

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Капыревщинская средняя школа

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМС
Охлюева Е.В. *Е.В. Охлюева*
Приказ №1
от 30 августа 2023 г

УТВЕРЖДЕНО

Директор
Потягова Н.С. *Н.С. Потягова*
Приказ №108
от 31 августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Курс внеурочной деятельности
«Юный спасатель»
5-9 классы

Учитель: Чугунов Игорь Викторович
Квалификационная категория: высшая

Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный спасатель» является программой физкультурно-спортивной направленности.

Новизна программы

Настоящая программа предназначена для обеспечения процесса обучения школьников, приобретения ими необходимых знаний, ознакомления с научно-техническими и практическими задачами, приобретения навыков самостоятельного решения и практического применения теоретических знаний в различных чрезвычайных ситуациях, оказания первой доврачебной помощи, расширения кругозора, укрепления здоровья.

Особенностью программы «Юный спасатель» является то, что она ставит и решает актуальные вопросы социального и духовного развития обучающихся, оставаясь при этом в рамках детско-юношеских движений «Юные инспектора дорожного движения», «Школа безопасности» и требований современной школы.

Актуальность

Следует иметь в виду, что обучение безопасной жизнедеятельности - не самоцель. Оно неразрывно связано с проблемой достижения ребенком успеха в жизни, его самореализации, самоутверждения, удовлетворения его разнообразных жизненных потребностей. От объективных, а тем более субъективных трудностей ребенку не уйти, и надо учить его не только избегать опасностей, но и смело решать жизненные проблемы, умело действовать при их возникновении. Это важно еще и потому, что трудности и экстремальные ситуации человеку создают не только природа, техника или окружающие его люди. Очень часто он создает их себе сам, а его неподготовленность всегда усложняет положение. Поэтому подготовка ребенка к встрече с экстремальными ситуациями и грамотным действиям при их возникновении - одна из составляющих обеспечения его успешной, благополучной и безопасной жизни, и к этому надо готовить детей целенаправленно.

Противостояние трудностям, успехи в деятельности определяются в первую очередь правильным представлением об окружающем мире, обществе и взаимоотношениях в нем. Это находит свое выражение в адекватном мировосприятии. Поэтому так важно дать детям основы социально психологических знаний.

Практическая значимость

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, способность объективной оценки самого себя в обществе, микрогруппе, тогда как неадекватная оценка своих способностей и качества своих действий, самоуспокоенность или неверие в свои силы могут привести к негативным последствиям в экстремальной ситуации.

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, сообразные специфике конкретных экстремальных ситуаций;
- обладать специально развитыми качествами, повышающими способность к успешным действиям в специфичных 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.

Программа связана с курсом «Основы безопасности жизнедеятельности». Является механизмом интеграции, обеспечения полноты и цельности содержания программы по предмету, расширяя и обогащая его, направлена на сохранение здоровья в чрезвычайной ситуации, начиная со школьного возраста, правильным действиям в опасных для жизни и здоровья ситуациях.

Новизна программы заключается в сочетании практико - ориентированных занятий с психологическими тренингами.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы:

Формировать у детей сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности, практические навыки и умения поведения в экстремальных ситуациях, навыки оказания первой медицинской помощи, стремление к здоровому образу жизни, совершенствовать морально-психологическое состояние и физическое развитие.

Задачи:

Обучающие:

- обучить учащихся действиям, которые будут использоваться как «подводящие» упражнения, либо как средства избирательного воздействия на развитие отдельных физических качеств, способностей;
- обучить навыкам оказания первой доврачебной помощи;
- совершенствовать двигательные умения и навыки прикладного характера;
- развивать двигательные качества на основе общей физической подготовленности;
- изучить правила пожарной безопасности, ПДД.

Развивающие:

- всестороннее совершенствовать личностные качества: психологическая устойчивость, физическая сила, выносливость, быстрота принятия решений, наличие необходимых знаний и навыков, позволяющих успешно действовать в экстремальных ситуациях;
- развивать память, логическое мышление и мотивацию личности к познанию;
- развивать внимательность и осторожность.

Воспитательные:

- ориентация на труд, собственные усилия;
- удовлетворение потребности детей в общении;
- воспитание приоритета общественных ценностей.

Кружковая форма обучения предусматривает следующую **организацию обучения:**

- возраст детей 10 - 16 лет;
- предполагаются одновозрастные группы;
- основная группа здоровья.

Режим занятий: 1 час занятий (академический) 3 раза в неделю. Курс на 36 недель, 108 часов.

Раздел 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

Личностные результаты

Самоопределение:

- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;
- экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;
- осознание ответственности человека за общее благополучие,
- гуманистическое сознание,
- социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам,
- начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.

Метапредметные результаты освоения программы - характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий: познавательных, коммуникативных и регулятивных.

Познавательные

Смыслообразование:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий,
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.

Нравственно-этическая ориентация:

- навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций,
- этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость,

Общеучебные:

- использовать общие приёмы решения задач;
- выбирать наиболее эффективные способы решения задач;
- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
- ставить и формулировать проблемы;
- самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера;
- узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов.

Знаково-символические:

- использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для решения задач;

Коммуникативные УУД

Информационные:

- поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах (текст, рисунок, таблица, диаграмма, схема);

- обработка информации
- анализ информации;
- передача информации (устным, письменным, цифровым способами);
- оценка информации (критическая оценка, оценка достоверности).

Логические:

- подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков;
- синтез;
- сравнение,
- классификация по заданным критериям;
- установление аналогий;
- установление причинно-следственных связей;
- построение рассуждения;
- обобщение.

Оценка:

- выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, определять качество и уровня усвоения;
- устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели;

Саморегуляция:

- активизация сил и энергии, к волевому усилию в ситуации мотивационного конфликта;

Инициативное сотрудничество:

- проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач,
- ставить вопросы,
- обращаться за помощью,
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;

Управление коммуникацией:

- определять общую цель и пути ее достижения;
- осуществлять взаимный контроль,
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих,
- оказывать в сотрудничестве взаимопомощь;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности,

Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА.

1. Начальная специальная подготовка юного спасателя.

Классификация чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясения, смерчи, цунами, наводнения, лавины, сели, оползни, камнепады, обвалы).

Чрезвычайные ситуации техногенного характера (аварии, обрушения, пожары и др.). Чрезвычайные ситуации экологического характера (эпидемии, и др.).

Понятия опасных природных явлений, стихийных бедствий, аварий и катастроф. Понятия опасности и определение опасных факторов.

История человечества - борьба за выживание.

Крупнейшие исторически известные катастрофы (гибель Помпеи и др.) История создания спасательных служб в мире.

История создания спасательных служб на территории России.

Окружающая среда: природная, техногенная и бытовая. Взаимодействие человека в процессе деятельности с окружающей средой, аксиома о потенциальной опасности процесса взаимодействия. Понятие о риске.

Научно-технический прогресс и вызываемые им последствия. Источники загрязнения, опасные и вредные факторы окружающей среды (физические, химические, биологические и психогенные). Взаимодействие и трансформация загрязнений в окружающей среде, вторичные явления: смог, кислотные дожди, разрушение озонового слоя, снижение плодородия почв, качества продуктов питания, разрушение технических сооружений. Источники, зоны действия и уровни энергетических загрязнений окружающей среды (парниковый эффект, электромагнитные поля, ионизирующие излучения, шум, вибрация).

Электробезопасность при пользовании энергией в бытовых помещениях. Средства бытовой химии: правила пользования и оказание первой помощи при отравлениях и ожогах. Необходимость создания системы защиты населения от последствий чрезвычайных ситуаций. Цели и задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций (РСЧС), структура, управление и функционирование

РСЧС, силы и средства РСЧС. Поисково-спасательные службы. Задачи системы обучения.

Этапы и уровни подготовки спасателей. Формы и виды обучения спасателей

Табель оснащения поисково-спасательной службы. Экипировка спасателя. Технические средства. Транспортные и транспортировочные средства. Средства связи и сигнализации. Виды несчастных случаев, аварии и чрезвычайные ситуации, угрожающие жизни и здоровью людей в условиях природной среды. Использование подручных средств для оказания помощи и спасения пострадавших. Использование специальных спасательных средств.

2. Безопасность дорожного движения

Элементы улиц и дорог. Дорожная разметка и дорожные знаки, сигналы светофора и регулировщика дорожного движения.

Практическая работа: изучение действий участников дорожного движения по конкретным дорожным знакам.

Правила для пешеходов и водителей транспортных средств. Виды перекрёстков и правила разезда на них. Ответственность за нарушение правил.

Практическая работа: разбор действий пешеходов и велосипедистов в конкретных дорожных ситуациях.

Разбор движения пешеходов и водителей транспортных средств на сложных перекрёстках. Правила движения для велосипедистов. Порядок движения

группы велосипедистов. Разбор дорожной обстановки на маршруте, определение опасных для движения мест. Особенности устройства велосипеда. Назначение основных частей велосипеда. Физические основы устойчивости двухколёсного велосипеда. Особенности маневрирования на велосипеде в условиях площадки для фигурного вождения велосипеда. Освоение приёмов безопасного падения.

Изучение правил дорожного движения. Разбор реальных ситуаций, имеющих место в практике дорожного движения.

Состав и назначение аптечки. Классификация возможных травм и первая доврачебная помощь пострадавшим в дорожно-транспортном происшествии (ДТП). Обработка ран и способы остановки кровотечения. Виды перевязочных средств и правила наложения повязок. Правила транспортировки пострадавших.

Практическая работа: отработка различных приёмов оказания первой доврачебной помощи пострадавшему.

3. Противопожарная безопасность

Понятие о физико-химических основах горения. Огонь — друг и враг человека, какую пользу приносит огонь человеку, как человек научился управлять огнём. Последствия пожаров в жилых домах и других зданиях. Почему надо знать и строго соблюдать меры предосторожности в обращении с огнём; недопустимость игр детей с огнём. Основные причины пожаров. Основы профилактики пожаров. Предупреждение травматизма и несчастных случаев во время пожаров. Рассказы о некоторых крупных пожарах.

Освоение умений и навыков профилактики пожарной безопасности в образовательных и культурно-зрелищных учреждениях, в быту. Правила содержания зданий и помещений, виды и назначение путей эвакуации при пожаре. Движение во время эвакуации. Требования к содержанию эвакуационных путей. Анализ причин гибели людей при пожарах.

Практическая работа: проверка состояния средств пожаротушения в данном образовательном учреждении.

Элементарные способы тушения возгораний. Эвакуация из пожарной зоны. Правила действия в случае возникновения пожара. Практическое освоение приёмов тушения возгораний. Освоение навыков эвакуации при пожаре.

Практическая работа: тренинги по правильному использованию средств пожаротушения

Ознакомление с основными статьями Кодекса об административных правонарушениях в Российской Федерации. Административная ответственность граждан, должностных, юридических лиц за нарушения требований пожарной безопасности.

Практическая работа: подготовка иллюстративных материалов для проведения бесед по профилактике пожарной безопасности дома и в образовательных учреждениях.

Освоение знаний и умений в области противопожарной защиты и тушения пожаров. Назначение, область применения автоматических систем пожаротушения и сигнализации. Основные параметры станции пожарной сигнализации. Принцип действия, устройство систем водяного, пенного,

газового, порошкового пожаротушения. Назначение и устройство систем оповещения и управления эвакуацией.

Виды, назначение, правила содержания и порядок применения первичных средств тушения пожаров. История возникновения и развития огнетушащих веществ. Технические характеристики огнетушащих веществ. Классификация огнетушителей, область их применения.

4. Основы медицинских знаний

Травмы и заболевания характерные в природной среде. Характеристика травм и заболеваний, меры по их профилактике.

Инфекционные заболевания характерные в природной среде, причины их возникновения и механизм передачи. Признаки инфекционных заболеваний и оказание первой медицинской помощи пострадавшим.

Предупреждение обморожений и переохлаждений.

Основные принципы оказания первой медицинской помощи. Проведение осмотра пострадавшего, порядок его проведения (обеспечение проходимости дыхательных путей, наличие дыхания, наличие пульса).

Средства оказания первой медицинской помощи: состав медицинской аптечки: перевязочные, дезинфицирующие и лекарственные средства, их характеристика.

Виды повязок и их назначение. Правила наложения повязок на голову, нижние и верхние конечности, грудь, спину, живот и т.д. Порядок и правила использования и применения дезинфицирующих и лекарственных средств.

Порядок измерения температуры, пульса, артериального давления. Согревающие и охлаждающие процедуры, их применение. Практические занятия. Комплектование медицинской аптечки. Демонстрация и

отработка правильной последовательности действий при осмотре, выборе и применении перевязочных материалов, дезинфицирующих и лекарственных средств. Первая медицинская помощь при травмах. Общая характеристика повреждений. Основные правила оказания первой медицинской помощи при

повреждениях и ранениях. Характеристика различных видов кровотечений и их причины. Способы остановки кровотечений (давящая повязка, наложение жгута, пережатие артерий, сгибание конечностей). Особенности оказания первой

медицинской помощи при внутреннем кровотечении. Оказание помощи при носовом кровотечении. Характеристика различных видов травм (ушибы, растяжения и разрывы связок, вывихи, сдавливания). Причины и признаки

травм. Правила оказания первой медицинской помощи при травмах.

Переломы костей и их причины. Характеристика различных видов переломов (открытые и закрытые). Правила оказания первой медицинской помощи при переломах. Правила и способы транспортировки пострадавшего.

Пневматические шины. Правильное положение тела пострадавшего при транспортировке. Техника транспортировки и страховка пострадавшего.

Практические занятия:

Наложение повязок и остановка кровотечений. Наложение шин при подготовке к транспортировке пострадавшего. Изготовление транспортировочных средств.

Практика переноски пострадавшего на длительные расстояния с соблюдением мер безопасности.

Первая медицинская помощь при острых состояниях и несчастных случаях.

Причины и признаки укусов насекомых. Правила оказания первой медицинской помощи при укусах насекомых. Особенности оказания помощи при укусах клещей. Причины и признаки укусов змеями, правила оказания помощи.

Причины и признаки утопления, правила оказания помощи.

Причины и признаки поражения электротоком и молнией, правила оказания помощи при электротравме и поражении молнией.

Причины и признаки термических и химических ожогов, правила оказания помощи при различных видах ожогов.

Причины и признаки отморожений и переохлаждений, правила оказания помощи.

Причины и признаки теплового и солнечного удара, правила оказания помощи.

Причины и признаки попадания инородных тел в глаза, ухо, полость рта, пищевод, дыхательные пути, правила оказания первой медицинской помощи.

Характеристика причин, вызывающих потерю сознания и остановку сердца.

Причины потери сознания и остановки сердца. Сердечно-легочная реанимация и последовательность ее проведения (искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца).

Причины и признаки травматического шока, правила оказания помощи при травматическом шоке.

Причины и признаки обморока, правила оказания помощи.

Практические занятия

Демонстрация и отработка правильной последовательности действий на тренажерах «Александр».

Первая медицинская помощь при отравлениях:

Причины и признаки отравлений сильнодействующими ядовитыми веществами.

Правила оказания первой медицинской помощи.

Причины и признаки отравления средствами бытовой химии, правила оказания помощи. Причины и признаки отравления лекарственными и наркотическими препаратами, правила оказания помощи.

Причины и признаки пищевых отравлений, правила оказания помощи.

Причины и признаки отравления ядовитыми растениями, ягодами, грибами, правила оказания помощи.

5. Общая физическая подготовка

Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы).

Костно– связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и

сосуды. Изменение сердца под влиянием нагрузок различной интенсивности.

Дыхание и газообмен. Постановка дыхания в процессе занятий.

Органы пищеварения и обмен веществ. Органы выделения (кишечник, почки, легкие, кожа). Нервная система — центральная и периферическая. Элементы ее

строения и основные функции. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма.

Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности, совершенствование двигательных качеств человека (быстрота, сила, ловкость, выносливость).

Совершенствование координации движений под влиянием систематических занятий физической культурой и спортом.

Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом. Влияние занятий физическими упражнениями на обмен веществ. Практические занятия

Тематическое планирование

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1. Начальная специальная подготовка юного спасателя - 24 часов				
1.1.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС.	5	5	
1.2.	Человек и окружающая среда. Условия автономного существования в природе	5	2	3
1.3.	Ориентирование в природных условиях. Способы ориентирования.	5	2	3
1.4.	Основы безопасного ведения спасательных работ. Оказание помощи людям в условиях природной среды.	4	2	2
1.5.	Способы и основы выживания в различных ЧС. Средства оказания первой медицинской помощи спасателя. Состав аптечки.	5	3	2
2. Безопасность дорожного движения- 18 часов				
2.1.	Понятия об участниках дорожного движения. Виды транспорта.	2	2	
2.2.	Дорожные знаки. Сигналы светофора.	4	2	2
2.3.	Правила безопасного дорожного движения пешеходов и автотранспорта, пешехода и велосипедиста.	3	2	1
2.4.	Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим в ДТП. Травматический шок – первая помощь.	5	2	3
2.5.	Конкурс юных знатоков правил дорожного движения. Конкурс рисунков.	4	2	2
3. Противопожарная безопасность- 18 часов				
3.1.	Что такое огонь? Общие понятия о пожаре.	2	2	
3.2.	Условия и причины возникновения пожаров. Последствия пожаров. Характер и сила пожаров.	5	3	2
3.3.	Правила пожарной безопасности в школе и в быту.	4	2	2
3.4.	Действия при возникновении пожара. Способы и методы тушения пожаров.	4	3	1
3.5.	Виды и типы пожарной техники. Огнетушители, виды огнетушителей. Огнетушители, назначение, подготовка к применению, правила пользования.	4	3	1
4. Основы медицинских знаний- 27 часов				

4.1	Профилактика травматизма и заболеваний	1	1	
4.2	Сердечная недостаточность. Оказание первой помощи и проведение сердечно-лёгочной реанимации.	7	3	4
4.3	Первая медицинская помощь при травмах	8		8
4.4	Первая медицинская помощь при острых состояниях и несчастных случаях.	5	2	3
4.5	Безопасность на воде. Первая помощь при утоплении, способы проведения искусственного дыхания при утоплении	6	3	3
5. Общая физическая подготовка – 22часов.				
5.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии на него физических упражнений.	2	2	
5.2	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	2	2	
5.3	Общая физическая подготовка	18	1	17
	Итого:	108 часа		

