

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Рыльская средняя общеобразовательная школа № 5»  
Центр цифрового и гуманитарного профиля «Точка роста»**

Принята  
педагогическим советом  
протокол № 1  
от 30 августа 2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа технической направленности  
по курсу «Школа безопасности»  
с использованием средств обучения и воспитания центра образования  
цифрового и гуманитарного профиля «Точка роста»**

**Уровень программы: базовый**  
Возраст обучающихся 11-15 лет (5-9 классы)  
Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Васюков С.В.  
педагог дополнительного образования

2023г.

## **Структура программы**

### **I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель программы
- 1.3. Задачи программы
- 1.4. Планируемые результаты
- 1.5. Содержание программы

### **II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Оценочные материалы
- 2.3. Формы аттестации
- 2.4. Методические материалы
- 2.5. Условия реализации программы

### **III. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ**

### **IV. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

#### **Приложения**

Приложение 1. Календарно – тематическое планирование

Приложение 2. «Информационная карта освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы обучающимися»

# **I. Комплекс основных характеристик программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа технической направленности по курсу «Школа безопасности» с использованием средств обучения и воспитания центра образования цифрового и гуманитарного профиля «Точка роста», направлена на изучение спортивной деятельности.

Программа рассчитана на детей в возрасте от 11 до 15 лет. Набор обучающихся в кружок – свободный.

В рассматриваемый период интенсивно происходит развитие самосознания. Это выражается, прежде всего, в возникновении чувства взрослости. Сущность его состоит в том, что подросток испытывает огромное стремление к самоутверждению себя как личности равной взрослому, требует, чтобы с ним считались, уважали его мнение.

Ощущая себя взрослым, школьник стремится отмежеваться от всего, что кажется ему детским.

Характерной чертой ребенка данного возраста можно назвать его специфическую селективность: интересные дела или интересные занятия являются очень увлекательными для ребят, поэтому теперь они могут довольно долго сосредотачиваться на чём-то одном. Организация процесса учебы и воспитания должна быть таковой, чтобы у подростка не было возможности, времени или желания отвлекаться от учебного процесса на посторонние дела.

Срок реализации программы 1 год - 72 часа – 2 часа в неделю

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа технической направленности по курсу «Школа безопасности» с использованием средств обучения и воспитания центра образования цифрового и гуманитарного профиля «Точка роста», разработана на основе:

- Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726 - р);

- Письма Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06 – 1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648 – 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;
- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.01.2023 г. №1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ» с изменения от 03.05.2023 № 1-845;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996 – р;
- Федеральных требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников, утвержденные приказом Минобрнауки от 28 декабря 2010 г. № 2106;
- «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич - М.: Просвещение, 2014)
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.
- Методических рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ;
- Порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года №196

Программа клуба основана на принципах последовательности, наглядности, целесообразности и тесной связи с жизнью. Физическая культура помогает учащимся познавать окружающий мир, приучает анализировать виды деятельности, развивает зрительную и мышечную память, пространственное мышление и способность к образному мышлению, укрепляет системы организма и вырабатывает способность противостоять стрессовым ситуациям.

## **Направленность программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» (далее ДООП) имеет естественнонаучную направленность.

Реализация программы ориентирована на формирование и развитие творческих способностей детей и удовлетворение их индивидуальных потребностей в области естественно-научного познания, в интеллектуальном и нравственном развитии, помощь в выборе профиля обучения.

Реализация ДООП не нацелена на достижение предметных результатов освоения основной образовательной программы начального, основного и среднего общего образования, предусмотренных федеральными государственными образовательными стандартами основного общего образования.

## **Актуальность программы.**

Современному человеку предстоит в течение жизни решать проблемы различного характера, в том числе, связанные с сохранением и укреплением своего здоровья и здоровья окружающих. Данная Программа направлена на профилактику бытовых травм, несчастных случаев, дорожно-транспортных происшествий.

Отсутствие навыков безопасного поведения в повседневной жизни, в различных опасных и чрезвычайных ситуациях пагубно отражаются на состоянии здоровья и жизни подрастающего поколения. Подростки в силу своих возрастных психологических особенностей в повседневной жизни не всегда могут правильно оценить возникающие риски и во многих ситуациях завышают свои возможности. Детский организм находится в состоянии становления, многие процессы подвижны и неустойчивы. В экстремальной, трудной ситуации у подростка происходит торможение в центральной нервной системе, и он в большинстве случаев не может своевременно принимать правильные решения, совершать оперативные действия. Возникает необходимость познакомить детей с правилами безопасного поведения и выживания в различных ситуациях.

Реализация Программы «Школа безопасности» позволит обучающимся получить возможность повысить свой интерес к наукам, расширить знания, научиться практическим умениям и навыкам в области обеспечения безопасности жизнедеятельности.

## **Отличительные особенности программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» имеет **стартовый** уровень сложности.

Программа предоставляет возможность учащимся обратить внимание на проблемы здоровья современного человека, знакомит с причинами и профилактикой бытовых травм, несчастных случаев, дорожно-транспортных происшествий.

В данной программе уделяется большое внимание вопросам выживания в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, правилам оказания первой помощи, применяются современные педагогические технологии: игровая, диалогового обучения, личностного ориентированного обучения.

### **Педагогическая обоснованность построения программы**

Программа удовлетворяет интересы детей и подростков к спасательному делу, анатомии, медицине. Сочетание теоретического курса и практических работ обеспечивает широкие возможности в выборе методов обучения, что способствует творческому и интеллектуальному развитию детей. Практические работы предполагают активные методы: исследование, сравнение, решение ситуационных задач. В целом программа может вызвать повышенный интерес к профессиям, связанным со спасательным делом, медициной и смежными областями.

**Новизна программы заключается** в том, что в Программе комплексно рассмотрены вопросы поведенческих алгоритмов действий школьников в экстремальных ситуациях, рассмотрены психологические основы выживания в природных условиях, учтены экологические аспекты. В ходе реализации программы на занятиях в игровой форме разбираются различные ситуационные задачи, а благодаря использованию специализированного оборудования (тренажёру сердечно-лёгочной и мозговой реанимации) учащиеся на практике знакомятся с особенностями строения и функционирования собственного организма, с особенностями работы органов и тканей, знакомятся с природой и механизмами развития различных заболеваний. В ходе реализации программы у учащихся появляется возможность развивать свой интеллектуальный потенциал в самостоятельной творческой и исследовательской деятельности, с учетом индивидуальных особенностей и склонностей.

## **Практическая значимость программы**

На практических занятиях учащиеся приобретают знания, умения и навыки по выживанию в экстремальных ситуациях, правилам оказания первой помощи пострадавшим. Так же программой предусмотрено проведение индивидуальных занятий с учащимися.

Полученные при обучении по программе «Школа безопасности» знания и навыки помогут учащимся как в учебе, так и при дальнейшем выборе профессиональной сферы деятельности в естественнонаучном направлении.

## **Адресат программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» разработана для учащихся в возрасте 11 – 15 лет. Занятия проводятся в группах из 15 человек. Программа предусматривает возможность проведения занятий в подгруппах от 3 до 6 человек (создание проектов, исследовательская деятельность), а также индивидуальных занятий.

Данная программа реализуется на базе МБОУ «Рыльская средняя общеобразовательная школа №5».

Программа может быть адаптирована для обучающихся с особыми образовательными потребностями, в том числе для детей – инвалидов, приём которых осуществляется по заявлению родителей (законных представителей) и по решению психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК). В этом случае численный состав объединения может быть сокращён.

## Объём программы

Общий объём дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа безопасности» составляет 72 часа: по 72 часа в год.

## Формы обучения и виды занятий по программе

Формы и виды обучения, используемые при реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа безопасности»:

- Исследовательская деятельность
- Самостоятельная индивидуальная работа
- Групповая работа
- Мини-лекции
- Дистанционная форма
- Экскурсии
- Соревнования
- Квест
- Встреча с интересными людьми

Занятия проходят в групповой, индивидуальной и коллективной форме. Каждое занятие состоит из теоретической и практической частей. Итогом прохождения программы является самостоятельное выполнение учащимся научно-исследовательской работы по индивидуальной теме.

## Типы занятий:

- **Комбинированные** – изложение материала, закрепление полученных знаний;
- **Подача нового материала;**
- **Повторение и усвоение пройденного материала** – мониторинг и проверочные работы, анализ полученных результатов;
- **Закрепление знаний, умений и навыков** – постановка задачи и самостоятельная работа учащегося под руководством педагога;
- **Применение полученных знаний и навыков** – прикладная работа учащегося, использующего на практике приобретенных знаний.



## **Срок освоения программы**

Срок освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа безопасности» составляет 1 год.

## **Режим занятий**

Занятия проводятся либо 2 раза в неделю по 1 академическому часу, либо 1 раз в неделю по 2 академических часа, продолжительностью 40 минут каждое. При проведении 2-х часовых занятий обязательны перемены продолжительностью не менее 5 минут. Во время занятий предусмотрены динамические паузы, физминутки.

Занятия проходят в групповой, индивидуальной и коллективной форме. Каждое занятие состоит из теоретической и практической частей. Программа предусматривает возможность проведения занятий в подгруппах от 3 до 6 человек (создание проектов, исследовательская деятельность), а также индивидуальные занятия.

В дистанционном режиме проводятся занятия во время карантина, морозов, при отсутствии учащегося на занятии (по причине болезни, отъезда и др.), при подготовке учащихся к различным конкурсам, а также для углубленного изучения тем программы.

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности по соответствующим инструктажам.

Программа составлена с учетом санитарно-гигиенических правил, возрастных особенностей учащихся и порядка проведения занятий.

Зачисление учащихся в МБОУ «Рыльская средняя общеобразовательная школа №5» осуществляется на основании заявления родителей.

Организация обучения по программе осуществляется на базе МБОУ «Рыльская средняя общеобразовательная школа №5».

Обучающиеся, освоившие в МБОУ «Рыльская средняя общеобразовательная школа №5» дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу в полном объеме получают свидетельство об обучении установленного образца (по Положению).

## 1.2., 1.3. Цель и задачи программы.

**Цель:** формирование у обучающихся знаний, практических умений безопасного поведения для выживания в экстремальных условиях, ключевых компетенций и качеств личности, обеспечивающих безопасную жизнедеятельность.

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- познакомить учащихся с основами безопасного поведения в различных жизненных ситуациях;
- подготовить обучающихся к быстрому и грамотному реагированию в случае ЧС техногенного;
- подготовить обучающихся к быстрому и грамотному реагированию в случае автономного существования в природе;
- способствовать формированию теоретических и практических знаний основ по оказанию первой помощи;
- стимулировать познавательную и творческую активность учащихся посредством включения их в исследовательскую деятельность;
- формировать практические навыки в области исследовательской деятельности;
- формировать навыки поиска и работы с различными информационными источниками;
- формировать навыки презентации результатов собственной деятельности;

#### **Развивающие:**

- формировать аналитическое отношение к собственной деятельности, ответственность за ее результаты;
- развивать навыки безопасного поведения в экстремальных ситуациях;
- способствовать развитию лидерских качеств подростков;
- развить у учащихся мотивации к ведению безопасного здорового образа жизни;
- способствовать развитию у учащихся интереса к научно-исследовательской и познавательной деятельности;
- способствовать развитию у учащихся коммуникативных навыков.
- способствовать развитию у учащихся мыслительной деятельности, логики, памяти, аналитических и других умений и навыков;
- развивать умения и навыки личностного и профессионального самоопределения учащихся;
- способствовать укреплению физического и психического здоровья молодежи.

**Воспитательные:**

- способствовать формированию основ ценностного отношения к здоровью и его укреплению;
  - формировать и развивать познавательную самостоятельность, активность учащихся, желание заниматься исследовательской работой, положительную мотивацию в учебной деятельности;
  - воспитывать чувство ответственности, дисциплины и внимательного отношения к людям;
- воспитывать у учащихся трудолюбие, способность к преодолению трудностей, целеустремлённость и настойчивость в достижении результата.

## 1.5. Содержание программы

### Учебный план 1 года обучения (стартовый уровень)

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу. Инструктаж по ТБ.	1	1	-	Опрос
2.	Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.	21	10	11	Практическая работа
3.	Выживание при ЧС природного и антропогенного характера	6	3	3	Практическая работа
4.	Обеспечение безопасности при ЧС техногенного характера	14	7	7	Отработка практических навыков по спасению жизни пострадавшего согласно ситуативным задачам
5.	Безопасность на транспорте	6	3	3	Практическая работа
6.	Первая помощь	22	10	12	Отработка практических навыков по спасению жизни пострадавшего согласно ситуативным задачам
7.	Квест «Остаться в живых»	2		2	Игра
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>34</b>	<b>38</b>	

### Содержание учебного плана (стартовый уровень)

**Раздел 1. Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу. Инструктаж по ТБ. (1 час)**

Теория. Знакомство с разделами программы. Правила работы со специализированным оборудованием (тренажёром сердечно-лёгочной и мозговой реанимации). Организация рабочего места. Правила санитарии и охрана здоровья. Травматизм и его предупреждения. Техника безопасности.

**Раздел 2. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде. (21 час)**

**2.1. Что такое «выживание»?**

**Теория.** Понятие «выживание», мероприятия, необходимые для успешного выживания. Стрессоры выживания. Боль, страх, жажда, голод, жара, переутомление, одиночество, паника, дикие животные - стрессоры выживания и методы борьбы с ними

**Практика.** Определение необходимых качеств человека для выживания в автономном существовании: внимания, памяти, мышления.

## **2.2. Понятие об автономном существовании человека. План действия. Особенности выживания в различных климатических зонах и горах.**

**Теория.** Понятие об автономном существовании человека. Добровольная автономия человека в природной среде. Вынужденная автономия человека в природной среде. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

Факторы выживания в условиях автономного существования. Оценка ситуации, принятие решения, разработка плана действия.

Выживание в полярных условиях. Полярные области, передвижение в полярных условиях, типы укрытий, особенности разведения огня и приготовление пищи, добывание воды и пищи в условиях холодного климата.

Выживание в горах. Походы в горы: климат и местность. Способы ориентирования в горах. Передвижение по горной местности. Опасность ледников и лавин. Специальные альпинистские приемы. Узлы и спец снаряжение.

Выживание в тропиках.

Тропическая природная зона, передвижение по джунглям, советы по одежде для тропиков. Лагерь и укрытие, поиск воды и пищи в тропических условиях. Опасные растения и животные.

Выживание в условиях умеренного климата. Умеренный климат.

Выживание в пустыне. Высокие температуры и недостаточное количество осадков, вода в пустыне и способы ее добычи. Одежда для путешествий. Растительная и животная пища.

Опасности. Способы построения укрытия в пустыне. Выживание в море. Как избежать паники при аварии на воде? Выживание в воде. Спасательные средства и их содержимое.

**Практика:** Тестирование. Решение ситуационных задач.

## **2.3. Способы ориентирования и определение направления движения. Ориентирование по солнцу, луне, звездам, местным признакам. Движение по азимуту**

**Теория.** Правила определения направления выхода. Потеря ориентировки как наиболее распространенная экстремальная ситуация в природе. Определение примерного расстояния до источников звука и света. Определение направления выхода в ситуации, когда человек заблудился и не может найти свои следы. Правила поведения в случае отставания от

группы. Особенности определения направления выхода в зимнее время. Понятие об ориентировании. Компас. Правила работы с компасом.

**Практика.** Определение направления на север: по собственной тени, по тени на шесте. Способы определения сторон света на местности. Правила ориентирования по компасу, по местным предметам. Азимут. Движение по азимуту.

#### **2.4. Сигналы бедствия.**

**Теория.** Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования. Способы подачи сигналов бедствия. Сигнальные костры. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов. Использование подручных средств для подачи сигналов бедствия. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.

**Практика.** Изготовление и применение простейших сигнальных средств

#### **2.5. Сооружение временного жилища.**

**Теория.** Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временных жилищ в летнее и зимнее время.

**Практика.** Тестирование. Решение ситуационных задач

#### **2.6. Добывание и использование огня. Типы костров.**

**Теория.** Выбор места и правила разведения костра. Особенности разведения костра в ненастную погоду и в зимнее время. Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров, их назначение.

**Практика.** Сооружение макетов видов костров

#### **2.7. Обеспечение питанием и водой.**

**Теория.** Правила обеспечения водой и питанием. Способы сохранения работоспособности при отсутствии пищи и воды в условиях вынужденного автономного существования.

Обеспечение питанием из резервов природы при отсутствии продуктов питания. Съедобные растения, насекомые, животные. Правила поиска и сбора растительной пищи. Меры безопасности при употреблении растительной пищи. Обеспечение водой из водоемов, а также добытой из снега, льда.

**Практика.** Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования. Решение ситуационных задач.

#### **2.8. Поиск и приготовление пищи. Съедобные растения и животные.**

**Теория.** Основные блюда в туристском меню. Съедобные растения и животные. Правила использования съедобных растений в пищу. Способы кипячения воды и приготовления растительной пищи при отсутствии посуды. Способы и средства для приготовления пищи в полевых условиях. Сроки хранения разных продуктов. Особенности условий хранения.

Температурный режим. Рекомендуемые консервы. Особенности хранения круп, шоколада, печенья, колбасы, сыра. Как понять, что продукт испортился.

**Практика.** Тестирование. Определение съедобных растений и грибов.

## **2.9. Лекарственные растения. Лечение заболеваний.**

**Теория.** Лекарственные растения Кемеровской области. Особенности их применения.

Оказание первой помощи при лечении заболеваний в автономном существовании.

**Практика.** Тестирование. Определение лекарственных растений.

## **2.10. Туристические узлы**

**Теория.** Виды туристических узлов. Особенности применения и способы вязания.

**Практика.** Использование веревочных узлов.

## **2.11. Топография**

**Теория.** Понятие "карта" (физико-географическая, топографическая, спортивного ориентирования, туристская); условные знаки плана, топографической карты.

**Практика.** Определение значения топографических знаков. Чтение карты.

## **Раздел 3. Выживание при чрезвычайных ситуациях природного и антропогенного характера. (6 часов)**

### **3.1. Виды ЧС природного характера. ЧС геофизического характера.**

**Теория.** Классификация ЧС природного характера по причине происхождения Землетрясения. Извержение вулканов. Правила поведения при землетрясении и извержение вулканов. Шкала Рихтера. Шкала Меркалли.

**Практика.** Решение ситуационных задач.

### **3.2. ЧС геологического характера. Обвалы, оползни, лавины.**

**Теория.** Чрезвычайные ситуации геологического характера. Обвалы, оползни, лавины. Правила поведения при ЧС геологического характера.

**Практика.** Решение ситуационных задач

### **3.3. ЧС метеорологического характера. Смерчи, ураганы, штормы, бури, грозы.**

**Теория.** Чрезвычайные ситуации метеорологического характера. Шкала Бофорта. Правила поведения при ЧС метеорологического характера.

**Практика.** Решение ситуационных задач

### **3.4. ЧС гидрологического характера. Наводнения, половодье, паводки, заторы, зажоры.**

**Теория.** Чрезвычайные ситуации гидрологического характера. Правила поведения при ЧС гидрологического характера.

**Практика.** Решение ситуационных задач

### **3.5. Лесные пожары.**

**Теория.** Классификация лесных пожаров. Виды пожаров. Способы тушения лесных пожаров. Правила поведения при пожарах.

**Практика.** Решение ситуационных задач

### **3.6. Ситуации криминогенного характера. Действия в чрезвычайной ситуации криминогенного характера.**

**Теория.** Виктимное поведение. Толпа. Правила поведения в толпе. Правила поведения при ЧС криминогенного характера.

**Практика.** Решение ситуационных задач

## **Раздел 4. Обеспечение безопасности при ЧС техногенного характера (14 часов)**

### **4.1. Общие сведения о процессе горения. Пожар и его развитие. Способы прекращения горения.**

**Теория.** Сущность процесса горения. Виды горения. Условия возникновения горения.

Понятие пожара, виды. Опасные факторы пожара. Способы прекращения горения. Основные огнетушащие вещества.

### **4.2. Первичные средства пожаротушения**

**Теория.** Назначение, виды и порядок содержания первичных средств пожаротушения.

Огнетушители: виды, устройство, порядок приведения в действие. Меры безопасности при работе с первичными средствами пожаротушения.

**Практика.** Отработка способов по тушению пожаров первичными средствами пожаротушения (огнетушителями).

### **4.3. Пожарно-спасательные автомобили и пожарно-техническое оборудование (ПТО), вывозимое на них. Боевая одежда и снаряжение пожарного-спасателя**

**Теория.** Назначение и тактико-технические характеристики пожарно-спасательных автомобилей. Пожарно-техническое оборудование, его назначение, использование. Типы боевой одежды и снаряжения пожарного-спасателя и их применение. Экскурсия в пожарную часть.

**Практика.** Отработка действий применения пожарно-технического оборудования по назначению. Выполнение нормативов по надеванию боевой одежды и снаряжения пожарного-спасателя.

### **4.4. Спасение людей на пожарах и самоспасание. Основы применения верёвочной техники**



**Теория.** План эвакуации. Силы, средства и способы спасения людей на пожарах. Способы спасения. Виды спасательных верёвок.

**Практика.** Отработка способов спасения людей и самоспасания при помощи универсальной спасательной петли.

#### **4.5. Средства индивидуальной защиты органов дыхания, кожи.**

**Теория.** Виды СИЗ, классификация. Противогазы ГП 5, ГП 7, ГП 5 ВМ, респираторы. Принцип защиты, устройство противогаза. Правила одевания противогаза. Средства защиты кожи: ОЗК, Л1. Камера защитная детская (КЗД 6).

**Практика.** Отработка одевания противогаза и ОЗК, тактика спасения младенца при помощи КЗД 6.

#### **4.6. Знаки безопасности**

**Теория.** Знаки безопасности: запрещающие, предупреждающие, предписывающие, знаки пожарной безопасности, эвакуационные и медицинские знаки, указательные. Смысловое назначение знаков, геометрическая форма, смысловое значение.

**Практика.** Тестирование, решение ситуационных задач

### **Раздел 5. Дорожная безопасность (6 часов)**

#### **5.1. Правила дорожного движения. Основы безопасности дорожного движения и управления транспортным средством**

**Теория.** Правила дорожного движения. Дорожно - транспортные происшествия. Причины ДТП. Опасные ситуации на транспорте. Дорожные ловушки.

**Практика.** Решение ситуационных задач.

#### **5.2. Формы регулирования движения. Сигналы светофоров, сигналы регулировщика, дорожная разметка. Знаки безопасности дорожного движения**

**Теория.** Правила дорожного движения для пешехода. Сигналы светофоров, сигналы регулировщика, дорожная разметка. Знаки безопасности дорожного движения

**Практика.** Тестирование. Решение ситуационных задач.

#### **5.3. Роллинг. Безопасность движения на велосипедах, мотоциклах, мопедах, самокатах.**

**Теория.** Требования к движению на велосипедах, самокатах, роликах, мотоциклах, мопедах.

**Практика.** Тестирование. Решение ситуационных задач

### **Раздел 6. Оказание первой помощи пострадавшим. (22 часа)**

#### **6.1. Организационно – правовые аспекты оказания первой помощи.**

**Теория.** Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Основные мероприятия первой помощи. Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших. Способы извлечения и перемещения пострадавших. Основные правила вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб. Простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся с кровью и биологическими жидкостями человека. Аптечка первой помощи (автомобильная)

**Практика.** Отработка последовательности действий на месте происшествия, вызова экстренных служб, способов извлечения и перемещения пострадавших.

## **6. 2. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения.**

**Теория.** Основные признаки жизни у пострадавшего. Способы проверки сознания, дыхания, кровообращения у пострадавшего. Определение наличие сознания у пострадавшего. Восстановление проходимости дыхательных путей и определение признаков дыхания у пострадавшего. Техника проведения давления на грудину пострадавшего и искусственного дыхания. Показания к прекращению сердечно –легочной реанимации. Мероприятия, выполняемые после прекращения сердечно- легочной реанимации. Придание пострадавшему устойчивого бокового положения.

**Практика.** Тренировка обеспечения проходимости верхних дыхательных путей, проведения искусственной вентиляции лёгких и наружного массажа сердца. Проведение безвентиляционного массажа сердца. Техника безопасности при проведении сердечно-лёгочной реанимации. Техника безопасного поворота пострадавшего на живот. Применение холода. Тренировка в проведении сердечно-лёгочной реанимации одним спасателем, бригадой спасателей. Согласование действий.

## **6.3. Первая помощь при попадании инородных тел в дыхательные пути.**

**Теория.** Признаки попадания различных инородных тел в дыхательные пути и способы их извлечения. Особенности оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванных инородным телом взрослому человеку, ребенку, тучному человеку, беременной женщине.

**Практика.** Формирование практического навыка применения приёмов, которые способствуют извлечению инородных тел из дыхательных путей. Приём Геймлиха.

## **6.4. Первая помощь при ранениях и возникновении наружных кровотечений**

**Теория.** Дисмургия. Правила наложения повязок. Опасные для жизни кровотечения: наружное, внутреннее, Виды кровотечений: артериальное, венозное, капиллярное. Способы временной остановки наружного кровотечения: прямое давление на рану, пальцевое

прижатие артерий, максимальное сгибание конечности, наложение давящей повязки, возвышенное положение конечности. Наложение кровоостанавливающего жгута. Цель и последовательность подробного осмотра пострадавшего.

Травмы головы. Оказание первой помощи.

Травмы шеи, оказание первой помощи.

Травмы груди, оказание первой помощи.

Травмы живота и таза, основные проявления, оказание первой помощи.

Травмы конечностей, оказание первой помощи.

Травмы позвоночника. Оказание первой помощи.

**Практика.** Тренировка в использовании содержимого аптечки для оказания первой помощи при ранениях, сопровождающихся артериальным, венозным кровотечениями. Закрепление навыка наложения первичной повязки, прижатия крупных артериальных сосудов, наложения кровоостанавливающего жгута на конечности, иммобилизации, использования холода, функционально выгодного положения конечности и тела.

#### **6.5. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.**

**Теория.** Признаки повреждений костей и суставов. Открытые и закрытые переломы костей. Особенности транспортной иммобилизации при травме костей руки, ноги, таза, позвоночника.

**Практика.** Практическое обучение навыкам наложения транспортных шин при различной локализации повреждений. Тренировка по перемещению пострадавшего в позе «лягушки». Решение тестовых заданий и ситуационных задач.

#### **6.6. Первая помощь при термических и химических ожогах, попадании агрессивных жидкостей в глаз**

**Теория.** Алгоритм действий в выявлении причин и признаков термических поражений кожи и глаз различной степени тяжести.

**Практика.** Выполнение приёмов первой помощи при ожогах кожи и поражении глаз.

#### **6.7. Первая помощь при отморожении и переохлаждении**

**Теория.** Условия наступления холодовой травмы. Признаки отморожения и переохлаждения. Алгоритм действий при оказании первой помощи.

**Практика.** Отработка техники наложения теплоизолирующих повязок. Решение ситуационных задач.

### **6.8. Первая помощь при поражении электрическим током**

**Теория.** Признаки поражения электрическим током. Оценка состояния пострадавшего.

**Практика.** Быстрая оценка безопасности места происшествия. Способы приближения и создания безопасных условий оказания первой помощи. Особенности оказания первой помощи поражённому электрическим током и молнией. Наблюдение, предупреждение повторных остановок сердца.

### **6.9. Первая помощь при утоплении**

**Теория.** Виды и признаки утопления. Истинное утопление. Асфиксическое утопление. Синкопальное утопление. Оказание первой помощи пострадавшему. Просмотр видеофильма о спасении на воде.

**Практика.** Отработка реанимационных мероприятий при оказании помощи утонувшему.

### **6.10. Первая помощь при укусах насекомых и змей**

**Теория.** Признаки аллергической реакции и поражения при укусах насекомых и змей.

**Практика.** Отработка приёмов оказания первой помощи при укусах и аллергической реакции на укусы.

### **6.11. Транспортировка пострадавших**

**Теория.** Транспортировка пострадавших. Тренировка приёмов перекладывания пострадавшего с земли на носилки. Правила транспортировки пострадавших в зависимости от тяжести состояния и локализации повреждения. Вынос пострадавшего с использованием подручных средств. Цель и принципы придания пострадавшим оптимальных положений тела.

**Практика.** Тренировка приёмов перекладывания пострадавшего с земли на носилки и его транспортировка. Отработка способов выноса пострадавшего с использованием подручных средств.

## **Тема 7. Итоговое занятие. Квест «Остаться в живых» (2 часа.)**

**Практика.** Отработка практических действий по спасению жизни пострадавших в экстремальных ситуациях.

## 1.4. Планируемые результаты освоения программы

**К концу 1 года обучения учащиеся овладевают  
следующими компетентностями**

### **Предметные (образовательные):**

- знание основных понятий и терминов, применяемых в процессе работы;
- знание умений и навыков в ЧС по оказанию первой помощи;
- знание положительных и отрицательных факторов воздействия на организм человека в автономном существовании в природе;
- знание определения сторон света, азимута, знаков топографии, применения туристических узлов, лекарственных средств;
- знание умений и навыков при чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и криминогенного характера;
- знание умений и навыков о средствах регулирования движения, знаках дорожного движения, правилах дорожного движения на роликах, самокатах, велосипедах, мопедах и мотоциклах.

### **Метапредметные:**

- умение планировать и организовывать своё время;
- умение контролировать, оценивать и корректировать свою деятельность;
- умение прогнозировать результаты деятельности;
- умение оценивать результаты своей деятельности;
- умение работать в группе;
- умение корректно выражать свою позицию, а также аргументированно отстаивать свою точку зрения;
- умение презентовать продукт собственной деятельности.

### **Личностные:**

- положительная мотивация к обучению и самосовершенствованию, готовность к профессиональному самоопределению.
- понимание ценности и важности собственного здоровья и его укрепления;
- понимание роли и значения окружающей среды в вопросах сохранения собственного здоровья.

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе определяется Календарным учебным графиком, который является приложением к программе и разрабатывается до начала каждого учебного года, согласовывается и утверждается заместителем директора МБОУ «Лицей № 20» по УВР.

Календарный учебный график соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам, утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Начало учебного года - 1 сентября, окончание учебного года – 31 мая.

№	Год обучения	Объем учебных часов	Всего учебных недель	Режим работы	Количество учебных дней
1	1 год обучения	72 часа	36	2 раза в неделю по 1 часу либо 1 раз в неделю по 2 часа	72  либо 36

### Условия реализации программы

#### Материально-техническое обеспечение:

Для проведения занятий используется оборудованный учебный кабинет, спортивный зал, при необходимости спортивная площадка:

- стол для педагога;
- столы для учащихся;
- стулья;
- стенды

#### Технические средства обучения:

- мультимедийный проектор;
- ноутбук;
- экран;
- тренажёр сердечно-лёгочной и мозговой реанимации «Максим»

#### Приборы и материалы:

- компасы;
- секундомер;
- часы;
- бинты;
- жгуты;
- шины;

- противогазы ГП 5, ГП 7, респиратор;
- общевойсковой защитный костюм (ОЗК);
- Л-1
- камера защитная детская (КЗД 6);
- боевая одежда пожарного;
- спасательные веревки

### **Информационное и учебно-методическое обеспечение:**

- учебно-методическое обеспечение (дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа, пособия, учебно-методический комплекс: дидактические материалы, плакаты, видеотека, методические рекомендации, сборники материалов и задач, мониторинг по ДООП).

### **Кадровое обеспечение:**

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт) код А и В с уровнями квалификации 6, обладающий профессиональными компетенциями в предметной области.

### **Этапы и формы аттестации**

Вид контроля	Тема и контрольные измерители аттестации	Форма аттестации
I год обучения		
<b>Текущий контроль</b>	Тема: Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде. - умение ориентироваться по азимуту, солнцу, местным признакам; - умение подавать сигнал бедствия; - умение сооружать временное жилище, костер; - умение распознавать съедобные и несъедобные растения и грибы; - умение применять туристические узлы	Практическая работа по ситуационным задачам
	Тема: Выживание при ЧС природного и антропогенного характера - умение выявлять причины и последствия возникновения ЧС природного и антропогенного характера;	Практическая работа

	- умение правильности и последовательности действий при ЧС.	
	Тема: Обеспечение безопасности при ЧС техногенного характера - умение выделять поражающие факторы; - умение пользоваться первичными средствами пожаротушения и боевой одеждой пожарного; - умение правильно действовать при угрозе пожара; - умение использовать универсальную спасательную петлю для спасения пострадавшего .	Отработка практических навыков по спасению жизни пострадавшего согласно ситуативным задачам
	Тема: Безопасность на транспорте - умение распознавать дорожные ловушки; - знать и понимать знаки дорожного движения; - знать сигналы регулировщика, сигналы светофора и уметь пользоваться ими при движении; - знать правила движения на велосипеде, роликах, самокатах, мопедах.	Практическая работа по ситуационным задачам
<b>Промежуточная аттестация</b>	Тема: Оказание первой помощи. - грамотность и скорость в принятии решений; - последовательность действия при оказании первой помощи.	Отработка практических навыков по спасению жизни пострадавшего согласно ситуативным задачам
<b>Аттестация по завершении дополнительной общеобразовательной программы</b>	Тема: <u>Итоговое занятие.</u> Квест «Остаться в живых» - Практическая работа «Оказание первой при травме опорно-двигательного аппарата» - Практическая работа «Первая помощь при ударе электрическим током» - Практическая работа «Одевание боевой одежды пожарного. Спасение пострадавшего при помощи универсальной спасательной петли» - Практическая работа «Тушение пожара при помощи огнетушителя» - Практическая работа « Определение азимута и расстояния до объекта»	Квест «Остаться в живых»

### Оценочные материалы

Диагностика результативности сформированных компетенций, учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Школа безопасности» осуществляется посредством следующих разработок:

- Опрос «ТБ при работе»;
- Ситуационные задачи по теме «Дорожная безопасность»;



- Ситуационные задачи по теме «Чрезвычайные ситуации природного характера: тропические циклоны, ураганы, бури, смерчи»;
- Ситуационные задачи по теме «Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, оползни, сели, снежные лавины»;
- Ситуационные задачи по теме «Выживание в природных условиях»;
- Ситуационные задачи по теме «Экстренная доврачебная помощь»;
- Ситуационные задачи по теме «Ориентирование»

### **Методические материалы**

Учебно-методический комплекс к программе «Школа безопасности» включает:  
 Научно – методический и информационный журнал «ОБЖ. Основы безопасности жизнедеятельности».

Атлас добровольного спасателя.

Сборник ситуационных задач по отработке практических навыков по спасению жизни пострадавших по теме «Экстремальные ситуации. Оказание первой помощи».

Методическая разработка «Рабочая тетрадь по первой помощи».

Методическая разработка «Универсальная спасательная петля. Рекомендации. Методика использования»

### **Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

<b>№</b>	<b>Раздел или тема программы</b>	<b>Формы занятий</b>	<b>Приемы и методы организации образовательного процесса</b>	<b>Дидактический материал</b>	<b>Техническое оснащение занятий</b>	<b>Форма аттестации</b>
1	Тема: Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.	Практическая работа	Индивидуальная работа, работа в группах	Распечатанные ситуационные задания по теме.	Ноутбук, экран, компасы,	Практическая работа
2	Тема: Оказание первой помощи	Практическая работа	Индивидуальная работа, работа в группах	Распечатанные практические задания по теме.	Ноутбук, манекен сердечно-легочной реанимации	Практическая работа

## Список литературы

### для педагога:

1. Алтунин А.Т. Гражданская оборона / под ред. генерала армии А. Т. -М.: Воениздат, 1982.
2. Верба И.А. Туристско-краеведческие кружки в школе. Москва: Просвещение, 1988.
3. Волович В. Г. Как выжить в экстремальной ситуации / В. Г. Волович. - М: Знание, 1990.
4. Горелов В.В. Природоохранная деятельность в туристическом походе. Пермь: 1981.
5. Гостюшин, А. В. Энциклопедия экстремальных ситуаций / А. В. Гостюшин. - М.: Зеркало, 1994.
5. Гринин А. С. Экологическая безопасность. Защита территории и населения при чрезвычайных ситуациях / А. С. Гринин, В. Н. Новиков. - М.: ФАИР-ПРЕСС, 2000.2004.
6. Дмитриева Л.М. – Уроки географии: методическое пособие (мастер-класс) 6 класс.– М.: Дрофа, 2007.
- 7.Огородников Б.И. Туризм и спортивное ориентирование. Москва: Физкультура и спорт, 1983.
8. Поляков, В. В. Безопасность человека в экстремальных ситуациях / В. В. Поляков, Е. А. Сербаринов. – М: 1992.
9. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм. – 1 18. Якупов, А.
10. Безопасность на улицах и дорогах. Методическое пособие для учителя/ А.М. Якупов. - М.: АСТ-ЛТД, 1997. – 270 с.

### Сборники

1. Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах. -М.: Воениздат, 1990.
2. Проблемы безопасности при чрезвычайных ситуациях. - М: ВИМИТ, 1993.
3. Справочник лекарственных растений. - М.: 1999.
4. Справочные данные о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и экологического происхождения. - Ч. 2. - М.: МЧС, 1995.
5. Сборник элективных курсов/ авт.-сост. А.Н.Каинов, Г.И. Курьерова, Е.Г. Хаустова. - Волгоград: Учитель, 2009.

### Цифровые образовательные ресурсы

1. Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё Безопасности Жизнедеятельности [Электронный ресурс] <http://www.bezopasnost.edu66.ru>

2. Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях [Электронный ресурс] <http://www.hardtime.ru>
3. Все о пожарной безопасности [Электронный ресурс] <http://www.0-1.ru>
4. Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС [Электронный ресурс] <http://www.vlados.ru>
5. Издательство Академкнига/Учебник [Электронный ресурс] <http://www.akademkniga.ru>
6. Издательство БИНОМ. Лаборатория знаний [Электронный ресурс] <http://www.lbz.ru>
7. Издательство Вита-Пресс [Электронный ресурс] <http://www.vita-press.ru>
8. Издательство Дрофа [Электронный ресурс] <http://www.drofa.ru>
9. Издательство Мнемозина [Электронный ресурс] <http://www.mnemosina.ru>
10. Издательство Просвещение [Электронный ресурс] <http://www.prosv.ru>
11. Издательская фирма. Сентябрь. [Электронный ресурс] <http://www.direktor.ru>
12. Искусство выживания [Электронный ресурс] <http://www.goodlife.narod.ru>
13. Мой компас [Электронный ресурс] [http://moikompas.ru/compas/bezopasnost\\_det](http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det)
14. Первая медицинская помощь [Электронный ресурс] <http://www.meduhod.ru>
15. Портал детской безопасности [Электронный ресурс] <http://www.spas-extreme.ru>



Прошнуровано, пронумеровано  
и скреплено  
печатью  
лист 28  
Директор МБОУ «РСОШ №5»  
Полункина Л.В.

*Владимир Селищев*

*[Signature]*