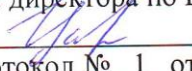


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования Вологодской области
Управление образования
Администрации Устюженского муниципального округа
МОУ «Гимназия»

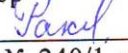
СОГЛАСОВАНО
зам. директора по ВР


Царева И.В.
Протокол № 1 от "30" августа 2024 г.



УТВЕРЖДЕНО

Директор


Ракутина Т.М.
Приказ № 240/1 от "30" августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Юный спасатель»**

для 5 К класса основного общего образования
на 2024-2025 учебный год

Составитель:

И.В. Глазов,

учитель физической культуры
высшая квалификационная категория

г. Устюжна

2024г.

Пояснительная записка.

Организация работы с детьми в области защиты от чрезвычайных ситуаций и подготовка к действиям в условиях социальных и военных конфликтов, как и криминогенных ситуаций, а также формирование активной позитивной жизненной позиции у подрастающего поколения является одной из наиболее острых социальных проблем.

Все еще велико число детей, пострадавших в результате различных чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, дорожно-транспортных происшествий, неосторожного обращения с огнем, на воде и т.п.

Настоящая программа предназначена для обучения школьников в кружке «Юный спасатель» и рассчитана на один учебный год, занятия проводятся один раз в неделю. В очном и дистанционном формате.

В ходе обучения школьники должны изучить основные правовые документы в области защиты от чрезвычайных ситуаций и ведение аварийно-спасательных работ, приобрести навыки основ выживания в экстренных условиях, изучить инструменты и приборы для ведения спасательных работ, средства защиты от поражающих факторов, способы оказания первой медицинской помощи, меры безопасности при ведении аварийно-спасательных работ.

Задачи данной программы:

- *Привлечение подростков к вопросам личной и коллективной безопасности;
- * Обучение практическим навыкам оказанию само и взаимопомощи, умелым и быстрым действиям в любой чрезвычайной ситуации;
- *Обучение практическим навыкам и умению пользоваться индивидуальными и коллективными средствами защиты;
- * Улучшение физической подготовки и приобщение подростков к здоровому образу жизни;
- * Защита и пропаганда прав детей, подростков, определяемых отечественными правовыми нормами;
- * Проведение различных тренировок в форме соревнований по закреплению навыков поведения в экстренных ситуациях.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса.

Личностные результаты:

- Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей;
- Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- Формирование целостного мировоззрения, соответствующих современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- Формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- Развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- Формирование коммуникативной компетентности в обращении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- Формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятия ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- Формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- Умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищенности, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действия в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Умения определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные и по аналогии) и делать выводы;
- Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- Формирование и развитие компетентности в области использования ИКТ;
- Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- Формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

- Формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

- Понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личной позиции;
- Понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- Знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- Умение оказывать первую помощь пострадавшим;
- Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, полученной из различных источников;
- Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

• **Планируемые результаты изучения курса**

- Результаты обучения полностью соответствуют стандарту. Требования направлены на реализацию деятельностного, практико-ориентированного и личностно-ориентированного подходов: освоение учащимися интеллектуальной и практической деятельности; овладение знаниями и умениями, востребованными в повседневной жизни, позволяющими ориентироваться в окружающем мире, значимыми для сохранения окружающей среды и собственного здоровья.
- В результате изучения данного курса обучающийся должен **знать/понимать**:
- - основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- - правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- - способы безопасного поведения в природной среде;
- **уметь**:
- - действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- - оказывать первую помощь при ожогах, переломах, ушибах, кровотечениях;
- - вести себя в чрезвычайных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- - действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;
- **использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни** для:
- - обеспечения личной безопасности;
- - соблюдения мер предосторожности и правил поведения в ЧС;
- - проявление бдительности, безопасного поведения при дорожном движении;
- - обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

- функции спасательной службы и законодательную базу по ней;
 - специфику аварий, катастроф и стихийных бедствий региона, их поражающие факторы и последствия;
 - принципы организации и порядок ведения АСР при различных ЧС;
 - способы поиска, извлечения и транспортировки пострадавших в различных условиях;
 - основы применения специальных аварийно-спасательных средств, оборудования, приборов, инструментов, приспособлений;
 - приемы и средства оказания первой медицинской помощи;
 - особенности оказания первой медицинской помощи при переломах различной локализации;
 - основы передвижения по различной местности;
 - основы выживания в различных климатических и природных условиях;
 - технику безопасности при выполнении АСР;
 - свои индивидуально-психологические особенности;
- методы и приемы управления собственным состоянием;
 - особенности психологического воздействия обстановки на людей при ЧС.

уметь:

- ориентироваться в законодательной базе по аварийно-спасательному делу;
- применять и эффективно использовать спасательную технику, приборы, оборудование, СИЗ и средства связи:
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- работать с компасом и картой, ориентироваться" на местности;
- контролировать свое морально-психологическое состояние при ЧС;
- применять приемы управления своим состоянием.

иметь представление:

- об отечественном и зарубежном опыте ведения АСР в различных ЧС природного и техногенного характера;
- о природных явлениях региона;
- о процессе горения, пожаре и его развитии;
- об особенностях тушения пожаров различных категорий на различных объектах;
- об основах психологических знаний и особенностях поведения человека в ЧС.

Распределение учебного времени кружка:

«Юный спасатель»

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Специальная подготовка	9
2	Противопожарная подготовка	6
3	Медицинская подготовка	7
4	Основы ориентирования	3
5	Физическая подготовка	6
6	Средства индивидуальной защиты.	3
	Итого:	34

Календарно- тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Теория	Практика	Формирование УУД	План	Факт
	Специальная подготовка	9					
1	Чрезвычайные ситуации мирового и военного времени, возможные на территории нашего края.	1	Лекция		Предметные: анализировать причины ЧС; выбирать правильный алгоритм безопасного поведения при ЧС, в том числе наиболее эффективные способы предотвращения ЧС, оказания помощи; характеризовать основные мероприятия при ЧС; составлять планы своего поведения при ЧС. Личностные: развитие познавательных интересов, учебных мотивов; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей. Познавательные: умение различать виды ЧС, оказывающие влияние на безопасность жизнедеятельности человека; умение характеризовать и		
2	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций и Гражданская оборона России.	1	Лекция				
3-4	Правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций бытового характера.	1,5	Рассказ				
5-6	Правила поведения при возникновении стихийных бедствий.	1,5	Рассказ				
7	Основы выживания в различных чрезвычайных ситуациях.	1,5	Рассказ				
8	Выживание в природной среде. Организация жилья, питания, защиты в природных условиях.	1,5	Комб.				
9	Выживание в природной среде. Определение места нахождения, защита от животных и насекомых.	1	Комб.				
	Практическая подготовка	6					
10	Общие понятия о пожаре, определение его причины, характера и силы.	1,5	Рассказ				
11	Составление плана эвакуации из различных зданий. Способы эвакуации.	1,5	Комб.				
12	Самоспасение людей при пожарах.	2	Комб.				
13	Подручные средства тушения пожаров	1	Комб.				
14	Огнетушители, назначение, подготовка к применению, правила пользования.	1	Комб.				
15	Пожарная техника и ее применение.	1	Рассказ				

					<p>анализировать ЧС; объяснять причины возникновения ЧС, моделировать выполнение правил безопасного поведения при ЧС.</p> <p>Регулятивные: умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и ЧС в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности ее решения.</p> <p>Коммуникативные: умение формировать собственное мнение и позицию; умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; умение</p>		
--	--	--	--	--	---	--	--

					строить рассуждения, понятные для собеседника, использовать речь для регуляции своего действия		
	Медицинская подготовка	7					
16	Основы анатомии и физиологии человека. Первая медицинская помощь в различных бытовых ситуациях.	1	Рассказ		Личностные: развитие познавательных интересов, учебных мотивов; формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства по средствам осознания значимости безопасного поведения в условиях ЧС.		
17	Средства оказания первой медицинской помощи спасателя. Аптечка.	1	Комб.				
18	Основы гигиенических знаний.	1	Рассказ				
19	Первая медицинская помощь при растяжениях, вывихах, ушибах.	1	Комб.				
20	Первая медицинская помощь при переломах.	1	Комб.				
21	Транспортировка пострадавшего.	1	Комб.				
22	Соревнования по оказанию первой медицинской помощи и транспортировке пострадавшего.	1	Практ.				
	Основы ориентирования	3					
23	Компас. Его назначение.	1	Комб.				
24	Ориентирование на местности	1		Практ.			
25	Соревнование. Хождение по азимуту.	1		Практ.			
	Физическая подготовка	6			Предметные: использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих. Личностные: формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни; развитие самооценки личности (формирование самоидентификации,		
26-27	Общефизическая подготовка	3		Практ.			
28-29	Кроссовая подготовка	1		Практ.			
30	Силовые упражнения. Подтягивание на перекладине.	1		Практ.			
31	Силовые упражнения. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	1		Практ.			

					<p>адекватной позитивной самооценки, самоуважения и самопринятия); оценка собственных поступков.</p> <p>Познавательные: умение характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования; умение анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья.</p>		
	Средства индивидуальной защиты.	3			<p>Познавательные: умение характеризовать основные мероприятия, проводимые в РФ по защите населения от ЧС техногенного характера; умение анализировать причины</p>		
32	Классификация средств индивидуальной защиты.	1	Комб.				
33	Средства индивидуальной защиты органов дыхания.	1	Комб.				
34	Средства индивидуальной защиты кожи.	1	Комб.				
35							

					<p>возникновения ЧС; умение моделировать действия населения по сигналам оповещения о ЧС; умение характеризовать меры пожарной безопасности.</p> <p>Регулятивные: умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.</p> <p>Коммуникативные: умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.</p>		
		Итого:	34				

Учебный план кружка:

«Юный спасатель»

№	Тема занятий	Кол-во часов	Вид занятий
Специальная подготовка		9	
1	Чрезвычайные ситуации мирового и военного времени, возможные на территории нашего края.	1	Лекция
2	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций и Гражданская оборона России.	1,5	Лекция
3-4	Правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций бытового характера.	1,5	Рассказ
5-6	Правила поведения при возникновении стихийных бедствий.	1,5	Рассказ
7	Основы выживания в различных чрезвычайных ситуациях.	1,5	Рассказ
8	Выживание в природной среде. Организация жилья, питания, защиты в природных условиях.	1,5	Комб.
9	Выживание в природной среде. Определение места нахождения, защита от животных и насекомых.	1	Комб.
Практическая подготовка		6	
10	Общие понятия о пожаре, определение его причины, характера и силы.	1	Рассказ
11	Составление плана эвакуации из различных зданий. Способы эвакуации.	1	Комб.
12	Самоспасение людей при пожарах.	1	Комб.
13	Подручные средства тушения пожаров	1	Комб.
14	Огнетушители, назначение, подготовка к применению, правила пользования.	1	Комб.
15	Пожарная техника и ее применение.	1	Рассказ
Медицинская подготовка		7	
16	Основы анатомии и физиологии человека. Первая медицинская помощь в различных бытовых ситуациях.	1	Рассказ
17	Средства оказания первой медицинской помощи спасателя. Аптечка.	1	Комб.
18	Основы гигиенических знаний.	1	Рассказ
19	Первая медицинская помощь при растяжениях, вывихах, ушибах.	1	Комб.
20	Первая медицинская помощь при переломах.	1	Комб.
21	Транспортировка пострадавшего.	1	Комб.
22	Соревнования по оказанию первой медицинской помощи и транспортировке пострадавшего.	1	Практ.
Основы ориентирования		3	
23	Компас. Его назначение.	1	Комб.
24	Ориентирование на местности	1	Практ.
25	Соревнование. Хождение по азимуту.	1	Практ.
Физическая подготовка		6	
26-27	Общефизическая подготовка	2	Практ.
28-29	Кроссовая подготовка	2	Практ.
30	Силовые упражнения. Подтягивание на перекладине.	2	Практ.

31	Силовые упражнения. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	2	Практ.
	Средства индивидуальной защиты.	4	
32	Классификация средств индивидуальной защиты.	1	Комб.
33	Средства индивидуальной защиты органов дыхания.	1	Комб.
34	Средства индивидуальной защиты кожи.	1	Комб.
35			
	Итого:	34	

Литература:

1. «Основы безопасности жизни»,
Научно-методический и информационный журнал.
2. Курцев П.А. «Медико-санитарная подготовка учащихся»,
Москва, «Просвещение», 2018г.
3. Шойгу С.К. «Чрезвычайные ситуации»,
Энциклопедия школьника. Краснодар, 2005г.
4. Винников Л.А. «Почему возникают пожары»,
Изд-во «Ярославль», 2020г.