

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
№3 им. В.Н. Щеголева  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ЗАКРЫТОГО  
АДМИНИСТРАТИВНО-ТЕРРИТОРИАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
СВЕТЛЫЙ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»

ПРИНЯТА

педагогическим советом  
МОУ «СОШ №3 им. В.Н. Щеголева»  
Протокол № 24 от « 30 » августа 2024г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор  
МОУ «СОШ №3  
им. В.Н. Щеголева»

/Васильева О.М./

Приказ № 219 от « 30 » августа 2024г.

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Я спасатель»

Направленность: социально-гуманитарная  
естественнонаучная  
Уровень программы: стартовый  
Возраст обучающихся: от 11 до 16 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Составитель программы:  
Ланина Виктория Дайнисовна  
педагог дополнительного образования

2024 год

## **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Я - спасатель» - это программа естественно-научной и социальной направленности.

Социально и физически 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 физической и духовной полноты. Ему важно не только что он делает, но и как он это делает. Ответственный, трудолюбивый, добросовестный, оптимистично настроенный, физически развитый человек не боится трудностей, достойно переносит неудачи, в экстремальных ситуациях поступает в соответствии с нормами морали и совести. Социально и физически развитая личность интегрирована в общество, в котором она живет, что проявляется в ее гражданской позиции, патриотизме.

Весьма существенной характеристикой человека и его поведения является групповая интегрированность, осознание себя как члена определенного социального слоя, группы.

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.

### **Уровень освоения**

Программа «Я - спасатель» предполагает освоение материала на стартовом и базовом уровнях.

1. «Стартовый уровень». Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы. На данном уровне обучающийся осваивает правила поведения на дороге, в общественном транспорте, в чрезвычайных ситуациях. Реализация программы на стартовом уровне направлена на формирование и развитие физических способностей учащихся:

- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый и безопасный образ жизни;
- уважительное отношение к другим участникам дорожного движения;
- осознание ответственности человека за общее благополучие;
- этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;
- положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям по программе «Я - спасатель»;
- способность к самооценке;
- начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях.

2. «Базовый уровень». Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы «Я - спасатель». Реализация программы на базовом уровне направлена на формирование и развитие физических способностей учащихся:

- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе практического характера;
- установление причинно-следственных связей; использование речи и физических способностей для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;
- умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи.

### **Актуальность программы**

Следует иметь в виду, что обучение безопасной жизнедеятельности и физической подготовленности - 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-практических знаний.

### **Педагогическая целесообразность**

Образовательная программа разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются:

- в принципах обучения – индивидуальность, доступность, преемственность;
- формах и методах обучения – беседы, практикумы, участие в олимпиадах и мероприятиях физкультурно-оздоровительной направленности и встречи с людьми профессий данной направленности;
- методах контроля и управления образовательным процессом – тестирование, анализ результатов мероприятий различного уровня;
- средства обучения – тесты, видеофильмы, компьютер, мультимедийные презентации, спортивный инвентарь, наглядные материалы

### **Адресат программы**

Программа ориентирована на детей в возрасте 11-16 лет.

### **Объем и сроки освоения программы**

Программа рассчитана на 1 год обучения в объеме 85 часов

## **Формы обучения**

В процессе обучения используется очной форма занятий.

При реализации дополнительной общеобразовательной программы могут предусматриваться как аудиторные, так и внеаудиторные (самостоятельные) занятия.

## **Формы организации образовательного процесса**

Форма организации образовательного процесса – групповое занятие.

Формы проведения занятий: беседы, практикумы, участие в олимпиадах и мероприятиях физкультурно-оздоровительной направленности и встречи с людьми профессий данной направленности, экскурсии.

## **Режим занятий**

Занятия проходят 1 раза в неделю по 2,5 часа.

## **Цель и задачи программы**

Цель программы:

Формировать у детей сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности, практических навыков и умений поведения в экстремальных ситуациях, стремления к здоровому образу жизни, совершенствование морально-психологического состояния и физического развития.

Задачи:

- выработать и совершенствовать новые формы и методы подготовки молодежи к безопасному поведению в экстремальных ситуациях, развития ее заинтересованности в предотвращении возможных ЧС;
- пропагандировать и популяризировать среди молодежи здоровый образ жизни;
- формировать общественное мнение в поддержку движений: «Юный инспектор дорожного движения», «Школа безопасности», «Юный спасатель» и вовлекать в них возможно большее число детей и подростков.

**Планируемые результаты:** личностные, метапредметные, предметные.

*Личностные результаты:*

- критическое отношение к информации и избирательность её восприятия;
- осмысление мотивов своих действий при выполнении заданий;
- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий проблемного и эвристического характера;
- развитие внимательности, настойчивости, целеустремлённости, умения преодолевать трудности;
- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве с другими обучающимися;

*Метапредметные результаты:*

Регулятивные универсальные учебные действия:

- умение принимать и сохранять учебную задачу;

- умение планировать последовательность шагов алгоритма для достижения цели;
- умение ставить цель (создание творческой работы), планировать достижение этой цели;
- умение осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- способность адекватно воспринимать оценку наставника и других обучающихся;
- умение различать способ и результат действия;
- умение вносить коррективы в действия в случае расхождения результата решения задачи на основе её оценки и учёта характера сделанных ошибок;
- умение в сотрудничестве ставить новые учебные задачи;
- способность проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение осваивать способы решения проблем в жизненных ситуациях;
- умение оценивать получающийся продукт и соотносить его с изначальным замыслом, выполнять по необходимости коррекции либо продукта, либо замысла;

#### Познавательные универсальные учебные действия:

- умение осуществлять поиск информации в индивидуальных информационных архивах обучающегося, информационной среде образовательного учреждения, федеральных хранилищах информационных образовательных ресурсов
- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных, познавательных задач
- умение ориентироваться в разнообразии способов решения задач
- умение осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков
- умение проводить сравнение, классификацию по заданным критериям
- умение строить логические рассуждения в форме связи простых суждений об объекте
- умение устанавливать аналогии, причинно-следственные связи

#### Коммуникативные универсальные учебные действия:

- умение аргументировать свою точку зрения и довести ее до окружающих;
- умение выслушивать собеседника и вести диалог;
- способность признавать возможность существования различных точек зрения и право каждого иметь свою;
- умение планировать учебное сотрудничество с наставником и другими обучающимися: определять цели, функции участников, способы взаимодействия;
- умение осуществлять постановку вопросов: инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- умение разрешать конфликты: выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации
- владение монологической и диалогической формами речи.

### Предметные результаты:

В результате освоения программы обучающиеся должны знать:

- основные термины и понятия;
- общие положения правил оказания медицинской помощи;
- правила перехода проезжей части на площадях, перекрёстках;
- способы оказания первой медицинской помощи;
- виды ожогов;
- причины и симптомы отравления;
- виды кровотечений;
- виды переломов уметь:
- самостоятельно выбрать безопасный путь движения в той или иной местности;
- самостоятельно определять места для безопасного перехода улиц и дорог;
- применять знания правил дорожного движения на практике;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему;
- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

### Содержание программы

#### Учебный план

№ модуля	Тема раздела	Количество часов:		
		всего	теория	практика
1.	<b>Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б. Общие принципы первой помощи.</b>	2	2	
2.	<b>Основы оказания первой помощи</b>	34	17	17
3.	<b>Основы пожарной безопасности</b>	12	6	6
4.	<b>Основы безопасности дорожного движения</b>	12	6	6
5.	<b>Первая помощь при инфекционных заболеваниях</b>	5	5	
6.	<b>Первая помощь при внезапных заболеваниях</b>	3	1	2
7.	<b>Спортивно-оздоровительная подготовка спасателей (физическое совершенствование)</b>	17	2	15
<b>Всего: 85 ч</b>				

## Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование модуля, темы	Количество часов			Форма проведения
		Дата	теория	практика	
	Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б. Общие принципы первой помощи		1	-	беседа
1.	<b>Основы оказания первой помощи (13 ч)</b>		<b>6</b>	<b>7</b>	
	Виды ранений, их причины и первая помощь Общая характеристика кровотечений и первая помощь		1		беседа
	Виды переломов и первая помощь Средства оказания первой помощи			1	беседа, практикум викторина
	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей			1	практикум
	Степени ожогов. Первая помощь при ожогах Тепловой и солнечный удар, первая помощь			1	беседа практикум
	Обморожение и общее переохлаждение организма, первая помощь Несчастный случай на воде, первая помощь при утоплении		1		беседа,
	Закрытые травмы, первая помощь Открытые переломы, первая помощь			1	беседа, практикум
	Правила наложения повязок Первая помощь при массовых поражениях			1	практикум
	Первая помощь при поражении аварийно химически опасными и радиоактивными веществами		1		беседа
	Первая помощь при бытовых отравлениях Асептика и антисептика		1		беседа, практикум
	Экстренная реанимационная помощь Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника Первая помощь при травмах груди, живота и области таза			1	практикум
	Первая помощь при попадании			1	практикум

	вполость носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел Первая помощь при остановкесердца, при острой сердечной недостаточности Первая помощь при нарушении сердечного ритма.				беседа, практикум практикум
	Тепловой и солнечный удар, первая помощь		1		викторина
	Итоговое занятие по теме «Основы первой помощи»			1	Беседа, практикум
2.	<b>Основы пожарной безопасности (7 ч)</b>		<b>3</b>	<b>4</b>	
	Основные виды, причины и последствия пожаров Понятие об основах горения Первичные средства пожаротушения		1		Беседа,опрос
	Виды, принцип действия, устройство и применение огнетушителей		1		опрос, практикум
	Пожарно-техническое вооружение		1		беседа, экскурсия в МЧС
	Правила поведения в случае возникновения пожара			1	викторина
	Эвакуация из зоны возгорания. План эвакуации			1	практикум
	Оказание первой помощи пострадавшим в результате пожара			1	опрос практикум
	Итоговое занятие по теме «Основы пожарной безопасности»			1	практикум
3.	<b>Основы безопасности дорожного движения (6 ч)</b>		<b>3</b>	<b>3</b>	
	Основные понятия и термины Правил дорожного движения Участники дорожного движения. Их права и обязанности, ответственность		1		беседа викторина
	Основные типы дорожных знаков и их назначение		1		Беседа, экскурсия
	Правила дорожного движения для пешеходов		1		Беседа, экскурсия



	Правила дорожного движения для водителей велосипеда и мопеда Правила дорожного движения для пассажиров. Правила пользования общественным транспортом			1	викторина
	Порядок действий и оказание первой помощи пострадавшим при дорожно-транспортных происшествиях		-	1	практикум
	Правила перехода регулируемых и нерегулируемых перекрестков  Итоговое занятие по теме «Основы безопасности дорожного движения»			1	опрос викторина
4.	<b>Первая помощь при инфекционных заболеваниях (1 ч)</b>		1		
	Виды инфекционных заболеваний Правила поведения при инфекционных заболеваниях		1		беседа
5.	<b>Первая помощь при внезапных заболеваниях (1 ч)</b>		1		
	Виды внезапных заболеваний и первая неотложная помощь.		1		Беседа, практикум
6.	<b>Спортивно-оздоровительная подготовка спасателей (физическое совершенствование) 5 часов</b>		1	4	
	Спортивная подготовка и спортивные игры для развития скорости реакции, ловкости, силы и координации движений		1	4	Беседа, практикум
	<b>ВСЕГО: 34 часа</b>				

### Содержание учебно-методического плана

В содержании программы «Я - спасатель» учтены положения федеральных законов Российской Федерации и других нормативно-правовых актов в области безопасности личности, общества и государства и физической подготовки. За основу проектирования структуры и содержания программы курса принят модульный принцип ее построения.

Программа реализует роль навигации индивидуального образовательного маршрута обучающегося в образовательном пространстве реальной и виртуальной информации по вопросам безопасности жизнедеятельности и физического совершенствования.

При реализации программы с учетом погодных условий, санитарно-эпидемиологической обстановки и других объективных причин возможно изменение последовательности или сочетание изучения модулей программы.

Модульный принцип определяет выделение шести учебных разделов, охватывающих весь объем содержания курса. Модульный принцип позволяет:

- эффективнее организовать учебно-воспитательный процесс по формированию культуры безопасности жизнедеятельности и физического воспитания обучающихся с учетом ресурсных возможностей разных типов организаций основного образования и особенностей среды жизнедеятельности населения разных регионов России, а также индивидуальных физических возможностей обучающихся;

Введение (2 часа). Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б. Общие принципы первой помощи.

Модуль 1: Основы оказания первой помощи (34 часа). Ожоги. Первая помощь при ожогах. Действия при отравлении угарным газом, химическими веществами, ядохимикатами. Первая помощь при электротравмах. Переломы. Правила поведения при подозрении на перелом, первая доврачебная помощь. Соблюдение осторожности и внимательности при оказании помощи. Виды кровотечений и первая помощь пострадавшему. Первая помощь при травмах различной степени тяжести, при отравлении химическими и радиоактивными веществами. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах. Медико- психологическая помощь. Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии.

Модуль 2: Основы пожарной безопасности (12 часов). Основные виды, причины и последствия пожаров. Понятие об основах горения. Первичные средства пожаротушения. Виды, принцип действия, устройство и применение огнетушителей. Пожарно-техническое вооружение. Правила поведения в случае возникновения пожара. Эвакуация из зоны возгорания. План эвакуации. Правила поведения в зоне действия лесного пожара. Профилактика возникновения пожаров. Добровольная пожарная охрана. Понятие о героической профессии пожарного. Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Пожары и паника. Оказание первой помощи пострадавшим в результате пожара. Пожарно-строевая подготовка. Пожарно-спасательный спорт.

Модуль 3: Основы безопасности дорожного движения (12 часов). Транспорт в современном мире. Чрезвычайные ситуации на дорогах. Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение ПДД как главная причина дорожных происшествий. Опасные игры на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов. Поведение в дорожно-транспортных происшествиях. Телесные повреждения при ДТП. Опасные игры на железнодорожном транспорте и отрицательное отношение к ним.

Модуль 4: Первая помощь при инфекционных заболеваниях (5 часов). Виды инфекционных заболеваний. Правила поведения при инфекционных заболеваниях.

Модуль 5: Первая помощь при внезапных заболеваниях (3 часа). Нарушение дыхания. Кома. Шок. Диарея. Первая неотложная помощь.

Модуль 6: Спортивно-оздоровительная подготовка спасателей (физическое совершенствование) (17 часов). Спортивная подготовка и спортивные игры для развития скорости реакции, ловкости, силы и координации движений.

### **Методическое обеспечение программы.**

Эффективность освоения учащимися программы «Я - спасатель» зависит от материально-технического оснащения кабинета, который должен включать классную комнату, спортивный зал и тренажеры. В классе размещаются средства оснащения, необходимые для проведения текущих занятий с учащимися: учебно-методическая литература; аудио-, видеоаппаратура, проекционная аппаратура; средства программного обучения и контроля знаний; макеты, муляжи, модели; тренажеры; стенды, плакаты; средства индивидуальной защиты; аудиовизуальные пособия и др.

### **Список используемой литературы**

- Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование / [В. А. Горский, А. А. Тимофеев, Д. В. Смирнов и др.] ; под ред. В. А. Горского. — 4-е изд. — М.: Просвещение, 2018. — 111 с. – (Стандарты второго поколения);
- Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочие программы. Предметная линия учебников под редакцией А.Т. Смирнова. 5-9 классы : пособие для учителей общеобразоват. организаций / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – 9-е изд. – М. : Просвещение, 2018. – 64 с.;
- Виноградова, Н. Ф. Основы безопасности жизнедеятельности : 5—9 классы : рабочая программа / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин. — М. : Вентана-Граф, 2017. — 67, [2] с.
- Патриотическое воспитание школьников. Учебное пособие / Составитель Л.В. Воронкова. – М.: Педагогическое общество России, 2018. – 96 с.;
- Методическое пособие для проведения занятий по правилам пожарной безопасности с учащимися общеобразовательных школ Московской области – Видное., 2015, - 56 с.;
- Методические рекомендации Министерства Московской области. Составители: Правила дорожного движения для обучающихся 5-6 классов. Авторский коллектив: Николаев Г.Г., Голованов В.П., Рыжухина И.Ю., Простомолотова Т.В., Кропачева С.А., Кашпирева Л.В., Ильинова Н.Ф., Павленко И.Н., Варганов В.В. Редактор: Соколов Д.А. – Московская область, 2017 – 64с.;
- <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
- <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"

- <http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index.htm> - Спортивная жизнь России.
- <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
- <http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности
- <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков
- [info@russmag.ru](mailto:info@russmag.ru) Журнал ОБЖ. Основы безопасности жизни
- <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
- Лига здоровья нации <http://www.ligazn.ru>
- Всероссийский форум «Здоровье нации — основа процветания России»
- <http://www.znopr.ru> Безопасность и здоровье: ресурсы, технологии и обучение
- <http://kzg.narod.ru/> - Журнал «Культура здоровой жизни»
- <http://b23.ru/hsb9> Учебные атласы по медицинской подготовке.
- <http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1132/index.htm>  
Автономное существование в природе – детям
- <http://www.goodlife.narod.ru> Все о пожарной безопасности
- <http://www.0-1.ru> Охрана труда. Промышленная и пожарная безопасность. Предупреждение чрезвычайных ситуаций
- <http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm>-ОБЖ - билеты, ответы, уроки.
- <http://www.alleng.ru/edu/saf3.htm>-Книги, пособия по ОБЖ
- <http://satinoschool.narod.ru/test1/p1aa1.html>-методическое пособие для учителей ОБЖ
- <http://www.uchportal.ru/load/81>-учительский портал
- [http://severskijkadet.ru/voennoe\\_delo/obj/уроки-обж-ссылки.html](http://severskijkadet.ru/voennoe_delo/obj/уроки-обж-ссылки.html)-уроки ОБЖ
- Тесты по основам безопасности жизнедеятельности. [Электронный ресурс] : Электронное издание для обучения детей в диалоговом режиме. - М. : ООО "Кирилл и Мефодий", 2005 ; М. : МЧС России, 2005.
- <http://kuhta.clan.su> Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»