Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 484
Московского района Санкт-Петербурга

«Принято»
Решение Общего собрания
ГБОУ СОШ № 484
Московского района Санкт-Петербурга
Протокол от 30.08.2019 № 1

«Утверждаю»
Директор
ГБОУ СОШ № 484
М.Ю.Ефимова
Приказ от 30.01.2019 № 425-оу

Программа внеурочной деятельности для 7 классов
«Юный спасатель»

Автор-составитель программы: Давыдов В.Г.,
Педагог дополнительного образования
ГБОУ СОШ № 484

Санкт-Петербург
2019-2020 учебный год

I. Пояснительная записка

Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени учащихся.

В современных условиях ощущается серьезный недостаток в физическом развитии подрастающего поколения. Подростки очень неохотно хотят участвовать в прикладных спортивных мероприятиях и соревнованиях, предпочитая менее подвижные виды деятельности. Как итог, появляется необходимость развития профильно подготовленного, физически развитого подрастающего поколения. Это требует более серьезной подготовки учащихся в направлениях безопасности и защиты в чрезвычайных ситуациях, и как следствие этого, их выносливости и физической силы.

Программа «Юный спасатель» направлена на выработку положительных ценностных ориентаций, накапливание социального опыта, что в конечном итоге способствует социальной адаптации подростков. Направлена на удовлетворение двигательных потребностей детей. Программа обеспечивает сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, посредством вовлечения обучающихся в процесс всесторонней подготовки к соревнованиям и выездам различных нестандартных направлений. Таких как: туристская подготовка, подготовка по основам безопасности жизнедеятельности, начальная медицинская подготовка, допризывная подготовка, духовно-нравственное воспитание и прикладная физическая подготовка.

Изучение профильных дисциплин имеет практическое применение и осваивается с большим энтузиазмом. Это повышает уверенность в собственных силах, что так необходимо растущей личности ребенка. Программа способствует начальной профориентации ребят. Развивает интерес к овладению навыками профессии спасатель.

Цель программы:

- Создание условий для развития физических навыков и умений обучающихся в ситуациях, требующих специализированной подготовки средствами нравственного, патриотического и физического воспитания. Создание единого сплоченного коллектива, способного участвовать в профильных выездах, походах и соревнованиях.

Задачи программы:

Обучающие задачи:

- познакомить обучающихся с системой специальных знаний, умений и навыков по вопросам автономного существования в природе, спортивному туризму, ориентированию, первой помощи, гражданской обороны, прикладной физической подготовки;

– научить детей более подробно изучать и знать видовой состав растений и животных леса родного края.
– научить обучающихся основам безопасности при прохождении стрелковой и строевой подготовки;

Развивающие задачи:

– развивать познавательные процессы: память, внимание, мышление.
– развивать трудолюбие, инициативу, самостоятельность, коллективизм, смелость в принятии решений и настойчивость в их выполнении.
– развивать морально-волевые и физические качества: координацию, гибкость, общую физическую выносливость;
– развивать практические навыки и умения обучающихся в вопросах действий в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, способности оказания первой медицинской помощи.

Воспитательные задачи:

– формировать у обучающихся чувство ответственности и долга;
– формировать у обучающихся чувство товарищества;
– воспитывать уважение к окружающей природе;
– воспитывать любовь к родному краю, бережное отношение к традициям и культуре народов России;
– воспитывать потребность выполнения этических, нравственных норм общества.

Количество часов, отводимых на освоение материала: 68 часов

Ожидаемые результаты:

Знать:

- технику безопасности при нахождении в лесу;
- способы вязания туристских узлов
- знаки топографии;
- виды растений и грибов, следов животных;
- основные понятия при оказании первой помощи, наложение простейших фиксирующих повязок.
- основные правила и приёмы техники пешеходного туризма;
- перечень необходимого оборудования для автономного существования в природе;
- приёмы защиты от природных катаклизмов;

Иметь представление:

- о способах ориентирования на местности;
- об организации туристского лагеря и быта;
- о травмах, которые можно получить при выезде на природу.
- о средствах поражения и их поражающих факторах;
- о защитных сооружениях гражданской обороны и правилах их использования;

Владеть навыками:

- ориентирования по карте, с компасом;
- подготовки туристского похода;
- организации быта в условиях лагеря;
- оказания первой помощи, накладывания фиксирующих повязок;
- основных приемов транспортировки пострадавших
- сооружения временного укрытия из подручных средств;
- пользования индивидуальными средствами защиты;
- выполнения физических упражнений в объёме требований к уровню подготовленности учащихся соответствующего возраста;
- неполной разборки и сборки автомата (АКМ, АК-74);
- ведения стрельбы из пневматической винтовки.

II. Календарно-тематический план

№ п/п	Раздел или тема занятия	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
I.	**Комплектование группы. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности**	**2**	**2**	**-**	Журнал посещаемости
1.1.	Комплектование группы. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	2	-	Журнал посещаемости
II.	**Ориентирование.**	**4**	**-**	**4**	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото
2.1.	Ориентирование на местности, на природном рельефе	4	-	4	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото
III.	**Основы туристской подготовки**	**22**	**4**	**18**	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото, тестирование
3.1.	Подготовка снаряжения к походу. Маркировка снаряжения. Выбор снаряжения в соответствии с поставленными задачами.	2	2	-	Журнал посещаемости, тестирование
3.2.	Выбор места для ночлега в пределах лесной зоны, заготовка дров, устройство ночлега.	2	2	-	Журнал посещаемости, результаты тренировок
3.3.	Отработка техники пешеходного туризма	18	-	18	Журнал посещаемости
IV.	**Оказание первой помощи**	**8**	**4**	**4**	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото
4.1.	Алгоритмы действия оказания первой помощи.	4	4	-	Журнал посещаемости
4.2.	Отработка техники оказания первой помощи.	4	-	4	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото
V.	**Огневая подготовка**	**20**	**-**	**20**	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото, тестирование, сдача нормативов
5.1.	Отработка норматива неполной разборки и сборки автомата Калашникова.	4	-	4	Журнал посещаемости, тестирование
5.2.	Отработка норматива снаряжения магазина АК-74 патронами	4	-	4	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото, сдача нормативов
5.3.	Стрельба из пневматической винтовки сидя, лежа, стоя	12	-	12	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото, сдача нормативов
VI.	**Противопожарная подготовка**	**8**	**-**	**8**	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото, тестирование, сдача нормативов
6.1.	Практическая отработка надевания боевой одежды пожарного	4	-	4	Журнал посещаемости, тестирование
6.2.	Прокладка магистральных и рукавных линий.	4	-	4	Журнал посещаемости, тестирование
VII.	**Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций**	**4**	**-**	**4**	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото, тестирование
7.1.	Практические занятия с ДП-5, ВПХР	4	-	4	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото, тестирование
	Итого часов:	**68**	**10**	**58**	

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	05.09.18	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Комплектование группы. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	Каб.36	Журнал посещаемости
2	Сентябрь	12.09.18	14:45-16:00	Практическое занятие	2	Ориентирование на местности, на природном рельефе	спортзал	Журнал посещаемости
3	Сентябрь	19.09.18	14:45-16:00	Практическое занятие	2	Ориентирование на местности, на природном рельефе	Спортзал	Журнал посещаемости
4	Сентябрь	26.09.18	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Подготовка снаряжения к походу. Маркировка снаряжения. Выбор снаряжения в соответствии с поставленными задачами.	Каб.36	Журнал посещаемости
5	Октябрь	03.10.18	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Выбор места для ночлега в пределах лесной зоны, заготовка дров, устройство ночлега.	Каб. 36	Журнал посещаемости
6	Октябрь	10.10.18	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Организация подъемов и спусков. Траверс склона.	Каб.36, Спортзал	Журнал посещаемости
7	Октябрь	17.10.18	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Организация подъемов и спусков. Траверс склона.		
8	Октябрь	24.10.18	14:45-16:00	Беседа, работа по образцу	2	Воздушная переправа. Переправа по параллельным веревкам.	Каб.36, Спортзал	Журнал посещаемости
9	Ноябрь	07.11.18	14:45-16:00	Беседа, работа по образцу	2	Воздушная переправа. Переправа по параллельным веревкам.	Каб.36, Спортзал	Журнал посещаемости
10	Ноябрь	14.11.18	14:45-16:00	Беседа, работа по образцу	2	Преодоление бабочки и ромба.	Каб.36, Спортзал	Журнал посещаемости
11	Ноябрь	21.11.18	14:45-16:00	Беседа, работа по образцу	2	Преодоление бабочки и ромба.	Каб.36, Спортзал	Журнал посещаемости
12	Ноябрь	28.11.18	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Горизонтальный и вертикальный маятники.	Каб.36, Спортзал	Журнал посещаемости
13	Декабрь	05.12.18	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Эскарп. Спуск на ФСУ. Крутонаклонный спуск	Каб.36, Спортзал	Журнал посещаемости
14	Декабрь	12.12.18	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Эскарп. Спуск на ФСУ. Крутонаклонный спуск	Каб.36, Спортзал	Журнал посещаемости
15	Декабрь	19.12.18	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Алгоритмы действия оказания доврачебной помощи.	Каб.36	Журнал посещаемости
16	Декабрь	26.12.18	14:45-16:00	Практическое занятие	2	Алгоритмы действия оказания доврачебной помощи.	Каб.36	Журнал посещаемости
17	Январь	16.01.19	14:45-16:00	Беседа, работа по образцу	2	Отработка техники оказания первой помощи.	Каб.36	Журнал посещаемости
18	Январь	23.01.19	14:45-16:00	Беседа, работа по образцу	2	Отработка техники оказания первой помощи.	Спортзал	Журнал посещаемости
19	Январь	30.01.19	14:45-16:00	Практическое занятие	2	Отработка норматива неполной разборки и сборки автомата Калашникова.	Каб.36	Журнал посещаемости
20	Февраль	06.02.19	14:45-16:00	Беседа, работа по образцу	2	Отработка норматива неполной разборки и сборки автомата Калашникова.	Каб.36	Журнал посещаемости
21	Февраль	13.02.19	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Отработка норматива снаряжения магазина АК-74 патронами.	Каб.36	Журнал посещаемости
22	Февраль	20.02.19	14:45-16:00	Практическое занятие	2	Отработка норматива снаряжения магазина АК-74 патронами.	Каб.36	Журнал посещаемости

23	Февраль	27.02.19	14:45-16:00	Практическое занятие	2	Выполнение стрельб из пневматической винтовки из положения лежа, с колена, стоя.	Каб.36	Журнал посещаемости
24	Март	06.03.19	14:45-16:00	Практическое занятие	2	Выполнение стрельб из пневматической винтовки из положения лежа, с колена, стоя.	Каб.36	Журнал посещаемости
25	Март	13.03.19	14:45-16:00	Беседа, работа по образцу	2	Выполнение стрельб из пневматической винтовки из положения лежа, с колена, стоя.	Спортзал	Журнал посещаемости
26	Март	20.03.19	14:45-16:00	Практическое занятие	2	Выполнение стрельб из пневматической винтовки из положения лежа, с колена, стоя.	Каб.36	Журнал посещаемости
27	Март	27.03.19	14:45-16:00	Практическое занятие	2	Выполнение стрельб из пневматической винтовки из положения лежа, с колена, стоя.	Каб.36	Журнал посещаемости
28	Апрель	03.04.19	14:45-16:00	Беседа, работа по образцу	2	Выполнение стрельб из пневматической винтовки из положения лежа, с колена, стоя.	Спортзал	Журнал посещаемости
29	Апрель	10.04.19	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Практическая отработка надевания боевой одежды пожарного.	Каб.36	Журнал посещаемости
30	Апрель	17.04.19	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Практическая отработка надевания боевой одежды пожарного.	Каб.36	Журнал посещаемости
31	Апрель	24.04.19	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Прокладка магистральных и рукавных линий.	Каб.36	Журнал посещаемости
32	Май	08.05.19	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Прокладка магистральных и рукавных линий.	Каб.36	Журнал посещаемости
33	Май	15.05.19	14:45-16:00	Практическое занятие	2	Практические занятия с ДП-5, ВПХР	Спортзал	Журнал посещаемости
34	Май	22.05.19	14:45-16:00	лекция, беседа	2	Практические занятия с ДП-5, ВПХР	Каб.36	Журнал посещаемости

III. Содержание программы

1.1 Комплектование группы. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.
Теория: Комплектование группы. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

2.1. Ориентирование.
Практика: Ориентирование на местности, на природном рельефе

3.1. Подготовка снаряжения к походу.
Теория: Подготовка снаряжения к походу. Маркировка снаряжения. Выбор снаряжения в соответствии с поставленными задачами.

3.2. Выбор места для ночлега в пределах лесной зоны, заготовка дров, устройство ночлега.
Теория: Выбор места для ночлега в пределах лесной зоны, заготовка дров, устройство ночлега.

3.3. Отработка техники пешеходного туризма
Практика: Отработка техники пешеходного туризма

4.1. Алгоритмы действия оказания первой помощи.
Теория: Алгоритмы действия оказания первой помощи.

4.2. Отработка техники оказания первой помощи.
Практика: Отработка техники оказания первой помощи

5.1. Отработка норматива неполной разборки и сборки автомата Калашникова.
Практика: Отработка норматива неполной разборки и сборки автомата Калашникова.

5.2. Отработка норматива снаряжения магазина АК-74 патронами
Практика: Отработка норматива снаряжения магазина АК-74 патронами

5.3. Стрельба из пневматической винтовки сидя, лежа
Практика: Стрельба из пневматической винтовки сидя, лежа.

6.1. Практическая отработка надевания боевой одежды пожарного.
Практика: Практическая отработка надевания боевой одежды пожарного

6.2. Прокладка магистральных и рукавных линий.
Практика: Прокладка магистральных и рукавных линий.

7.1. Практические занятия с ДП-5, ВПХР.
Практика: Практические занятия с ДП-5, ВПХР

IV. Методическое обеспечение

№ п/п	Раздел/тема	Формы занятий	Приемы и методы	Дидактический материал	Формы подведения итогов
1	Комплектование группы. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	Беседа Лекция	Учебные дискуссии Диспут	Таблицы Презентации Фотографии Видеофильмы	Журнал посещаемости
2	Ориентирование	Беседа Лекция Тренировка	Лекция Тренинг Упражнения	Таблицы Схемы Презентации	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото
3	Основы туристской подготовки	Беседа Лекция Тренировка	Лекция Тренинг Упражнения	Таблицы Схемы Презентации Спортивный инвентарь	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото
4	Оказание первой помощи	Беседа Лекция Тренировка	Лекция Упражнения Работа по образцу	Таблицы Схемы Плакаты Фотографии Модели	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото сдача нормативов
5	Противопожарная подготовка	Беседа Лекция Тренировка	Лекция Тренинг Упражнения	Таблицы Схемы Плакаты Фотографии Модели	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото сдача нормативов
6	Огневая подготовка	Беседа Лекция Тренировка	Лекция Тренинг Упражнения	Таблицы Схемы Плакаты Фотографии Модели	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото сдача нормативов
7	Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций	Беседа Лекция Тренировка	Лекция Упражнения Работа по образцу	Плакаты Схемы Презентации	Журнал посещаемости, результаты тренировок, фото

V. Список литературы

Список литературы для обучающихся.

1. Н.В.Мазыкина «Вперед юноармейцы»М. Минобразование, 2002г.
2. Пруха Карел «Военизированные игры на местности» М. ДОСААФ, 1979г
3. А.Г.Маслов, В.Н Латчук, ОБЖ, комплект учебников, М. Дрофа, 1999г.
4. А.Г.Маслов «Школа безопасности» .М.,ГИЦ, 2000г.
5. Цвилюк Г. «Школа безопасности».М.,Образование, 1997г.
6. Мишин Н.В. ОБЖ, комплект учебников, М. АСТ, 2000г.
7. Валягина Е.Т. Лекарственные растения России, СПб МП «Издатель», 1993г.
8. М.И. Гоголев «Основы медицинских знаний учащихся», М. !Просвещение», 1991 г.
9. О.Е. Шарова «Основы безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, связанных с пожарами»

Список литературы для педагога.

1. Стемпиньская Я. Первая помощь при несчастных случаях», М.,ФИС, 1998 г.
2. Баленко СВ. «Школа выживания» 1992г.
3. Библиотечка по защите населения от "Часовник", М., Папирус, 1998г.
4. Волович В.Г. «Человек в экстремальных условиях среды» М., Мысль, 1980г.
5. Волович В.Г. «С природой один на один» М., Воениздат, 1989г.
6. ГостюшкинА.В. «Азбука выживания» М., Знание, 1996г.
7. ГостюшкинА.В Энциклопедия экстремальных ситуаций, М., Зеркало. 1994г
8. Анатолий Гостюшин «Энциклопедия экстремальных ситуаций», Издательство «Зеркало», М. 1994 г.
9. Трайнев В.А. Методы игрового обучения и интенсивные учебные процессы., М.
10. Алексеев А.А. Питание в туристском походе, М. ЦДЮТ МинОбр РФ, 1996г.