

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Отдел образования администрации Малышевского городского округа
МАОУ СОШ № 19 МГО

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА**

«Школа Безопасности и основа оказания первой помощи»

направленность - социально-гуманитарная
возрастная группа – 12-16 лет
срок реализации программы - 1 год

срок реализации рабочей
программы - 1 год

пгт. Малышева, 2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3. Содержание программы	6
1.4. Планируемые результаты	14
2. Комплекс организационно-педагогических условий	16
2.1. Календарный учебный график	16
2.2. Условия реализации программы (пространственные, материально-технические, кадровые)	16
2.3. Формы промежуточной аттестации	16
3. Список литературы для педагога и обучающегося	17

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность (профиль) программы: Программа дополнительного образования "Школа безопасности и основы оказания первой помощи" является программой социально-гуманитарной направленности.

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.

Актуальность программы: В настоящее время произошли значительные перемены в государственно-политическом и социально-экономическом устройстве страны, в связи с этим актуальность и педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она способствует личностному развитию воспитанников посредством приобретения ими необходимыми систематическими знаниями и навыков и способов защиты в опасных ситуациях, на развитие чувства собственной безопасности и безопасности близких.

Создание у детей стереотипов безопасного поведения на улице, обучение их основам транспортной культуры, а также социальная адаптация и профессиональная ориентация подростков относятся к числу наиболее значимых проблем воспитания, образования и развития подрастающего поколения.

Отличительные особенности программы: Программа «Школа безопасности» создана с целью военно-патриотического воспитания детей и подростков, формирования Личности безопасного типа, личного и профессионального самоопределения, творческого досуга. Комплексность данной программы дает возможность обучающимся осуществлять ряд

осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию и, может быть, жизненный путь.

Целевая группа: Для обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Школа безопасности и основа оказания первой помощи» принимаются все желающие без предварительного отбора,

Возрастная группа: Данная программа рассчитана на детей в возрасте 12-16 лет.

Объем программы: Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу. Всего 36 часов.

Срок реализации программы: Программа рассчитана на 1 год обучения.

Форма обучения: Очная. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть.

Методы обучения:

Игровые методы: организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Словесные методы: беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития учеников. На начальном этапе беседы краткие, возможно в сочетании с демонстрацией различных видеofilьмов.

Эмоциональные методы: поощрение, порицание, создание ярких наглядно-образных представлений, создание ситуаций успеха, стимулирующее оценивание, удовлетворение желаний быть значимой личностью.

Познавательные методы: опора на жизненный опыт, познавательный интерес, создание проблемной ситуации, побуждение к поиску альтернативных решений, выполнение творческих заданий.

Социальные методы: развитие желания быть полезным, создание ситуации взаимопомощи, поиск контактов и сотрудничество, заинтересованность в результатах, взаимопроверка.

Практические методы: получение информации на основании практических действий выполняемых обучающимися. Основные методы работы – тренировки, тренинги, упражнения, творческие задания и демонстрация полученных знаний.

Режим занятий (периодичность и продолжительность): Занятия проходят один раз в неделю в кабинете ОБЖ, продолжительность занятия составляет 40 минут.

1.2. Цель и задачи программы

Цель ДОП:

- подготовка воспитанников в области безопасности в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.
- закрепление знаний, совершенствование медико-санитарной подготовки обучающихся,
- воспитание у обучающихся сознательного отношения к охране своего здоровья и здоровья окружающих, гуманизма и милосердия,
- стимулирование у обучающихся интереса к медицине.

Достижение этих целей обеспечивается решением следующих задач:

1. Освоение системы знаний о необходимости обеспечения личной безопасности жизнедеятельности и безопасности общества, выполнения социальных ролей человека и гражданина.
2. Формирование у детей осознания нравственного и правового долга, чувства ответственности за свое поведение, безопасность поведения и сохранение здоровья собственного и окружающих.
3. Овладения основами оказания первой помощи пострадавшим.
4. Обеспечения безопасной среды для пострадавших, приобретение учащимися знаний об оказании первой медицинской помощи при травмах, несчастных случаях и внезапных заболеваниях.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№ блока	№ занятия	Тема блока, занятия	Количество часов		
			всего	теория	практика
1		Вводное занятие. Человек, среда его обитания, безопасность человека	3	3	
	1	Инструктаж. Город и село как среда обитания человека		1	
	2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. Безопасность в повседневной жизни		1	
	3	Экстренные вызовы по телефону		1	
2		Опасные ситуации техногенного характера	6	4	2
	4	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения		1	
	5	Дорожные знаки		1	
	6	Встреча с инспектором Дорожного движения			1
	7	Пожарная безопасность		1	
	8	Безопасное поведение в бытовых ситуациях		1	
	9	Встреча с ОНД и ПР			1
3		Опасные ситуации природного характера	2	2	
	10	Погодные явления и безопасность человека		1	
	11	Безопасность на водоемах		1	
4		Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	1	1	
	12	Чрезвычайные ситуации природного характера и техногенного характера		1	
5		Основы оказания первой помощи	8	5.5	2.5
	13	Возможные травмы и поражения при ЧС		1	
	14	Методы и средства оказания первой помощи		1	
	15	Первоочередные меры при ранениях и травмах		0.5	0.5
	16	Проведение сердечно-легочной реанимации		0.5	0.5

	17	Первая помощь при автодорожном происшествии.		0.5	0.5
	18	Помощь при утоплении.		0.5	0.5
	19	Помощь при поражении электрическим током и молнией.		0.5	
	20	Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути.		0.5	0.5
	21	Помощь пострадавшим при обширных ожогах.		0.5	
6		Активный отдых на природе	7	5	2
	22	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.		1	
	23	Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода. Основные правила укладки рюкзака.		2	1
	24	Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разбивка лагеря в обычных и экстремальных условиях.		2	1
7		Опасные ситуации в природной среде	8	5	3
	25	Безопасность в туристических походах и поездках		1	
	26	Безопасность при встрече с дикими животными. Укусы насекомых и защита от них		1	
	27	Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде		1	1
	28	Способы выживания в природе		1	1
	29	Правила ориентирования на местности и подача сигналов бедствия		1	1
8		Терроризм и безопасность человека	1	1	
	30	Безопасность при террористических актах, при похищении и захвате в заложники		1	
			36	26.5	9.5

Содержание учебно-тематического плана

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

1. Инструктаж. Город и село как среда обитания человека. Дать характеристику, объяснить городского и сельского образа жизни.

2. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.

Безопасность в повседневной жизни. Основные характеристики городского и сельского жилищ, особенности их жизнеобеспечения. Общие меры пожарной безопасности при эксплуатации электрических, газовых приборов и отопительных печей.

3. Правила вызова экстренных служб. Экстренные оперативные службы: определение, перечень (состав). Какой единый номер вызова (номера телефонов) и порядок: как вызывать, что сообщать и делать потом.

Блок №2. Опасные ситуации техногенного характера

4. Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Изучение основных правил участников дорожного движения. Правила управления велосипедом, самокатом, и другими транспортными средствами.

5. Дорожные знаки. Изучение основных дорожных знаков, разметки, регулировщиков движения.

6. Встреча-беседа с инспектором дорожного движения. Закрепить знания детей о правилах дорожного движения, о транспорте, его назначении, правилах поведения на дороге. Закреплять умение детей различать дорожные знаки: сервиса, информационно-указательные, предупреждающие.

7. Пожарная безопасность. Изучение набора практических мер и правил, направленных на предотвращение возникновения случайного или преднамеренного пожара, ограничение его распространения в случае возникновения и минимизацию последствий, включая возможные потери, до приемлемого уровня

8. Безопасное поведение в бытовых ситуациях. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. В определённых условиях при использовании в быту хорошо знакомого оборудования и приборов.

9. Встреча-беседа с инспектором ОНД и ПР. Закрепить знания детей о правилах пожарной безопасности.

Блок №3. Опасные ситуации природного характера.

10. Погодные явления и безопасность человека. Изучить погодные явления характерные для данного места проживания и научиться безопасно вести себя в различных погодных условиях.

11. Безопасность на водоемах. Систематизировать знания учащихся по безопасному поведению на водоемах в различное время года. Сформировать у них убеждение в том, что вода не прощает тех, кто не соблюдает общие меры безопасности на воде.

Блок №4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.

12. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Классификация, причины и их возможные последствия, а так же предупреждение возможности возникновения.

Блок № 5 Основы оказания первой помощи.

13. Возможные травмы и поражения при ЧС. Основные виды травм и поражения людей при возникновении ЧС.

14. Методы и средства оказания первой помощи. Правила оказания первой помощи. Алгоритм действий.

15. Первоочередные меры при ранениях и травмах.

Перевязочные и иммобилизационные средства. Методы оказания ПП, асептика и антисептика. Средства оказания ПП, перевязочные средства.

Первая помощь при ранениях. Виды ран. Виды кровотечений и способы их остановки. Правила наложения повязок. Перевязочные средства. Наложение бинтовых повязок. Оказание первой помощи при механических повреждениях костей. Разновидности переломов. Способы наложения транспортной иммобилизации. Разновидности травматического шока. Способы транспортировки пострадавших.

16. Проведение сердечно-легочной реанимации. Экстренная реанимационная помощь. Донорский метод искусственной вентиляции легких. Реанимационные мероприятия. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Признаки клинической смерти

17. Первая помощь при автодорожном происшествии.

Основные причины гибели пострадавших и типичные ошибки при оказании первой помощи. Понятие о черепно-мозговой травме и коматозном состоянии.

Экстренная помощь пострадавшему в состоянии комы. Дальнейшая последовательность осмотра пострадавшего и оказание помощи.

Координация действий помощников. Правила транспортировки пострадавшего.

18. Помощь при утоплении. Этапы оказания помощи. Признаки истинного (синего) утопления. Причины смерти в первые минуты после спасения. Экстренная помощь при истинном утоплении. Помощь при сохранении рвотного и кашлевого рефлексов. Первая помощь пострадавшему без признаков жизни. Оказание помощи после оживления. Медицинская помощь в первые часы после спасения. Помощь при отеке легких. Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.

19. Помощь при поражении электрическим током и молнией.

Поражающее действие электрического тока. Что такое дефибриляция сердца. Понятие о дефибриляции. Наиболее частые ошибки при оказании

помощи. Правила обесточивания пострадавших. Первая помощь при поражении электрическим током. Поражение током высокого напряжения и правила безопасного подхода к пострадавшему. Помощь при поражении током высокого напряжения и молнией.

20. Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути.

Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею. Стадии асфиксии (удушения). Наиболее частые ошибки при оказании первой помощи.

21. Помощь пострадавшим при обширных ожогах.

Зависимость смертельных исходов от площади и степени ожога. Понятие об ожоговом шоке. Понятие об ожоговой болезни. Схема лечения ожогового шока. Правила оказания помощи на месте происшествия.

Блок №6. Активный отдых на природе.

22. Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе. Понятия активного отдыха. Основные правила безопасного поведения туриста в походе. Соблюдение правил поведения, режима и графика движения, правил гигиены, режима питания.

23. Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода. Основные правила укладки рюкзака.

Подготовка к походу – важный этап обеспечения безопасности.

Формирование туристской группы. Выбор руководителя туристской группы и его обязанности. Определение целей и задач похода. Сбор сведений и изучение местности. Разработка маршрута. Что взять с собой в поход.

Снаряжение туристов. Приобретение продуктов питания. Подбор личного и группового туристского снаряжения, общие требования к нему. Правила безопасного поведения в природных условиях.

Личное снаряжение. Перечень личного снаряжения, специальное снаряжение и требования к нему. Требования к одежде и обуви. Выбор и подготовка одежды и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью в условиях природной

среды. Способы проветривания и просушивания одежды и обуви, особенности пользования одеждой и обувью в зимнее время. Основные правила укладки рюкзака. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Устройство карабина и страховочной системы.

24. Определение места для бивака и организация бивачных работ Разбивка лагеря в обычных и экстремальных условиях.

Выбор места для бивака и обустройство места. Укрытия и их типы. Палатка - дом туриста: ее устройство, правила установки и выбора места (чтобы не навредить природе). Правила "захоронения" бытовых отходов - после нас - чище, чем до нас.

Блок № 7. Опасные ситуации в природной среде

25. Безопасность в туристических походах и поездках.

Что можно и нельзя делать во время туристического похода. Основы техники безопасности и правила поведения туриста в туристическом походе - памятка. Какие правила безопасности в туристическом походе играют основную роль? Основы техники безопасности в походе. Поскольку походы бывают разные, изучить правила для каждого вида свои правила. Общий свод правил, касающихся поведения туриста в походе.

26. Безопасность при встрече с дикими животными. Укусы насекомых и змей и защита от них. Правила поведения при встрече с диким животным.

Каких диких животных, можно встретить в наших лесах. Признаки укуса насекомых. Оказание первой помощи при укусах насекомых. Клещевой энцефалит. Признаки укуса клещом. Оказание первой помощи при укусе клещами. Признаки укуса змеи. Оказание первой помощи пострадавшему, укушенному змеей.

27. Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде.

Соблюдение правил личной гигиены во время активного отдыха в природных условиях. Научиться оказывать ПМП в природных условиях.

28. Способы выживания в природе. Вынужденная автономия человека в природной среде. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Факторы выживания в условиях автономного существования. Оценка ситуации, принятие решения, разработка плана действия. Выживание в горах. Походы в горы: климат и местность. Способы ориентирования в горах. Передвижение по горной местности. Опасность ледников и лавин. Специальные альпинистские приемы. Узлы и спец снаряжение. Выживание в тропиках.

29. Одежда для путешествий. Растительная и животная пища. Опасности. Способы построения укрытия в пустыне. Выживание в море. Как избежать паники при аварии на воде? Выживание в воде. Спасательные средства и их содержимое.

30. Правила ориентирования на местности и подача сигналов бедствия. Правила определения направления выхода. Определение примерного расстояния до источников звука и света. Определение направления выхода в ситуации, когда человек заблудился и не может найти свои следы. Правила поведения в случае отставания от группы. Особенности определения направления выхода в зимнее время. Понятие об ориентировании. Определение направления на север: по собственной тени, по тени на шесте. Способы определения сторон света на местности. Правила ориентирования по компасу, по местным предметам. Азимут. Движение по азимуту. Ориентирование на местности по Солнцу и часам, по Луне и звездам. Ориентирование по местным признакам: деревьям и растениям, муравейникам и снегу.

Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования. Способы подачи сигналов бедствия. Сигнальные костры. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов. Использование подручных средств для подачи сигналов бедствия. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.

Блок № 8. Терроризм и безопасность человека.

31. Безопасность при террористических актах, при похищении и захвате в заложники. Безопасность при угрозе терроризма. Памятка о действиях при установлении уровней террористической опасности. Правила поведения в случаях захвата в заложники и похищения.

1.4. Планируемые результаты

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 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 курса позволяет развивать и эту группу умений. В процессе работы ученик учится самостоятельно определять цель своей деятельности, планировать, самостоятельно двигаться по заданному плану, оценивать и корректировать полученный результат.
- **Коммуникативные:** в процессе изучения материала курса 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.

Общая характеристика курса Результаты освоения курса:

Личностными результатами являются:

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

Метапредметными результатами являются:

- 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. **Предметными**

результатами являются:

- 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;
- формирование навыков ухода за больными надому;
- расширение представлений о здоровом образе жизни, овладение простейшими приемами самоконтроля своего физического состояния.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

месяц	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	Итого
количество занятий	4	4	4	4	4	4	4	4	4		36
количество учебных недель	4	4	3	4	4	4	3	4	4		34

2.2. Условия реализации программы (пространственные, материально-технические, кадровые, специальные)

Пространственные	Занятия проходят в кабинете ОБЖ.
Материально-технические	1. Кабинет специальной подготовки. 2. Компьютер для педагога 3. Проектор 4. Аптечка индивидуальная АИ-2. 5. Сумка медицинская. 6. Набор шин для иммобилизации. 7. Бинты марлевые медицинские. 8. Индивидуальный перевязочный пакет. 9. Макет-тренажер для проведения НМС и ИВЛ. 10. Носилки медицинские мягкие. 11. Жгут резиновый. 12. Рюкзак и походные принадлежности. 13. Компас 14. Веревки для вязания узлов
Кадровые	Реализацию программы обеспечивает педагог дополнительного образования, обладающий не только профессиональными знаниями, но и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности социально-педагогического направления.

2.3. Формы промежуточной аттестации

Текущий контроль

Тематические игры, выполнение практических работ с использованием дидактического материала.

Итоговый контроль

Отслеживание результатов образовательного процесса осуществляется посредством итоговой аттестации. Обучающиеся по данной программе проходят итоговую аттестацию по окончании освоения Программы (май).

3. Список литературы для педагога и обучающегося

1. Академия выживания. Волович В.Г. — М.: ТОЛК, 2006.
2. Краткий справочник туриста. - М.: Профиздат, 2005.
3. Куликов БМ., Константинов Ю. С. Топография и ориентирование в туристском путешествии.- М.: ЦДЮТур Минобразования России, 2009.
4. Безопасность жизнедеятельности: Учебник. / В.В. Маслеников. - М.: АСВ, 2014.
5. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. Маслов АС, Константинов Ю.С., Латчук В.П. — М.: Академия, 2004.
6. Учебник спасателя. С.К.Шойгу, М.И.Фалеев, Г.Н.Кириллов. 3-е изд., 2010г
7. Охрана труда спасателя. С.К.Шойгу, С.М.Кудинов. М., 2012г
8. Основы медицинских знаний. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М., 2011г
9. Атлас добровольного спасателя. Первая медицинская помощь на месте происшествия. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М., 2011г
10. Катастрофы и человек. Ю.Л.Воробьев. М., кн. 1, 2010г

Цифровые образовательные ресурсы:

1. Искусство выживания <http://www.goodlife.narod.ru>
2. Все о пожарной безопасности <http://www.0-1.ru>
3. Первая медицинская помощь <http://www.meduhod.ru>
4. Портал детской безопасности <http://www.spas-extreme.ru>
5. Энциклопедия безопасности <http://www.opasno.net>
6. Федеральный образовательный портал по Основам безопасности жизнедеятельности <http://www.obzh.ru>
7. Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях <http://www.hardtime.ru>
8. Школа выживания http://www.nexplorer.ru/news__12745.htm