

Муниципальное казенное образовательное учреждение  
«Шайковская средняя общеобразовательная школа № 2»  
Кировский район Калужской области



Принято  
на заседании РМО  
физкультурно-  
спортивной  
направленности  
Протокол № 1  
30.08.2022 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**Школа безопасности**

Тематическая направленность: спортивно-оздоровительная

Возраст обучающихся: 12-17 лет

Срок реализации: 1 год

**Автор-составитель:**  
Колина Галина Николаевна,  
учитель биологии и ОБЖ

2022 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ .....	3
РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	
1.1.Пояснительная записка.....	5
1.2 Цель и задачи программы.....	7
1.3.Содержание программы.....	11
1.4.Планируемые результаты.....	14
РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ .....	15
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ, ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ПРИ СОСТАВЛЕНИИ ПРОГРАММЫ.....	18

### Паспорт программы

Наименование программы:	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности»
Составитель и ответственный за реализацию программы:	<b>Колина Галина Николаевна, учитель биологии и ОБЖ</b>
Образовательная направленность:	<b>Социально-педагогическая</b>
Цель программы:	овладение системой теоретических знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья.
Задачи программы:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать потребности к самостоятельному получению новых знаний и физическому самосовершенствованию, умение преодолевать трудности, способность к самореализации и профессиональному самоопределению;</li> <li>- расширять знания учащихся о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.</li> <li>- формировать у учащихся необходимые навыки проведения самостоятельных работ по оказанию первой неотложной помощи;</li> <li>- формировать у учащихся навыки работы с учебной и научной литературой;</li> <li>- развивать способности к самостоятельному мышлению.</li> </ul>
Возраст обучающихся:	12-17 лет
Год разработки программы:	2022
Срок реализации программы:	1 год
Нормативно правовое обеспечение программы:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;</li> <li>2. Федеральным проектом «Успех каждого ребенка», утвержденный 07.12.2018г.</li> <li>3. Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденного приказом Министерства 4 образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017г. № 816.</li> <li>4. Приказом Минтруда России от 05.05.2018г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».</li> <li>5. Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».</li> <li>6. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648- 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».</li> </ol>

	<p>7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».</p> <p>8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 №09-3242.</p> <p>9. Нормативно–правовые документы учреждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>–Устав МКОУ «Шайковская СОШ №2»;</li> <li>– Положение об организации деятельности МКОУ «Шайковская СОШ №2»;</li> <li>–Учебный план;</li> <li>–Календарно учебный график;</li> <li>–Положение о реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в МКОУ «Шайковская СОШ №2»;</li> <li>–Правила внутреннего трудового распорядка;</li> <li>–Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе;</li> <li>– Инструкции по технике безопасности.</li> </ul>
<p>Методическое обеспечение программы:</p>	<p>Материально - техническое обеспечение: учебный кабинет, соответствующий санитарно - гигиеническим нормам и требованиям, персональный компьютер, проектор, экран.</p> <p>Информационное обеспечение: разработки занятий в рамках программы; интернет-ресурсы. дидактические материалы: компьютерные презентации по темам; интерактивные экскурсии.</p>
<p>Кадровое обеспечение.</p>	<p>Реализация программы осуществляется педагогом дополнительного образования.</p>

# РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

## 1.1 Пояснительная записка

**Направленность:** социально-педагогическая

Нормативно - правовое обеспечение программы:

1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;

2. Федеральным проектом «Успех каждого ребенка», утвержденный 07.12.2018г.

3. Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденного приказом Министерства 4 образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017г. № 816.

4. Приказом Минтруда России от 05.05.2018г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

5. Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

6. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648- 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 №09-3242.

9. Нормативно–правовые документы учреждения:

–Устав МКОУ «Шайковская СОШ №2»;

– Положение об организации деятельности МКОУ «Шайковская СОШ №2»;

–Учебный план;

–Календарно учебный график;

–Положение о реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в МКОУ «Шайковская СОШ №2»;

–Правила внутреннего трудового распорядка;

–Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе;

– Инструкции по технике безопасности.

**Актуальность** программы обусловлена потребностями современного общества и образовательным заказом государства в области формирования и развития воспитанников посредством приобретения ими необходимыми систематическими знаниями и навыков и способов защиты в опасных ситуациях, на развитие чувства собственной безопасности и безопасности близких.

Создание у детей стереотипов безопасного поведения на улице, обучение их основам транспортной культуры, а также социальная адаптация и профессиональная

ориентация подростков относятся к числу наиболее значимых проблем воспитания, образования и развития подрастающего поколения, социальной востребованностью - ростом запроса со стороны учащихся и их родителей на программы спортивно-оздоровительной направленности с целью удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, нравственном. Способствует личностному развитию воспитанников посредством приобретения ими необходимыми систематическими знаниями и навыков и способов защиты в опасных ситуациях, на развитие чувства собственной безопасности и безопасности близких.

Создание у детей стереотипов безопасного поведения на улице, обучение их основам транспортной культуры, а также социальная адаптация и профессиональная ориентация подростков относятся к числу наиболее значимых проблем воспитания, образования и развития подрастающего поколения.

**Новизной программы** данной программы заключается во всестороннем рассмотрении вопросов по безопасности жизнедеятельности. Содержание программы соответствует Закону Российской Федерации «Об образовании», Конвенции о правах ребенка, Типовому положению об учреждении дополнительного образования детей, действующим Правилам дорожного движения, учитывает психофизиологические, возрастные особенности воспитанников.

**Отличительной особенностью** данной программы является практическая часть, в которой применяются методы просмотра видеороликов и видеофильмов, программа предлагает широкий набор деятельности: сотворчество, активность, самостоятельность учащихся в процессе сбора, исследования, обработки, оформления и пропаганды материалов, имеющих воспитательную и познавательную ценность, который позволяет не только расширить кругозор детей, но и дает возможность каждому ребенку раскрыть свои индивидуальные способности.

#### **Принципы:**

##### ***Принцип личностного подхода***

Согласно современным представлениям, его основными сторонами являются: ценность личности, заключающаяся в самоценности ребенка; уникальности личности, состоящая в признании индивидуальности каждого ребенка; приоритет личностного развития, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка; субъект - субъективность учебно-воспитательного процесса, ориентация на внутреннюю мотивацию учения и свободу выбора ребенком сфер приложения сил в организации своей жизни; самореализация – раскрытие и развитие природных возможностей, задатков, способностей, потребностей и склонностей; социализация – осознание и освоение человеком современных культурных ценностей, знаний, форм бытовой, экономической, социальной, духовной жизни; адаптация к существующим в обществе правилам и нормам жизни; индивидуализация – развитие продуктивно – творческого индивидуально – неповторимого потенциала личности.

##### ***Принцип эффективности социального взаимодействия***

Реализация этого принципа предполагает: формирование навыка социальной адаптации; развитие навыка самореализации; предоставление воспитанникам возможности расширить сферу продуктивного общения; создание условий для процессов самоопределения и адекватной коммуникации.

**Адресат программы** программа обучения рассчитана на школьников 6-11 классов. Принимаются все желающие мальчики и девочки. Обучение по данной программе будет актуальным для детей, проявляющих интерес к безопасному поведению в различных ситуациях. Количество детей в группе 15 человек.

**Объем программы и срок освоения:** 33 часов.

**Срок реализации программы:** 1 год.

**Уровень программы:** ознакомительный.

### **Формы и режим занятий**

Для детей возрастной группы занятия проводятся один раз в неделю, длительность занятия – 45 мин. (1 академический час).

Занятия рассчитаны на коллективную, групповую и индивидуальную работу. Они построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Это позволяет сделать работу детей динамичной, насыщенной и менее утомительной.

**Формы занятий и методы**, планируемых по каждой теме различны: могут проводиться в форме теоретических и практических занятий, экскурсий, бесед, дискуссий, разбор ситуаций на определенную тему, конкурсы, фотоотчеты, игры, викторины, презентации, устных журналов.

**Режим занятий:** занятия объединения проходят 1 раз в неделю в течение 1 академический час (33 часа в год).

## **1.2. ЦЕЛЬ ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы:** овладение системой теоретических знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- практическое закрепление учебных программ;
- определение навыков обучающихся к действиям в экстремальных ситуациях;
- знакомство с проблемами сохранения здоровья.

#### **Развивающие:**

- развитие потребности к самостоятельному получению новых знаний и физическому самосовершенствованию, умение преодолевать трудности, способность к самореализации и профессиональному самоопределению;
- расширение знаний учащихся о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.
- активизация познавательной активности учащихся;
- формирование у учащихся необходимых навыков проведения самостоятельных работ по оказанию первой неотложной помощи;
- формирование у учащихся навыков работы с учебной и научной литературой;
- развитие способностей к самостоятельному мышлению;
- развитие наблюдательности.

#### **Воспитательные:**

- социализация личности обучающегося – одна из основных задач данной программы (естественное преодоление всевозможных психологических барьеров, толерантность, общение и активная жизнь, развитие культурного уровня);
- формирование мировоззрения, гражданской и нравственной позиции на основе изучения здорового образа жизни, патриотическое и эстетическое воспитание, формирование

культуры общения с коллективом, воспитание чувства гордости и ответственности за здоровье человека;

- формирование гуманного отношения к окружающей среде;
- развитие у учащихся навыков двигательной активности и закаливании для здоровья человека, гигиены питания и профилактики вредных привычек.
- развитие ответственности;
- выработка организаторских навыков.

#### ***Оздоровительные:***

- закрепление навыков самоорганизации и самопроведения необходимых оздоровительных упражнений и занятий, положительной эмоциональной установки, необходимой для формирования понятий о здоровом образе жизни;
- физическое совершенствование школьников – развитие силы, выносливости, координации движений;
- укрепление здоровья.

### **Отличительные особенности программы.**

Дополнительного образования «Школа безопасности» от уже существующих заключается в том, что данная программа ориентирована на расширение и углубление знаний основной школы по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» и на дополнительную практическую подготовку, осуществляемую в специально оборудованных кабинетах.

Специфику программы обуславливает сочетание практико-ориентированных занятий с различными практическими тренингами. В программу входят разделы по изучению поведения в ЧС, по пожарной безопасности, дорожной безопасности, первой медицинской помощи, общей физической подготовке, реализация военно-патриотических проектов.

Социально психологически развитый человек в жизни, труде, межличностных отношениях руководствуется цивилизованными моральными и правовыми нормами, социальными ценностями, принятыми в данном обществе. Он ориентирован на гармоничное решение проблем своей жизни, обеспечение ее духовной и материальной полноты. Ему важно не только что он делает, но и как он это делает (творчески, качественно, красиво). Ответственный, трудолюбивый, добросовестный, оптимистично настроенный человек не боится трудностей, достойно переносит неудачи, в экстремальных ситуациях поступает в соответствии с нормами морали и совести. Социально развитая личность психологически интегрирована в общество, в котором она живет, что проявляется в ее гражданственности, патриотизме.

Важное социально-психологическое свойство личности, способствующее успешности в жизни, - это способность объективной оценки самого себя в обществе. Весьма существенной характеристикой человека и его поведения является групповая интегрированность, осознание себя как члена определенного социального слоя, группы.

Недостаточная подготовленность к экстремальным ситуациям может привести к тяжелым, а порой и трагическим последствиям. Чтобы избежать их, необходимо:

знать виды экстремальных ситуаций, их особенности;

уметь выполнять необходимые действия, не ухудшая их качество под влиянием своего психического состояния и необычных обстоятельств экстремальных ситуаций;



уметь выполнять особые действия, соответствующие специфике конкретных экстремальных ситуаций;

обладать специально развитыми качествами, повышающими способность к успешным действиям в специфических экстремальных ситуациях, наиболее вероятных в жизни и деятельности;

-обладать повышенной экстремальной устойчивостью, чтобы безопасно выходить из экстремальных испытаний без негативных последствий для дела, жизни и здоровья;

быть способным настойчиво, невзирая на трудности, реализовать свои намерения, наступательно преобразуя обстоятельства экстремальной ситуации и гибко управляя своим поведением.

Не подлежит сомнению, что хорошо подготовленный к экстремальным ситуациям человек более уверен в себе, чем неподготовленный. Осознание собственной неподготовленности, неумелости - источник волнения и паники даже там, где для них нет оснований. Подготовленный человек лучше разбирается в особенностях возникающих ситуаций, более правильно оценивает их, предвидит развитие событий, тем самым не позволяет застать себя врасплох и не вынужден действовать впопыхах. Подготовленный человек действует спокойнее, допускает меньше ошибок и промахов, не создает себе по незнанию дополнительные трудности.

***Количество часов занятий в неделю: 1 час в неделю, 33 часов в год.***

**Возраст:** 12-17 лет.

**Срок реализации:** 1 год.

**Режим занятий:** 1 час в неделю - 45 минут.

### **Планируемые результаты способы их проверки.**

#### **Личностные результаты:**

- 1) Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину; осознание своей этнической принадлежности; знание языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
  - б) 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;

- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской и других видов деятельности;
- 8) формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- 9) развитие личной ответственности и коммуникативных качеств личности для ответственного и осознанного поведения во время ЧС на основе представлений о нравственных нормах;
- 10) развитие эмпатии, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;
- 11) умение показывать и отстаивать свою позицию.

### **Метапредметные результаты:**

- 1) 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;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменившейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений;
- 6) умения определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе;
- 9) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- 10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью.

### **Предметные результаты**

- 1) расширение и углубление содержания основ безопасности жизнедеятельности.
- 2) расширение и углубление знаний учащихся о чрезвычайных ситуациях в природе.
- 3) овладение учащимися организации спасательных работ и проведения практических работ по оказанию первой помощи пострадавшим.
- 4) профессиональная ориентация учащихся, проявивших интерес и способности к работе спасателя.

### **Основные требования к знаниям и умениям**

#### ***Знать:***

- определение понятий «экстремальная ситуация», «стихийное бедствие», «катастрофа», «технологическая авария»;
- правила поведения на дорогах;
- правила пожарной безопасности;

- правила поведения в экстремальных ситуациях;
- способы защиты и оказания первой помощи в определённой ситуации;

**Уметь:**

- структурировать полученные ранее знания;
- вызвать экстренные службы;
- пользоваться средствами защиты;
- соблюдать спокойствие и рассудительность в экстремальных ситуациях;
- оказать первую помощь нуждающемуся человеку;
- создавать собственные инструкции по правилам поведения заданной тематики, опираясь на знания в области ОБЖ.

### 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### Учебно-тематический план

№	Наименование темы	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	Формы контроля
<b>1 РАЗДЕЛ Введение. Резервы нашего организма – 8 ч</b>					
1	Основы анатомии, физиологии и гигиены человека. Здоровый образ жизни.	2	2		Беседа
2	Статика и динамика человеческого тела. Утомление и отдых. Защита крови. Гигиена воздуха. Вред курения	4	4		Беседа, тест
3	Гигиена питания. Долголетие и обмен веществ. Гигиена кожи. Мозг и труд. Алкоголь – яд для организма. Связь анализаторов и организма в целом	2	2		Дискуссия
<b>2 РАЗДЕЛ Оказание первой медицинской помощи – 14 ч</b>					
1	Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки)	2	2		Презентация
2	Извлечение раненых из под завалов	2	1	1	Практическая работа
3	Тушение горящей одежды и оказание помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.	3	3		Беседа. презентация
4	Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.	2	2		Викторина
5	Первая помощь при утоплении.	3	3		Беседа, тест
6	Первая помощь при отравлениях и обмороках.	2	1	1	Беседа, тест
<b>3 РАЗДЕЛ Доврачебная реанимация – 10 ч</b>					
1	Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии	2	2		Дискуссия
2	Временная остановка наружного кровотечения	3	2	1	Беседа, практические

					кая работа
3	Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность	2	1	1	Беседа, практическая работа
4	Временная иммобилизация поврежденной области	1	1		Презентация
5	Способы приближения к раненым. Транспортировка раненых до пункта сбора	2	1	1	Презентация
<b>4 РАЗДЕЛ Зеленая аптека. Лекарственные растения – 1 ч</b>					
1	Лекарственные растения Калужской области	1	1		Устный журнал
<b>ИТОГО:</b>		<b>33</b>	<b>28</b>	<b>5</b>	

## Содержание программы

### 1 РАЗДЕЛ Введение. Резервы нашего организма – 8 ч

#### Тема 1. Основы анатомии, физиологии и гигиены человека. Здоровый образ жизни.(2ч)

Рассказ о возможностях человеческого организма, о скрытых его резервах, об индивидуальных его особенностях развития каждого человека и о том, какими способами можно раскрыть, сохранить и приумножить резервы своего организма. Основные понятия здорового образа жизни.

#### Тема 2. Статика и динамика человеческого тела. Утомление и отдых. Гигиена воздуха. Вред курения. (4ч)

Опора и движение организма. Костная пружина. Пропорции тела. Рост человека. Два вида мышечной ткани. Причины утомления. Ритм работы. Условия равновесия. Асимметрия тела. Польза физических упражнений. Спортивное долголетие. Дыхательная функция крови, защитные свойства крови. Иммуитет. Антибиотики. Переливание крови, «искусственная кровь». Сердце, мозг, пульс. Органы дыхания. Носовая полость, легкие. Дыхание и движение. Вред курения.

#### Тема 3. Гигиена питания. Долголетие. Гигиена кожи. Связь анализаторов и организма в целом. Алкоголь – яд для организма.(2ч)

Пищеварение. Здоровые зубы. Аппетит. Полезная пища. Пост. Питание спортсменов. Обмен веществ и энергия. Соли, жиры, вода, белки, активаторы жизни, биотоки, витамины, гормоны и обмен веществ. Старение организма. Ортобиоз и продление жизни. Кожные образования. Гипотермия. Чистота кожи. Закаливание. Нервная система. Эмоции. Одаренность, рефлексy. Гигиена умственного труда. Сон, расстройство сна, гипноз. Алкоголь – яд для организма. Осязание, польза боли. Обезболивание. Тренировки равновесия. Ощущения – наши знания.

### 2 РАЗДЕЛ Оказание первой медицинской помощи – 14 ч

#### Тема 1. Оснащение санитаря (санитарная сумка, носилки). (2ч)

Аптечка индивидуальная (АИ), индивидуальный перевязочный пакет (ППИ), индивидуальный противохимический пакет (ИПП), пантоцид в таблетках, антисептик, возбудитель дыхания, косынка для повязок, бинты, жгут кровоостанавливающий, булавки, шлем для раненых в голову, носилки и лямки, трубка дыхательная ТД-1.

(Работа с табельным имуществом).

## **Тема 2. Извлечение раненых из убежищ, завалов. (2ч)**

Извлечение раненых из оборонительных сооружений и убежищ, завалов с помощью веревки, ремня, троса, лямки, лебедки, волоком на плащ-палатке, шинели.

Практическое занятие: отработка навыков по извлечению раненых из завалов с помощью веревки и троса.

## **Тема 3. Тушение горячей одежды и оказание первой помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре. (3ч)**

Тушение горящих участков одежды закрытием брезентом, накидкой, шинелью и с помощью перекачивания по земле, сбросом горячей одежды.

Тушение зажигательных веществ более трудоемко: Накрывание сгустка напалма тканью, шапкой, глиной, снегом, несколькими турами бинта, надеванием противогаса.

Способы надевания противогаса на раненого: сидя у изголовья, лежа на спине или животе.

При повреждении лица или головы используется шлем для раненых в голову: ШР-3

## **Тема 4. Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания. (2ч)**

Условия, способствующие отморожению. 4 степени отморожения. Методы профилактики и экстренной помощи. Ознобление. Профилактика. Общее охлаждение. Простудные заболевания. Профилактика, лечение.

## **Тема 5. Первая помощь при утоплении. (3ч)**

Способы приближения спасателя к тонущему. Освобождение от захватов тонущего и транспортировка пострадавшего на воде.

Схема действий спасателя в случае наличия рвотного рефлекса. Схема действий спасателей при отсутствии рвотного рефлекса. Правила обращения с пострадавшим от утопления. Примерные нормативные требования для старшеклассников по прикладному плаванию и спасению утопающих.

## **Тема 6. Первая помощь при отравлениях, обмороках. (2ч)**

Способы оказания первой помощи при: -пищевом отравлении;-отравлении ядовитыми газами; -отравлении лекарственными препаратами;-отравлении алкоголем и никотином, наркотическим средством. Меры предосторожности для оказывающих помощь в целях сохранения собственного здоровья. Причины и последствия обмороков. Первая помощь при обмороках. Повторные обмороки.

Практическая часть: правила оказания первой помощи при пищевом отравлении и при обмороках.

# **3 РАЗДЕЛ Доврачебная реанимация – 10 ч**

## **Тема 1. Обезболивающие средства. Антидоты отравления. (2ч)**

Антидот против ФОВ (шприц-тюбик). Способы введения и условия дозировки препарата. Промедол. Противопоказания к его применению. Предупреждение или устранение асфиксии: исследование полости рта, закрепление языка булавкой, очищение полости рта от однородной массы, восстановление дыхания. Трубка дыхательная ТД1. Способы – «изо рта в рот», «изо рта в нос», путем ритмического сдавливания грудной клетки по Сильвестру, Нильсену. Устранение удушья у пораженных ОВ.

## **Тема 2. Временная остановка наружного кровотечения. (3ч)**

Понятие типов кровотечения: артериальное, венозное, капиллярное. Способы остановки кровотечения: пальцевое прижатие артерий к костным выступам, с помощью жгута или давящей повязки, сгибом раневой конечности в вышерасположенном суставе. Особенности применения каждого способа.

Практическое занятие: правила оказания первой помощи при кровотечениях.

## **Тема 3. Наложение асептических повязок на рану или ожоговую поверхность. (2ч)**

Понятие о ране. Защита раны. Подготовка поврежденного участка к бинтованию. Бинтование под обмундированием. Виды повязок: восьмиобразная, колосовидная,

спиральная, циркулярная, повязка «с португеей», крестообразная. Утепление поврежденной части тела в зимнее время.

Практическое занятие: правила наложения повязок на рану.

#### **Тема 4. Временная иммобилизация поврежденной области . (1ч)**

Важность грамотной иммобилизации, используемый материал для наложения шин, правила наложения шин при разных ранениях и переломах.

#### **Тема 5. Способы приближения к раненым. Транспортировка раненых до пункта сбора. (2ч)**

Способы приближения к раненым: короткая перебежка, движения пригнувшись, переползания – на боку, по-пластунски, на полу четвереньках, приближение на санитарном транспорте. Утепление раненых в холодное время года и расположение в тени в жаркое время года. Способы оттаскивания: на боку, на спине, с помощью плащ-палаток, волокуш. Обозначение мест укрытия раненых, сигналы, применяемые на поле боя. Способы выноса раненого одним санитаром без использования табельных и подручных средств: на спине, на руках перед собой, на плече. Способы выноса раненого двумя санитарями без вспомогательных средств: вынос «на замке», на руках между собой, на руках перед собой. Способы выноса раненого с использованием средств: лямок, носилок, плащ-палаток, накидок. Способы укладывания на носилки. Эстафетный способ (метод «подстав»). Вывоз раненых (перегрузка, санитарный транспорт, выгрузка раненых).

Практическое занятие: отработка навыков по способам транспортировки раненых.

## **4 РАЗДЕЛ Зеленая аптека. Лекарственные растения – 1 ч**

### **Тема 1. Лекарственные растения Калужской области. (1ч)**

Применение трав в оказании первой медицинской помощи. Мать и мачеха, зверобой, мята, подорожник, кровохлебка, тысячелистник, одуванчик, ромашка аптечная, и др.

#### **Методическое обеспечение программы.**

##### **Методы и приемы.**

Программа предусматривает применение различных методов и приемов. Что позволяет сделать обучение эффективным и интересным.

Словесный метод применяется при объяснении теоретического материала по темам курса, для объяснения применения материала и методики исследования.

Наглядный метод применяется как при объяснении теоретического материала, так и для демонстрации результатов работы учащихся. Используются готовые таблицы, электронные презентации и созданные руками детей.

Практическая работа необходима при отработке навыков и умений оказания первой помощи пострадавшим, проведении эксперимента или исследования.

Творческое проектирование является очень эффективным, так как помогает развить самостоятельность, познавательную деятельность и активность детей.

Исследовательская деятельность помогает развить у детей наблюдательность, логику, самостоятельность в выборе темы, целей, задач работы, проведении опытов и наблюдений, анализе и обработке полученных результатов.

### **1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

На уровне **личностных результатов** школьников: - развитие личной ответственности и коммуникативных качеств личности для ответственного и осознанного поведения во время ЧС на основе представлений о нравственных нормах; - развитие эмпатии, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; - умение показывать и отстаивать свою позицию. На уровне **метапредметных результатов** школьников: - овладение логическими действиями сравнения, анализа, обобщения, построения

рассуждений; - готовность слушать собеседника и делать выводы; -аргументировать свою точку зрения;

На уровне **предметной области**:

**Знать:** -определение понятий «экстремальная ситуация», «стихийное бедствие», «катастрофа», «технологическая авария»; - правила поведения на дорогах; - правила пожарной безопасности; - правила поведения в экстремальных ситуациях; - способы защиты и оказания первой помощи в определённой ситуации;

**Уметь:** - структурировать полученные ранее знания; - вызвать экстренные службы; - пользоваться средствами защиты; - соблюдать спокойствие и рассудительность в экстремальных ситуациях; - оказать первую помощь нуждающемуся человеку; - создавать собственные инструкции по правилам поведения заданной тематики, опираясь на знания в области БЖ. Ожидаемые результаты от реализации программы внеурочной деятельности:

- Сокращение количества ДТП, пожаров, криминогенных ситуаций с участием обучающихся
- Повышение уровня теоретических знаний по ПДД, ПБ
- Освещение результатов деятельности в школьных СМИ (постоянно действующий уголок безопасности, школьный сайт).

## РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график по дополнительной образовательной общеразвивающей программе

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ занятия	Дата		Тема	Количество часов	Форма аттестации
	план	факт			
<b>1 РАЗДЕЛ Введение. Резервы нашего организма – 7 ч</b>					
1			Инструктаж по ТБ. Возможности человеческого организма, о скрытые его резервы.	1	Беседа
2			Индивидуальные особенности развития каждого человека.	1	Беседа
3			Основные понятия здорового образа жизни.	1	Тест
4			Опора и движение организма. Польза физических упражнений. Спортивное долголетие.	1	Дискуссия
5			Причины утомления. Дыхательная функция крови. Вред курения.	1	Дискуссия
6			Пищеварение. Обмен веществ и энергии. Старение организма.	1	Беседа
7			Алкоголь – яд для организма. Тренировки равновесия. Ощущения – наши знания.	1	Тест
<b>2 РАЗДЕЛ Оказание первой медицинской помощи – 14 ч</b>					
1			Аптечка индивидуальная (АИ), индивидуальный перевязочный пакет (ППИ).	1	Беседа

2			Работа с табельным имуществом. Косынка для повязок, бинты, жгут кровоостанавливающий.	1	Практическая работа
3			Извлечение раненых из оборонительных сооружений.	1	Презентация
4			Извлечение раненых из оборонительных сооружений с помощью веревки, ремня.	1	Презентация
5			Тушение горящих участков одежды.	1	Презентация
6			Тушение зажигательных веществ.	1	Презентация
7			Способы надевания противогаза на раненого.	1	Практическая работа
8			Условия, способствующие отморожению.	1	Беседа
9			Простудные заболевания. Профилактика, лечение.	1	Презентация
10			Способы приближения спасателя к тонущему.	1	Презентация
11			Схема действий спасателя.	1	Беседа
12			Правила обращения с пострадавшим от утопления.	1	Беседа, тест
13			Способы оказания первой помощи при отравлении.	1	Презентация
14			Причины и последствия обмороков. Первая помощь.	1	Викторина
<b>3 РАЗДЕЛ Доврачебная реанимация – 10 ч</b>					
1			Предупреждение или устранение асфиксии.	1	Беседа, тест
2			Способы – «изо рта в рот», «изо рта в нос».	1	Практическая работа
3			Понятие типов кровотечения.	1	Презентация
4			Способы остановки кровотечения.	1	Практическая работа
5			Особенности применения каждого способа.	1	Беседа, тест
6			Понятие о ране.	1	Дискуссия
7			Виды повязок.	1	Презентация
8			Правила наложения шин при разных ранениях и переломах.	1	Практическая работа
9			Способы приближения к раненым.	1	Презентация
10			Способы выноса раненого с использованием средств.	1	Практическая работа
<b>4 РАЗДЕЛ Зеленая аптека. Лекарственные растения – 1 ч</b>					
1			Лекарственные растения Калужской области. Применение трав в оказании первой медицинской помощи.	1	Дискуссия, тест
<b>ИТОГО</b>				<b>33 часа</b>	



## Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, имеющий высшее или среднее профессиональное образование, обладающий достаточным практическим опытом, знаниями, умениями и выполняющий качественно и в полном объеме возложенные на него должностные обязанности.

### Формы аттестации / контроля

Для оценки качества знаний, умений и навыков технического мастерства обучающихся проводится текущий контроль в течение учебного года в форме теоретических и практических зачетов по пройденным темам. В конце каждого года обучения проходит итоговый зачет по теоретическому курсу с проверкой знаний по изученным дисциплинам (итоговый контроль) и защита проекта. Практической проверкой результатов освоения Программы (знаний, навыков, умений) является участие обучающихся во Всероссийских уроках ОБЖ, участие в зимних и летних соревнованиях, смотрах, играх «Зарница». Показателем роста подготовки обучающихся является повышение уровня сложности соревнований и улучшение результатов участия в соревнованиях. Это позволяет вести статистику уровня освоения Программы по каждому обучающемуся индивидуально в течение всего срока обучения. Статистика находит отражение в текущих рейтингах по каждому году обучения.

Положительными результатами работы педагога по данной программе можно считать:

- постоянный рост мастерства обучающихся;
- рост уровня достижений объединения ;
- привлечение старших обучающихся к судейству на школьных соревнованиях.

Для полноценной реализации данной программы используются следующие виды контроля:

*вводный* - осуществляется посредством наблюдения за деятельностью учащегося в процессе занятий и собеседования с ним;

*текущий* - выполнение учащимися заданий по темам;

*итоговый* - участие в конкурсах, викторинах, тестирование.

№	Вид аттестации	Формы аттестации	
		теория	практика
1.	Входящий контроль	Собеседование по вопросам	
	Текущая	- устное тестирование; - беседа; - наблюдение	- практическая работа
	Промежуточная	- устное тестирование; - самостоятельные творческие работы; - беседа	- практическая работа; - защита творческих работ
	Итоговая	- тестирование; - зачет;	- практическая работа

## Оценочные материалы

Средством обратной связи, помогающим корректировать реализацию образовательной программы, служит диагностический мониторинг. Психологическая диагностика воспитанников проводится в виде тестов, конкурсов, игр, анкет. В течение года в программу включены упражнения на развитие памяти, мышления и внимания. Результативность выполнения учащимися образовательной программы оформляется в таблицы.

### Мониторинг результатов обучения

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное число баллов	Методы диагностики
<b>1. Теоретическая подготовка</b>				
Теоретические знания по основным разделам учебно-тематического плана программы	Способность ответить на простые вопросы по всем темам за год.	Минимальный уровень – ребенок овладел менее чем 0,5 объема знаний.	1	Тестирование, контрольный опрос и др.
		Средний уровень – ребенок способен ответить на более половины вопросов.	5	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объем знаний.	10	
<b>2. Практическая подготовка</b>				
Практические навыки	Умение выполнять практические задания	Минимальный уровень	1	Наблюдение
		Средний уровень	5	
		Максимальный уровень	10	
		Максимальный уровень	10	
<b>3. Общеучебные умения и навыки ребенка</b>				
Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Минимальный уровень – ребенок испытывает серьезные затруднения в работе, нуждается в помощи педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень – работает с помощью педагога	5	
		Максимальный уровень – работает самостоятельно, не испытывает затруднения.	10	
Учебно-организационные навыки и умения	Способность самостоятельно подготовиться к занятию и убрать за собой.	Минимальный уровень – ребенок овладел менее чем 1/2 объема навыков	1	Наблюдение
		Средний уровень – объем усвоенных навыков более 1/2;	5	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объем навыков за данный период	10	

## Мониторинг личностного развития ребенка

Показатели оцениваемые параметры	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное число баллов	Методы диагностики
<b>1. Морально - волевые качества</b>				
1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевая трудности.	Терпения хватает менее чем на ½ занятия; Более чем на ½ занятия На все занятие	1 5 10	Наблюдение
2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Волевые усилия ребенка побуждаются извне Иногда- самим ребенком; Всегда самим ребенком	1 5 10	Наблюдение
3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному действию)	Ребенок постоянно действует под контролем извне; Периодически контролирует себя сам; Постоянно контролирует себя сам;	1 5 10	Наблюдение
<b>2. Ориентационные качества</b>				
1. Самооценка	Способность оценить себя адекватно реальным достижениям	Завышенная Заниженная Нормальная	1 5 10	Анкетирование
2. Интерес к занятиям в детском коллективе	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы	Продиктован ребенку извне Периодически поддерживается самим ребенком Постоянно поддерживается самим ребенком	1 5 10	Наблюдение
<b>3. Поведенческие качества</b>				
1. Конфликтность (отношение ребенка к столкновению интересов (спору))	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации	Периодически провоцирует конфликты; Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать; Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	1 5 10	Наблюдение

2. Отношение к общим делам	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	Избегает участия в общих делах;	1	Наблюдение
		Участвует при побуждении извне;	5	
		Инициативен в общих делах	1	
			0	
3. Тип сотрудничества	Умение работать в коллективе	Пассивен	1	Наблюдение
		Сотрудничает иногда	5	
		Активен	10	

Критерии оценки личностного развития:

- 10 – 12 баллов – низкий уровень развития;
- 13 – 21 балл – средний уровень развития;
- 22 – 30 баллов – высокий уровень развития

**Оценочные материалы для мониторинга личностного развития учащегося:**

1. Организационно-волевые качества:

- Терпение. Это качество хотя и дано ребенку от природы, поддается направленному формированию и изменению. При оценивании его уровня, наивысший балл – 3 ставится за то, что у ребенка хватает силы выполнять задания в течение всего занятия, без внешних побуждений.
- Воля. Данное качество также можно формировать с раннего возраста. Высшим баллом оценивается способность ребенка выполнять определенную деятельность за счет собственных волевых усилий, без побуждения извне со стороны педагога. Терпение и воля вырабатываются методом постоянного контроля ребенка за собственным поведением. Еще одним условием воспитания этих качеств является выработка у ребенка веры в свои силы, избавления от страха пере неудачей. Также большое значение имеет поощрение ребенка за самые незначительные успехи в проявлении терпения и воли.
- Самоконтроль. Показывает, способен ли ребенок подчиняться требованиям, достигать намеченных результатов. Формы самоконтроля могут быть самыми разными: за собственным вниманием, своей памятью, за собственными действиями и т.д.

Для диагностики вышеперечисленных личностных качеств детей используется метод наблюдения.

2. Ориентационные качества:

Для определения уровня самооценки используется методика «Лесенка» (В.Г. Щур):

Рисуем на листе бумаги лестницу из 10 ступенек. Показываем ребенку лесенку и говорим, что на самой нижней ступеньке стоят самые плохие мальчики и девочки. На второй, чуть-чуть получше, а вот на верхней ступеньке стоят самые хорошие, добрые и умные мальчики и девочки. На какую ступеньку поставил бы ты себя?

**Обработка результатов:**

- 1-3 ступенька - низкий уровень самооценки (заниженная);
- 4-7 ступенька - средний уровень самооценки (правильный);
- 8-10 ступенька - высокий уровень самооценки (завышенная).

Для определения уровня интереса к занятиям используется методика «Устойчивость интересов».

Инструкция: В течение 3 минут напишите как можно больше слов. Как можно больше! Затем за 3 минуты напишите как можно больше слов, относящихся к занятию в вашем творческом объединении. Подсчет данных.

Подсчитайте процентное отношение слов, непосредственно связанных с предпочитаемой деятельностью или областью знаний, к общему количеству всех написанных слов. Если полученный процент к предпочитаемому виду деятельности выше процента общего количества, значит, у ребенка высокий уровень устойчивости интереса к предмету деятельности.

### 3. Поведенческие качества.

Сотрудничество (способность ребенка принимать участие в общем деле). Совместная деятельность связана с распределением функций между участниками и предполагает умение ребенка: считаться с мнением других, в чем – то ограничивать себя, проявлять инициативу. В таблице выделены несколько уровней сотрудничества. Диагностироваться тип сотрудничества будет с помощью наблюдения.

### 4. Творческие способности

Творческие способности - это индивидуальные особенности качества человека, которые определяют успешность выполнения им творческой деятельности различного рода.

Для исследования творческих способностей будет использоваться тест «Творческий потенциал», направленный на выявление творческого потенциала детей и умения находить нестандартное решение, методику определения уровня воображения.

### **Материально-техническая база:**

Комплект шин многоразового применения: КШТИ-01-«МЕДПЛАНТ»

Имитаторы ранений и поражений (18 ран) – МУ0555

Тренажер-манекен пострадавшего «Искандер» для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей

«Александр-03» тренажер-манекен взрослого пострадавшего для отработки приемов сердечно-легочной реанимации (голова, торс) со светозвуковым индикатором

Имеются аудиовизуальных средств обучения:

- телевизоры
- аудиотехника
- ноутбук
- проектор

### **Список литературы**

#### **Для учителя:**

1. Гоголев, М. И. Подготовка санитарных дружин в общеобразовательных школах и профессионально-технических училищах. – М.: Медицина, 2004.
2. Гомончук, А. И. Основы медицинских знаний. Десмургия. Гемостаз. Иммобилизация. 2007.
3. Медико-санитарная подготовка учащихся / под ред. П. А. Курцева. – М.: Просвещение, 2005
4. Основы медицинских знаний учащихся / под ред. М. И. Гоголева. – М.: Просвещение, 2012.
5. Медико-санитарная подготовка учащихся. / Б. А. Гайко, М. И. Гоголев, В. Н. Завьялов и др. М. Просвещение 1998г.
6. Учебное пособие: Физиология человека / А.Г. Хрипкова, Д.В. Колесов, В. С. Миронов, И.Н. Шепило-3-е изд. М.: Просвещение 1998г.

### Для учащихся:

1. Домашний доктор. Лечебные домашние средства. Под редакцией Деборы Ткач. Москва, 2002г.
2. Бэрри Дэвис «Основы выживания в экстремальной ситуации». М, 2003.
3. И.Д. Зверев. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека. Пособие для учащихся. Москва, "Просвещение", 2010г.
4. Г.И. Косицкий, Д.Н. Дьяконова. Резервы нашего организма. Москва, "Просвещение", 2011г.
14. Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. Разработчики В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М, «Издательство НЦ ЭНАС», 2003г.
15. И.В. Милюкова, Т.А. Евдокимова Лечебная физкультура. Новейший справочник. Санкт-Петербург. Москва, 2003.
16. И.П. Подласый «Педагогика». М, 2003.
22. Руководство по медицинской службе гражданской обороны. Редакция А.И. Бурназяна. Москва, "Медицина", 1983г.
23. Справочник медицинской сестры по уходу. Редакция Н.Р. Палеева. Москва, "Медицина", 2009г.