка и разборка автомата Калашникова (АК-74). Снаряжение магазина АКМ.

Тема 7.2 Занятия в тире

Теория: Инструктаж по технике безопасности при нахождении в тире и использования пневматической винтовки, теоретические основы стрельбы из пневматической винтовки.

Практика: Стрельба из пневматической винтовки.

8. Медико-санитарная подготовка

Тема 8.1 Медицинские термины. Лекарственные растения и грибы

Теория: Изучение понятий рана, ранение, травма. Кровотечения. Переломы. Ожоги. Обморожения. Утопление. Отравления. Иммобилизация. Правила наложения повязок. Лекарственные растения. Съедобные и ядовитые грибы и ягоды.

Практика: Решение тестовых заданий по изученным терминам, а также викторина по теории. Создание и апробация квест-игры по основам медицинских знаний.

Тема 8.2 Алгоритм оказания первой доврачебной помощи

Теория: Изучение оказания первой медицинской помощи при различных травмах и ранениях, алгоритм действий в каждой ситуации, связанной с жизнью и здоровьем. Техника безопасности при оказании ПМП.

Практика: Отработка навыков бинтования, наложения шины, жгута-закрутки, повязки-чепца на голову, спиралевидной повязки на предплечье, черепично-сходящейся повязки на колено, мобилизация пострадавших на носилках. Тема 8.3 Временная остановка артериального кровотечения

Теория: Повторение определения кровотечения и его видов. Азы установления вида кровотечения и ПМП при каждом виде кровотечения. Практика: Применение знаний о ПМП при кровотечении, отработка навыка бинтования и наложения жгута-закрутки. Понимание о работе с кровью. Тема 8.4 Надевание общевойскового защитного комплекта (ОЗК)

Теория: Основная теория о истории создания ОЗК и его применении, техника безопасности при работе с ОЗК и отдельно о использовании противогаза, правила ухода за ОЗК и противогазом.

Практика: Практическое применение алгоритмов при надевании противогаза, ОЗК. Экскурсия в военное училище с демонстрацией профессионалами данных навыков и последующих действий, осуществляемых в ОЗК.

9. Физическая подготовка

Тема 9.1 Военизированный кросс

Теория: Техника безопасности при занятиях в зале и на улице спортом. Изучение отличий физической подготовки при несении военной службы в различных родах войск. Теоретическое освоение общеукрепляющих занятий для поддержания здоровья и тонуса организма. Просмотр видеороликов о военизированном кроссе.

Практика: Изучение семи основных шагов рукопашного боя, отработка техники метания учебной гранаты, легкоатлетические упражнения, спортивное ориентирование на местности. Подготовка к прохождению этих этапов на дистанции 1000 метров.

Тема 9.2 Военно-прикладная полоса препятствий

Теория: Техника безопасности при занятиях в зале и на улице спортом. Практика: Изучение элементов полосы препятствий, отработка основных навыков (безопорные и опорные прыжки, перелезание и пролезание, прыжки в глубину, передвижение по узкой опоре и т.д.) на специально-подготовленной площадке.

10. Правила дорожного движения

Теория: Изучение основных правил дорожного движения в соответствии с последними изменениями, основные термины и способы регулирования дорожного движения (знаки, светофор, регулировщик, разметка). Техника безопасности при управлении любым транспортным средством.

Практика: Решение демоверсий экзаменов по правилам дорожного движения, работа на симуляторе, отработка навыка управления велосипедом и прохождение полосы препятствия на данном транспортном средстве. Посещение автодрома.

11. Пожарная безопасность

Тема 11.1 «Азбука пожарной безопасности»

Теория: Изучение основ пожарной безопасности, правил поведения при возникновении возгорания в различных типах помещений и на природе, презентация с видеороликами по правилам пожарной безопасности. Практика: решение учебных задач по теме пожарной безопасности, симуляция случаев возгорания для дальнейшей отработки алгоритмов действий, надевание боевой одежды пожарного.

Тема 11.2 Знаки безопасности

Теория: Изучение основных знаков пожарной безопасности по категориям. Практика: Квест по школе с нахождением знаков пожарной безопасности и фиксацией их в маршрутном листе, создание плаката по знакам пожарной безопасности и проведение занятия для учащихся начальной школы.

Тема 11.3 Типы огнетушителей и их устройство

Теория: Изучение видов огнетушителей, их применения и техники безопасности при работе с каждым видом огнетушителя. Теоретическое освоение частей огнетушителя и правильного алгоритма работы с каждым видом.

Практика: Рассмотрение учебного огнетушителя, отработка алгоритма работы с ними. Экскурсия в пожарную часть и практическое занятие с бойцами МЧС по пожарно-прикладной эстафете (перелезание через стену, пробег по узкой опоре, вязание пожарного узла, надевание боевой одежды пожарного и работа с пожарным краном).

Тема 11.2 Учебная пожарная тревога

Теория: Изучение алгоритмов действий при учебной пожарной тревоге в любых типах помещений. Изучение элементарного плана эвакуации с опорой на полученные до этого знания. Просмотр видеороликов о правильной технике безопасности при проведении мероприятий по учебной пожарной тревоге. Изучение техники успокоения в критической ситуации.

Практика: Симуляция учебной пожарной тревоги по разным уровням сложности в зависимости от степени возгорания объекта, оказание помощи пострадавшим, правильный алгоритм действий по спасению в ситуации пожарной тревоги.

12. Итоговое занятие.

Практика: Прохождение импровизированной полосы препятствий по каждому направлению и блоку изученному в течении учебного года. Проведение выходной диагностики и награждение обучающихся.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

При реализации программы полученные знания и практические навыки позволят и помогут воспитанникам лучше адаптироваться в социальной среде города и села, а также в экстремальных условиях природной среды, значительно расширить кругозор и углубить знания и представления об окружающем мире.

При реализации программы обучающиеся должны научиться:

- составлять план: действий при экстремальной ситуации, путешествии, походе, экскурсии;
- уметь правильно одеваться, обуваться и снаряжаться в зависимости от погоды, сезона, длительности похода и способа передвижения;
- знать правила личной и общественной гигиены, гигиены одежды;
- уметь ориентироваться на незнакомой местности при помощи карты, компаса, по местным предметам, солнцу, звездам, часам;
- ориентироваться в сложных условиях, производить разведку и маркировку пути, действовать при потере ориентировки;
- уметь производить обслуживание и ремонт оборудования, вязать узлы;
- узнать назначение и применение аптечки первой помощи;
- уметь оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах, способы транспортировки пострадавшего;
- выбирать безопасное место для ночлега, привала, ставить палатку, разводить костер, готовить пищу в полевых условиях;
- уметь преодолевать естественные препятствия с помощью специального оборудования и без него;
- знать устройство и способы применения специальных средств пожаротушения, уметь находить и использовать подручные средства;
- уметь пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты, изготовить простейшее укрытие;
- уметь пользоваться приборами радиационной и химической разведки, металлоискателем;
- уметь плавать, пользоваться безмоторными плав.средствами, оказать доврачебную помощь утопающему;
- уметь пользоваться и хорошо стрелять из пневматического оружия;
- знать и уметь подавать сигналы международного кода, сигналы бедствия;
- сдать основные нормативы по физической подготовке;

- уметь составить паспорт и отчет о походе экскурсии, составить дневник наблюдений за погодой и окружающей природой;
- проводить поисковые и исследовательские краеведческие работы;
- знать азбуку выживания в автономных условиях;
- уметь заменить руководителя похода.

Личностные результаты

Настоящая программа чётко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностные, метапредметные и предметные), которые должны демонстрировать обучающиеся по завершении обучения в основной школе.

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЗР, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

Организационно-волевые качества:

- принятие и освоение социальной роли учащегося,
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- умение переносить предлагаемые нагрузки в течение занятия;
- активное побуждение к практическим действиям;
- контроль своих поступков

Ориентационные качества:

– формирование самооценки, включая осознание своих возможностей в учении, способности адекватно, соответственно возрасту, судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении;

– умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех; формирование мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы, любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений;

– мотивация к творческому труду, работе на результат;

– стремлению к совершенствованию своих способностей и ориентацию на образец поведения «хорошего ученика» как пример для подражания;

– доверие и способность к пониманию и сопереживанию чувствам других людей; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, ответственного отношения к своему здоровью;

– бережное отношение к материальным и духовным ценностям; – чувство гордости за свою Родину, знание знаменательных для Отечества исторических событий, которым уделяется внимание в программе;

– осознание своей национальности, уважение культуры и традиции народов России и мира.

Поведенческие качества:

– знание моральных норм и сформированных морально-этических суждений;

– умение оценивать свои поступки и действия других с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы;

- развитие навыков сотрудничества с педагогом и сверстниками в разных ситуациях; умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- восприятие общих дел объединения как своих собственных;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЗР, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

1. Патриотическое воспитание:

– осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры российской федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей родины – России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

– формирование чувства гордости за свою родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга – защите отечества.

2. Гражданское воспитание:

– готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней);

– сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

– понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

– знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

3. Духовно-нравственное воспитание:

– ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

– развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

– формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

4. Эстетическое воспитание:

–формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни;

–понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

5. Ценности научного познания:

–ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия;

–формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

–установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

–понимание личностного смысла изучения учебного предмета обж, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

–осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

–умение принимать себя и других, не осуждая;

–умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием;

–сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

7. Трудовое воспитание:

–установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

–укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

–овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

–установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в

общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

8. Экологическое воспитание:

–ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

–освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных дисциплин в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике. Выражаются в готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладению навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе в цифровой среде.

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать:

1. Овладение универсальными познавательными действиями.

Базовые логические действия:

–выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
–устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

–с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

–выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

–выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

–самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия:

–формулировать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между рассматриваемым и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) повседневной жизни;

–обобщать, анализировать и оценивать получаемую информацию, выдвигать гипотезы, аргументировать свою точку зрения, делать обоснованные выводы по результатам исследования;

–проводить (принимать участие) небольшое самостоятельное исследование заданного объекта (явления), устанавливать причинно-следственные связи;

–прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

–применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учётом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

–выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

–находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

–самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

–оценивать надёжность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

–эффективно запоминать и систематизировать информацию.

–овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.

2. Овладение универсальными коммуникативными действиями.

Общение:

–уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;

–распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;

–сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

–в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;

–публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

Совместная деятельность (сотрудничество):

–понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи;

–планировать организацию совместной деятельности (распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);

–определять свои действия и действия партнёра, которые помогали или затрудняли нахождение общего решения, оценивать качество своего вклада в общий продукт по заданным участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

–овладение системой универсальных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.

Самоорганизация:

–выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях;

–аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и способ решения учебной задачи с учётом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;

–составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.

Самоконтроль (рефлексия):

–давать адекватную оценку ситуации, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств;

–объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

–оценивать соответствие результата цели и условиям.

Эмоциональный интеллект:

–управлять собственными эмоциями и не поддаваться эмоциям других, выявлять и анализировать их причины;

–ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого, регулировать способ выражения эмоций.

Принятие себя и других:

–осознанно относиться к другому человеку, его мнению, признавать право на ошибку свою и чужую;

–быть открытым себе и другим, осознавать невозможность контроля всего вокруг.

–овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

Предметные результаты

Предметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте её применения в повседневной жизни.

Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и усвоении обучающимися минимума основных ключевых понятий, которые в дальнейшем будут использоваться без дополнительных разъяснений, приобретении систематизированных знаний основ комплексной безопасности личности, общества и государства, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, овладении базовыми медицинскими знаниями и практическими умениями безопасного поведения в повседневной жизни.

Предметные результаты программы дополнительного образования «Юный спасатель» должны обеспечивать:

1.Сформированность знаний и соблюдения требования законодательных и нормативно-правовых актов Российской Федерации, регламентирующих функционирование аварийно-спасательных служб (формирований) и деятельность спасателей.

2.Знать причины, последствия и характер протекания ЧС природного и техногенного характера.

3.Знать и понимать основные технологии проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ.

4.Знать содержание и объём первой помощи пострадавшим в различных чрезвычайных ситуациях.

5.Знать законодательные основы в области пожарной безопасности, порядок организации работы пожарных и спасателей.

6.Знать общие сведения о пожарно-техническом оборудовании.

7.Знать основы экстремальной психологии.

8.Знать назначение, технические характеристики штатных технических средств и оборудования, применяемых при ведении поисково-спасательных работ, правила их хранения и сбережения.

9.Знать источники радиоактивного, химического и биологического заражения, возникающие при ЧС.

10.Знать основные аварийно-химические опасные вещества (АХОВ), параметры радиоактивного, химического и биологического заражения (загрязнения), их свойства и способы защиты от них.

11.Знать правила хранения и эксплуатации средств защиты.

Также обучающиеся научатся правильно эксплуатировать аварийно-спасательное оборудование, инструменты, приспособления, содержать их в надлежащем состоянии, владеть навыками и приемами эксплуатации.

12. освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания;

13. овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы).

Достижение результатов освоения программы основного общего образования обеспечивается посредством включения в указанную программу предметных результатов освоения разделов программы дополнительного образования «Юный спасатель» по разделам:

Распределение предметных результатов, формируемых в ходе изучения программы дополнительного образования «Юный спасатель» по разделам:

I. Туристическая подготовка. (40 ч)

1. Ориентирование на местности. (10ч)

1.1. Определение сторон горизонта по Солнцу, по часам.

Занятия лучше проводить на местности, желательно в солнечную погоду или переменной облачности не зависимо от времени года. Если погода не балует, то целесообразно использовать компьютерный класс или компьютер и спроецировать ситуацию.

Солнце в Северном полушарии всегда с южной стороны, а в 14.00 по Московскому времени тень показывает на Север. Можно ориентироваться по часам и Солнцу. Для чего надо держа часы в горизонтальной плоскости, направлять часовую стрелку на Солнце, биссектриса угла между часовой стрелкой и цифрой 2 покажет направление на Юг.

Надо помнить, что это справедливо для умеренных широт зимой, а весной, осенью погрешность может составить 5 – 10°, а летом до 25°. В низких широтах этот способ лучше не применять.

1.2. Определение сторон горизонта по Луне и звездам.

Луна, как Солнце восходит на Востоке и заходит на Западе. Полная Луна наиболее высоко поднимается на Юге, а тень ночная самая короткая показывает на Север. Когда Луна в виде месяца, то прямая линия между «рожками» продолженная до горизонта указывает в Северном полушарии на Юг, в Южном – на Север.

Полярная звезда в Северном полушарии, всегда указывает на Север. Её можно найти по созвездию Большой и Малой медведиц. Она является крайней звездой на рукоятке ковша Малой медведицы.

1.3. Ориентирование по местным предметам и признакам.

Наиболее распространенный способ определения сторон горизонта по растениям: по деревьям – крона, кора, мох, лишайники, годовые кольца, цветы, плоды; по траве на склонах и полянах, по видам растений.

Интересен способ определения сторон горизонта по культовым сооружениям, все они ориентированы с Востока на Запад (алтарь, часовня, минарет на восточной стороне, лик креста на церквях и костёлах обращает на Восток).

1.4. Ориентирование на местности без карты.

При вынужденной автономии у людей чаще всего нет карты местности, нет компаса, но это не очень большая проблема, если человек обладает навыками ориентирования и бессмысленно не бродит по кругу (левый шаг человека длиннее правого на 1 – 4 мм).

Для того, чтобы не двигаться по кругу, надо выбрать направление движения и двигаться постоянно его проверяя по компасу, часам, по Солнцу или Луне, по местным предметам и признакам. Если имеются линейные ориентиры, дороги, реки, ручьи по ним надо двигаться в одном направлении, по рекам, ручьям – по течению; по лесным просекам – по квартальным столбам. По звуковым сигналам – в их направлении.

1.5. Ориентирование по туристической маркировке.

Туристическая маркировка – это система специальных условных обозначений, которые наносятся на местные предметы для разметки маршрута.

Маркировка включает различные виды указателей, которые в своих символах, форме, цвете и буквенно-цифровом коде несут необходимую для туриста информацию и помогают ориентироваться на местности

1.6. Движение без четких ориентиров.

В поле, в степи, в тундре нет четких ориентиров, необходимо, при передвижении использовать метод створа. Руководитель (старший) группы идет замыкающим и хорошо просматривает всю цепочку движущихся людей, периодически корректируя отклонение от маршрута. При наличии Солнца, луны или звезд двигаться по магнитному азимуту, уточняя его через каждые полчаса относительно светил.

1.7. Действия при потере ориентиров.

В условиях вынужденной автономии может оказаться любой человек, и тогда его жизнь будет зависеть от его воли, знаний и навыков. При движении по незнакомой местности помогают наблюдательность и внимание. При потере ориентиров необходимо прекратить движение, успокоиться и восстановить в памяти последние минуты движения с известными координатами и ориентирами.

На открытых участках можно продолжить движение всей группой в одном направлении до выхода на известный участок. На сложных участках маршрута надо провести тщательную разведку.

1.8. Определение ширины и высоты объекта.

Высота определяется по формуле соотношения сторон подобных треугольников, вписанных в один угол. Ширина или расстояние до недоступного предмета определяется через подобие смежных треугольников.

2. Жизнеобеспечение человек. (10 ч)

2.1. Необходимое снаряжение и имущество.

Все снаряжение условно делится на три группы: это личное, групповое, специальное. В Положениях о соревнованиях указывается обязательное личное, групповое и специальное снаряжение и оборудование.

К личному снаряжению относятся: носильные вещи, спальные и гигиенические принадлежности, и предметы индивидуального пользования (миска, ложка, кружка), а также рюкзак, фонарь, блокнот, ручка и т.д.

Подбирая личное снаряжение необходимо обратить внимание на время года, погодные условия, длительность и сложность похода.

Групповое снаряжение составляют: палатки, топоры, лопаты, костровое хозяйство, варочная посуда, продукты питания, компасы, карты и другие предметы, без чего нельзя обойтись группе в походе.

Специальное снаряжение зависит от специфики похода, это могут быть спасательные жилеты, веревки, карабины, страховочные системы, каски, ледорубы, накомарники, специальное альпинистское оборудование.

2.2. Оборудование бивака или укрытия

Оборудуя стоянку надо учитывать близость крупных дорог, нефтехранилищ, ЛЭП, пасек, свалок, мест скопления ядовитых животных (муравейников, гнезд диких пчел, ос), надо устраивать лагерь дальше от этих объектов, но ближе к источнику воды и дров для костра.

2.3. Добыча огня, разведение костра, приготовление пищи.

Используется три основных способа добычи огня: традиционный (спички, зажигалка), трением, фокусировкой солнечного света. При разведении костра необходима последовательность: заготовка дров, устройство кострища, подготовка растопки, укладка костра, разжигание костра.

При приготовлении пищи надо учитывать продукты, количество туристов, посуду. Продукты берутся в объеме, которых должно хватить при однодневном походе на 1 приготовление, при двухдневном походе – на 3 приготовления, при трехдневном походе – на 5 приготовлений.

Посуда должна быть из нержавеющей стали, алюминиевая или эмалированная. Оцинкованная не допускается. Одна емкость – 1 литр на 1 человека ± 2 литра. Вторая емкость – 2-4 литра для кипячения воды, приготовления чая.

3. Преодоление препятствий. (20 ч)

3.1. Специальное снаряжение, используемое для страховки и преодоления препятствий.

Основным предметом специального оборудования являются альпинистская веревка. По функциональному назначению они делятся на основные и вспомогательные.

Основные веревки имеют диаметр 9 – 11 мм и длину 40 метров, они используются для страховки и наведения перил.

Вспомогательные (репшнуры) веревки диаметром 6-8 мм и длиной 60 метров используются для второстепенных работ.

Следующим элементом специального снаряжения являются карабины. Применяются в основном карабины двух типов – это механические и полуавтоматы, но главное они должны иметь страховочную муфту. При проведении тренировок и работ на учащемся должно быть не менее двух карабинов. Основной составляющей специального оборудования является страховочная система типа «Венто-универсал» или отдельные.

3.2. Техника вязания узлов.

См. приложение 2.

3.3. Техника преодоления препятствий без специального снаряжения и с его использованием.

Это наиболее интересная и захватывающая часть работы для детей, но к тренировкам надо готовиться тщательно со строгим соблюдением техник безопасности, чтобы исключить срывы.

II. Пожарная подготовка. (10 ч)

1. Пожарная полоса препятствий. (8 ч)

Необходимо иметь простейшую полосу препятствий: домик с лестницей-палкой, забор, бревно, разветвление, 2 рукава, 2 ствола, каски и пояса. Если этого нет, необходимо наладить тесный контакт с ближайшей пожарной частью или тренировочным пожарным центром.

1.1 Преодоление забора.

Тренировки начинать с обычного бега с препятствиями постепенно увеличивая высоту забора до нужной высоты. Можно использовать часы отведенные на физическую подготовку.

1.2. Преодоление бревна.

В первую очередь необходимо бревно. В процессе тренировок надо преодолеть психологический барьер срыва с бревна и использовать упражнения для вестибулярного аппарата.

1.3. Работа с рукавами и стволом.

Ребята должны научиться правильно укладывать рукава, понять принцип соединения муфт, отточить умение соединения муфт на месте и только после этого в движении на ровной площадке и на бревне.

1.4. Тушение пожара.

Способы прекращения горения.

Специальные средства пожаротушения.

Приспособленные (подручные) средства пожаротушения.

Пользование огнетушителями.

Пользование пожарными рукавами и стволом под давлением, сбивание мяча.

2. Пожарная безопасность. (2 ч)

Пожарная безопасность в природных условиях.

Пожарная безопасность в школе, дома, общественных зданиях.

III. Физическая подготовка. (30 ч)

1. Стрелковая подготовка. (10 ч)

Воспитанники должны стрелять из пневматического или малокалиберного оружия хотя бы один раз в месяц, отстреливая около 200 пуль по различным мишеням и из разного положения.

2. Легкоатлетическая подготовка. (20 ч)

2.1. – 2.5. Занятия начинаются с правил по технике безопасности при занятиях физической культурой.

Физическая подготовка должна включать:

- комплексы (4 – 5) утренней гимнастики;
- бег и кроссовая подготовка (30м, 60 м, 100 м, 4 × 100 м, 4 × 200, 500 м, 1000 м, 1500 м, 2000 м; лыжня – 3000 м, 5000 м);
- упражнения на выносливость;
- упражнения на развитие силы;
- упражнения вестибулярного аппарата.

IV. Первая медицинская помощь (ПМП). (20 ч)

1. Медицинская аптечка. (5 ч)

1.1. – 1.2. Комплектность аптечки. Использование аптечки.

Целесообразно использовать автомобильную аптечку первой помощи (сертифицированную).

Воспитанники (все без исключения) должны знать комплектность аптечки, быстро найти нужный препарат, знать его назначение и правила применения.

1.3. Фитоаптечка.

В природных условиях используются части растений, кашица из растений, отвары и пасты.

Лекарственных растений довольно много и дети должны их знать.

2. ПМП. (15 ч)

ПМП при ссадинах, ушибах, переломах, кровотечениях, укусах насекомых.

В природных условиях ни одна травма не должна быть оставлена без внимания. Надо не забывать, что выполнение всех гигиенических требований затруднено.

Поэтому даже – маленькая царапинка, укус комара, потёртость необходимо обработать, а при более серьезных травмах правильно оказать доврачебную помощь. При травмах, связанных с жизненной опасностью, руководитель немедленно обязан вызвать скорую помощь или организовать эвакуацию пострадавшего в лечебное учреждение.

Терминальные состояния ПМП.

Терминальные состояния – это пограничные состояния между жизнью и смертью. Можно выделить цепочку событий: шок → преагония → терминальная пауза → агония → клиническая смерть (последние четыре звена развиваются в течение времени, не превышающего 8-9 минут). Поэтому необходимо знать методику первой реанимационной помощи (ПРП).

Выделим пять этапов ПРП:

- диагностический;
- подготовительный;
- начальный;
- реанимационный;
- восстановительный, охранительный.

Шок.

Шок – состояние угнетения всех функций организма. Шок подразделяется по степени тяжести на три степени:

I – легкий; II – средней тяжести; III – тяжелый (является терминальным состоянием).

Основные виды шока:

- травматический;
- геморрагический (вследствие большой потери крови);

- ожоговый;
- септический (в условиях присоединения инфекций);
- анафилактический (аллергический).

По этим причинам при шоке необходима ПМП, затем квалифицированная медицинская помощь.

ПМП при шоке III степени – ПРП.

ПМП при массовых ЧС.

Правила пользования индивидуальными средствами защиты: противогазом, защитными костюмами ОЗК и Л-1, индивидуальной медицинской аптечкой (АИ-2), индивидуальным противохимическим пакетом (ИПП-8).

Правила поведения в загрязненных зонах.

Правила пользования коллективными средствами защиты, постройка простейшего укрытия.

Транспортировка пострадавших.

Правила использования медицинских носилок.

Правила изготовления носилок в природных и автономных условиях. Транспортировка пострадавшего без носилок.

V. Приборы радиационной и химической разведок. (10 ч)

1. ВПХД – войсковой прибор химической разведки. Комплектность. Алгоритм работы с прибором.

2. ДП – 5В(Б) – измеритель мощности дозы. Комплектность. Алгоритм работы с прибором.

3. *Защитные средства специальные и приспособленные.*

Виды противогазов. Устройство противогаза. Алгоритм использования противогаза.

Защитные костюмы, их виды. Комплектность. Алгоритм использования ОЗК. Алгоритм использования Л-1.

Комплектность и применение индивидуальной аптечки (АИ-2).

Санитарная обработка после нахождения в зараженной зоне. Правила использования индивидуального противохимического пакета (ИПП-8).

Приспособленные (подручные) средства защиты. Защита органов дыхания и глаз, защита кожи. Йодная профилактика.

VI. Поисково-спасательные работы. (30ч)

1. Сигналы бедствия. (5 ч)

1.1. Приспособленные сигналы бедствия.

Костер. Яркая ткань. «SOS». Сигнальное зеркало, фонарь. Выстрелы, ракеты, свисток.

1.2. Сигналы международного кода.

Применяются для спасательной авиации. Размеры должны быть не менее 3-х метров, изготавливаются из подручных средств.

2. Спасение пострадавших. (5 ч)

Транспортировка специальными средствами.

Медицинские носилки, их виды, правила использования.

Портативные носилки и обвязка.

Правила переноса пострадавшего и переправы через препятствия по перилам.

Транспортировка пострадавшего подручными средствами.

Изготовление носилок из штормовок, мешка, плащ-накидки и без ткани.

Транспортировка без носилок одному и в паре, тройке.

Транспортировка на служебном транспорте.

3. Поисково-спасательные работы в условиях ЧС техногенного характера (10 ч)

3.1. Спасение пострадавшего с чердака, со 2-3-го этажа

По перилам трое учащихся поднимаются при помощи зажимных устройств на чердак здания, находят пострадавшего и спускают его вниз в косынке, остальные учащиеся принимают пострадавшего.

3.2. Поиск и эвакуация пострадавшего из зоны с парами АХОВ.

Четверо учащихся, один из них страхующий {в средствах индивидуальной защиты (Л-1), с фонарями} работают в затемненном подвале {один страхует вне подвала (пост безопасности), трое внутри подвала} ищут пострадавшего и эвакуируют его на носилках на пост 03.

3.3. Использование спасательного оборудования

- учащиеся с помощью ручного ГАСИ (гидравлический аварийно-спасательный инструмент) поднимают бревно, извлекают пострадавшего и эвакуируют его на пост 03;
- учащиеся при помощи болтореза перекусывают решетку;
- учащиеся при помощи миноискателя находят «мину», извлекают её и передают педагогу.

4. Спасение на воде. (10 ч)

4.1. Приближение к тонущему.

Приближение на плавсредствах. Подплывание и захват тонущего. Приближение по тонкому льду. Конец Александрова.

4.2. Спасение тонущего.

Способы захвата тонущего вплавь, с плавсредств и вытягивание из воды, из проруби, вытягивание на лед.

4.3. Реанимационные мероприятия к утопшему (ПМП, ПРП).

VII. Подготовка к Российской молодёжной военно- спортивной игре «Зарница».

1. Вводное занятие.

Теория Знакомство с образовательной программой. Инструктаж по технике безопасности. Демонстрация комплексных соревнований, в которых предстоит участвовать обучающимся. Знакомство с видами деятельности. Знакомство с историей создания Зарницы.

Практика: Проведение входной диагностики.

2. Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества

Тема 2.1 Вооруженные Силы Российской Федерации

Теория: Знакомство с теорией о государственной военной организации Российской Федерации, с ее видами, уставом, историей. Изучение устройства и организации ВС РФ, правовая основа воинской обязанности и военной службы.

Тема 2.2 Реформы Вооруженных Сил.

Теория: Просмотр презентации на тему «История военного дела: от Руси до Российской Федерации», изучение основных этапов становления современных Вооруженных сил Российской Федерации.

Тема 2.3 Структура Вооруженных Сил. Предназначение.

Теория: Закрепление материала по структуре ВС РФ, установление предназначения военных в современном государстве. Изучение вооружения ВС: классификация, назначение, составные части, порядок пользования. Способы защиты.

3. Символы воинской чести

Тема 3.1 Награды периода Великой Отечественной войны

Теория: Изучение наград периода Великой Отечественной войны, теоретическая атрибутика основных медалей и орденов СССР во время Вов. Практика: Составление презентаций о каждой награде, практическая атрибутика, составление виртуальной экспозиции.

Тема 3.2 Маршалы Великой Победы Теория: Изучение военачальников советской армии времен Вов, истории их службы и подвигов.

Практика: Составление презентаций о каждом маршале, продолжение составления виртуальной экспозиции.

4. Стрелковое вооружение периода Великой Отечественной войны

Теория: Изучение краткой истории создания и развития отечественного стрелкового оружия, творцов отечественного стрелкового оружия, его классификации и характеристик.

Практика: Практическое изучение устройства автомата Калашникова АК-74: ТТХ, основные части, порядок неполной разборки и сборки автомата. Виртуальная экскурсия в Тульский государственный музей оружия. Создание проекта по основным видам вооружения советских солдат каждого этапа Великой Отечественной войны.

5. Города-герои

Теория: Изучение городов-героев, совершивших подвиг в период Вов. Знакомство с исторической информацией относительно их участия в войне. Практика: составление интерактивной карты по городам героям с краткой презентацией по подвигу каждого города во время Великой Отечественной войны. Презентация проектной деятельности.

6. Строевая подготовка

Тема 6.1 Виды строевой подготовки

Теория: Знакомство с основами воинского устава Российской армии. Презентация о Юнармии и перспективах, которые дает членство в организации. Азы строевой подготовки.

Практика: отработка основных элементов строевой подготовки: повороты в строю, расчеты (по порядку, на первый второй), выполнение команд РАВНЯЙСЯ, СМІРНО, ВОЛЬНО, ЗАПРАВИТЬСЯ, перестроение их одношереножного в двушереножный строй и обратно, вынос знамени, синхронность выполнения строевых элементов, ответ на приветствие командира.

Тема 6.2 Выполнение строевых упражнений в передвижении (индивидуально и в составе подразделения)

Теория: Презентация видеороликов с соревнований «Зарница» для освоения алгоритма прохождения этапа строевой подготовки; описание усложненных элементов передвижения в строю и техника безопасности в строю.

Практика: передвижение строевым шагом в составе отделения, смыкание и размыкание строя, индивидуальная строевая подготовка (выполнение поворотов на месте и в движении), исполнение строевой песни, командная строевая подготовка, повороты в движении строем, равнение на командира при движении строевым шагом. Промежуточная диагностика.

7. Огневая подготовка

Тема 7.1 Неполная сборка и разборка автомата Калашникова (АК-74) и снаряжение магазина АКМ патронами

Теория: Изучение частей автомата Калашникова (АК-74), теоретическое освоение алгоритма сборки и разборки АК-74 и техники снаряжения магазина АКМ, техника безопасности на каждом этапе сборки, разборки и снаряжения магазина.

Практика: Неполная сборка и разборка автомата Калашникова (АК-74). Снаряжение магазина АКМ.

Тема 7.2 Занятия в тире

Теория: Инструктаж по технике безопасности при нахождении в тире и использования пневматической винтовки, теоретические основы стрельбы из пневматической винтовки.

Практика: Стрельба из пневматической винтовки.

8. Медико-санитарная подготовка

Тема 8.1 Медицинские термины. Лекарственные растения и грибы

Теория: Изучение понятий рана, ранение, травма. Кровотечения. Переломы. Ожоги. Обморожения. Утопление. Отравления. Иммобилизация. Правила наложения повязок. Лекарственные растения. Съедобные и ядовитые грибы и ягоды.

Практика: Решение тестовых заданий по изученным терминам, а также викторина по теории. Создание и апробация квест-игры по основам медицинских знаний.

Тема 8.2 Алгоритм оказания первой доврачебной помощи

Теория: Изучение оказания первой медицинской помощи при различных травмах и ранениях, алгоритм действий в каждой ситуации, связанной с жизнью и здоровьем. Техника безопасности при оказании ПМП.

Практика: Отработка навыков бинтования, наложения шины, жгута-закрутки, повязки чепца на голову, спиралевидной повязки на предплечье, черепично-сходящейся повязки на колено, мобилизация пострадавших на носилках. Тема 8.3 Временная остановка артериального кровотечения

Теория: Повторение определения кровотечения и его видов. Азы установления вида кровотечения и ПМП при каждом виде кровотечения. Практика: Применение знаний о ПМП при кровотечении, отработка навыка бинтования и наложения жгута-закрутки. Понимание о работе с кровью. Тема 8.4 Надевание общевойскового защитного комплекта (ОЗК)

Теория: Основная теория о истории создания ОЗК и его применении, техника безопасности при работе с ОЗК и отдельно о использовании противогаз, правила ухода за ОЗК и противогазом.

Практика: Практическое применение алгоритмов при надевании противогаза, ОЗК. Экскурсия в военное училище с демонстрацией профессионалами данных навыков и последующих действий, осуществляемых в ОЗК.

9. Физическая подготовка

Тема 9.1 Военизированный кросс

Теория: Техника безопасности при занятиях в зале и на улице спортом. Изучение отличий физической подготовки при несении военной службы в различных родах войск. Теоретическое освоение общеукрепляющих занятий для поддержания здоровья и тонуса организма. Просмотр видеороликов о военизированном кроссе.

Практика: Изучение семи основных шагов рукопашного боя, отработка техники метания учебной гранаты, легкоатлетические упражнения, спортивное ориентирование на местности. Подготовка к прохождению этих этапов на дистанции 1000 метров.

Тема 9.2 Военно-прикладная полоса препятствий

Теория: Техника безопасности при занятиях в зале и на улице спортом. Практика: Изучение элементов полосы препятствий, отработка основных навыков (безопорные и опорные прыжки, перелезание и пролезание, прыжки в глубину, передвижение по узкой опоре и т.д.) на специально-подготовленной площадке.

10. Правила дорожного движения

Теория: Изучение основных правил дорожного движения в соответствии с последними изменениями, основные термины и способы регулирования дорожного движения (знаки, светофор, регулировщик, разметка). Техника безопасности при управлении любым транспортным средством.

Практика: Решение демоверсий экзаменов по правилам дорожного движения, работа на симуляторе, отработка навыка управления велосипедом и прохождение полосы препятствия на данном транспортном средстве. Посещение автодрома.

11. Пожарная безопасность

Тема 11.1 «Азбука пожарной безопасности»

Теория: Изучение основ пожарной безопасности, правил поведения при возникновении возгорания в различных типах помещений и на природе, презентация с видеороликами по правилам пожарной безопасности. Практика: решение учебных задач по теме пожарной безопасности, симуляция случаев возгорания для дальнейшей отработки алгоритмов действий, надевание боевой одежды пожарного.

Тема 11.2 Знаки безопасности

Теория: Изучение основных знаков пожарной безопасности по категориям. Практика: Квест по школе с нахождением знаков пожарной безопасности и фиксацией их в маршрутном листе, создание плаката по знакам пожарной безопасности и проведение занятия для учащихся начальной школы.

Тема 11.3 Типы огнетушителей и их устройство

Теория: Изучение видов огнетушителей, их применения и техники безопасности при работе с каждым видом огнетушителя. Теоретическое освоение частей огнетушителя и правильного алгоритма работы с каждым видом.

Практика: Рассмотрение учебного огнетушителя, отработка алгоритма работы с ними. Экскурсия в пожарную часть и практическое занятие с бойцами МЧС по пожарно-прикладной эстафете (перелезание через стену, пробег по узкой опоре, вязание пожарного узла, надевание боевой одежды пожарного и работа с пожарным краном).

Тема 11.2 Учебная пожарная тревога

Теория: Изучение алгоритмов действий при учебной пожарной тревоге в любых типах помещений. Изучение элементарного плана эвакуации с опорой на полученные до этого знания. Просмотр видеороликов о правильной технике безопасности при проведении мероприятий по учебной пожарной тревоге. Изучение техники успокоения в критической ситуации.

Практика: Симуляция учебной пожарной тревоги по разным уровням сложности в зависимости от степени возгорания объекта, оказание помощи пострадавшим, правильный алгоритм действий по спасению в ситуации пожарной тревоги.

12. Итоговое занятие.

Практика: Прохождение импровизированной полосы препятствий по каждому направлению и блоку изученному в течении учебного года. Проведение выходной диагностики и награждение обучающихся.

VIII. Техника безопасности

1. Соблюдение дисциплины на занятиях, на тренировках, при передвижении, при переезде, на соревнованиях и слетах, в туристических походах.

2. Не приступать самостоятельно к выполнению любых видов деятельности.

3. Не работать на переправах, веревках, спортивных снарядах без страховки.

4. При работе с колющими и режущими инструментами. Их режущие инструменты и кромки всегда должны быть направлены от тела работающего, рабочее место должно быть без посторонних предметов, положение работающего устойчивым, колющий и режущий инструмент всегда должен быть на виду или в специальном пенале.

5. При разведении костра и приготовлении пищи на нем работать в рукавицах, специальными приспособлениями и инструментами, исключая соприкосновение с огнем, горячей посудой, кипятком.

6. Спортивные занятия и туристические тренировки проводить в специальной или спортивной одежде и обуви.

7. Приготовление пищи в специальной (эмалированной, алюминиевой, стальной) посуде, прием пищи из индивидуальной посуды

8. Знать содержание медицинской аптечки и методы ее использования.

9. Строго соблюдать правила пожарной безопасности.

10. Строго соблюдать правила дорожного движения.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (272ч) 9-11 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	теория	практика	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
I	Туристическая подготовка	48	15	33	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.	<i>Ориентирование на местности</i>	19	8	11	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.	Определение сторон горизонта по Солнцу, по часам	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.2	Определение по Луне и звездам	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.3	Ориентирование по местным предметам	3	1	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.4	Ориентирование на местности без карты	4	1	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.5	Ориентирование по туристической маркировке	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.6	Движение без четких ориентиров	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.7	Действия при потере ориентиров	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.8	Определение ширины и высоты объекта	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.	<i>Жизнеобеспечение человека</i>	10	4	6	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.1	Необходимое снаряжение и имущество	4	2	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.2	Оборудование бивуака или укрытия	4	1	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.3	Добыча огня, разведение костра, приготовление пищи	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3.	<i>Преодоление препятствий</i>	19	3	16	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3.1	Специальное снаряжение, используемое для страховки и преодоления препятствий	10	2	8	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3.2	Техника вязания узлом	2	-	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3.3	Техника преодоления препятствий без специального снаряжения и с его использованием	7	1	6	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
II	Пожарная подготовка	28	6	22	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.	<i>Пожарная полоса препятствий</i>	20	4	16	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506

1.1	Преодоление забора	5	1	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.2	Преодоление бревна	6	1	5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.3	Работа с рукавами и стволом	7	1	6	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.4	Тушение пожара	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.	<i>Пожарная безопасность</i>	8	2	6	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.1	Пожарная безопасность в природных условиях	6	1	5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.2	Пожарная безопасность в школе, дома, общественных зданиях	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
III	Физическая подготовка	28	3	26	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
	Стрелковая подготовка	9	1	8	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.	<i>Легкоатлетическая подготовка</i>	19	1	18	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.1	Бег на короткие дистанции	4	1	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.2	Кроссовая подготовка	3	-	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.3	Упражнения на выносливость	4	-	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.4	Упражнения вестибулярного аппарата	4	-	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.5	Упражнения на развитие силы	4	-	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
IV	ПМП	38	9	29	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.	<i>Медицинская аптечка</i>	14	3	11	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.1	Комплектность аптечки	4	1	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.2	Использование аптечки	8	1	7	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.3	Фитоаптечка	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.	<i>ПМП</i>	24	6	18	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.1	ПМП при ссадинах, ушибах, переломах, кровотечениях	5	1	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.2	Терминальные состояния ПМП	4	1	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.3	Шок. ПМП	3	1	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.4	Водные травмы. ПМП	5	1	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506

2.5	ПМП при массовых Ч.С.	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.6	Транспортировка пострадавших	5	1	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
V	Приборы радиационной и химической разведки, миноискатель	18	4	14	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.	ВПХР	5	1	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.	Дозиметры (ДП -5 В(б))	5	1	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3.	Защитные средства специальные и приспособленные	5	1	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
4.	Миноискатель	3	1	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
VI	Поисково-спасательные работы	44	13	31	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
1.	<i>Сигналы бедствия</i>	15	3	12	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.	<i>Спасение пострадавших</i>	15	4	11	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.1	Транспортировка специальными средствами	5	2	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2.2	Транспортировка подручными средствами	10	2	8	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3.	<i>Поисково-спасательные работы в условиях ЧС техногенного характера</i>	8	3	5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3.1	Спасение пострадавшего с чердака, со 2-3-го этажа	3	1	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3.2	Поиск и эвакуация пострадавшего из зоны с парами АХОВ	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3.3	Использование спасательного оборудования	3	1	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
4.	<i>Спасение на воде</i>	6	3	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
4.1.	Приближение к тонущему	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
4.2	Спасение тонущего	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
4.3	Реанимационные мероприятия к утопающему (ПМП)	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
VII	Подготовка к Российской молодёжной военно-спортивной игре «Зарница»	68	14	54	
1	Вводное занятие.	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506

2	Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.	2	0	0	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3	Символы воинской чести.	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
4	Стрелковое оружие периода Великой Отечественной войны.	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
5	Города-герои.	2	1	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
6	Строевая подготовка.	11	1	10	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
7	Огневая подготовка.	11	1	10	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
8	Медико-санитарная подготовка.	10	1	10	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
9	Физическая подготовка.	11	0	10	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
10	Правила дорожного движения.	3	1	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
11	Пожарная безопасность.	10	6	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
12	Итоговое занятие.	2	0	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
VIII	Слеты, соревнования, походы	По плану школы, района, ДДТ, области			
ИТОГО:		272	59	213	

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Обязательные учебные материалы для ученика

–«Я познаю мир: Основы безопасности жизнедеятельности». Энциклопедия. С.Н. Зигуненко. М.: АСТ. Астрель, 2003 г

–Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности» (9-11 классы). А.А. Михайлов. И.: Дрофа, 2004г.

–Тематические игры по ОБЖ. Методическое пособие для учителя. С.В. Титов, Г.И. Шабаева. М.: Т Ц Сфера, 2203 г.

–Безопасность жизнедеятельности. Словарь-справочник. Ф.В. Кармазинов, О.Н. Русак, С.Ф. Гребенников, В.Н. Осенков. Санкт-Петербург: Издательство «Лань», 2001 г.

–Топографическая подготовка туриста. Г.С. Ткачев. Брянск, 2008 г.

–Сквозь годы и пожары. П. Ивкин, А. Новицкий. Брянск, 2001 г.

–Топография и ориентирование в туристическом путешествии. «Азимут» №1. Журнал 2002 г.

–Загадки и походы на тропинках спортивного ориентирования. В.П. Бурцев М. 2007 г.

–Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: учебник для обучающихся общеобразовательных организаций/Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.-2-е изд.,испр. И дораб .-М.: Вентана-Граф,2020.

–Основы безопасности жизнедеятельности: 7-9 классы: учебник /Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.-2-е изд., пересмотр.-М.: Вентана-Граф,2020.

Методические материалы для учителя:

–Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». Книга для учителя. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин. М.: Просвещение, 2001 г.

- «Основы безопасности жизнедеятельности». Элективный курс. Автономное существование человека. 9 класс. О.В. Павлова. Издательство «Учитель», Волгоград, 2007 г.
- «Я познаю мир: Основы безопасности жизнедеятельности». Энциклопедия. С.Н. Зигуненко. М.: АСТ. Астрель, 2003 г
- С ружьем и удочкой. К.С. Оглоблин Военное издательство, 1992 г.
- Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2001 г
- Игровые классные часы. Правила пожарной безопасности (5 – 11 классы). М.: Педагогическое общество России, 2007 г.
- Методика обучения ОБЖ. Л.В. Байбородова, Ю.В. Индюков. (Б-ка учителя ОБЖ). М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2003 г.
- Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности» (9-11 классы). А.А. Михайлов. И.: Дрофа, 2004 г
- Тематические игры по ОБЖ. Методическое пособие для учителя. С.В. Титов, Г.И. Шабаева. М.: Т Ц Сфера, 2203 г
- Комплексная безопасность образовательного учреждения (сборник нормативно-правовых документов). Брянск: БГТУ, 2007 г.
- Безопасность жизнедеятельности. Словарь-справочник. Ф.В. Кармазинов, О.Н. Русак, С.Ф. Гребенников, В.Н. Осенков. Санкт-Петербург: Издательство «Лань», 2001 г.
- Топографическая подготовка туриста. Г.С. Ткачев. Брянск, 2008 г.
- Сквозь годы и пожары П. Ивкин, А. Новицкий. Брянск, 2001 г.
- Детско-юношеский туризм Ю.С. Константинов М. 2006 г.
- Загадки и походы на тропинках спортивного ориентирования В.П. Бурцев М. 2007 г.
- Полевые туристические лагеря А.Г. Маслов, Ю.С. Константинов, И.А. Дрогов ВЛАДОС 2000 г.
- Топография и ориентирование в туристическом путешествии Азимут №1. Журнал 2002 г.
- Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: учебник для обучающихся общеобразовательных организаций/Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.-2-е изд.,испр. И дораб .-М.: Вентана-Граф,2020.
- Основы безопасности жизнедеятельности: 9-11 классы: учебник /Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.-2-е изд., пересмотр.-М.: Вентана-Граф,2020.
- Нормативно-правовые документы;
- Закон «Об образовании» (последняя редакция);
- Конституция Российской Федерации (последняя редакция);
- Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации (утв. Президентом Российской Федерации 5 октября 2009 г.);
- Положение о Национальном антитеррористическом комитете (утв. Указом Президента Российской Федерации от 15 февраля 2006 г. № 116);
- Постановление Правительства Российской Федерации -о единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция);
- Постановление Правительства Российской Федерации «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера* (от 21 мая 2007 г. № 304);
- Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция);
- Семейный кодекс Российской Федерации (последняя редакция);
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. (утв. Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 537);
- Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 г. (утв. Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. № 690). Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакции);

–Указ Президента Российской Федерации «О мерах по противодействию терроризму» (от 15 февраля 2006 г. № 116);

–Федеральный закон «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя» (последняя редакция);

–Федеральный закон «О безопасности» (последняя редакция);

–Федеральный закон «О гражданской обороне» (последняя редакция);

–Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (последняя редакция);

–Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах*» (последняя редакция);

–Федеральный закон «О пожарной безопасности» (последняя редакция);

–Федеральный закон «О противодействии терроризму» (последняя редакция);

–Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» (последняя редакция);

–Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (последняя редакция).

Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети интернет

Библиотека ЦОК

<https://m.edsoo.ru/f5eb644e>

multiurok.ru

infourok.ru

videourok.ru

<http://обж.рф>