

Отдел образования администрации  
Жердевского района Тамбовской области  
Пичаевский филиал  
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Жердевская средняя общеобразовательная школа № 2»

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1 от «25» августа 2023 г



Содержание утверждено филиалом:  
Е. А. Иванов/  
Приказ № 3 Ю от «25» августа 2023 г.

**Дополнительная образовательная  
общеразвивающая программа  
по основам безопасности жизнедеятельности  
«Патриот»**

базовый уровень

возраст учащихся 14 лет

срок реализации: 1 год

Составитель программы:  
Гаврилов Андрей Владимирович,  
педагог дополнительного образования

с. Пичаево, 2023 год

### Информационная карта программы

Учреждение	Пичаевский филиал муниципального бюджетного образовательного учреждения «Жердевская средняя общеобразовательная школа №2»
Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по основам безопасности жизнедеятельности «Патриот»
Ф.И.О., должность составителя	Гаврилов Андрей Владимирович, педагог дополнительного образования.
<b>Сведения о программе</b>	
Сведения о программе: Нормативная база:	<p>Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».</p> <p>Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р).</p> <p>Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности дополнительным общеобразовательным программам»</p> <p>Письмо Министерства образования и науки РФ от 28 августа 2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях»</p> <p>Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.).</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 утверждения санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573).</p> <p>Устав Муниципального Бюджетного Общеобразовательного учреждения «Жердевская средняя общеобразовательная школа №2» .</p>
Область применения	Дополнительное образование
Направленность	Учебная
Уровни программы	Базовый
Вид программы	Общеразвивающая
Возраст обучающихся	14 лет
Продолжительность обучения	1 год
Рецензенты и авторы отзывов:	Криммель О. В. - заместитель по ВР Пичаевского филиала «МБОУ Жердевская СОШ №2»
Заключение педагогического совета	Протокол № 1 от 25.08.2023г.

## **Блок №1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы».**

### **1.1 Пояснительная записка**

Рабочая программа дополнительного образования по основам безопасности жизнедеятельности «Патриот» составлена на основе нормативно - правовой базы по дополнительному образованию учебного объединения «Точка роста»

Предполагаемый образовательный курс в объёме 36 часов, который изучается в 8-ом классе в школах, предполагает организацию классов учебно-медицинского профиля. Значительное ухудшение здоровья населения, особенно подростков 14 лет, ни для кого не новость. Этому “помогают” социальная ситуация, сложная экологическая обстановка и особенно – прогрессирующее распространение курения, наркомании, употребление алкоголя под влиянием мощного потока рекламы и информации от печатной и прочей продукции средств массовой информации.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности предназначено для формирования у учащихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, основополагающих знаний по данным вопросам и умениям распознавать, и оценивать опасные и вредные факторы среды обитания человека. Определять способы защиты от них, а также ликвидировать негативные последствия и оказывать само- и взаимопомощь в случае возникновения опасных ситуаций. ОБЖ воспитывает у школьников потребность предвидеть возможные жизненные ситуации, вырабатывает навыки правильного анализа экстремальной ситуации и поведения в ней, обучает грамотным, правильным действиям в тех условиях, которые могут встретиться в жизни.

### Актуальность программы:

Данная образовательная программа дополнительного образования детей актуальна тем, что она содействует укреплению и поддержанию на оптимальном уровне самого необходимого и дорогого, чем одарила каждого человека природа – его здоровья. Именно здоровье является определяющим для нормальной жизнедеятельности и достижения успехов в любой сфере человеческой деятельности. Такая ответственная роль, несомненно, возводит специальные знания и умения, необходимые для грамотного использования человеком медицинских знаний по оказанию первой помощи с целью укрепления здоровья и оптимизации состояния организма.

### Новизна программы

Новизна данной программы в том, что учащиеся получают деятельное развитие своих умений и навыков в учебно-медицинской подготовке. Благодаря наглядным и практическим пособиям учебного комплекса «Точка роста» у учащихся появляется реальная возможность практических навыков оказания первой медицинской помощи, что очень важно в современном мире.

### Педагогическая целесообразность

Программа вводит учащегося в реальный мир деятельности по оказанию первой медицинской помощи пострадавшему. Воспитывает характер посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера. Формирует убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни. А также понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности человека.

**Адресат программы** – учащиеся 14 лет

**Условия набора в учебные группы** - в группы базовой ступени обучения приглашаются учащиеся в возрасте 13-14 лет.

**Направленность образовательной программы** – учебно-медицинская

**Вид программы** – общеразвивающая

**Вид детского объединения** – группа 8-10 человек

**Возраст детей** – 14 лет

**Срок реализации** – 1 год

**Образовательные области** – основы безопасности жизнедеятельности

**Срок и объем освоения программы**

Программа предусматривает только очное обучение, реализуется 1 год.

На 1 году обучения занятия проводятся 1 занятие в неделю по 1 часу.

Продолжительность одного занятия 45 минут.

Количество учебных часов 1 года – 36.

Общее количество часов по программе – 36.

**Форма обучения** – очная.

**Календарный учебный график**

Начало занятий группы обучения – с 1 сентября,

окончание занятий – 31 мая.

Продолжительность каникул – с 1 июня по 31 августа.

Особенности организации образовательного процесса:

Базовая ступень обучения - 14 лет;

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

коллективная (фронтальная работа педагога сразу со всей группой в едином темпе и с общими задачами);

групповая (отдельные виды заданий (проекты, исследования) выполняются в микрогруппах, затем проводится обобщающее занятие по подведению итогов работы микрогрупп);

индивидуальная (учащиеся выполняют индивидуальные задания, проводится обобщающее занятие по подведению итогов работы).

### Формы занятий:

*По особенностям коммуникативного взаимодействия:*

тематические лекции-беседы с элементами самостоятельной работы;

практические занятия;

исследовательская деятельность;

проектная деятельность;

*По дидактической цели:*

вводное занятие;

занятия по углублению знаний;

практические занятия;

занятия по систематизации и обобщению знаний;

занятия по контролю знаний, умений, навыков;

комбинированные формы занятий.

**1.2 ЦЕЛЬ** - формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, готовности к жизни, труду и социальному творчеству.

### **ЗАДАЧИ.**

#### **Обучающие:**

- формирование знаний об основах анатомии, физиологии и гигиены человека;
- расширение кругозора учащихся в области медицины, фармакологии, лечебной физкультуры;
- формирование устойчивого интереса к сохранению своего здоровья;
- обучение коллективным формам работы и основам самоорганизации.

#### **Развивающие:**

- привитие умений и навыков оказания первой доврачебной помощи пострадавшим или самому себе;

- совершенствование здоровья молодого поколения, развитие их силы, выносливости, быстроты реакций и способности к автономному существованию;
- развитие логического мышления, памяти, внимания;

**Воспитательные:**

- воспитание коллективистских начал характера, организованности и самостоятельности, гуманности и милосердия;
- воспитание стойких навыков здорового образа жизни, потребности избавиться от вредных привычек, развитие стремления быть здоровым, бодрым, доставлять радость себе и окружающим.

**Образовательная деятельность по данной программе дополнительного образования направлена на:**

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья учащихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, трудового воспитания учащихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию учащихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда учащихся.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план (1 год обучения)

Разделы и темы	Теория	Практика
<b>1 РАЗДЕЛ Введение. Резервы нашего организма</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
Тема 1. Основы анатомии, физиологии и гигиены человека. Здоровый образ жизни.	1	-
Тема 2. Статика и динамика человеческого тела. Утомление и отдых. Защита крови. Гигиена воздуха. Вред курения.	1	-
Тема 3. Гигиена питания. Долголетие и обмен веществ. Гигиена кожи. Мозг и труд. Алкоголь – яд для организма. Связь анализаторов и организма в целом.	1	
<b>2 РАЗДЕЛ Оказание первой медицинской помощи</b>	<b>6</b>	<b>6</b>
Тема 1. Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки, АИ, ИПП, ППИ).	1	1
Тема 2. Извлечение раненых из боевой техники и завалов	1	1
Тема 3. Тушение горячей одежды и оказание помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.	1	1
Тема 4. Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.	1	1
Тема 5. Первая помощь при утоплении.	1	1
Тема 6. Первая помощь при отравлениях и обмороках.	1	1
<b>3 РАЗДЕЛ Доврачебная реанимация</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
Тема 1. Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии	2	2
Тема 2. Временная остановка наружного кровотечения	2	2
Тема 3. Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность	2	2
Тема 4. Временная иммобилизация поврежденной области	1	1
Тема 5. Способы приближения к раненым.	1	1
Транспортировка раненых до пункта сбора		
<b>4 РАЗДЕЛ Зеленая аптека. Лекарственные травы.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
Тема 1. Применение трав в оказании первой медицинской помощи.		
Тема 2. Лекарственные травы: мать и мачеха, зверобой, мята, подорожник, кровохлебка, тысячелистник, одуванчик, ромашка аптечная.		
<b>5 РАЗДЕЛ Заключение. Полевые выходы. Участие в соревнованиях.</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>19</b>	<b>17</b>



## Содержание учебного плана.

Разделы и темы занятий	Кол-во часов	Содержание
<p><b>1 РАЗДЕЛ Резервы нашего организма</b></p> <p>Тема 1. Основы анатомии, физиологии и гигиены человека. Здоровый образ жизни.</p> <p>Тема 2. Статика и динамика человеческого тела. Утомление и отдых. Гигиена воздуха. Вред курения.</p> <p>Тема 3. Гигиена питания. Долголетие. Гигиена кожи. Связь анализаторов и организма в целом. Алкоголь – яд для организма.</p>	<p style="text-align: center;"><b>3</b></p> <p style="text-align: center;">1</p> <p style="text-align: center;">1</p> <p style="text-align: center;">1</p>	<p>Рассказ о возможностях человеческого организма, о скрытых его резервах, об индивидуальных его особенностях развития каждого человека и о том, какими способами можно раскрыть, сохранить и приумножить резервы своего организма. Основные понятия здорового образа жизни.</p> <p>Опора и движение организма. Костная пружина. Пропорции тела. Рост человека. Два вида мышечной ткани. Причины утомления. Ритм работы. Условия равновесия. Асимметрия тела. Польза физических упражнений. Спортивное долголетие. Дыхательная функция крови, защитные свойства крови. Иммуитет. Антибиотики. Переливание крови, «искусственная кровь». Сердце, мозг, пульс. Органы дыхания. Носовая полость, легкие. Дыхание и движение. Вред курения.</p> <p>Пищеварение. Здоровые зубы. Аппетит. Полезная пища. Пост. Питание спортсменов. Обмен веществ и энергия. Соли, жиры, вода, белки, активаторы жизни, биотоки, витамины, гормоны и обмен веществ. Старение организма. Ортобиоз и продление жизни. Кожные образования. Гипотермия. Чистота кожи. Закаливание. Нервная система. Эмоции. Одаренность, рефлекссы. Гигиена умственного труда. Сон, расстройство сна, гипноз. Алкоголь – яд для организма. Осязание, польза боли. Обезболивание. Тренировки равновесия. Ощущения – наши знания.</p>
<p><b>2 РАЗДЕЛ Оказание первой медицинской помощи.</b></p> <p>Тема 1. Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки, АИ, ИПП, ППИ).</p> <p>Тема 2. Извлечение раненых из убежищ, завалов.</p> <p>Тема 3. Тушение горящей одежды и оказание первой</p>	<p style="text-align: center;"><b>12</b></p> <p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">2</p>	<p>Аптечка индивидуальная (АИ), индивидуальный перевязочный пакет (ППИ), индивидуальный противохимический пакет (ИПП), пантоцид в таблетках, антисептик, возбудитель дыхания, косынка для повязок, бинты, жгут кровоостанавливающий, булавки, шлем для раненых в голову, носилки и лямки, трубка дыхательная ТД-1.</p> <p>Извлечение раненых из танка: открытие люка (связь с экипажем), извлечение вручную или с помощью лямки специальной, либо поясных ремней. Извлечение раненых из оборонительных сооружений и убежищ, завалов с помощью веревки, ремня, троса, лямки, лебедки, волоком на плащ-палатке, шинели.</p> <p>Тушение горящих участков одежды закрытием брезентом, накидкой, шинелью и с помощью</p>

<p>помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.</p> <p>Тема 4. Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.</p> <p>Тема 5. Первая помощь при утоплении.</p> <p>Тема 6. Первая помощь при отравлениях, обмороках.</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>перекатывания по земле, сбросом горячей одежды. Тушение зажигательных веществ более трудоемко: Накрывание сгустка напалма тканью, шапкой, глиной, снегом, несколькими турами бинта, надеванием противогаза.</p> <p>Способы надевания противогаза на раненого: сидя у изголовья, лежа на спине или животе. При повреждениях лица или головы используется шлем для раненых в голову: ШР-3</p> <p>Условия, способствующие отморожению. 4 степени отморожения. Методы профилактики и экстренной помощи. Ознобление. Профилактика. Общее охлаждение. Простудные заболевания. Профилактика, лечение.</p> <p>Способы приближения спасателя к тонущему. Освобождение от захватов тонущего и транспортировка пострадавшего на воде. Схема действий спасателя в случае наличия рвотного рефлекса. Схема действий спасателей при отсутствии рвотного рефлекса. Правила обращения с пострадавшим от утопления. Примерные нормативные требования для старшеклассников по прикладному плаванию и спасению утопающих.</p> <p>Способы оказания первой помощи при: -пищевом отравлении; -отравлении ядовитыми газами; -отравлении лекарственными препаратами; -отравлении алкоголем и никотином, наркотическим средством.</p> <p>Меры предосторожности для оказывающих помощь в целях сохранения собственного здоровья. Причины и последствия обмороков. Первая помощь при обмороках. Повторные обмороки.</p>
<p><b>3 РАЗДЕЛ Доврачебная реанимация</b></p> <p>Тема 1. Обезболивающие средства. Антидоты отравления.</p> <p>Тема 2. Временная остановка наружного кровотечения.</p>	<p><b>16</b></p> <p>4</p> <p>4</p>	<p>Антидот против ФОВ (шприц-тюбик). Способы введения и условия дозировки препарата. Промедол. Противопоказания к его применению. Предупреждение или устранение асфиксии: исследование полости рта, закрепление языка булавкой, очищение полости рта от однородной массы, восстановление дыхания. Трубка дыхательная ТД1. Способы – «изо рта в рот», «изо рта в нос», путем ритмического сдавливания грудной клетки по Сильвестру, Нильсену. Устранение удушья у пораженных ОВ.</p> <p>Понятие типов кровотечения: артериальное, венозное, капиллярное. Способы остановки кровотечения: пальцевое прижатие артерий к костным выступам, с помощью жгута или давящей повязки, сгибом раневой конечности в вышерасположенном суставе. Особенности применения каждого способа. Понятие о ране. Защита раны. Подготовка</p>

<p>Тема 3. Наложение асептических повязок на рану или ожоговую поверхность</p> <p>Тема 4. Временная иммобилизация поврежденной области.</p> <p>Тема 5. Способы приближения к раненым. Транспортировка раненых до пункта сбора.</p>	<p>4</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>поврежденного участка к бинтованию. Бинтование под обмундированием. Виды повязок: восьмиобразная, колосовидная, спиральная, циркулярная, повязка «с португеей», крестообразная. Утепление поврежденной части тела в зимнее время.</p> <p>Важность грамотной иммобилизации, используемый материал для наложения шин, правила наложения шин при разных ранениях и переломах.</p> <p>Способы приближения к раненым: короткая перебежка, движения пригнувшись, переползания – на боку, по-пластунски, на полу четвереньках, приближение на санитарном транспорте.</p> <p>Утепление раненых в холодное время года и расположение в тени в жаркое время года. Способы оттаскивания: на боку, на спине, с помощью плащ-палаток, волокуш. Обозначение мест укрытия раненых, сигналы, применяемые на поле боя.</p> <p>Способы выноса раненого одним санитаром без использования табельных и подручных средств: на спине, на руках перед собой, на плече. Способы выноса раненого двумя санитарами без вспомогательных средств: вынос «на замке», на руках между собой, на руках перед собой. Способы выноса раненого с использованием средств: лямок, носилок, плащ-палаток, накидок.</p> <p>Способы укладывания на носилки. Эстафетный способ (метод «подстав»).</p> <p>Вывоз раненых (перегрузка, санитарный транспорт, выгрузка раненых).</p>
<p><b>4 РАЗДЕЛ Лекарственные травы.</b></p>	<p><b>4</b></p>	<p>Применение трав в оказании первой медицинской помощи. Мать и мачеха, зверобой, мята, подорожник, кровохлебка, тысячелистник, одуванчик, ромашка аптечная, и др.</p>
<p><b>5 РАЗДЕЛ Участие в соревнованиях.</b></p> <p><b>ИТОГО:</b></p>	<p><b>1</b></p> <p><b>36</b></p>	<p>Соревнования.</p>

## **1.4 Планируемые результаты освоения обучающимися программы**

### *Личностные результаты освоения программы курса.*

- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
- Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
- Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

### *Метапредметные результаты освоения программы курса.*

- Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления.
- Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.
- Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

- Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установление аналогий и причинно-следственных связей, построение рассуждений.
- Готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою точку зрения и оценку событий.
- Определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

*Предметные результаты освоения программы курса.*

- самостоятельно лечить несложные ранки, натертости, царапины;
- уметь оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим при ожогах, удушье, утоплении, отравлении; - знать и правильно выполнять все способы остановки кровотечений (капиллярного, венозного, артериального);
- знать приемы обезболивания и антидоты отравления;
- уметь наложить асептическую повязку на любую часть тела;
- сделать из подручных средств и мобилизирующий инструмент при переломах конечностей;
- уметь оказать помощь при переохлаждениях и утоплениях, ожогах и отравлениях, проводить реанимационный комплекс при обмороках;
- знать и уметь выполнять основной комплекс лечебной физкультуры, знать все об осанке и сохранять правильную осанку;
- знать более глубоко основы народной медицины, уметь лечиться травами и растениями;
- уметь оказать быструю и квалифицированную помощь при автодорожном происшествии, при травмах глаз, рта, груди, при переохлаждениях и солнечном или тепловой ударе, сдавливании конечностей, укусах змей и клещей, при вывихах и ушибах.

**Блок № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

**2.1. Календарный учебный график**

Первый год обучения:

Количество учебных недель – 36

Количество учебных дней – 36

Учебный период – сентябрь – май

Количество учебных часов- 36.

**2.2 Условия реализации программы:**

1. материально – техническая база (кабинет для занятий, компьютер, принтер, основной и вспомогательный инструменты)
2. дидактическое обеспечение (наглядные пособия, фотоматериалы, работы детей)
3. методическое обеспечение(методическая и техническая литература; специальная литература по прикладному искусству)
4. плакаты по технике безопасности.

**Методические условия:**

набор репродукций и демонстрационного материала по основным темам курса;

шаблоны;

тематическая литература;

видеоматериалы (если есть возможность использовать).

**Кадровое обеспечение программы**

В реализации данной программы занят педагог дополнительного образования

Гаврилов Андрей Владимирович.

## **Учебное оборудование:**

### **2. Технические средства обучения**

- Мультимедийный компьютер
- Цифровая фотокамера
- Мультимедиапроектор
- Экран настенный

### **3. Средства программного обучения и контроля знаний**

- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций»
- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»
- Мультимедийная энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях
- Компьютерная обучающая программа «Действия при авариях на химически опасных объектах»

### **4. Макеты, муляжи, модели**

- Макеты фильтрующих, изолирующих и других противогазов, респираторов в разрезе
- Муляжи тела человека

### **5. Стенды, плакаты**

- Безопасность в быту
- Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях
- Активный отдых на природе
- Опасные ситуации в природных условиях
- Безопасность на воде

- Классификация чрезвычайных ситуаций по характеру источника возникновения
- Классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по масштабу их распространения и тяжести последствий
- Правила безопасного поведения при землетрясении
- Правила безопасного поведения при наводнении
- Правила безопасного поведения при аварии на радиационно-опасном объекте
- Правила безопасного поведения при аварии на химически опасном объекте
- Первая помощь при массовых поражениях
- Правила транспортировки пострадавших
- Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций
- Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи

## **6. Средства индивидуальной защиты (СИЗ)**

- Средства защиты дыхания
- Ватно-марлевые повязки
- Противопылевые тканевые маски
- Противогазы (типа ГП-7, ПДФ-7, ИП-4М и т. п.) Средства защиты кожи
- Аптечка индивидуальная (типа АИ-2 и т. п.)
- Пакеты перевязочные (типа ППИ и т. п.)
- Пакеты противохимические индивидуальные (типа ИПП-8, ИПП-11 и т. п.)
- Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой помощи
- Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7 м х х 14 см
- Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5 м х х Ю см



- Шина фанерная длиной 1 м
- Жгут кровоостанавливающий эластичный

## 7. Аудиовизуальные пособия

- Действия учащихся по сигналам ГО
- Средства индивидуальной защиты
- Средства коллективной защиты (убежища, укрытия, порядок устройства простейшего укрытия)
- Гидродинамические аварии
- Автономное существование человека в природных условиях
- Безопасность на улицах и дорогах
- Безопасность на воде
- Безопасность на природе.

### 2.3. Формы аттестации

Для проверки знаний учащихся применяются следующие формы аттестации:

наблюдение;

викторина;

тематические сообщения (домашнее задание);

практическая работа;

проект.

### 2.4 Формы контроля и подведения итогов реализации программы.

Оценка качества реализации программы включает в себя вводный, промежуточный и итоговый контроль учащихся.

*Вводный контроль* – определение исходного уровня знаний и умений учащихся.

Входной контроль осуществляется в начале первого года обучения.

*Промежуточный контроль* осуществляется в конце первого и второго

годов обучения и направлен на определение уровня усвоения изучаемого материала.

*Итоговый контроль* осуществляется в конце курса освоения программы и направлен на определение результатов работы и степени усвоения теоретических и практических ЗУН, сформированности личностных качеств.

По уровню освоения программного материала результаты достижений условно подразделяются на высокий, средний и низкий.

Уровень освоения программы оценивается как высокий, если обучаемые полностью овладели теоретическими знаниями, правильно их используют на практике.

Уровень освоения программы оценивается как средний, если обучаемые овладели не всей полнотой теоретических знаний и практических умений.

Уровень освоения программы оценивается как низкий, если учащиеся овладели лишь частью теоретических знаний и практических навыков.

#### Оценочные материалы

В конце учебного года по завершении курса обучения проходит итоговая аттестация с использованием диагностических методик.

### **2.5 Методические материалы**

#### **Технологии, формы и методы обучения.**

В образовательном процессе используются технологии: информационно-коммуникативного обучения, проблемного обучения, развивающего обучения, дифференцированного обучения, игровые технологии, обучение в сотрудничестве, технология портфолио, здоровьесберегающие технологии.

#### **Формы работы**

##### *Практико-теоретическая*

Теоретические сведения даются в форме познавательных бесед продолжительностью не более 10-15 минут на каждом занятии.

*Практическая*

Реализация приобретенных теоретических знаний на практике.

*Индивидуальная*

Одновозрастной коллектив предполагает подборку задания индивидуально каждому воспитаннику с тем, чтобы обеспечить успешность их выполнения.

### **Методы обучения**

*Репродуктивный* - основополагающий метод обучения для освоения программы.

*Диалогический* – предполагает объяснение теоретического материала в виде познавательных бесед. Беседы ведутся в диалогической, часто в вопросно-ответной форме и сопровождаются показом, демонстрацией. Ребята имеют возможность поспорить с педагогом, доказать ему правоту своих суждений.

Предусматривается использование таких педагогических технологий:

Технология блочно-модульного обучения.

Технология проектного обучения

Игровые технологии.

Здоровьесберегающие технологии.

## Методическое обеспечение

### 1 ступени обучения (базовый уровень)

Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы контроля/ аттестации
1 РАЗДЕЛ Резервы нашего организма	Беседа П/з	Словесные, наглядные, практические	Инструкция по технике безопасности. Макеты, муляжи, модели	Мультимедийный компьютер Цифровая фотокамера Мультимедиа проектор Экран настенный.	Вводный контроль
2 РАЗДЕЛ Оказание первой медицинской помощи.	Беседа П/з	Словесные, наглядные, практические	Плакаты по теме. Макеты, муляжи, модели. СИЗ. Аудиовизуальные пособия.	Мультимедийный компьютер Цифровая фотокамера Мультимедиа проектор Экран настенный.	Промежуточный контроль, Практ работа
3 РАЗДЕЛ Доврачебная реанимация.	Беседа П/з	Словесные, наглядные, практические	Плакаты по теме. Макеты, муляжи, модели. СИЗ. Аудиовизуальные пособия.	Мультимедийный компьютер Цифровая фотокамера Мультимедиа проектор Экран настенный.	Промежуточный контроль, Практ работа
4 РАЗДЕЛ Лекарственные травы.	Беседа П/з	Словесные, наглядные, практические	Плакаты по теме.	Мультимедийный компьютер Цифровая фотокамера Мультимедиа проектор Экран настенный.	Промежуточный контроль, Практ работа
5 РАЗДЕЛ Участие в соревнованиях.	Беседа П/з	Словесные, наглядные, практические	Плакаты по теме.	Школьный стадион.	Промежуточный контроль, Практ работа

## **2.6 Список литературы**

### **Литература для педагога:**

1. Домашний доктор. Лечебные домашние средства. Под редакцией Деборы Ткач. Москва, 2018г.
2. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека. Пособие для учащихся. И.Д. Зверев. Москва, "Просвещение", 2010г.
3. Лечебная физкультура. Новейший справочник. Санкт-Петербург. И.В. Милюкова, Т.А. Евдокимова. Москва, 2013.
4. Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. Разработчики В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М, «Издательство НЦ ЭНАС», 2013г.
5. «Основы выживания в экстремальной ситуации». Бэрри Дэвис. М, 2013.
6. Руководство по медицинской службе гражданской обороны. Редакция А.И. Бурназяна. Москва, "Медицина", 2013г.
7. Справочник медицинской сестры по уходу. Редакция Н.Р. Палеева. Москва, "Медицина", 2019г.

### **Литература для учащихся:**

1. Лечебная физкультура. Новейший справочник. Санкт-Петербург. И.В. Милюкова, Т.А. Евдокимова. Москва, 2013.
2. Резервы нашего организма. Г.И. Косицкий, Д.Н. Дьяконова. Москва, "Просвещение", 2015г.

**Календарно-тематический учебный график:****Базовый уровень обучения:**

№ п/п	Число	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1			14.55-15.40	Беседа	1	Основы анатомии, физиологии и гигиены человека. ЗОЖ.	Каб №18	Пр/раб
2			14.55-15.40	Беседа	1	Статика и динамика человеческого тела. Утомление и отдых. Гигиена воздуха. Вред курения.	Каб №18	Пр/раб
3			14.55-15.40	Беседа	1	Гигиена питания. Долголетие. Гигиена кожи. Связь анализаторов и организма в целом. Алкоголь – яд для организма.	Каб №18	Пр/раб
4			14.55-15.40	Беседа	1	Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки, АИ, ИПП, ППИ).	Каб №18	Пр/раб
5			14.55-15.40	П/з	1	Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки, АИ, ИПП, ППИ).	Каб №18	Пр/раб
6			14.55-15.40	Беседа	1	Извлечение раненых из боевой техники и завалов.	Каб №18	Пр/раб
7			14.55-15.40	П/з	1	Извлечение раненых из боевой техники и завалов.	Каб №18	Пр/раб
8			14.55-15.40	Беседа	1	Тушение горячей одежды и оказание помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.	Каб №18	Пр/раб
9			14.55-15.40	П/з	1	Тушение горячей одежды и оказание помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.	Каб №18	Зачёт
10			14.55-15.40	Беседа	1	Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.	Каб №18	Пр/раб
11			14.55-15.40	П/з	1	Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.	Каб №18	Пр/раб
12			14.55-15.40	Беседа	1	Первая помощь при утоплении.	Каб №18	Пр/раб
13			14.55-15.40	П/з	1	Первая помощь при утоплении.	Каб №18	Пр/раб
14			14.55-15.40	Беседа	1	Первая помощь при отравлениях и обмороках.	Каб №18	Пр/раб
15			14.55-15.40	П/з	1	Первая помощь при отравлениях и обмороках.	Каб №18	Пр/раб
16			14.55-15.40	Беседа	1	Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии.	Каб №18	Зачёт

17		14.55-15.40	Беседа	1	Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии.	Каб №18	Пр/раб
18		14.55-15.40	П/з	1	Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии.	Каб №18	Пр/раб
19		14.55-15.40	П/з	1	Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии.	Каб №18	Пр/раб
20		14.55-15.40	Беседа	1	Временная остановка наружного кровотечения.	Каб №18	Пр/раб
21		14.55-15.40	Беседа	1	Временная остановка наружного кровотечения.	Каб №18	Пр/раб
22		14.55-15.40	П/з	1	Временная остановка наружного кровотечения.	Каб №18	Пр/раб
23		14.55-15.40	П/з	1	Временная остановка наружного кровотечения.	Каб №18	Зачёт
24		14.55-15.40	Беседа	1	Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность.	Каб №18	Пр/раб
25		14.55-15.40	Беседа	1	Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность.	Каб №18	Пр/раб
26		14.55-15.40	П/з	1	Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность.	Каб №18	Пр/раб
27		14.55-15.40	П/з	1	Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность.	Каб №18	Пр/раб
28		14.55-15.40	Беседа	1	Временная иммобилизация поврежденной области.	Каб №18	Пр/раб
29		14.55-15.40	П/з	1	Временная иммобилизация поврежденной области.	Каб №18	Пр/раб
30		14.55-15.40	Беседа	1	Способы приближения к раненым. Транспортировка раненых до пункта сбора.	Каб №18	Пр/раб
31		14.55-15.40	П/з	1	Способы приближения к раненым. Транспортировка раненых до пункта сбора.	Каб №18	Зачёт
32		14.55-15.40	Беседа	1	Применение трав в оказании первой медицинской помощи.	Каб №18	Пр/раб
33		14.55-15.40	П/з	1	Применение трав в оказании первой медицинской помощи.	Каб №18	Пр/раб
34		14.55-15.40	Беседа	1	Лекарственные травы: мать и мачеха, зверобой, мята, подорожник и другие.	Каб №18	Пр/раб
35		14.55-15.40	П/з	1	Лекарственные травы: кровохлебка, тысячелистник, одуванчик, ромашка аптечная.	Каб №18	Пр/раб
36		14.55-15.40	П/з	1	Полевые выходы. Участие в соревнованиях.	Каб №18	Зачёт





Приложение.

Отдел образования администрации  
Жердевского района Тамбовской области  
Пичаевский филиал  
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Жердевская средняя общеобразовательная школа № 2»

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1 от «25» августа 2023 г

Утверждаю, заведующий филиалом:  
Иванов/  
Приказ № 310 от «25» августа 2023 г.



**Дополнительная образовательная  
общеразвивающая программа  
(адаптированная)  
по основам безопасности жизнедеятельности  
«Патриот»**

базовый уровень  
возраст учащихся 14 лет  
срок реализации: 1 год

Составитель программы:  
Гаврилов Андрей Владимирович,  
педагог дополнительного образования

с. Пичаево, 2023 год

### Информационная карта программы

Учреждение	Пичаевский филиал муниципального бюджетного образовательного учреждения «Жердевская средняя общеобразовательная школа №2»
Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по основам безопасности жизнедеятельности «Патриот»
Ф.И.О., должность составителя	Гаврилов Андрей Владимирович, педагог дополнительного образования.
<b>Сведения о программе</b>	
Сведения о программе: Нормативная база:	<p>Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».</p> <p>Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р).</p> <p>Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности дополнительным общеобразовательным программам»</p> <p>Письмо Министерства образования и науки РФ от 28 августа 2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях»</p> <p>Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.).</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 утверждения санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573).</p> <p>Устав Муниципального Бюджетного Общеобразовательного учреждения «Жердевская средняя общеобразовательная школа №2» .</p>
Область применения	Дополнительное образование
Направленность	Учебная
Уровни программы	Базовый
Вид программы	Адаптированная
Возраст обучающихся	14 лет
Продолжительность обучения	1 год
Рецензенты и авторы отзывов:	Криммель О. В. - заместитель по ВР Пичаевского филиала «МБОУ Жердевская СОШ №2»
Заключение педагогического совета	Протокол № 1 от 25.08.2023г.

## **Блок №1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы».**

### **1.1 Пояснительная записка**

Рабочая программа дополнительного образования по основам безопасности жизнедеятельности «Патриот» составлена на основе нормативно - правовой базы по дополнительному образованию учебного объединения «Точка роста»

Предполагаемый образовательный курс в объёме 36 часов, который изучается в 8-ом классе в школах, предполагает организацию классов учебно-медицинского профиля. Значительное ухудшение здоровья населения, особенно подростков 14 лет, ни для кого не новость. Этому “помогают” социальная ситуация, сложная экологическая обстановка и особенно – прогрессирующее распространение курения, наркомании, употребление алкоголя под влиянием мощного потока рекламы и информации от печатной и прочей продукции средств массовой информации.

Программа адаптирована для учащихся с ОВЗ (коррекция VII вида). Предлагаемый объем содержания является достаточным для формирования у обучающихся на второй ступени общеобразовательной школы в классах для детей с ОВЗ основных понятий в области ОБЖ. В ходе изучения предмета обучающиеся получают обязательный минимум по основам безопасности жизнедеятельности для детей с ОВЗ.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности предназначено для формирования у учащихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, основополагающих знаний по данным вопросам и умениям распознавать, и оценивать опасные и вредные факторы среды обитания человека. Определять способы защиты от них, а также ликвидировать негативные последствия и оказывать само- и взаимопомощь в случае возникновения опасных ситуаций.

ОБЖ воспитывает у школьников потребность предвидеть возможные жизненные ситуации, вырабатывает навыки правильного анализа экстремальной ситуации и поведения в ней, обучает грамотным, правильным действиям в тех условиях, которые могут встретиться в жизни.

#### Актуальность программы:

Данная образовательная программа дополнительного образования детей актуальна тем, что она содействует укреплению и поддержанию на оптимальном уровне самого необходимого и дорогого, чем одарила каждого человека природа – его здоровья. Именно здоровье является определяющим для нормальной жизнедеятельности и достижения успехов в любой сфере человеческой деятельности. Такая ответственная роль, несомненно, возводит специальные знания и умения, необходимые для грамотного использования человеком медицинских знаний по оказанию первой помощи с целью укрепления здоровья и оптимизации состояния организма.

#### Новизна программы

Новизна данной программы в том, что учащиеся получают деятельное развитие своих умений и навыков в учебно-медицинской подготовке. Благодаря наглядным и практическим пособиям учебного комплекса «Точка роста» у учащихся появляется реальная возможность практических навыков оказания первой медицинской помощи, что очень важно в современном мире.

#### Педагогическая целесообразность

Программа вводит учащегося в реальный мир деятельности по оказанию первой медицинской помощи пострадавшему. Воспитывает характер посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера. Формирует убеждения в необходимости безопасного и здорового образа

жизни. А также понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности человека.

**Адресат программы** – учащиеся 14 лет

**Условия набора в учебные группы** - в группы базовой ступени обучения приглашаются учащиеся в возрасте 13-14 лет.

**Направленность образовательной программы** – учебно-медицинская

**Вид программы** – общеразвивающая

**Вид детского объединения** – группа 8-10 человек

**Возраст детей** – 14 лет

**Срок реализации** – 1 год

**Образовательные области** – основы безопасности жизнедеятельности

**Срок и объем освоения программы**

Программа предусматривает только очное обучение, реализуется 1 год.

На 1 году обучения занятия проводятся 1 занятие в неделю.

Продолжительность одного занятия 25 минут.

Количество учебных часов 1 года – 36.

Общее количество часов по программе – 36.

**Форма обучения** – очная.

**Календарный учебный график**

Начало занятий группы обучения – с 1 сентября,

окончание занятий – 31 мая.

Продолжительность каникул – с 1 июня по 31 августа.

Особенности организации образовательного процесса:

Базовая ступень обучения - 14 лет;

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

коллективная (фронтальная работа педагога сразу со всей группой в едином темпе и с общими задачами);

групповая (отдельные виды заданий (проекты, исследования) выполняются в микрогруппах, затем проводится обобщающее занятие по подведению итогов работы микрогрупп);

индивидуальная (учащиеся выполняют индивидуальные задания, проводится обобщающее занятие по подведению итогов работы).

#### Формы занятий:

*По особенностям коммуникативного взаимодействия:*

тематические лекции-беседы с элементами самостоятельной работы;

практические занятия;

исследовательская деятельность;

проектная деятельность;

*По дидактической цели:*

вводное занятие;

занятия по углублению знаний;

практические занятия;

занятия по систематизации и обобщению знаний;

занятия по контролю знаний, умений, навыков;

комбинированные формы занятий.

**1.2 ЦЕЛЬ** - формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, готовности к жизни, труду и социальному творчеству.

#### **ЗАДАЧИ.**

##### **Обучающие:**

- формирование знаний об основах анатомии, физиологии и гигиены человека;
- расширение кругозора учащихся в области медицины, фармакологии, лечебной физкультуры;
- формирование устойчивого интереса к сохранению своего здоровья;

- обучение коллективным формам работы и основам самоорганизации.

#### **Развивающие:**

- привитие умений и навыков оказания первой доврачебной помощи пострадавшим или самому себе;
- совершенствование здоровья молодого поколения, развитие их силы, выносливости, быстроты реакций и способности к автономному существованию;
- развитие логического мышления, памяти, внимания;

#### **Воспитательные:**

- воспитание коллективистских начал характера, организованности и самостоятельности, гуманности и милосердия;
- воспитание стойких навыков здорового образа жизни, потребности избавиться от вредных привычек, развитие стремления быть здоровым, бодрым, доставлять радость себе и окружающим.

#### **Образовательная деятельность по данной программе дополнительного образования направлена на:**

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья учащихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, трудового воспитания учащихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию учащихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда учащихся.
-

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план (1 год обучения)

Разделы и темы	Теория	Практика
<b>1 РАЗДЕЛ Введение. Резервы нашего организма</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
Тема 1. Основы анатомии, физиологии и гигиены человека. Здоровый образ жизни.	1	-
Тема 2. Статика и динамика человеческого тела. Утомление и отдых. Защита крови. Гигиена воздуха. Вред курения.	1	-
Тема 3. Гигиена питания. Долголетие и обмен веществ. Гигиена кожи. Мозг и труд. Алкоголь – яд для организма. Связь анализаторов и организма в целом.	1	
<b>2 РАЗДЕЛ Оказание первой медицинской помощи</b>	<b>6</b>	<b>6</b>
Тема 1. Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки, АИ, ИПП, ППИ).	1	1
Тема 2. Извлечение раненых из боевой техники и завалов	1	1
Тема 3. Тушение горячей одежды и оказание помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.	1	1
Тема 4. Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.	1	1
Тема 5. Первая помощь при утоплении.	1	1
Тема 6. Первая помощь при отравлениях и обмороках.	1	1
<b>3 РАЗДЕЛ Доврачебная реанимация</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
Тема 1. Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии	2	2
Тема 2. Временная остановка наружного кровотечения	2	2
Тема 3. Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность	2	2
Тема 4. Временная иммобилизация поврежденной области	1	1
Тема 5. Способы приближения к раненым.	1	1
Транспортировка раненых до пункта сбора		
<b>4 РАЗДЕЛ Зеленая аптека. Лекарственные травы.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
Тема 1. Применение трав в оказании первой медицинской помощи.		
Тема 2. Лекарственные травы: мать и мачеха, зверобой, мята, подорожник, кровохлебка, тысячелистник, одуванчик, ромашка аптечная.		
<b>5 РАЗДЕЛ Заключение. Полевые выходы. Участие в соревнованиях.</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>19</b>	<b>17</b>



## Содержание учебного плана.

Разделы и темы занятий	Кол-во часов	Содержание
<p><b>1 РАЗДЕЛ Резервы нашего организма</b></p> <p>Тема 1. Основы анатомии, физиологии и гигиены человека. Здоровый образ жизни.</p> <p>Тема 2. Статика и динамика человеческого тела. Утомление и отдых. Гигиена воздуха. Вред курения.</p> <p>Тема 3. Гигиена питания. Долголетие. Гигиена кожи. Связь анализаторов и организма в целом. Алкоголь – яд для организма.</p>	<p><b>3</b></p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>Рассказ о возможностях человеческого организма, о скрытых его резервах, об индивидуальных его особенностях развития каждого человека и о том, какими способами можно раскрыть, сохранить и приумножить резервы своего организма. Основные понятия здорового образа жизни.</p> <p>Опора и движение организма. Костная пружина. Пропорции тела. Рост человека. Два вида мышечной ткани. Причины утомления. Ритм работы. Условия равновесия. Асимметрия тела. Польза физических упражнений. Спортивное долголетие. Дыхательная функция крови, защитные свойства крови. Иммуитет. Антибиотики. Переливание крови, «искусственная кровь». Сердце, мозг, пульс. Органы дыхания. Носовая полость, легкие. Дыхание и движение. Вред курения.</p> <p>Пищеварение. Здоровые зубы. Аппетит. Полезная пища. Пост. Питание спортсменов. Обмен веществ и энергия. Соли, жиры, вода, белки, активаторы жизни, биотоки, витамины, гормоны и обмен веществ. Старение организма. Ортобиоз и продление жизни. Кожные образования. Гипотермия. Чистота кожи. Закаливание. Нервная система. Эмоции. Одаренность, рефлексы. Гигиена умственного труда. Сон, расстройство сна, гипноз. Алкоголь – яд для организма. Осязание, польза боли. Обезболивание. Тренировки равновесия. Ощущения – наши знания.</p>
<p><b>2 РАЗДЕЛ Оказание первой медицинской помощи.</b></p> <p>Тема 1. Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки, АИ, ИПП, ППИ).</p> <p>Тема 2. Извлечение раненых из убежищ, завалов.</p> <p>Тема 3. Тушение горящей одежды и оказание первой помощи обгоревшему.</p>	<p><b>12</b></p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>Аптечка индивидуальная (АИ), индивидуальный перевязочный пакет (ППИ), индивидуальный противохимический пакет (ИПП), пантоцид в таблетках, антисептик, возбудитель дыхания, косынка для повязок, бинты, жгут кровоостанавливающий, булавки, шлем для раненых в голову, носилки и лямки, трубка дыхательная ТД-1.</p> <p>Извлечение раненых из танка: открытие люка (связь с экипажем), извлечение вручную или с помощью лямки специальной, либо поясных ремней.</p> <p>Извлечение раненых из оборонительных сооружений и убежищ, завалов с помощью веревки, ремня, троса, лямки, лебедки, волоком на плащ-палатке, шинели.</p> <p>Тушение горящих участков одежды закрытием брезентом, накидкой, шинелью и с помощью перекачивания по земле, сбросом горящей одежды.</p>

<p>Действия спасателя при пожаре.</p> <p>Тема 4. Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.</p> <p>Тема 5. Первая помощь при утоплении.</p> <p>Тема 6. Первая помощь при отравлениях, обмороках.</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>Тушение зажигательных веществ более трудоемко: Накрывание сгустка напалма тканью, шапкой, глиной, снегом, несколькими турами бинта, надеванием противогаза.</p> <p>Способы надевания противогаза на раненого: сидя у изголовья, лежа на спине или животе. При повреждениях лица или головы используется шлем для раненых в голову: ШР-3</p> <p>Условия, способствующие отморожению. 4 степени отморожения. Методы профилактики и экстренной помощи. Ознобление. Профилактика. Общее охлаждение. Простудные заболевания. Профилактика, лечение.</p> <p>Способы приближения спасателя к тонущему. Освобождение от захватов тонущего и транспортировка пострадавшего на воде.</p> <p>Схема действий спасателя в случае наличия рвотного рефлекса. Схема действий спасателей при отсутствии рвотного рефлекса. Правила обращения с пострадавшим от утопления. Примерные нормативные требования для старшеклассников по прикладному плаванию и спасению утопающих.</p> <p>Способы оказания первой помощи при:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-пищевом отравлении;</li> <li>-отравлении ядовитыми газами; -отравлении лекарственными препаратами;</li> <li>-отравлении алкоголем и никотином, наркотическим средством.</li> </ul> <p>Меры предосторожности для оказывающих помощь в целях сохранения собственного здоровья.</p> <p>Причины и последствия обмороков.</p> <p>Первая помощь при обмороках. Повторные обмороки.</p>
<p><b>3 РАЗДЕЛ Доврачебная реанимация</b></p> <p>Тема 1. Обезболивающие средства. Антидоты отравления.</p> <p>Тема 2. Временная остановка наружного кровотечения.</p> <p>Тема 3. Наложение асептических повязок на</p>	<p><b>16</b></p> <p>4</p> <p>4</p> <p>4</p>	<p>Антидот против ФОВ (шприц-тюбик). Способы введения и условия дозировки препарата. Промедол. Противопоказания к его применению.</p> <p>Предупреждение или устранение асфиксии: исследование полости рта, закрепление языка булавкой, очищение полости рта от однородной массы, восстановление дыхания. Трубка дыхательная ТД1. Способы – «изо рта в рот», «изо рта в нос», путем ритмического сдавливания грудной клетки по Сильвестру, Нильсену. Устранение удушья у пораженных ОВ.</p> <p>Понятие типов кровотечения: артериальное, венозное, капиллярное. Способы остановки кровотечения: пальцевое прижатие артерий к костным выступам, с помощью жгута или давящей повязки, сгибом раневой конечности в вышерасположенном суставе. Особенности применения каждого способа.</p> <p>Понятие о ране. Защита раны. Подготовка поврежденного участка к бинтованию. Бинтование</p>

<p>рану или ожоговую поверхность</p> <p>Тема 4. Временная иммобилизация поврежденной области.</p> <p>Тема 5. Способы приближения к раненым.</p> <p>Транспортировка раненых до пункта сбора.</p>	<p>2</p> <p>2</p>	<p>под обмундированием. Виды повязок: восьмиобразная, колосовидная, спиральная, циркулярная, повязка «с портупеей», крестообразная. Утепление поврежденной части тела в зимнее время.</p> <p>Важность грамотной иммобилизации, используемый материал для наложения шин, правила наложения шин при разных ранениях и переломах.</p> <p>Способы приближения к раненым: короткая перебежка, движения пригнувшись, переползания – на боку, по-пластунски, на полу четвереньках, приближение на санитарном транспорте.</p> <p>Утепление раненых в холодное время года и расположение в тени в жаркое время года. Способы оттаскивания: на боку, на спине, с помощью плащ-палаток, волокуш. Обозначение мест укрытия раненых, сигналы, применяемые на поле боя. Способы выноса раненого одним санитаром без использования табельных и подручных средств: на спине, на руках перед собой, на плече. Способы выноса раненого двумя санитарями без вспомогательных средств: вынос «на замке», на руках между собой, на руках перед собой. Способы выноса раненого с использованием средств: лямок, носилок, плащ-палаток, накидок. Способы укладки на носилки. Эстафетный способ (метод «подстав»).</p> <p>Вывоз раненых (перегрузка, санитарный транспорт, выгрузка раненых).</p>
<p><b>4 РАЗДЕЛ Лекарственные травы.</b></p>	<p><b>4</b></p>	<p>Применение трав в оказании первой медицинской помощи. Мать и мачеха, зверобой, мята, подорожник, кровохлебка, тысячелистник, одуванчик, ромашка аптечная, и др.</p>
<p><b>5 РАЗДЕЛ Участие в соревнованиях.</b></p> <p><b>ИТОГО:</b></p>	<p><b>1</b></p> <p><b>36</b></p>	<p>Соревнования.</p>

## **1.4 Планируемые результаты освоения обучающимися программы**

### *Личностные результаты освоения программы курса.*

- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
- Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
- Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

### *Метапредметные результаты освоения программы курса.*

- Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления.
- Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.
- Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

- Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установление аналогий и причинно-следственных связей, построение рассуждений.
- Готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою точку зрения и оценку событий.
- Определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

*Предметные результаты освоения программы курса.*

- самостоятельно лечить несложные ранки, натертости, царапины;
- уметь оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим при ожогах, удушье, утоплении, отравлении; - знать и правильно выполнять все способы остановки кровотечений (капиллярного, венозного, артериального);
- знать приемы обезболивания и антидоты отравления;
- уметь наложить асептическую повязку на любую часть тела;
- сделать из подручных средств и мобилизирующий инструмент при переломах конечностей;
- уметь оказать помощь при переохлаждениях и утоплениях, ожогах и отравлениях, проводить реанимационный комплекс при обмороках;
- знать и уметь выполнять основной комплекс лечебной физкультуры, знать все об осанке и сохранять правильную осанку;
- знать более глубоко основы народной медицины, уметь лечиться травами и растениями;
- уметь оказать быструю и квалифицированную помощь при автодорожном происшествии, при травмах глаз, рта, груди, при переохлаждениях и солнечном или тепловой ударе, сдавливании конечностей, укусах змей и клещей, при вывихах и ушибах.

**Блок № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

**2.1. Календарный учебный график**

Первый год обучения:

Количество учебных недель – 36

Количество учебных дней – 36

Учебный период – сентябрь – май

Количество учебных часов- 36.

**2.2 Условия реализации программы:**

5. материально – техническая база (кабинет для занятий, компьютер, принтер, основной и вспомогательный инструменты)
6. дидактическое обеспечение (наглядные пособия, фотоматериалы, работы детей)
7. методическое обеспечение(методическая и техническая литература; специальная литература по прикладному искусству)
8. плакаты по технике безопасности.

**Методические условия:**

набор репродукций и демонстрационного материала по основным темам курса;

шаблоны;

тематическая литература;

видеоматериалы (если есть возможность использовать).

**Кадровое обеспечение программы**

В реализации данной программы занят педагог дополнительного образования

Гаврилов Андрей Владимирович.

## **Учебное оборудование:**

### **2. Технические средства обучения**

- Мультимедийный компьютер
- Цифровая фотокамера
- Мультимедиапроектор
- Экран настенный

### **3. Средства программного обучения и контроля знаний**

- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций»
- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»
- Мультимедийная энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях
- Компьютерная обучающая программа «Действия при авариях на химически опасных объектах»

### **4. Макеты, муляжи, модели**

- Макеты фильтрующих, изолирующих и других противогазов, респираторов в разрезе
- Муляжи тела человека

### **5. Стенды, плакаты**

- Безопасность в быту
- Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях
- Активный отдых на природе
- Опасные ситуации в природных условиях
- Безопасность на воде

- Классификация чрезвычайных ситуаций по характеру источника возникновения
- Классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по масштабу их распространения и тяжести последствий
- Правила безопасного поведения при землетрясении
- Правила безопасного поведения при наводнении
- Правила безопасного поведения при аварии на радиационно-опасном объекте
- Правила безопасного поведения при аварии на химически опасном объекте
- Первая помощь при массовых поражениях
- Правила транспортировки пострадавших
- Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций
- Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи

## **6. Средства индивидуальной защиты (СИЗ)**

- Средства защиты дыхания
- Ватно-марлевые повязки
- Противопылевые тканевые маски
- Противогазы (типа ГП-7, ПДФ-7, ИП-4М и т. п.) Средства защиты кожи
- Аптечка индивидуальная (типа АИ-2 и т. п.)
- Пакеты перевязочные (типа ППИ и т. п.)
- Пакеты противохимические индивидуальные (типа ИПП-8, ИПП-11 и т. п.)
- Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой помощи
- Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7 м x x 14 см
- Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5 м x x Ю см



- Шина фанерная длиной 1 м
- Жгут кровоостанавливающий эластичный

## 7. Аудиовизуальные пособия

- Действия учащихся по сигналам ГО
- Средства индивидуальной защиты
- Средства коллективной защиты (убежища, укрытия, порядок устройства простейшего укрытия)
- Гидродинамические аварии
- Автономное существование человека в природных условиях
- Безопасность на улицах и дорогах
- Безопасность на воде
- Безопасность на природе.

### 2.3. Формы аттестации

Для проверки знаний учащихся применяются следующие формы аттестации:

наблюдение;

викторина;

тематические сообщения (домашнее задание);

практическая работа;

проект.

### 2.4 Формы контроля и подведения итогов реализации программы.

Оценка качества реализации программы включает в себя вводный, промежуточный и итоговый контроль учащихся.

*Вводный контроль* – определение исходного уровня знаний и умений учащихся.

Входной контроль осуществляется в начале первого года обучения.

*Промежуточный контроль* осуществляется в конце первого и второго

годов обучения и направлен на определение уровня усвоения изучаемого материала.

*Итоговый контроль* осуществляется в конце курса освоения программы и направлен на определение результатов работы и степени усвоения теоретических и практических ЗУН, сформированности личностных качеств.

По уровню освоения программного материала результаты достижений условно подразделяются на высокий, средний и низкий.

Уровень освоения программы оценивается как высокий, если обучаемые полностью овладели теоретическими знаниями, правильно их используют на практике.

Уровень освоения программы оценивается как средний, если обучаемые овладели не всей полнотой теоретических знаний и практических умений.

Уровень освоения программы оценивается как низкий, если учащиеся овладели лишь частью теоретических знаний и практических навыков.

#### Оценочные материалы

В конце учебного года по завершении курса обучения проходит итоговая аттестация с использованием диагностических методик.

### **2.5 Методические материалы**

#### **Технологии, формы и методы обучения.**

В образовательном процессе используются технологии: информационно-коммуникативного обучения, проблемного обучения, развивающего обучения, дифференцированного обучения, игровые технологии, обучение в сотрудничестве, технология портфолио, здоровьесберегающие технологии.

#### **Формы работы**

##### *Практико-теоретическая*

Теоретические сведения даются в форме познавательных бесед продолжительностью не более 10-15 минут на каждом занятии.

*Практическая*

Реализация приобретенных теоретических знаний на практике.

*Индивидуальная*

Одновозрастной коллектив предполагает подборку задания индивидуально каждому воспитаннику с тем, чтобы обеспечить успешность их выполнения.

### **Методы обучения**

*Репродуктивный* - основополагающий метод обучения для освоения программы.

*Диалогический* – предполагает объяснение теоретического материала в виде познавательных бесед. Беседы ведутся в диалогической, часто в вопросно-ответной форме и сопровождаются показом, демонстрацией. Ребята имеют возможность поспорить с педагогом, доказать ему правоту своих суждений.

Предусматривается использование таких педагогических технологий:

Технология блочно-модульного обучения.

Технология проектного обучения

Игровые технологии.

Здоровьесберегающие технологии.

## Методическое обеспечение

### 1 ступени обучения (базовый уровень)

Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы контроля/ аттестации
1 РАЗДЕЛ Резервы нашего организма	Беседа П/з	Словесные, наглядные, практические	Инструкция по технике безопасности. Макеты, муляжи, модели	Мультимедийный компьютер Цифровая фотокамера Мультимедиа проектор Экран настенный.	Вводный контроль
2 РАЗДЕЛ Оказание первой медицинской помощи.	Беседа П/з	Словесные, наглядные, практические	Плакаты по теме. Макеты, муляжи, модели. СИЗ. Аудиовизуальные пособия.	Мультимедийный компьютер Цифровая фотокамера Мультимедиа проектор Экран настенный.	Промежуточный контроль, Практ работа
3 РАЗДЕЛ Доврачебная реанимация.	Беседа П/з	Словесные, наглядные, практические	Плакаты по теме. Макеты, муляжи, модели. СИЗ. Аудиовизуальные пособия.	Мультимедийный компьютер Цифровая фотокамера Мультимедиа проектор Экран настенный.	Промежуточный контроль, Практ работа
4 РАЗДЕЛ Лекарственные травы.	Беседа П/з	Словесные, наглядные, практические	Плакаты по теме.	Мультимедийный компьютер Цифровая фотокамера Мультимедиа проектор Экран настенный.	Промежуточный контроль, Практ работа
5 РАЗДЕЛ Участие в соревнованиях.	Беседа П/з	Словесные, наглядные, практические	Плакаты по теме.	Школьный стадион.	Промежуточный контроль, Практ работа

## **2.6 Список литературы**

### **Литература для педагога:**

1. Домашний доктор. Лечебные домашние средства. Под редакцией Деборы Ткач. Москва, 2018г.
2. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека. Пособие для учащихся. И.Д. Зверев. Москва, "Просвещение", 2010г.
3. Лечебная физкультура. Новейший справочник. Санкт-Петербург. И.В. Милюкова, Т.А. Евдокимова. Москва, 2013.
4. Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. Разработчики В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М, «Издательство НЦ ЭНАС», 2013г.
5. «Основы выживания в экстремальной ситуации». Бэрри Дэвис. М, 2013.
6. Руководство по медицинской службе гражданской обороны. Редакция А.И. Бурназяна. Москва, "Медицина", 2013г.
7. Справочник медицинской сестры по уходу. Редакция Н.Р. Палеева. Москва, "Медицина", 2019г.

### **Литература для учащихся:**

1. Лечебная физкультура. Новейший справочник. Санкт-Петербург. И.В. Милюкова, Т.А. Евдокимова. Москва, 2013.
2. Резервы нашего организма. Г.И. Косицкий, Д.Н. Дьяконова. Москва, "Просвещение", 2015г.

**Календарно-тематический учебный график:****Базовый уровень обучения:**

№ п/п	Число	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1			14.55-15.20	Беседа	1	Основы анатомии, физиологии и гигиены человека. ЗОЖ.	Каб №18	Пр/раб
2			14.55-15.20	Беседа	1	Статика и динамика человеческого тела. Утомление и отдых. Гигиена воздуха. Вред курения.	Каб №18	Пр/раб
3			14.55-15.20	Беседа	1	Гигиена питания. Долголетие. Гигиена кожи. Связь анализаторов и организма в целом. Алкоголь – яд для организма.	Каб №18	Пр/раб
4			14.55-15.20	Беседа	1	Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки, АИ, ИПП, ППИ).	Каб №18	Пр/раб
5			14.55-15.20	П/з	1	Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки, АИ, ИПП, ППИ).	Каб №18	Пр/раб
6			14.55-15.20	Беседа	1	Извлечение раненых из боевой техники и завалов.	Каб №18	Пр/раб
7			14.55-15.20	П/з	1	Извлечение раненых из боевой техники и завалов.	Каб №18	Пр/раб
8			14.55-15.20	Беседа	1	Тушение горячей одежды и оказание помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.	Каб №18	Пр/раб
9			14.55-15.20	П/з	1	Тушение горячей одежды и оказание помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.	Каб №18	Зачёт
10			14.55-15.20	Беседа	1	Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.	Каб №18	Пр/раб
11			14.55-15.20	П/з	1	Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.	Каб №18	Пр/раб
12			14.55-15.20	Беседа	1	Первая помощь при утоплении.	Каб №18	Пр/раб
13			14.55-15.20	П/з	1	Первая помощь при утоплении.	Каб №18	Пр/раб
14			14.55-15.20	Беседа	1	Первая помощь при отравлениях и обмороках.	Каб №18	Пр/раб
15			14.55-15.20	П/з	1	Первая помощь при отравлениях и обмороках.	Каб №18	Пр/раб
16			14.55-15.20	Беседа	1	Обезболивающие средства, антитоксические средства отравления.	Каб №18	Зачёт

						Предупреждение асфиксии.		
17		14.55-15.20	Беседа	1	Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии.	Каб №18	Пр/раб	
18		14.55-15.20	П/з	1	Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии.	Каб №18	Пр/раб	
19		14.55-15.20	П/з	1	Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии.	Каб №18	Пр/раб	
20		14.55-15.20	Беседа	1	Временная остановка наружного кровотечения.	Каб №18	Пр/раб	
21		14.55-15.20	Беседа	1	Временная остановка наружного кровотечения.	Каб №18	Пр/раб	
22		14.55-15.20	П/з	1	Временная остановка наружного кровотечения.	Каб №18	Пр/раб	
23		14.55-15.20	П/з	1	Временная остановка наружного кровотечения.	Каб №18	Зачёт	
24		14.55-15.20	Беседа	1	Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность.	Каб №18	Пр/раб	
25		14.55-15.20	Беседа	1	Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность.	Каб №18	Пр/раб	
26		14.55-15.20	П/з	1	Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность.	Каб №18	Пр/раб	
27		14.55-15.20	П/з	1	Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность.	Каб №18	Пр/раб	
28		14.55-15.20	Беседа	1	Временная иммобилизация поврежденной области.	Каб №18	Пр/раб	
29		14.55-15.20	П/з	1	Временная иммобилизация поврежденной области.	Каб №18	Пр/раб	
30		14.55-15.20	Беседа	1	Способы приближения к раненым. Транспортировка раненых до пункта сбора.	Каб №18	Пр/раб	
31		14.55-15.20	П/з	1	Способы приближения к раненым. Транспортировка раненых до пункта сбора.	Каб №18	Зачёт	
32		14.55-15.20	Беседа	1	Применение трав в оказании первой медицинской помощи.	Каб №18	Пр/раб	
33		14.55-15.20	П/з	1	Применение трав в оказании первой медицинской помощи.	Каб №18	Пр/раб	
34		14.55-15.20	Беседа	1	Лекарственные травы: мать и мачеха, зверобой, мята, подорожник и другие.	Каб №18	Пр/раб	
35		14.55-15.20	П/з	1	Лекарственные травы: кровохлебка, тысячелистник, одуванчик, ромашка аптечная.	Каб №18	Пр/раб	
36		14.55-	П/з	1	Полевые выходы. Участие в	Каб №18	Зачёт	

			15.20			соревнованиях.		
--	--	--	-------	--	--	----------------	--	--