


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Ильинская средняя общеобразовательная школа

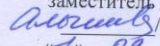
Рассмотрено

на заседании методического  
объединения технологии,  
физической культуры, ОБЖ и  
предметов эстетического цикла

Протокол №  
от «07» августа 2023 г.

Руководитель:   
/ И.Б.Месилова, учитель ОБЖ /

Согласовано

заместитель директора по ВР  
 /О.В. Алышева/  
«1» 09 2023г



Утверждаю:

Директор школы:

/Т.А.Иванова/

Приказ №65/18-а

от «30» августа 2016 г

290-А

07.08.23

## Программа внеурочной деятельности

### «Школа безопасности»

СОЦИАЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

(срок реализации 1 год)

Составитель: Месилова И. Б.,  
учитель ОБЖ

Ильинское-Хованское, 2023

### **1.1. Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» ориентирована на создание у учащихся правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные ситуации. В содержание программы «Школа безопасности» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла, которые систематизируют знания учащихся в области безопасности жизнедеятельности, полученные в процессе обучения в школе, и способствуют их целостному представлению о личной безопасности.

**Направленность программы:** социальная.

**Уровень освоения программы:** базовый.

**Актуальность программы.** Среди предметов естественнонаучного цикла ключевое место в формировании личности безопасного типа принадлежит учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности». Школьная программа этого предмета требует от учащихся усвоения большого объёма теоретических знаний и отработку практических умений и навыков. Сложности обучения этому интересному и важному предмету зачастую возникают в силу слабой учебно-материальной базы, не позволяющей качественно закрепить полученные знания на практике, отсутствия специалистов.

Программа дополнительного образования «Школа безопасности» решает проблему отработки практических навыков поведения в экстремальных ситуациях, способствует устойчивому познавательному интересу учащихся и предоставляет дополнительные возможности для развития их способностей.

**Новизна программы.** Содержание программы подобрано таким образом, чтобы в полном объёме использовать многообразие элементов учебно-материальной базы школьного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности» и Центра образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста».

**Педагогическая целесообразность** реализации данной программы заключается в сочетании разных форм и методов обучения для достижения конечного результата образовательной программы, социальной адаптации обучающихся в их дальнейшей самостоятельной жизни.

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

**Адресат программы.** В реализации программы участвуют учащиеся среднего школьного возраста (11-13 лет). Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

**Объём и срок освоения программы.** Общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы, составляет 34 часа. Срок реализации программы – 1 год.

**Форма обучения:** очная. Программа предусматривает 2 вида занятий: теоретические и практические.

**Особенности организации учебного процесса.** Учащиеся в ходе освоения программы знакомятся с основами топографии и ориентирования на местности, осваивают приёмы безопасного поведения в повседневной жизни, приобретают навыки доврачебной помощи и навыки выживания в условиях автономного существования в природной среде.

Состав группы детского объединения: разновозрастной и постоянный на период обучения. Норма наполнения группы – 15 человек.

**Режим занятий.** Занятия проводятся во внеурочное время, один раз в неделю. Продолжительность занятий – 1 академический час.

## **1.2. Цели и задачи программы.**

**Цель программы:** формирование у учащихся практических умений и навыков поведения в экстремальных ситуациях через освоение специальных знаний.

### **Задачи программы.**

#### **Обучающие:**

- сформировать начальные навыки ориентирования на местности;
- обучить основным приёмам безопасного поведения при пожаре и на водоёмах;
- научить пользоваться средствами индивидуальной защиты;
- сформировать начальные навыки доврачебной помощи;
- обучить основным приёмам выживания в условиях автономного пребывания в природной среде.

**Развивающие:** развивать познавательную и творческую активность, коммуникативные умения, коммуникабельность.

**Воспитательные:** формировать сознательное и ответственное отношение к вопросам личной безопасности, потребность в самопознании и саморазвитии, чувство коллективизма.

### **Результаты освоение курса внеурочной деятельности.**

#### **Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в экстремальных ситуациях, угрожающих здоровью и жизни;
- готовность и способность к саморазвитию и реализации творческого потенциала;
- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со взрослыми и сверстниками в процессе образовательной, общественно полезной, творческой и других видов деятельности;
- признание необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;

- потребность в осознанном выполнении правил личной и коллективной безопасности.

#### **Метапредметные результаты:**

- самостоятельно (с помощью педагога) определять цели обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в экстремальных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- определять понятия, самостоятельно выбирать основания и критерии, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы;
- применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения различных задач;
- компетентность в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов.

#### **Предметные результаты:** по итогам освоения программы

##### **учащиеся должны знать:**

- основы топографии;
- устройство и принцип работы компаса и курвиметра;
- способы определения сторон горизонта;
- опасные факторы пожара;
- способы оповещения и алгоритм действий при пожаре;
- основы безопасного поведения на водоёмах;
- назначение и принцип действия средств индивидуальной защиты органов дыхания;
- общие принципы оказания доврачебной помощи при травмах и ранениях;
- виды ран и кровотечений;
- виды повязок;
- виды переломов;
- правила транспортировки пострадавшего при различных видах травм;
- правила оказания доврачебной помощи при тепловом и солнечном ударе, обморожении;
- правила оказания доврачебной помощи при термических ожогах;
- правила проведения сердечно-лёгочной реанимации;
- международные сигналы бедствия;
- общие принципы строительства временных укрытий;
- способы добывания огня и меры безопасности;
- типы костров;
- способы добывания и очистки воды;

- общие принципы организации питания.

**учащиеся должны уметь:**

- читать топографические знаки;
- работать с топографической картой и компасом;
- пользоваться курвиметром;
- определять стороны горизонта разными способами;
- пользоваться подручными средствами пожаротушения и порошковым огнетушителем;
- использовать приёмы безопасного поведения на водоёмах;
- изготавливать ватно-марлевую повязку;
- подбирать противогаз и пользоваться им;
- обрабатывать раны и ссадины, накладывать простейшие повязки;
- накладывать давящую повязку и жгут на повреждённую конечность;
- накладывать бинтовые повязки различного вида;
- проводить иммобилизацию при травмах опорно-двигательного аппарата;
- извлекать инородное тело из дыхательных путей;
- проводить сердечно-лёгочную реанимацию;
- подавать сигналы бедствия;
- строить временные укрытия;
- укладывать костры разных видов, сохранять огонь;
- изготавливать фильтр для очистки воды и конденсатор влаги;
- изготавливать приспособления для рыбалки;
- вязать узлы.

**Содержание курса внеурочной деятельности.**

**Вводное занятие – 1 часа.**

Теория: Знакомство с планом работы детского объединения дополнительного образования. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Начальная диагностика. Определение исходного уровня знаний и умений на начало обучения.

**Раздел 1. Топография и ориентирование – 8 часов.**

1.1. Понятие о плане местности – 2 часа.

1.1.1. План местности. Топографические знаки.

Теория. План местности (топографический план). Условные знаки (топографические знаки).

Практика. Чтение и изображение топографических знаков.

1.1.2. Упражнения на запоминание топографических знаков. Топографический диктант.

Практика. Чтение топографических знаков, упражнения на запоминание знаков, топографический диктант.

1.2. Масштаб – 21 часа.

Теория. Понятие о масштабе карты. Виды масштабов. Выбор масштаба. Курвиметр.

Практика. Задания на определение масштаба. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой.

1.3. Ориентирование на местности – 4 часов.

1.3.1. Компас. Работа с компасом и картой.

Теория. Стороны горизонта. Типы компасов. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Определение азимута. Движение по азимуту. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.

1.3.2. Работа с компасом и картой.

Практика. Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту: прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки» и т. п.).

1.3.3. Определение сторон горизонта по светилам.

Теория. Ориентирование по Солнцу, Луне и звёздам. Определение сторон света с помощью часов.

Практика. Решение ситуационных заданий по определению сторон света.

1.3.4. Ориентирование по местным предметам.

Практика. Ориентирование по местным предметам. Решение ситуационных заданий.

1.4. Соревнование по ориентированию на местности – 1 часа.

Практика. Прохождение заданного маршрута по легенде и азимуту.

**Раздел 2. Безопасность в повседневной жизнедеятельности – 5 часов.**

2.1. Пожарная безопасность – 2 часа.

2.1.1. Характеристика опасных факторов пожара. Оповещение и эвакуация.

Теория. Опасные факторы пожара. Оповещение и эвакуация при пожаре.

2.1.2. Средства пожаротушения и правила пользования ими.

Практика. Подручные средства пожаротушения. Принцип действия и навыки работы с макетом порошкового огнетушителя ОП-5.

2.2. Безопасность на воде – 1 часа.

Теория. Безопасное поведение на водоёмах в различных условиях. Передвижение по льду. Передвижение по болотам.

Практика. Решение ситуационных задач.

2.3. Средства индивидуальной защиты – 1 часа.

Теория. Классификация средств индивидуальной защиты. Назначение и принцип действия средств индивидуальной защиты органов дыхания: Р-2, ГП-5, ПДФ-2Ш.

Практика. Изготовление ватно-марлевой повязки. Подбор противогаза, отработка навыков по одеванию.

2.4. Контрольное занятие по разделу «Безопасность в повседневной жизни» – 1 часа.

Практика. Тестирование на знание общих правил безопасности в повседневной жизни. Анализ результатов.

**Раздел 3. Основы доврачебной помощи - 11 часа.**

### 3.1. Первая помощь при ранениях – 3 часов.

#### 3.1.1. Первая помощь при ранениях.

Теория. Общие принципы оказания первой помощи. Виды ран. Асептика и антисептика. Виды кровотечения.

Практика. Обработка ран и ссадин, наложение простейших повязок.

#### 3.1.2. Первая помощь при кровотечениях.

Практика. Носовое кровотечение. Наложение давящей повязки при венозном кровотечении. Наложение жгута и закрутки при артериальном кровотечении.

#### 3.1.3. Наложение стерильных повязок.

Практика. Отработка навыков наложения повязок различного вида: на голову и грудь, живот, верхние и нижние конечности.

### 3.2. Первая помощь при травмах – 2 часа.

#### 3.2.1. Общие правила оказания первой помощи при травмах.

Теория. Общие правила оказания первой помощи при ушибах, переломах конечностей и травме позвоночника. Виды переломов.

#### 3.2.2. Иммобилизации при травмах опорно-двигательного аппарата.

Практика. Отработка навыков иммобилизации при травмах опорно-двигательного аппарата.

### 3.3. Транспортировка пострадавшего – 1 часа.

Теория. Правила транспортировки пострадавшего при различных видах травм.

Практика. Изготовление носилок. Отработка навыков транспортировки пострадавшего.

### 3.4. Первая помощь при тепловом и солнечном ударе, обморожении и ожоге – 2 часа.

Теория. Оказание доврачебной помощи при тепловом и солнечном ударе, обморожении. Термические ожоги, доврачебная помощь.

Практика. Решение ситуационных задач, практическое повторение действий.

### 3.5. Первая помощь при остановке сердца – 3 часов.

#### 3.5.1. Первая помощь при остановке сердечной деятельности и дыхания.

Теория. Оказание первой помощи пострадавшему без видимых признаков жизни. Искусственная вентиляция лёгких. Непрямой массаж сердца. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации.

#### 3.5.2. Сердечно-лёгочная реанимация.

Практика. Извлечение инородного тела из дыхательных путей. Отработка навыков проведения сердечно-лёгочной реанимации.

#### 3.5.3. Сердечно-лёгочная реанимация.

Практика. Отработка навыков проведения сердечно-лёгочной реанимации.

### 3.6. Зачёт по разделу «Основы доврачебной помощи» – 1 часа.

Практика. Мастер-класс умений и навыков по основам доврачебной помощи.

#### **Раздел 4. Выживание в условиях автономного существования в природной среде - 10 часов.**

4.1. Подача сигналов бедствия – 1 часа.

Теория. Способы подачи сигналов бедствия. Сигналы международного кода.

Практика. Отработка приёмов подачи сигналов бедствия. Игра.

4.2. Устройство временных укрытий – 2 часа.

4.2.1. Общие принципы строительства временных укрытий.

Теория. Выбор места. Постройка временных укрытий. Виды зимних укрытий.

4.2.2. Сооружение временных укрытий.

Практика. Изготовление макетов временных укрытий. Отработка навыков на местности.

4.3. Добывание огня. Типы костров и их назначение – 1 часа.

Теория. Выбор места для костра и заготовка топлива. Способы добычи огня. Основные типы костров и их назначение. Меры безопасности при обращении с огнём и заготовке дров.

Практика. Отработка навыков укладки наиболее распространённых типов костров. Изготовление макетов типов костров. Сохранение огня.

4.4. Способы обеспечения питьевой водой – 2 часа.

4.4.1. Возможности организма человека. Поиск и добывание воды.

Теория. Поддержание водного баланса организма человека. Поиск и добывание воды.

4.4.2. Фильтр для очистки воды. Конденсатор влаги.

Практика. Изготовление фильтра для очистки воды и конденсатора влаги.

4.5. Обеспечение питанием – 2 часа.

4.5.1. Общие принципы организации питания. Растительная и животная пища.

Теория. Общие принципы организации питания. Растительная пища. Добывание пищи рыбной ловлей.

4.5.2. Рецептура походных блюд. Изготовление рыболовной снасти.

Практика. Поиск и составление рецептуры походных блюд. Изготовление самодельных приспособлений для рыбалки.

4.6. Узлы. Техника вязания узлов – 1 часа.

Практика. Вязание узлов: прямой, проводник, академический, восьмёрка, ткацкий, стремя, схватывающий, шкотовый, брам-шкотовый, булинь.

4.7. Зачёт по разделу «Выживание в условиях автономного существования в природной среде» – 1 часа.

Практика. Викторина на закрепление и проверку уровня знаний правил поведения в экстремальных ситуациях в природной среде.

Практика. Командная игра-испытание «Азбука безопасности». Отработка приёмов действий при попадании в экстремальные ситуации.



**Тематическое планирование**  
Учебный план (34 часа).

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		НК
	<b>Раздел 1. Топография и ориентирование</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	
1.1.	Понятие о плане местности	2	1	1	ТК
1.2.	Масштаб	1		1	ТК
1.3.	Ориентирование на местности	4	2	2	ТК
1.4.	Соревнование по ориентированию на местности	1		1	ПК
	<b>Раздел 2. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	
2.1.	Пожарная безопасность	2	1	1	ТК
2.2.	Безопасность на воде	1	0,5	0,5	ТК
2.3.	Средства индивидуальной защиты	1	0,5	0,5	ТК
2.4.	Контрольное занятие по разделу «Безопасность в повседневной жизни»	1		1	ПК
	<b>Раздел 3. Основы доврачебной помощи</b>	<b>11</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	
3.1.	Первая помощь при ранениях	3	1	2	ТК
3.2.	Первая помощь при травмах	2	1	1	ТК
3.3.	Транспортировка пострадавшего	1	0,5	0,5	ТК
3.4.	Первая помощь при тепловом и солнечном ударе, обморожении и ожоге	1	0,5	0,5	ТК
3.5.	Первая помощь при остановке сердца	3	1	2	ТК
3.6.	Зачёт по разделу «Основы доврачебной помощи»	1		1	ПК
	<b>Раздел 4. Выживание в условиях автономного существования в природной среде</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	
4.1.	Подача сигналов бедствия	1	0,5	0,5	ТК
4.2.	Устройство временных укрытий	2	1	1	ТК
4.3.	Добывание огня. Типы костров	1	0,5	0,5	ТК

	и их назначение				
4.4.	Способы обеспечения питьевой водой	2	1	1	ТК
4.5.	Обеспечение питанием	2	1	1	ТК
4.6.	Узлы. Техника вязания узлов	1		1	ТК
4.7.	Зачёт по разделу «Выживание в условиях автономного существования в природной среде»	1		1	ПК
<b>Итого:</b>		<b>34</b>	<b>14</b>	<b>20</b>	