

Муниципальное казенное  
общеобразовательное учреждение «Средняя  
общеобразовательная школа № 6 г.п. Нарткала»

ПРИНЯТА  
На заседании  
Пед.совета  
от 28.08.2020 г.  
Протокол №1

  
УТВЕРЖДЕНА  
приказом МКОУ СОШ №6  
г.п. Нарткала № 41-ОД  
от 28.08.2020г.  
Директор М.П. Мисрокова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа  
«Юный спасатель и основы здорового образа жизни»

(полное наименование дополнительного образования)

ДООП «Юный спасатель»

(краткое наименование дополнительного образования)

Классы - 9-11

Уровень дополнительного образования – начальный

Педагог дополнительного образования – Калякова А.М.

Год разработки – 2020

Срок реализации программы: 2020-2021 уч.год

Количество часов по учебному плану в неделю 3 часа

Планирование составлено на основе: Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочие программы. Предметная линия учебников под редакцией А.Т. Смирнова. 10-11 классы; пособие для учителей общеобразоват. организаций / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников.

## **Пояснительная записка**

Программа дополнительного образования «Юный спасатель» обеспечивает не только развитие способностей и основ формирования здорового и безопасного образа жизни, но и таких качеств детей, как благородство, рассудительность, честность, доброта, вежливость, а также воспитание чувства патриотизма, уважения друг к другу и к старшим. Программа направлена на изучение основ оказания первой помощи при различных видах травм, действий при возникновении пожаров, безопасному поведению на дорогах.

Природная и социальная среда, в которой сегодня живут люди на планете Земля, наполнена многочисленными факторами, представляющими потенциальную опасность, разную по степени влияния на жизнь и здоровье человека. К таким факторам относятся природные, техногенные и социальные чрезвычайные ситуации. К первым относят различные стихийные бедствия (землетрясения, штормы, сели, извержения вулканов и пр.), ко вторым — аварии и техногенные происшествия, к третьим — социальные ситуации, связанные с актами терроризма, асоциальным поведением людей. Среди социальных ещё выделяются бытовые ситуации, провоцируемые нарушением правил технической безопасности в быту, а также дорожные, характеризующие поведение человека на дорогах, в транспорте, имеющие негативные последствия для здоровья людей и благополучия окружающей среды.

В современных условиях интенсификации любой деятельности человека, усложнения используемых им технических средств возрастает общественное значение состояния здоровья каждого человека. Сохранение и укрепление здоровья каждого гражданина — от младенца до человека преклонного возраста — является важнейшей государственной задачей. Одной из ключевых образовательных задач школы является «формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения».

Программа разработана в соответствии с положениями Конституции Российской Федерации, федеральными законами Российской Федерации в области образования и безопасности жизнедеятельности и отвечает требованиям Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования.

### **Тип программы**

Программа дополнительного образования имеет модифицированный вид и призвана способствовать освоению учащимися теоретических знаний и практических умений в обеспечении личной и общественной безопасности в настоящем и будущем, в формировании культуры безопасного поведения и деятельности с учетом индивидуальных особенностей. Программа является интегрированной, т. е. объединяет несколько предметных областей (экология, охрана труда, основы медицинских знаний) по проблеме безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Предметные результаты освоения курса ориентированы на освоение обучающимися, в рамках интегрированного курса, ключевых теорий, идей, понятий, фактов и способов действий совокупности предметов, относящихся к единой предметной области и обеспечивающих реализацию мировоззренческих, воспитательных и развивающих задач по формированию культуры безопасности жизнедеятельности.

### **Уровень программы**

Программа имеет «стартовый уровень» и предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы. В ней предусматривается широкое использование полученного жизненного опыта детей.

### **Актуальность**

Актуальность заключается в том, что программа является важным этапом обеспечения социальной защиты человека. Ее реализация призвана решительно повысить информированность детей в области чрезвычайных

ситуаций, дать им практические рекомендации по защите и должна способствовать снижению смертности, заболеваемости и травматизма среди обучающихся от вредных и опасных факторов окружающей среды, помочь выработать у них психологическую устойчивость в чрезвычайных ситуациях, а также бережное отношение к себе и окружающей среде.

### **Цель и задачи образовательной программы**

Основные цели изучения данной предметной области:

1. Формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих;
2. Развитие навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, умений оказывать своевременную и грамотную помощь себе и другим пострадавшим;
3. Воспитание способности к самоконтролю, самооценке поведения в ситуациях, которые могут стать опасными для жизни и здоровья окружающих, развитие умения предвидеть последствия своего (чужого) поведения;
4. Воспитание организованности, дисциплинированности, стремления к самосовершенствованию, физическому и духовно-нравственному развитию;
5. Содействие повышению уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества, государства от внешних и внутренних угроз и снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства.

### **Возраст детей, участвующих в реализации данной программы**

Категория обучающихся участвующих в реализации программы дополнительного образования - 11-15 лет. Наполняемость группы от 12 до 15 человек. Приём в объединение осуществляется на добровольной основе, по желанию и интересу обучающихся. Набор детей проводится независимо от уровня их подготовки по данному направлению и физической формы. В кружке занимаются обучающиеся 9-11 классов.

## **Сроки реализации программы**

На изучение программы дополнительного образования в образовательном учреждении отводится 1 год (114 часов). Программа допускает корректировку и варьирование образовательного процесса с учетом индивидуально-психологических особенностей поведения ребенка.

## **Формы и режим занятий**

Режим занятий по данной программе - 3 раза в неделю по 1 учебному часу. По окончании изучения каждого модуля проводятся итоговые практические занятия.

Основными формами организации образовательного процесса являются:

**-Фронтальная.** Предполагает подачу учебного материала всему коллективу обучающихся детей через беседу или дидактическую игру. Фронтальная форма способна создать коллектив единомышленников, способных воспринимать информацию и работать творчески вместе.

**-Групповая.** Ориентирует обучающихся на создание «творческих пар», которые выполняют более сложные упражнения, задания. Групповая форма позволяет ощутить помощь со стороны друг друга, учитывает возможности каждого, ориентирована на скорость и качество работы.

**-Индивидуальная.** Предполагает самостоятельную работу обучающихся, оказание помощи и консультации каждому из них со стороны педагога. Это позволяет, не уменьшая активности ребенка, содействовать выработке стремления и навыков самостоятельного творчества, формирует и оттачивает личностные качества обучающегося: трудолюбие, логическое мышление.

## **Ожидаемые результаты и способы определения результативности**

**Личностными** результатами прохождения программы являются:

- освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными и чрезвычайными ситуациями;

-сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;

-эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;

-наличие способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;

-устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

### **Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)**

#### ***Познавательные:***

-использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации, обобщения получаемой информации;

-сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из разных источников (текст, иллюстрация, графическое представление);

-сравнивать чрезвычайные ситуации, классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;

-осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, отдельными природными и техногенными происшествиями.

#### ***Регулятивные:***

-планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила поведения в различных ситуациях;

-контролировать своё поведение, проявлять желание и способность предвидеть последствия своих действий и поступков;

-оценивать неординарные, чрезвычайные ситуации, определять ошибки в действиях их участников, намечать способы их устранения.

### ***Коммуникативные:***

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;
- составлять обоснованные суждения о правилах поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать понятия (в рамках изученных), пользоваться словарями для уточнения их значения и смысла;
- характеризовать причины происходящих событий, делать выводы о возможных способах их устранения.

### **Предметными результатами** прохождения программы являются:

- 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 личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;

-умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

-умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

### **Требования к уровню подготовки обучающихся**

#### ***Учащиеся научатся:***

-объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);

-характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой с ними (в рамках изученного материала);

-выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;

-классифицировать и характеризовать виды чрезвычайных ситуаций, особенности каждого вида;

-ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;

-оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

#### **А также учащиеся *получат возможность научиться:***

-анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;

-различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, биологические, техногенные, социальные); приводить примеры разных видов чрезвычайных ситуаций;

-предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;

-проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;

-организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;

-проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, пользовании бытовыми электроприборами.

# СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

## Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы проведения
		всего	теория	практика	
<b>Введение (1 час)</b>					
1	Вводное занятие. Инструктажи	1	1	-	беседа
<b>Модуль 1: Основы пожарной безопасности</b>					
2-3	Основные виды, причины и последствия пожаров	2	1	1	опрос
4-5	Правила поведения в случае возникновения пожара	2	1	1	викторина
6-7	Правила поведения в зоне действия лесного пожара	2	1	1	опрос
8-9	Профилактика возникновения пожаров	2	1	1	викторина
10-11	Оказание первой помощи пострадавшим в результате пожара	2	-	2	практикум
12	Итоговое занятие	1	-	1	практикум
<b>Модуль 2: Основы безопасности дорожного движения</b>					
13-14	Что необходимо знать о дорожном движении	2	1	1	опрос
15-16	Основные понятия и термины Правил дорожного движения	2	1	1	опрос
16-17	Участники дорожного движения. Их права и обязанности, ответственность	2	1	1	игра
18-19	Основные типы дорожных знаков и их назначение	2	1	1	игра
20-21	Основные типы дорожных светофоров и их назначение	2	1	1	игра
22-23	Правила дорожного движения для пешеходов	2	1	1	викторина
24-25	Правила дорожного движения для водителей	2	1	1	викторина

	велосипеда и мопеда				
26-27	Правила дорожного движения для пассажиров. Правила пользования общественным транспортом	2	1	1	игра
28	Особенности движения в темное время суток	1	0,5	0,5	опрос
29-30	Порядок действий и оказание первой помощи пострадавшим при дорожно-транспортных происшествиях	2	1	1	практикум
31	Итоговое занятие	1		1	опрос
	<b>Модуль 3: Основы оказания первой помощи</b>				
32-33	Виды ранений, их причины и первая помощь	2	1	1	опрос
34-35	Общая характеристика кровотечений и первая помощь	2	1	1	опрос, практикум
36	Виды переломов и первая помощь	1	0,5	0,5	опрос, практикум
37-38	Средства оказания первой помощи	2	1	1	викторина
39-40	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей	2	1	1	опрос, практикум
41-42	Тепловой и солнечный удар, первая помощь	2	1	1	опрос, практикум
43	Первая помощь при ожогах	1	0,5	0,5	практикум
44-45	Обморожение и общее переохлаждение организма, первая помощь	2	1	1	опрос, практикум
46-47	Первая помощь при утоплении	2	1	1	опрос, практикум
48-49	Закрытые травмы, первая помощь	2	1	1	опрос, практикум
50-51	Способы переноски пострадавших	2	1	1	практикум
52-53	Правила наложения повязок	2	1	1	практикум
54-55	Первая помощь при бытовых отравлениях	2	1	1	опрос, практикум
56-57	Профилактика осложнения ран. Асептика и антисептика	2	1	1	викторина

58-59	Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника	2	1	1	опрос, практикум
60-61	Первая помощь при травмах груди, живота и области таза	2	1	1	опрос, практикум
62-63	Первая помощь при попадании в полость носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел	2	1	1	опрос, практикум
64-65	Первая помощь при остановке сердца, при острой сердечной недостаточности и инсульте	2	1	1	опрос, практикум
66	Итоговое занятие по теме «Основы первой помощи»	1	-	1	практикум
	<b>Модуль 4: Основы само регуляции в чрезвычайных ситуациях</b>				
67	Стресс и его происхождение	1	1	-	беседа
68-69	Стресс и его проявление	2	1	1	опрос
70-71	Положительные и отрицательные последствия стрессовых ситуаций	2	1	1	опрос
72-73	Пояснение ситуации	2	1	1	викторина
74-75	Саморегуляция, основные понятия	2	1	1	опрос
76-77	Структура, виды, функции и основные задачи саморегуляции	2	1	1	викторина
78-79	Анализ ситуации и принятие решения	2	1	1	опрос
80-81	Приемы саморегуляции	2	1	1	опрос
82-83	Естественные приемы саморегуляции	2	1	1	опрос
84-85	Дыхание	2	1	1	практикум
86	Аутотренинг	2	1	1	практикум
87-88	Релаксация	2	1	1	практикум
89-90	Визуализация	2	1	1	викторина
91-92	Развитие внутреннего равновесия	2	1	1	викторина
93	Итоговое занятие	1		1	практикум

<b>Модуль 5: Основы здорового образа жизни</b>					
94	Здоровый образ жизни и профилактика утомлений	1	0,5	0,5	беседа, опрос
95	Естественная система защиты человека	1	0,5	0,5	беседа, опрос
96	Основные понятия о здоровье человека	1	0,5	0,5	беседа, опрос
97	Компьютер и его влияние на здоровье	1	0,5	0,5	беседа, опрос
98	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1	0,5	0,5	беседа, опрос
99	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1	0,5	0,5	беседа, опрос
100	Здоровый образ жизни и путь к достижению высокого уровня здоровья	1	0,5	0,5	беседа, опрос
101	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.	1	0,5	0,5	беседа, опрос
102	Окружающая среда и ее гигиеническое значение	1	0,5	0,5	беседа, опрос
103	Социальная среда и опасность	1	0,5	0,5	беседа, опрос
104	Безопасное поведение в школе	1	0,5	0,5	беседа, опрос
105	Факторы, формирующие здоровье	1	0,5	0,5	беседа, опрос
106	Закаливание организма	1	0,5	0,5	беседа, опрос
107	Правила гигиены зрения	1	0,5	0,5	беседа, опрос
108	Правила гигиены слуха	1	0,5	0,5	беседа, опрос

109	Осанка	1	0,5	0,5	беседа, опрос
110	Правильное питание	1	0,5	0,5	беседа, опрос
111	Употребление табака и его влияние на здоровье	1	0,5	0,5	беседа, опрос
112	Алкоголь и его влияние на организм	1	0,5	0,5	беседа, опрос
113	Наркомания и токсикомания их последствия для здоровья	1	0,5	0,5	беседа, опрос
114	Первая медицинская помощь при массовых поражениях	1	0,5	0,5	беседа, опрос
115	Итоговое занятие	1	0,5	0,5	беседа, опрос

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Эффективность освоения учащимися программы «Юный спасатель» зависит от материально-технического оснащения кабинета, который должен включать классную комнату и лаборантскую. В классе размещаются средства оснащения, необходимые для проведения текущих занятий с учащимися: учебно-методическая литература; аудио-, видеоаппаратура, проекционная аппаратура; средства программного обучения и контроля знаний; макеты, муляжи, модели; тренажеры; стенды, плакаты; средства индивидуальной защиты; аудиовизуальные пособия.

#### **Средства программного обучения и контроля знаний:**

-Электронные программы и пособия по учебному разделу «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»;

-Мультимедийная энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях;

-Электронное учебное пособие «Безопасность на улицах и дорогах»;

-Электронные обучающие программы «Действия при авариях на химически опасных объектах».

#### **Макеты, муляжи, модели:**

-Макеты местности, отражающие расположение потенциально опасных объектов, дорог, водоемов, убежищ (регион проживания учащихся);

-Макеты потенциально опасных элементов бытового, учебного, досугового технологического оборудования;

-Макеты фильтрующих, изолирующих и других противогазов и респираторов в разрезе;

-Макеты убежищ, укрытий с основными системами жизнеобеспечения;

- Муляжи тела человека.

#### **Тренажеры:**

-Тренажер для тренировки навыков проведения искусственного дыхания;

-Фантом-тренажер для искусственной вентиляции легких и наружного массажа сердца.

**Учебно-наглядные пособия (стенды и плакаты или электронные издания):**

- Классификация пожаров;
- Правила оказания первой помощи;
- Личная гигиена;
- Химическое оружие;
- Бактериологическое оружие;
- Взрывоопасные предметы;

**Учебно-практическое оборудование:**

-аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления таблиц;

- штатив для карт и таблиц;
- компасы;
- визирные линейки;
- транспортиры;
- бинты марлевые;
- вата гигроскопическая нестерильная;
- вата компрессная;
- воронки стеклянные;
- грелки;
- жгуты кровоостанавливающие;
- индивидуальные перевязочные пакеты;
- косынки перевязочные;
- клеёнка компрессная;
- клеёнка подкладочная;
- ножницы для перевязочного материала (прямые);
- повязки малые стерильные;
- повязки большие стерильные;

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Рабочая программа. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы. Базовый уровень: учебно-методическое пособие / авт.-сост. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2014. – 93, [3] с.;
- Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочие программы. Предметная линия учебников под редакцией А.Т. Смирнова. 10-11 классы : пособие для учителей общеобразоват. организаций / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – М. : Просвещение, 2014. – 96 с.;
- Ким, С. В. Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень : рабочая программа. 10–11 классы : учебно-методическое пособие / С. В. Ким. — М. : Вентана-Граф, 2019. — 105 с. — (Российский учебник);
- Поурочные разработки по курсу «Государственная символика»: Гимн. Герб. Флаг. – М.: ВАКО, 2004. – 192 с. – (В помощь школьному учителю).;
- Патриотическое воспитание школьников. Учебное пособие / Составитель Л.В. Воронкова. – М.: Педагогическое общество России, 2005. – 96 с.;
- Методическое пособие для проведения занятий по правилам пожарной безопасности с учащимися общеобразовательных школ Московской области – Видное., 2000, - 56 с.;
- Методические рекомендации для педагогов к учебному пособию для обучающихся 9-х классов общеобразовательных организаций по безопасному поведению на дорогах государственной программы Московской области «Развитие и функционирование дорожно-транспортного комплекса на 2017-2021 годы», утвержденной Постановлением Правительства Московской области от 25.10.2016 №782/39. Авторский коллектив: Курьянова О.Е., Вишневецкая И.Ю., Травянко А.Л., Букина Л.Д., Попова В.М., Шарыгин Е.А. Редактор: Соколов Д.А. – Московская область, 2017;

- <https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/library>;
- <https://multiurok.ru/all-sites/obzh/>;
- <https://infourok.ru/biblioteka/obzh>;
- <http://обж.рф>;
- <http://school-obz.org/>;
- [https://www.youtube.com/playlist?list=PLp1o4TiOetLrxNTHbqW7-](https://www.youtube.com/playlist?list=PLp1o4TiOetLrxNTHbqW7-2Ue4HwXJNjr)

[2Ue4HwXJNjr](https://www.youtube.com/playlist?list=PLp1o4TiOetLrxNTHbqW7-2Ue4HwXJNjr).

<https://cloud.mail.ru/public/4aQa/3Ss1nM3bM>.