

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Ревякинская средняя школа»
Ясногорского района Тульской области

УТВЕРЖДЕНО
на заседании педагогического совета
(протокол № 1 от 30 августа 2018 г.,
приказ МОУ «Ревякинская средняя
школа» от 01.09.2018 № 49 / 7)
Директор:  Ю.В. Истратова



Дополнительная образовательная программа объединения

«Школа безопасности»

(срок реализации: 1 год)

Составитель: Мигалина Александра Михайловна

2018-2019

1. Пояснительная записка

Жизнь выдвигает на первый план проблемы укрепления физического, духовного и нравственного здоровья подрастающего поколения.

Чем больше подросток получает информации, приобретает практических навыков, чем серьезнее психологическая подготовка к всевозможным социальным и природным катаклизмам, тем выше его эмоционально-волевая устойчивость. Людей, обладающих ею, называют сильными. Сильные люди умеют распорядиться своими знаниями и опытом на пользу себе и окружающим, готовы прийти на помощь другим, решают проблемы гуманными, законными путями.

Программа кружка «Школа безопасности» ориентирована на создание у обучающихся правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. В содержание курса «Школа 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 цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

Цель:

- развитие у обучающихся качеств, обеспечивающих безопасную жизнедеятельность, через познание себя и других;
- формирование готовности обучающихся к отношениям в обществе и преодолению жизненных трудностей, проверка своих сил и возможностей, активное самовоспитание.

Задачи:

Воспитательные: воспитание у обучающихся ответственности за личную безопасность, ответственного отношения к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства.

Развивающие: развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих правильное поведение в экстремальных ситуациях; способствовать развитию лидерских качеств подростков; развитие умений работать в группе, коллективе;

Знания, умения и навыки: получение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях; формирование умений оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; выработка навыков правильного поведения в экстремальных ситуациях.

Программа рассчитана на обучающихся 12-15 лет. Срок реализации дополнительной образовательной программы «Школа безопасности» один год.

2. Результаты освоения учебного курса, предмета, дисциплины (модуля)

В результате изучения курса «Школа выживания» учащийся должен

• **знать:**

- 1) правила выживания в условиях автономии;
- 2) правила выживания при ЧС;

• **уметь:**

- 3) действовать при возникновении ЧС;
- 4) действовать в условиях автономии;

• **использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности:**

- 5) для избегания попадания в стрессовые ситуации;
- 6) правильных действий при попадании в ЧС.

3. Содержание тем учебного курса, предмета, дисциплины (модуля)

Структурно программа состоит из шести разделов.

Раздел 1: Психология поведения людей в экстремальных ситуациях (1 час)

Влияние опасных факторов окружающей среды на психику человека. Условия возникновения стрессового состояния. Влияние стресса на поведение человека. Способы преодоления, стресса. Пути повышения психологической устойчивости человека к деятельности в условиях экстремальных ситуаций.

Психофизические основы саморегуляции. Основные приемы саморегуляции. Идеомоторная тренировка: сущность и содержание. Место идеомоторной тренировки при обучении правилам поведения в жизнеопасных ситуациях.

Волевая саморегуляция (самовнушение): сущность и содержание. Методика обучения приемам саморегуляции. Групповые и самостоятельные тренировки. Индивидуальные словесные формулы самовнушения.

Раздел 2: Топография (10 час)

Понятие о топографии. Значение топографии в народном хозяйстве и в военном деле. Топографические условные знаки.

Рельеф местности и его изображение на картах. Приборы для ориентирования на местности.

Топографические карты. Определение расстояний на местности и на карте.

Азимут. Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту.

Ориентирование на местности. Составление картосхем маршрута

Раздел 3: Автономное существование (6 часов)

Понятие об автономном существовании человека. Факторы выживания в условиях автономного существования. Обеспечение выживания в условиях автономного существования.

Оценка ситуации, принятие решения, разработка плана действия. Определение времени дня.

Подача сигналов бедствия.

Оборудование жилища.

Добывание огня и приготовление пищи без кухонной посуды. Питание в условиях автономного существования в различных регионах. Водообеспечение.

Профилактика возможных заболеваний с помощью лекарственных трав.

Раздел 4: Первая медицинская помощь (7 часов)

Виды повязок и способы наложения на верхнюю конечность, на голову, на туловище, на нижнюю конечность. Основные правила оказания первой медицинской помощи при различных видах повреждений. Характеристика различных видов кровотечений. Способы остановки кровотечения. Первая медицинская помощь при переломах. Правила и способы транспортировки пострадавших. Первая медицинская помощь при отравлениях, укусах змей, утоплении, отравлении, потере сознания.

Раздел 5: Туристский маршрут с элементами спасательных работ (8 часов)

Раздел 6: Пожарная безопасность (2 часа)

Причины возникновения пожаров в бытовых условиях. Действия при возникновении пожара дома.

Подручные средства пожаротушения. Устройство и правила эксплуатации различных видов огнетушителей (пенный, углекислотный, порошковый).

Причины возникновения лесных пожаров, как их избежать. Действия при попадании в зону пожаров в природных условиях.

Раздел 7: Чрезвычайные ситуации природного характера нашего региона, действия в этих ситуациях (1 час)

Описание опасных природных явлений, характерных для нашего региона, правила поведения при попадании в чрезвычайные ситуации природного характера.

IV. Методическое обеспечение программы

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

Для повышения интереса обучающихся к занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач на уроках рекомендуется применять разнообразные формы и методы их проведения.

Словесные методы создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы позволяют освоить практические навыки и умения.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Дидактические и демонстрационные материалы: для работы имеются учебные приборы и оборудование: компасы, штативы, цветные таблицы и карты.

Календарно-тематическое планирование

№	Название темы	Общее кол-во часов	Теоретич. часть (час.)	Практич. часть (час.)
1	Вводное занятие. Инструктаж.	1	1	
2	Психология поведения людей в экстремальных ситуациях	1		
3	Психика человека в экстремальных ситуациях Саморегуляция	1	1	1
4	Топография	10		
5	Понятие о топографии. Значение топографии в нар. хозяйстве и военном деле Топографические условные знаки. Топографические карты.	2	1	1
6	Рельеф местности и его изображение на картах Приборы для ориентирования на местности.	2	1	1
7	Масштаб. Номенклатура.	2	1	1
8	Определение расстояний на местности и на карте Азимут. Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту	2	1	1
9	Ориентирование на местности. Определение сторон горизонта	2	1	1
10	Автономное существование	6		
11	Понятие об автономном существовании человека. План действия. Сигналы бедствия. Жилище	2	1	1
12	Добывание пищи, воды и огня	2	1	1
13	Лечение заболеваний. Лекарственные растения	2	1	
14	Первая медицинская помощь	7		

15	Способы наложения повязок.	2	1	1
16	ПМП при ушибах, укусах, ожогах, отравлениях.	2	1	1
17	Перелом, виды переломов. ПМП при переломах. ПМП при остановке сердца, при утоплении.	3	3	3
18	Туристский маршрут с элементами спасательных работ	8		
19	Этапы маршрута. Правила соревнований.	1		
20	Способы разведения костра.	1	1	1
21	Способы переправы по бревну с перилами. Способы переправы по болоту.	2	1	1
22	Узлы	1	0,5	0,5
23	Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление носилок.	2	1	1
24	Водный слалом	1	0,5	0,5
25	Пожарная безопасность			
26	Пожар. Средства пожаротушения. Природные пожары	1	0,5	0,5
27	Чрезвычайные ситуации природного характера нашего региона			
28	Действия при ЧС природного характера	1	0,5	0,5
	Всего	35	15	20