Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Новолялинского городского округа
«Средняя общеобразовательная школа №4»
(МАОУ НГО «СОШ№4»)

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
(протокол от 30.08.2023 г. №1)

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ НГО «СОШ №4»
Т.В. Шешина
Приказ от 30.08.2023 г. № 184/О

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат 008a7e600646aa02a1ed1eecabfd0c26e7
Владелец: Шешина Татьяна Владимировна
Действителен с 01.08.2023 по 24.10.2024

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа социально-гуманитарной направленности

«Лаборатория безопасности»

Возраст обучающихся: 14-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Егоров Василий Никонорович,
педагог дополнительного образования

г. Новая Ляля, 2023

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Цель и задачи программы	5
1.3 Содержание программы	6
1.3.1 Учебный (тематический) план	6
1.3.2 Содержание учебного (тематического) плана	7
1.4 Планируемые результаты	8
2. Комплекс организационно-педагогических условий	11
2.1 Условия реализации программы	11
2.1.1 Материально-техническое обеспечение	11
2.1.2 Информационное обеспечение	12
2.1.3 Кадровое обеспечение	12
2.2 Формы аттестации	12
2.3 Оценочные материалы	13
2.4 Методические материалы	13
3. Список литературы	14
Приложение 1 Календарный учебный график	15
Приложение 2 Календарный учебный (тематический) график	16
Приложение 3 Описание практических заданий по тематикам разделов программы	20

1. Комплекс основных характеристик

1.1 Пояснительная записка

События, происходящие в нашей стране в последнее время, вызвали глубокие изменения во всех сферах общественной жизни. Увеличение частоты стихийных бедствий, числа промышленных аварий и катастроф, опасных ситуаций социального характера, низкий уровень профессиональной подготовки специалистов, отсутствие навыков правильного поведения в повседневной жизни, в различных опасных и чрезвычайных ситуациях пагубно отразились на состоянии здоровья и жизни людей. В этой связи возрастает роль и ответственность за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности, и выработку у них привычек безопасного поведения и здорового образа жизни.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лаборатория безопасности» имеет **социально-гуманитарную направленность**.

Актуальность. Программа курса ориентирована на создание у школьников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации, а также основ оказания первой помощи пострадавшим.

Основанием для проектирования и реализации данной общеобразовательной общеразвивающей программы служит перечень следующих нормативных правовых актов и государственных программных документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
3. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Приказ Министерства Просвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
7. Распоряжение Правительства Свердловской области № 646-РП от 26.10.2018 г. «О создании в Свердловской области целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей;
8. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области №434-Д от 06.05.2022 г. «Об утверждении концептуальных подходов к развитию дополнительного образования детей в Свердловской области»;

9. Устав МАОУ НГО «СОШ №4».
10. Образовательная программа дополнительного образования МАОУ НГО «СОШ №4» на 2023- 2024 учебный год.
11. Рабочая программа воспитания МАОУ НГО «СОШ №4».

Отличительные особенности программы. В содержание курса «Лаборатория безопасности» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у них развитию цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности. Акцент в содержании программы сделан на практические занятия по отработке необходимых навыков. Программа дополнительного образования «Лаборатория безопасности» является программой гуманитарного профиля центра «Точка роста» в рамках нацпроекта «Образование» по курсу «Основ безопасности жизнедеятельности». Предусматривает знакомство с теорией и практикой оказания первой помощи пострадавшим на месте происшествия, изучение правил безопасного поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера. Программа реализуется при поддержке социального партнера - 16 ПСЧ ФГКУ 71 ОФПС по Свердловской области в г. Новая Ляля.

Адресат программы - обучающиеся от 14-17 лет (8-11 класс). У подростков 14-17 лет учебная деятельность сохраняет свою актуальность, но в психологическом отношении отступает на задний план. Основное противоречие подросткового периода – настойчивое стремление ребенка к признанию своей личности взрослыми при отсутствии реальной возможности утвердить себя среди них. Д.Б. Эльконин считал, что ведущей деятельностью детей этого возраста становится общение со сверстниками. Именно в начале подросткового возраста деятельность общения, сознательное экспериментирование с собственными отношениями с другими людьми (поиски друзей, выяснение отношений, конфликты и примирения, смена компаний) выделяются в относительно самостоятельную область жизни. Главная потребность периода – найти свое место в обществе, быть "значимым" – реализуется в сообществе сверстников.

Форма обучения – очная, допускается применение дистанционных образовательных технологий.

Объем и сроки освоения программы - программа рассчитана на 38 учебных недель, нагрузка 152 учебных часа (по 4 часа в неделю). Продолжительность одного занятия 40 минут. Программа реализуется в течение 1 года на **базовом уровне**.

Особенности организации образовательного процесса. Форма реализации программы – традиционная. Занятие проходит в группе. В составе группы не менее 6 человек и не более 10 человек. Формы проведения занятий:

- индивидуально-групповые (педагог уделяет внимание нескольким обучающимся на занятии в то время, когда другие работают самостоятельно);
- дифференцированно-групповые (в группы объединяют обучающихся с одинаковыми учебными возможностями и уровнем сформированности умений и навыков);

- работа в парах.

Расписание занятий в объединении дополнительного образования детей составляется с учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе детей и подростков в общеобразовательных учреждениях, и поэтому необходимо соблюдение следующих гигиенических требований:

- между занятиями в общеобразовательной организации и занятиями в объединении дополнительного образования - перерыв для отдыха не менее 20 минут;

- начало занятий в учреждениях дополнительного образования начинаются не ранее 8.00 ч, а их окончание - не позднее 20.00 ч., для обучающихся 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00;

- занятия детей в объединениях дополнительного образования могут проводиться в каникулярный период.

В каникулярное время работа детского объединения строится по особому графику и предполагает использование следующих видов совместной деятельности педагога и детей: соревнования, экскурсии, просмотр обучающих видеоуроков.

Режим занятий – занятия объединения проходят 2 раз в неделю по 2 академических часа (40 минут).

1.2 Цель и задачи программы

Цели - создать условия для формирования у обучающихся умений и навыков в области безопасности в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

Задачи:

Обучающие:

- получить знания о необходимости обеспечения личной безопасности жизнедеятельности и безопасности общества, выполнения социальных ролей человека и гражданина.
- закрепить знания, совершенствовать медико-санитарную подготовку обучающихся,
- подготовить обучающихся к действиям в различных экстремальных ситуациях.

Развивающие:

- формировать у детей осознания нравственного и правового долга, чувства ответственности за свое поведение, безопасность поведения и сохранение здоровья собственного и окружающих;
- развивать навыки оказания первой помощи пострадавшим;
- стимулировать у обучающихся интерес к медицине и деятельности МЧС, как возможному выбору дальнейшей профессиональной деятельности.

Воспитательные:

- формировать у обучающихся сознательного отношения к охране своего здоровья и здоровья окружающих, гуманизма и милосердия,
- формировать представления об оказании первой медицинской помощи при травмах, несчастных случаях и внезапных заболеваниях.

1.3 Содержание программы

1.3.1 Учебный (тематический) план

№ блока	№ занятия	Тема блока, занятия	Количество часов			Форма контроля
			Всего	теория	практика	
1		**Вводное занятие. Человек, среда его обитания, безопасность человека**	**12**	**7**	**5**	
	1	Организационное собрание, презентация курса	2	2	-	
	2	Инструктаж. Город и село как среда обитания человека	2	1	1	Беседа
	3	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	2	1	1	Беседа
	4	Особенности природных условий в городе и селе	2	1	1	Практика
	5	Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе	2	1	1	Беседа
	6	Безопасность в повседневной жизни	2	1	1	Беседа
2		**Опасные ситуации техногенного характера**	**16**	**4**	**12**	
	7-8	Дорожное движение. Безопасность участников дорожного движения	4	1	3	Беседа Практика
	9-12	Пожарная безопасность	8	2	6	Беседа практика
	13-14	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	4	1	3	Беседа Практика
3		**Опасные ситуации природного характера**	**12**	**2**	**10**	
	15-17	Погодные явления и безопасность человека	6	1	5	Беседа
	18-20	Безопасность на водоемах	6	1	5	Беседа
4		**Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**	**8**	**2**	**6**	
	21-22	Чрезвычайные ситуации природного характера	4	1	3	Беседа
	23-24	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	4	1	3	Беседа
5		**Основы оказания первой помощи**	**38**	**11**	**27**	

	25	Возможные травмы и поражения при ЧС	2	2	-	Беседа
	26-27	Методы и средства оказания первой помощи	4	1	3	Беседа практика
	28-29	Первоочередные меры при ранениях и травмах	4	1	3	Беседа практика
	30-31	Проведение сердечно-легочной реанимации	4	1	3	Беседа практика
	32-33	Первая помощь при автодорожном происшествии	4	1	3	Беседа практика
	34-35	Помощь при утоплении	4	1	3	Беседа практика
	35-37	Помощь при поражении электрическим током и молнией.	4	1	3	Беседа практика
	38-39	Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути.	4	1	3	Беседа практика
	40-41	Помощь пострадавшим при обширных ожогах.	4	1	3	Беседа практика
	42-43	Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники.	4	1	3	Беседа практика
6		**Опасные ситуации в природной среде**	**8**	**4**	**4**	
	44-45	Безопасность при встрече с дикими животными	4	2	2	Беседа практика
	46-47	Укусы насекомых и защита от них	4	2	2	Беседа практика
7		**Первая помощь при неотложных ситуациях**	**12**	**3**	**9**	
	48-49	Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде	4	1	3	Беседа практика
	50-51	Оказание первой помощи при различных видах травм	4	1	3	Беседа практика
	52-53	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении ,переохлаждении и ожоге	4	1	3	Беседа практика
8		**Отработка практических навыков для участия в областных соревнованиях «Школа безопасности»**	**44**	**11**	**33**	

	54-57	Дисциплина «Полоса препятствий»	8	2	6	Зачет по нормативам
	58-61	Дисциплина «Комбинированная пожарная эстафета»	8	2	6	Зачет по нормативам
	62-65	Дисциплины «Комплекс силовых упражнений», «Кросс»	8	2	6	Зачет по нормативам
	66-67	Дисциплина «Поисково-спасательные работы»	8	2	6	Зачет по нормативам
	70-71	Организация быта в полевых условиях	4	1	3	-
	72-75	Дисциплина «Маршрут выживания»	8	2	6	Зачет по нормативам
9		**Итоговое занятие**	**2**	**-**	**2**	
	76	Занятие «Помоги себе и другу»	2	-	2	Практика Зачет
			152	**44**	**108**	

1.3.2 Содержание учебного (тематического) плана

Раздел №1. Человек, среда его обитания, безопасность человека

Теория: Организационное занятие. Город и село как среда обитания человека Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища Особенности природных условий в городе и селе Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе. Безопасность в повседневной жизни.

Практика: практические упражнения на применение теоретических знаний, тесты, интерактивные задания, работа со специлизированным оборудованием.

Раздел №2. Опасные ситуации техногенного характера

Теория:Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

Практика: практические упражнения на применение теоретических знаний, тесты, интерактивные задания, работа со специлизированным оборудованием.

Раздел №3. Опасные ситуации природного характера

Теория:Погодные явления и безопасность человека. Безопасность на водоемах.

Практика: практические упражнения на применение теоретических знаний, тесты, интерактивные задания, работа со специлизированным оборудованием.

Раздел №4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Теория:Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Практика: оформление стенгазеты «ЧС природного и техногенного характера», практические упражнения на применение теоретических знаний, тесты, интерактивные задания, работа со специлизированным оборудованием.

Раздел № 5. Основы оказания первой помощи

Теория: Возможные травмы и поражения при ЧС. Методы и средства оказания первой помощи. Первоочередные меры при ранениях и травмах. Проведение сердечно-легочной реанимации. Первая помощь при автодорожном происшествии. Помощь при утоплении. Помощь при поражении электрическим током и молнией. Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути пострадавшим при обширных ожогах. Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники.

Практика: практические упражнения на применение теоретических знаний, отработка навыков оказания первой помощи, тренировки с манекенами, интерактивные задания, работа со специлизированным оборудованием.

Раздел № 6. Опасные ситуации в природной среде

Теория:Безопасность при встрече с дикими животными. Укусы насекомых и защита от них.

Практика: оформление памятки об оказании первой помощи при укусах насекомых

Раздел № 7. Первая помощь при неотложных ситуациях

Теория:Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде. Оказание первой помощи при различных видах травм. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении, переохлаждении и ожоге.

Практика: отработка навыков оказания первой помощи при неотложных ситуациях, практические упражнения

Раздел №8. Отработка практических навыков для участия в областных соревнованиях «Школа безопасности»

Теория: Теоретические аспекты дисциплин областных соревнований «Школа безопасности», особенности, критерии оценивания

Практика: подготовка к сдаче нормативов по дисциплинам областных соревнований «Школа безопасности»

Раздел №9. Итоговое занятие соревнование-практикум «Помоги себе и другу».

Практика: соревновательная игра для обучающихся курса, в которой им необходимо применить на практике приобретенные знания.

1.4 Планируемые результаты

К планируемым результатам освоения программы можно отнести:

Личностные:

- развитие любознательности;
- развитие интеллектуальных и творческих способностей обучающихся;
- воспитание ответственного отношения к своему здоровью.

Метапредметные:

- овладение способами самоорганизации внеклассной деятельности, что включает в себя умения: ставить цели и планировать деятельность; оценивать собственный вклад в деятельность группы; проводить самооценку уровня личных достижений;
- формирование приемов работы с информацией, что включает в себя умения: поиска и отбора источников информации; систематизации информации; понимания информации, представленной в различной знаковой форме;
- развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, корректное ведение диалога и участие в дискуссии; участие в работе группы в соответствии с обозначенной ролью.

Предметные:

- применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни; для осознанного соблюдения норм и правил безопасного поведения в природной и социоприродной среде; при оказании простейших видов первой медицинской помощи;
- расширение представлений о здоровом образе жизни, овладение простейшими

приемами самоконтроля своего физического состояния

Механизмы формирования ключевых компетенций

В результате освоения предметного содержания у учащихся предполагается формирование универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных) позволяющих достигать предметных, метапредметных и личностных результатов.

• Познавательные: в предлагаемом курсе кружка изучаемые определения и правила становятся основой формирования умений выделять признаки и свойства объектов. В процессе поиска решения у учеников формируются и развиваются основные мыслительные операции (анализа, синтеза, классификации, сравнения, аналогии и т.д.), умения различать разнообразные явления, обосновывать этапы решения учебной задачи, производить анализ и преобразование информации.

• Регулятивные: содержание кружка позволяет развивать и эту группу умений. В процессе работы ребёнок учится самостоятельно определять цель своей деятельности, планировать её, самостоятельно двигаться по заданному плану, оценивать и корректировать полученный результат.

• Коммуникативные: в процессе изучения материала кружка осуществляется знакомство с медицинским языком, формируются речевые умения: дети учатся высказывать суждения с использованием медицинских терминов и понятий, формулировать вопросы и ответы в ходе выполнения задания, доказательства верности или неверности выполненного действия, обосновывают этапы решения учебной задачи.

Умение достигать результата, используя общие интеллектуальные усилия и практические действия, является важнейшим умением для современного человека. Образовательные и воспитательные задачи решаются комплексно.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Условия реализации программы

2.1.1 Материально-техническое оснащение

Для реализации программы используется кабинет формирования цифровых и гуманитарных компетенций и оборудование центра образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста», а также помещение гимнастического зала МАОУ НГО «СОШ №4» для проведения тренировочных занятий.

При работе используется следующее оборудование центра:

1. Smart панель;
2. Персональные компьютеры;
3. Цифровая лаборатория ОБЖ
4. Аптечка индивидуальная
5. Шина лестничная
6. Воротник шейный
7. Набор имитаторов травм и поражений
8. Тренажёр-манекен для отработки сердечно-лёгочной реанимации

9. Тренажёр-манекен для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей

10. Табельные средства для оказания первой медицинской помощи

11. Коврик для проведения сердечно-лёгочной реанимации

2.1.2 Информационное обеспечение

В качестве информационного обеспечения используются раздаточные материалы педагога и цифровые образовательные ресурсы, такие как:

Учебные пособия по ОБЖ для общеобразовательных школ http://www.bez.econavt.ru

Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности» http://www.school-obz.or

2.1.3 Кадровое обеспечение

Педагог, осуществляющий реализацию программы – Егоров В.Н. имеет высшую квалификационную категорию.

Курсы повышения квалификации:

2020 год - Образовательная сессия по предмету «ОБЖ» для специалистов Центров образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста» Свердловской области, ГАНОУ СО «Дворец молодежи» (24 часа).

2020 год - Курс «Повышение квалификации педагогов по предмету ОБЖ. Видеокурс», Федеральное государственное автономное учреждение фонд новых форм развития образования, Платформа цифрового образования «Элемент».

2021 год –«Функциональная грамотность: развиваем в средней и старшей школе», Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Школа анализа данных» (21 час).

2021 - сертификат МБУ "Центр патриотического воспитания" - Выполнение строевых приемов, рукопашного боя.

2.2 Формы аттестации

Проведение практических занятий и сдача норматив по выполнению заданий по содержанию программы, с итоговым занятием соревнование-практикум «Помоги себе и другу».

В разделе «Отработка практических навыков для участия в областных соревнованиях «Школа безопасности» предусмотрена сдача нормативов по критериям, указанным в положении данных областных соревнований. Положение корректируется и утверждается каждый календарный год.

2.3 Оценочные материалы

По итогам занятий каждого раздела педагог проводит зачет среди обучающихся, перечень необходимых знаний и умений для базового уровня достижения планируемых результатов:

Знать:

- основные правила поведения в различных ЧС;
- средства защиты в различных ЧС;
- основные причины возникновения ЧС природного и техногенного характера;
- основные правила оказания первой помощи;
- методы и средства оказания первой помощи;
- первоочередные меры при травмах и ранениях;
- основные симптомы при нарушении функции дыхания, кровообращения, пищеварения.

Уметь:

- правильно оценивать чрезвычайную ситуацию;
- соблюдать правила пожарной и безопасности;
- пользоваться первичными средствами пожаротушения.
- оказать первую помощь в случаях:обморока и начала развития комы;опасных для жизни кровотечений и переломов костей; электрических ожогов и шока;истинного и бледного утопления; попадание инородного тела в дыхательные пути;
- проводить непрямой массаж сердца и искусственную вентиляцию легких;
- накладывать повязки и перевязки.
- проводить транспортную иммобилизацию.

Также во время практических занятий проходит оценка выполнения практических заданий, примерное описание заданий по разделам представлены в приложении 3.

2.4 Методические материалы

Методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный; частично-поисковый, исследовательский; проблемный, дискуссионный, проектный, активные и интерактивные методы обучения.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.

Педагогические технологии: индивидуального обучения, группового обучения, дифференцированного обучения, проблемного обучения, критического мышления.

Формы учебных занятий:

по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей - лекция, беседа, практическая работа, тренировка, зачет.

по дидактической цели - практическое занятие, занятие по контролю знаний, умений и навыков, комбинированные формы занятий.

Перечень дидактических материалов - раздаточные материалы, инструкционные карты, алгоритмы действий, практические задания.

Учебно-методическое обеспечение

1. Учебник спасателя. С.К.Шойгу, М.И.Фалеев, Г.Н.Кириллов. 3-е изд.,2010 г
2. Охрана труда спасателя. С.К.Шойгу, С.М.Кудинов. М., 2012 г
4. Основы медицинских знаний. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова.М., 2011 г
5. Атлас добровольного спасателя. Первая медицинская помощь на месте происшествия. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М., 2011 г.

3. Список литературы

1. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1981.
2. Волович В.Г. Академия выживания. – М.: ТОЛК, 1996. 10.Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. - М.: Знание, 1990
3. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., Профиздат, 1997.
4. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности». - М., Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000.
5. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. М.: Академия, 2004.
6. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. М., Профиздат, 1987.
7. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. Пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений. М., Просвещение, 1990.

Приложение 1

Календарный учебный график

Начало учебного года	1 сентября 2023 г.
Окончание учебного года	31 мая 2024 г.
Продолжительность учебного года	38 учебных недель
Дата начала занятий в объединении	2 сентября 2023 г.
Количество учебных часов в неделю	4 часа (2 раза в неделю по 2 уч.ч.)
Количество часов на учебный период	152 часа

Выходные и праздничные дни в 2023-2024 учебном году:
4 ноября – День народного единства
1, 2, 3, 4, 5, 6, 8 января – Новогодние каникулы
7 января – Рождество Христово
23 февраля – День защитника Отечества
8 марта – Международный женский день
1 мая – Праздник Весны и Труда
9 мая – День Победы

Приложение 2

Календарный учебный (тематический) график

№	Месяц	Число	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	2	Теория	2	Организационное собрание, презентация курса	Каб 9	
2	Сентябрь	2	Теория Практика	2	Инструктаж. Город и село как среда обитания человека	Каб 9	Беседа
3	Сентябрь	8	Теория Практика	2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	Каб 9	Беседа
4	Сентябрь	9	Теория Практика	2	Особенности природных условий в городе и селе	Каб 9	Практика
5	Сентябрь	15	Теория Практика	2	Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе	Каб 9	Беседа
6	Сентябрь	16	Теория Практика	2	Безопасность в повседневной жизни	Каб 9	Беседа
7	Сентябрь	22	Теория Практика	2	Дорожное движение. Безопасность участников дорожного движения	Каб 9	Беседа
8	Сентябрь	23	Практика	2	Дорожное движение. Безопасность участников дорожного движения	Каб 9	Беседа Практика
9	Сентябрь	29	Теория	2	Пожарная безопасность	Каб 9	Беседа
10	Сентябрь	30	Практика	2	Пожарная безопасность	Гимн. Зал	Практика
11	Октябрь	6	Практика	2	Пожарная безопасность	Гимн. Зал	Практика
12	Октябрь	7	Практика	2	Пожарная безопасность	Гимн. Зал	Практика
13	Октябрь	13	Теория Практика	2	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	Гимн. Зал	Беседа Практика
14	Октябрь	14	Практика	2	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	Гимн. Зал	Практика

15	Октябрь	20	Теория Практика	2	Погодные явления и безопасность человека	Каб 9	Беседа
16	Октябрь	21	Практика	2	Погодные явления и безопасность человека	Каб 9	Беседа
17	Октябрь	27	Практика	2	Погодные явления и безопасность человека	Каб 9	Беседа
18	Октябрь	28	Теория Практика	2	Безопасность на водоемах	Каб 9	Беседа
19	Ноябрь	3	Практика	2	Безопасность на водоемах	Каб 9	Беседа
20	Ноябрь	4	Практика	2	Безопасность на водоемах	Гимн. Зал	Беседа
21	Ноябрь	10	Теория Практика	2	Чрезвычайные ситуации природного характера	Каб 9	Беседа
22	Ноябрь	11	Практика	2	Чрезвычайные ситуации природного характера	Каб 9	Беседа
23	Ноябрь	17	Теория Практика	2	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	Каб 9	Беседа
24	Ноябрь	18	Практика	2	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	Каб 9	Беседа
25	Ноябрь	24	Теория	2	Возможные травмы и поражения при ЧС	Каб 9	Беседа
26	Ноябрь	25	Теория Практика	2	Методы и средства оказания первой помощи	Каб 9	Беседа Практика
27	Декабрь	1	Практика	2	Методы и средства оказания первой помощи	Каб 9	Практика
28	Декабрь	2	Теория Практика	2	Первоочередные меры при ранениях и травмах	Каб 9	Беседа Практика
29	Декабрь	8	Практика	2	Первоочередные меры при ранениях и травмах	Каб 9	Практика
30	Декабрь	9	Теория Практика	2	Проведение сердечно-легочной реанимации	Каб 9	Беседа Практика
31	Декабрь	15	Практика	2	Проведение сердечно-легочной реанимации	Каб 9	Практика
32	Декабрь	16	Теория	2	Первая помощь при автодорожном происшествии	Каб 9	Беседа

			Практика				Практика
33	Декабрь	22	Практика	2	Первая помощь при автодорожном происшествии	Каб 9	Практика
34	Декабрь	23	Теория Практика	2	Помощь при утоплении	Каб 9	Беседа Практика
35	Декабрь	29	Практика	2	Помощь при утоплении	Гимн. Зал	Практика
36	Декабрь	29	Теория Практика	2	Помощь при поражении электрическим током и молнией.	Каб 9	Беседа Практика
37	Январь	12	Практика	2	Помощь при поражении электрическим током и молнией.	Гимн. Зал	Практика
38	Январь	13	Теория Практика	2	Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути.	Каб 9	Беседа Практика
39	Январь	19	Практика	2	Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути.	Гимн. Зал	Практика
40	Январь	20	Теория Практика	2	Помощь пострадавшим при обширных ожогах.	Каб 9	Беседа Практика
41	Январь	26	Практика	2	Помощь пострадавшим при обширных ожогах.	Гимн. Зал	Практика
42	Январь	27	Теория Практика	2	Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники.	Каб 9	Беседа Практика
43	Февраль	2	Практика	2	Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники.	Гимн. Зал	Практика
44	Февраль	3	Теория	2	Безопасность при встрече с дикими животными	Каб 9	Беседа
45	Февраль	9	Практика	2	Безопасность при встрече с дикими животными	Гимн. Зал	Практика
46	Февраль	10	Теория	2	Укусы насекомых и защита от них	Каб 9	Беседа
47	Февраль	16	Практика	2	Укусы насекомых и защита от них	Гимн. Зал	Практика
48	Февраль	17	Теория Практика	2	Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде	Каб 9	Беседа Практика

49	Февраль	24	Практика	2	Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде	Гимн. Зал	Практика
50	Февраль	24	Теория Практика	2	Оказание первой помощи при различных видах травм	Каб 9	Беседа Практика
51	Март	1	Практика	2	Оказание первой помощи при различных видах травм	Каб 9	Практика
52	Март	2	Теория Практика	2	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении ,переохлаждении и ожоге	Каб 9	Беседа Практика
53	Март	9	Практика	2	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении ,переохлаждении и ожоге	Каб 9	Практика
54	Март	9	Теория	2	Дисциплина «Полоса препятствий»	Каб 9	Зачет по нормативам
55	Март	15	Практика	2	Дисциплина «Полоса препятствий»	Стадион	Зачет по нормативам
56	Март	16	Практика	2	Дисциплина «Полоса препятствий»	Стадион	Зачет по нормативам
57	Март	22	Практика	2	Дисциплина «Полоса препятствий»	Стадион	Зачет по нормативам
58	Март	23	Теория	2	Дисциплина «Комбинированная пожарная эстафета»	Стадион	Зачет по нормативам
59	Март	29	Практика	2	Дисциплина «Комбинированная пожарная эстафета»	Стадион	Зачет по нормативам
60	Март	30	Практика	2	Дисциплина «Комбинированная пожарная эстафета»	Стадион	Зачет по нормативам
61	Апрель	5	Практика	2	Дисциплина «Комбинированная пожарная эстафета»	Стадион	Зачет по нормативам
62	Апрель	6	Теория	2	Дисциплины «Комплекс силовых упражнений», «Кросс»	Стадион	Зачет по нормативам
63	Апрель	12	Практика	2	Дисциплины «Комплекс силовых упражнений», «Кросс»	Стадион	Зачет по нормативам
64	Апрель	13	Практика	2	Дисциплины «Комплекс силовых упражнений», «Кросс»	Стадион	Зачет по нормативам

65	Апрель	19	Практика	2	Дисциплины «Комплекс силовых упражнений», «Кросс»	Стадион	Зачет по нормативам
66	Апрель	20	Теория	2	Дисциплина «Поисково-спасательные работы»	Стадион	Зачет по нормативам
67	Апрель	26	Практика	2	Дисциплина «Поисково-спасательные работы»	Стадион	Зачет по нормативам
68	Апрель	27	Практика	2	Дисциплина «Поисково-спасательные работы»	Стадион	Зачет по нормативам
69	Май	3	Практика	2	Дисциплина «Поисково-спасательные работы»	Стадион	Зачет по нормативам
70	Май	4	Теория Практика	2	Организация быта в полевых условиях	Стадион	Зачет по нормативам
71	Май	10	Практика	2	Организация быта в полевых условиях	Стадион	Зачет по нормативам
72	Май	11	Теория	2	Дисциплина «Маршрут выживания»	Стадион	Зачет по нормативам
73	Май	17	Практика	2	Дисциплина «Маршрут выживания»	Стадион	Зачет по нормативам
74	Май	18	Практика	2	Дисциплина «Маршрут выживания»	Стадион	Зачет по нормативам
75	Май	24	Практика	2	Дисциплина «Маршрут выживания»	Стадион	Зачет по нормативам
76	Май	25	Практика	2	Занятие «Помоги себе и другу»	Стадион	Зачет

Примечание: если занятие выпадает на праздничные даты, то обучающимся предлагаются самостоятельные формы изучения учебного материала, такие как – просмотр видеоуроков, художественных фильмов, посещение виртуальных экскурсий и др.

Приложение 3

Примерное описание практических заданий по тематикам разделов программы

Раздел – Основы оказания первой помощи

Практическая работа «Что делать при ожоге/порезе/ушибе?»

Класс делится на пары, и каждая получает памятки, что нужно делать при ожоге/порезе/ушибе. Задача каждого ученика отработать алгоритм действия на соседе.

Раны:

1. Даже небольшая царапина требует внимания и обработки. Эти рекомендации помогут вам правильно заботиться о ранах:
2. Вымойте руки. Это помогает избежать заражения. Если под рукой есть одноразовые перчатки, наденьте их.
3. Остановите кровотечение. Если рана совсем маленькая, оно обычно прекращается само. Если же нет, окажите на рану мягкое давление сквозь стерильную салфетку, бинт или чистую ткань.
4. Очистите рану. Промойте её проточной или чистой водой. Кожу вокруг вымойте с мылом (при необходимости потрите). Старайтесь, чтобы мыло не попадало в рану, это может вызвать раздражение.
5. Если грязь или мусор остались в ране после мытья. Используйте пинцет, очищенный спиртом, чтобы их удалить. Если это не помогает, обратитесь к врачу. Тщательная обработка раны снижает риск заражения и столбняка. При этом нет необходимости использовать йод и йодсодержащие средства. Они могут вызвать раздражение.
6. Обработайте рану антисептиком. Антисептики для первичной обработки используются в виде растворов (чаще и удобнее) или порошков. (хлоргексидин, перекись водорода, банеоцин). Не используются для первичной обработки раны мази, крема или эмульсии, которые образуют пленку, препятствующую дополнительному механическому очищению раны раствором антисептика.
7. При необходимости наложите повязку или пластырь. Маленькую царапину оставьте открытой.

Ожоги:

Существует три степени ожогов:

При ожогах первой степени кожа краснеет и немного отекает, а также болит. Спустя день или два она может начать шелушиться.

Ожоги второй степени обычно сопровождаются появлением волдырей, иногда возникает сильный отек.

Ожоги третьей степени наносят ущерб всем слоям кожи и она может выглядеть обугленной. При этом боль может быть небольшой или её может не быть вовсе из-за повреждения нервов и тканей.

Самостоятельно можно справиться с ожогом первой степени и второй, но только если поврежденная зона меньше 5—7 сантиметров.

Чтобы оказать первую помощь:

1. Промойте ожог в прохладной воде. Подержите в воде хотя бы пять минут. Это уменьшит отек.
2. Обработайте ожоговую поверхность антисептическими растворами, наложите чистую (в идеале — стерильную) салфетку. Для дальнейшего лечения ожоговой поверхности нанесите крем, мазь или эмульсиюс бацитрацином/неомицином. При появлении сыпи прекратите дальнейшее применение препарата.
3. При необходимости примите обезболивающие. Безрецептурный препарат облегчит боль и уменьшит воспаление.

*Существует миф, что при ожогах помогает масло. На самом деле его использование может принести только вред и способствовать развитию инфекции.

Ушибы:

С незначительными ушибами и легкими спортивными травмами можно справиться, если

1. соблюдать покой 48—72 часа. Это поможет не травмироваться повторно и не усугубить ситуацию.
2. Первое время регулярно прикладывать лед (он должен быть в пакете), чтобы уменьшить отек.
3. Можно также принять безрецептурное обезболивающее.
4. Обязательно обратитесь к врачу, если вам не становится лучше в течение нескольких дней или даже недель.
5. Помните, что при серьезных травмах за медицинской помощью нужно обращаться незамедлительно. В некоторых случаях восстановление может занять несколько недель или месяцев и требует выполнения врачебных рекомендаций.

Практическая работа «Что делать при закрытом переломе?»

Работа в мини-группах с манекеном/участником группы: каждой группе выдается карточка с задачей, например, «перелом кости предплечья»,«перелом тазобедренного сустава», «перелом голени». Задача каждой группы показать на манекене правильные действия при том или ином виде перелома.

С помощью специальной шины, палки, доски, куска фанеры зафиксировать и обездвижить пострадавшую конечность.

Если сломаны кости предплечья, обездвиживаются лучезапястный и локтевой суставы.

Если пострадала плечевая кость - локтевой и плечевой суставы.

При переломе бедренной кости фиксируются тазобедренный и коленный суставы (шина крепится одним концом за туловище по боковой поверхности, другим - за голень и стопу), голени - коленный и голеностопный.

Если ничего под рукой нет, поврежденную ногу можно прибинтовать к здоровой, а сломанную руку - к туловищу; к месту перелома приложить холод.Обратиться за помощью в «скорую помощь» или в ближайший травмопункт.

Практическая работа «Первая помощь при утоплении»

Работа с манекеном в мини-группах.

Главное правило - не терять время, собраться и выполнить следующие действия:

Оказание помощи после извлечения пострадавшего из воды:

1. Положить пострадавшего на спину и проверить пульс и реакцию зрачков на свет;
2. При отсутствии пульса и самостоятельного дыхания немедленно приступайте к реанимации:
3. Под плечи пострадавшего надо положить какой-либо предмет (одежду, покрывало), чтобы голова его несколько запрокинулась назад.
4. Рот пострадавшего накрывают платком.
5. Оказывающий помощь, сделав свободный вдох, плотно прижимается своим ртом ко рту пострадавшего и вдувает в его дыхательные пути воздух из своих легких.
6. Во время вдувания воздуха нос пострадавшего должен быть зажат.
7. После такого искусственного «вдоха» грудная клетка спадается до первоначального объема, осуществляя «выдох».
8. Вдувание воздуха в легкие пострадавшего нужно повторять примерно 16—18 раз в минуту.
9. При остановке сердечных сокращений производят непрямой массаж сердца. Нужно встать с левой стороны пострадавшего и с некоторым усилием надавливать на область сердца кистями рук, положенными одна на другую, 50—60 раз в минуту.
10. Массаж сердца следует сочетать с искусственным дыханием. После 4— 5 надавливаний на сердце производят одно вдувание воздуха в легкое.
11. При появлении пульса и дыхания необходимо обтереть пострадавшего сухим полотенцем, укрыть его чем-либо теплым, вызвать «Скорую помощь».

Помните! При утоплении реанимация приводится в течение 30-40 минут даже при отсутствии признаков ее эффективности.

При наличии пульса и дыхания:

1. повернуть пострадавшего на живот;
2. перекинуть его через бедро (спинку стула, толстую ветку дерева и т.п.);
3. очистить полость рта: засунуть ему два пальца в рот как можно глубже и надавить на корень языка. Если после этого появились рвотные движения и кашель - удалить воду из легких и желудка, для чего в течение следующих 5-10 минут периодически давить на корень языка, пока вода не перестанет выделяться, при этом можно похлопывать ладонями по спине, а также несколько раз сжать с боков грудную клетку во время выдоха;
4. после удаления воды положить пострадавшего на бок или живот;
5. вызвать «Скорую помощь»;

6. согреть пострадавшего;
7. наблюдать за пострадавшим, так как в любую минуту может произойти остановка сердца и потребуется реанимация.

Практическая работа «Что делать при пищевом отправлении?»

Получить полный алгоритм действия при пищевом отравлении.

Детям выдаются разрезанные карточки, в которых описаны разные действия, которые можно и нельзя делать при отравлении или показать все действия в разнобой на экране.

Задача: распределить в два столбика, что можно делать при отравлении, что нельзя.

Нужно сделать	**Нельзя делать**
- Промыть желудок	- Пить закрепляющие препараты при диарее
- Принять сорбенты	- Класть грелку на область живота
- Пить больше воды	- Пить молоко или воду с газом
- Соблюдать режим и диету	- Есть
- Не есть до полной остановки рвоты	- Вызвать рвоту, если человек без сознания
- Позвонить в скорую при продолжительной рвоте/диарее	- Подождать, пока само пройдет

Когда ученики закончат, огласить правильный алгоритм действий, чтобы ученики исправили свои ошибки, написать на доске/показать на экране итоговую версию.

Практическая работа «Что делать при токсическом (неинфекционном) отравлении?»

Токсические (неинфекционные) отравления. Возникают при попадании в организм с пищей естественных или химических токсинов. Например, яда несъедобных грибов и растений, а также химикатов.

Класс делится на три команды (или на шесть и задания дублируются). Они пытаются составить свои списки. Потом зачитывают, остальные добавляют, вместе формируем итоговый алгоритм действия.

Первая команда пытается понять, что делать при отравлении алкоголем,недоброкачественной пищей, грибами, ядовитыми растениями и их плодами, когда яд в организм поступает через рот:

1. Промыть желудок (выпить большое количество жидкости и вызывают рвоту надавливанием на корень языка пальцами. процедуру повторяют до чистых промывных вод);
2. Принять сорбенты;
3. Соблюдать режим и диету;
4. Пить больше воды (восстанавливаем водный баланс);
5. Не есть до полной остановки рвоты;
6. Позвонить в скорую при продолжительной рвоте/диарее;
7. *При отравлении кислотами (уксус) и щелочами промывать желудок нельзя!

Вторая команда: при отравлении газообразными химическими веществами (угарный газ, окислы азота, аммиака, пары брома, фтористого водорода, хлор, сернистый газ, и др.), когда яд поступает в организм через легкие:

1. Пострадавшего в первую очередь нужно вывести на свежий воздух, обеспечить ему удобное горизонтальное положение, освободить от стесняющей одежды;
2. Растереть тело пострадавшего ладонями для улучшения кровообращения, затем тепло укутать, приложить согревающие грелки к его ногам;
3. Дать понюхать ватку с нашатырным спиртом, если пострадавший в сознании, прополоскать горло и рот раствором соды.
4. В случае отсутствия дыхания или его значительного ослабления нужно начать проведение искусственного дыхания.
5. Независимо от степени отравления пострадавшего госпитализируют в стационар, на случай, если позднее возникнут осложнения со стороны нервной и дыхательной систем.

Третья команда: при отравлении токсическими веществами (некоторые ядовитые растения, химические растворители и средства от насекомых - фосфорорганические соединения (карбофос, дихлофос и др.), когда яд в организм проникает через кожу:

1. Нужно как можно быстрее снять это вещество с поверхности кожи ватным или марлевым тампоном, стараясь не размазывать его на поверхности кожи.
2. После этого кожу следует хорошо обмыть теплой водой с мылом или слабым раствором питьевой (пищевой) соды, обработать место поражения на коже 5—10%-ным раствором нашатырного спирта.
3. При наличии раны, например, ожога, наложите чистую или стерильную влажную повязку.

4. Далее дважды промыть желудок 2%-ным раствором пищевой соды (1 ч. л. соды на 1 стакан воды).

5. Затем следует выпить 0,5 стакана 2%-ного раствора пищевой соды с добавлением активированного угля или солевое слабительное. Пострадавшему дают выпить крепкий чай.

6. Дождаться прибытия бригады скорой медицинской помощи.

Потом все вместе выводим общие правила:

Остановить или ограничить поступление яда в организм.

Как можно скорее вывести из организма уже попавший яд, если это возможно.

Обеспечить пострадавшему безопасные условия.

Привести пострадавшего в чувства, при необходимости - провести искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

Как можно скорее доставить пострадавшего в больницу.

Практическая работа «Чрезвычайные ситуации»

Задание: Соотнести чрезвычайные ситуации, её признаки и классификацию. Карточки разного цвета (цвета могут быть любыми):

Карточки красного цвета: биолого-социальные, военные, природные, экологические, техногенные

Карточки зеленого цвета (с примерами ЧС, перемешанные между собой):

инфекционная заболеваемость людей, инфекционная заболеваемость сельскохозяйственных животных, извержение вулканов, поражения сельскохозяйственных растений болезнями и вредителями, голод, терроризм, религиозный конфликт, война, межнациональный конфликт, землетрясение, цунами, наводнение, оползень, «ядерная зима», глобальное потепление. Карточки синего цвета (с признаками чрезвычайных ситуаций, могут соответствовать нескольким видам ЧС): опасность для жизни и здоровья людей; объектов экономики и окружающей среды; существенное нарушение экологического равновесия в районе ЧС; выход из строя систем жизнеобеспечения и управления; полное или частичное прекращение хозяйственной деятельности; значительный материальный и экономический ущерб; необходимость привлечения больших сил и средств для спасения людей и ликвидации последствий; психологический дискомфорт для больших групп людей; экологические ухудшение природной среды; потеря хозяйственной ценности территорий.

Карточки желтого цвета (поражающие факторы): ударная волна (воздушная, подземная, подводная), температура, световое излучение, ионизирующее излучение, сильнодействующие ядовитые вещества, бактериальные агенты, аэрогидродинамический фактор, психоэмоциональное воздействие; химическое загрязнение окружающей среды и местности; биологическое заражение местности; радиоактивное загрязнение местности; сейсмические волны.