

Приложение к основной образовательной программе  
Начального/основного/среднего общего образования  
(приказ №647 от 31.08.2023г.)

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Департамент образования и науки ХМАО-Югры**  
**Департамент образования администрации Сургутского района**  
**МБОУ "Федоровская СОШ № 5"**

РАССМОТРЕНО  
Протокол заседания МО  
От 31.08.2023г. №1  
Руководитель МО

*Мед. Меланова*

СОГЛАСОВАНО  
Протокол заседания  
методического совета от  
31.08.2023г. №1

Заместитель директора  
*Е.И. Приблуда*

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом от 31.08.2023г. №1  
Директор школы  
*Т.В. Артющенко*



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по внеурочной деятельности**

По курсу: Клуб «МЧС»

Количество часов: 34

Уровень: основное общее

Разработчик: Павлов Евгений Павлович, педагог внеурочной деятельности, учитель физической культуры.

На 2023-2024 учебный год

г.п. Федоровский

## СОДЕРЖАНИЕ

---

Пояснительная записка	3
Общая характеристика курса внеурочной деятельности	3
Актуальность курса внеурочной деятельности	3
Цели и задачи курса внеурочной деятельности	4
Планируемые результаты курса внеурочной деятельности	5
Учебно-тематический план занятий клуба «МЧС»	6
Тематическое планирование занятий клуба «МЧС»	10
Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса	11

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

---

В соответствии с требованиями Федеральных законов России «Об образовании», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «О гражданской обороне» и др. разработана программа клуба «МЧС» для учащихся 7-9 классов. Одними из основных моментов в практической реализации вышеназванных законов Российской Федерации являются постоянное информирование населения, пропаганда знаний, обеспечение правильных действий населения в опасных для жизни и здоровья условиях в случае возникновения чрезвычайных ситуаций. В соответствии с вышеизложенным предлагается программа, обеспечивающая непрерывность обучения населения, начиная с младшего школьного возраста, правильным действиям в опасных для жизни и здоровья ситуациях.

История развития человеческого общества неразрывно связана с реальными ЧС природного, техногенного, эпидемиологического, социального характера. Нередко ЧС становились причиной гибели и страданий людей, уничтожения материальных ценностей, изменения окружающей природной среды, привычного уклада жизни. Иногда ЧС приводили к закату цивилизаций и государств, служили толчком в развитии народов и регионов. Крупномасштабные ЧС приводили к подрыву экономических и политических систем, пересмотру вопросов взаимодействия человека и природы, человека и техники, людей между собой. Почти каждый день мы слышим из средств массовой информации, видим на экранах телевизоров и мониторов сообщения и сюжеты о катастрофах, авариях, бедствиях и других трагедиях, но случается и так, что мы сами становимся свидетелем или участником какой-либо ЧС, никто от этого не застрахован. И подрастающее поколение должно быть готово к таким ситуациям, к активным действиям в них, ведь профессиональная помощь не всегда может прибыть вовремя, а каждая выигранная секунда зачастую означает спасенную жизнь. Развитие технического прогресса и современная ситуация в стране обуславливает большое многообразие навыков которыми должен обладать спасатель и предусматривает его всестороннюю развитость; учебная программа раскрывает основные из этих требований, при этом уделяя внимание дальнейшему саморазвитию каждого из обучаемых.

### **Актуальность программы.**

Организация работы с детьми и подростками в области защиты от чрезвычайных ситуаций и подготовки к действиям в условиях социальных и военных конфликтов, как и криминогенных ситуаций, а также формирование активной позитивной жизненной позиции у подрастающего поколения являются одной из наиболее острых социальных проблем. Все еще велико число детей, пострадавших в результате различных чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, дорожно-транспортных происшествий, неосторожного обращения с огнем, на воде и т. д. В подростковой среде наблюдаются проявления социального равнодушия и высокий уровень преступности.

Для младшего школьника особенно актуальны следующие способы передачи своего отношения к полученной информации: движение (активное практическое действие, игра как реализация полученных знаний, рисунок) и слово (беседа, рассказ). Последовательность изучения тем дополнительного материала по клубу «МЧС» определяется содержанием тем основного курса. В ходе реализации содержания программы учащиеся должны овладеть не только правилами безопасного поведения в различных ситуациях, но и путями и средствами укрепления здоровья: уметь оказывать первую медицинскую помощь, общаться со сверстниками и взрослыми, знать о значении природного окружения для здоровья человека.

Программой предусмотрены обязательные практические занятия:

- работа с дидактическим материалом (в игровой форме);
- изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций (например, знакомство с правилами дорожного движения на улицах, площадях и перекрестках, расположенных вблизи школы).

Программа построена с учетом уровня подготовки и общего развития учащихся начальной школы и включает в себя основные, наиболее часто встречающиеся опасные ситуации, в которых ребенок может оказаться дома, на улице, в школе, в природных условиях.

Программа клуба «МЧС» рассчитана на 1 год обучения 34 часов: 1 часа в неделю и включает в себя ряд лекционных занятий, практические занятия, соревнования.

### **Цель**

формирование социального опыта школьника, осознание им необходимости уметь применять полученные знания в нестандартной ситуации.

### **Задачи**

- развитие у детей чувства ответственности за свое поведение,
- бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.

**Реализация программы позволит:**

- привить учащимся начальные знания, умения и навыки в области безопасности жизни;
- сформировать у детей научно обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности;
- выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

---

### **Знать:**

- основные положения руководящих документов по вопросам организации и ведения аварийно-спасательных работ (АСР);
- функции спасательной службы и законодательную базу по ней;
- специфику аварий, катастроф и стихийных бедствий региона, их поражающие факторы и последствия;
- принципы организации и порядок ведения АСР при различных ЧС;
- свои задачи, права и обязанности;
- способы поиска, извлечения и транспортировки пострадавших в различных условиях;
- последствия применения современных видов оружия и специфику ведения АСР в этой ЧС;
- приемы оказания первой медицинской помощи;
- особенности оказания первой медицинской помощи при переломах различной локализации;
- способы переноски и транспортировки пострадавших при различных переломах;
- средства для оказания первой медицинской помощи;
- способы страховки и самостраховки;
- технику безопасности при выполнении АСР;

### **Уметь:**

- ориентироваться в законодательной базе по аварийно-спасательному делу;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- работать с компасом и картой, ориентироваться на местности в любое время суток при различных погодных условиях;
- контролировать свое морально-психологическое состояние при ЧС;
- применять приемы управления своим состоянием;
- иметь представление:
- об отечественном и зарубежном опыте ведения АСР в различных ЧС природного и техногенного характера;
- о природных явлениях региона;
- о процессе горения, пожаре и его развитии;

- об особенностях тушения пожаров различных категорий на различных объектах;
- об основах психологических знаний и особенностях поведения человека в ЧС.

**Учебно-тематический план занятий  
клуба «МЧС»**

1	Специальная подготовка.	9
2	Противопожарная подготовка.	6
3	Медицинская подготовка.	7
4	Основы ориентирования.	4
5	Физическая подготовка.	5
6	Средства индивидуальной защиты.	3
	Итого:	34

**Специальная подготовка.**

Вводное занятие.

Из истории спасательного дела в России.

Знакомство с целями и задачами клуба «МЧС», программой обучения, правилами дорожного движения, знаками. Отработка практических навыков переход улиц по зебре, по сигналу светофора, используя рекреацию начальных классов.

Чрезвычайные ситуации в крае.

Понятие о чрезвычайных ситуациях.

Стихийные бедствия, аварии, катастрофы и другие экстремальные ситуации, которые возникают и могут возникнуть на территории края.

Классификация чрезвычайных ситуаций.

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Землетрясения, наводнения, сель, снежные лавины, оползни, лесные пожары, градо-грозовые процессы и другие опасные природные явления, возможные на территории Кировского района. Причины, последствия, меры защиты.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Понятие об авариях, катастрофах, взрывах, пожарах. Аварии и катастрофы на предприятиях, транспорте, на объектах жилищно-

коммунального хозяйства. Причины, последствия, меры защиты.

Чрезвычайные ситуации экологического характера.

Понятие об экологии, нарушении экологического равновесия. Состояние экологической обстановки в крае. Причины нарушения экологического равновесия, последствия, меры защиты.

Чрезвычайные ситуации криминального характера. Защита от терроризма.

Понятие об опасностях криминального характера. Сущность терроризма, его опасность, причины. Виды терроризма. Меры защиты от терроризма.

Чрезвычайные ситуации, связанные с массовыми заболеваниями людей, животных, растений.

Характерные массовые заболевания среди людей, животных, растений. Причины возникновения, последствия, меры защиты.

Организационные основы гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций.

Понятие о гражданской обороне.

Необходимость гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций.

Этапы гражданской обороны. Структура и задачи по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Силы гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций в крае.

Правовые основы гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций.

Нормативно-правовые акты, регламентирующие деятельность аварийно-спасательных служб и формирований МЧС РФ. Федеральные Законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О гражданской обороне», «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей».

Человек и окружающая среда. Основные правила поведения и меры защиты (полевой лагерь).

Человек и окружающая среда. Возможные последствия для организма человека, пребывающего в экстремальных условиях.

Основные правила поведения человека в экстремальных природных условиях.

Выживание в природной среде. Организация жилья. Укрытия, питания, защиты в экстремальных природных условиях (жара, холод, условия задымленности) (практическое занятие).

Определение места нахождения (ориентация) на местности. Защита от животных и насекомых. Перемещение в природной среде (практическое занятие).

Организация и ведение аварийно-спасательных работ.

Поисково-спасательная служба Октябрьского района. Организация и возможности службы спасения. Организация оповещения спасателей.

Порядок получения и уяснение информации при ЧС. Оценка обстановки и принятие решения на ведение поисково-спасательных работ.

Организация оперативного дежурства в зоне ЧС.

Подготовка к поисково-спасательным работам (инструменты, механизмы, приспособления, приборы, экипировка, средства, необходимые для проведения работ) (практическое занятие).

Ведение поисково-спасательных работ. Поиск пострадавших, их извлечение, определение состояния, оказание первой медицинской помощи

и транспортировка в безопасное место. (практическое занятие).

Локализация очага поражения (отключение газа, воды, электричества, тушение пожара).

Спасение животных.

Технические средства поисково-спасательных работ.

Технические средства и оборудование, применяемые при ПСР, их технические характеристики. Хранение средств спасения (практическое занятие).

Проверка исправности и подготовка к работе (практическое занятие).

Техника безопасности при проведении поисково-спасательных работ.

Травматизм спасателей и их причины. Причины травматизма. Типичные травмы. Профилактика травматизма.

### **Противопожарная подготовка.**

Общие понятия о пожаре. Классификация. Огнетушащие средства.

Огнетушители. Назначение, подготовка и применение, правила пользования (практическое занятие).

Пожарные машины, инструмент (практическое занятие).

Спасение людей на пожарах и самоспасение. Отработка приемов и способов спасения людей на пожарах. (практическое занятие).

### **Медицинская подготовка спасателей.**

Средства оказания первой медицинской помощи (ПМП)

Первая медицинская помощь при ранениях, кровотечениях и травматическом шоке (практическое занятие).

ПМП при растяжениях, ушибах, вывихах (практическое занятие)

ПМП при переломах, длительном сдавливании конечностей (практическое занятие)

ПМП при повреждении глаз, уха, горла, носа (практическое занятие).

ПМП при обморожениях и ожогах (практическое занятие)

ПМП при поражениях АХОВ и ОВ (практическое занятие)

### **Основы ориентирования.**

Определение топографии. Ориентирование на местности (практическое занятие).

Движение по азимутам (практическое занятие)

Понятие о топографической карте. Работа с картой.

Ориентирование в горах.

Морально-психологическая подготовка спасателей.

Необходимость морально-психологической подготовки спасателей. Психологические особенности поведения людей в ЧС.

Задачи и содержание морально-психологической подготовки. Формы и методы работы по повышению морально-психологической подготовки спасателей.

Основы саморегулирования и психологической реабилитации.

Основы здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни, основные понятия и определения. Критерии здоровья.

Здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления индивидуального здоровья. Основные критерии здоровья.

Режим труда и отдыха.

Питание. Основные понятия и его роль в жизни человека.

Вредные привычки и их социальные последствия (алкоголь, курение, наркотики).

### **Физическая подготовка спасателей.**

Физические качества, необходимые спасателям.

Гимнастика. Развитие силы, выносливости, устойчивости. Воспитание настойчивости и упорства, смелости и решительности.

Предупреждение травматизма, страховка.

Кроссовая подготовка. Бег на 1 км.

Снаряжение, узлы, их применение.

Питание в пешеходном походе.

Техника передвижения и страховки в горной местности, на скально-ледовых участках.

Охрана природы, памятников истории и культуры.

### **Средства индивидуальной защиты.**

Классификация средств индивидуальной защиты. Назначение, принцип действия. Простейшие и подручные средства защиты. Отработка практических навыков в использовании индивидуальных средств защиты. Понятие о защитных сооружениях.

Противорадиационные укрытия, простейшие укрытия. Укрытие населения в приспособленных и спецсооружениях.

Приборы радиационной и химической разведки, дозиметрического контроля.

Приборы радиационной разведки.

Естественные и искусственные источники радиации. Методы обнаружения ионизирующих излучений. Классификация дозиметрических приборов и единицы измерения уровней и доз радиации. ТТД приборов разведки и дозконтроля.

Приборы химической разведки, АХОВ и ОБ. Принципы обнаружения АХОВ и ОБ.

Смертельные, поражающие предельно допустимые концентрации химических веществ.

ТТД приборов химической разведки.

Практическая работа с приборами.

Аварийные химически опасные и отравляющие вещества. Меры защиты.  
 Характеристика АХОВ и ОВ.  
 Химически опасные предприятия в республике. Классификация ОВ. Меры защиты.

**Тематическое планирование занятий клуба «МЧС»**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Дата по плану	Дата по факту
<b>ТЕМА раздела</b>			
<b>Специальная подготовка.(9 часов)</b>			
1	Вводное занятие. Общее положение. Правила дорожного движения.		
2	Сигналы светофора, регулировщика.		
3	Ч.С. мирного и военного времени.		
4	Ч.С. природного характера.		
5	Ч.С. техногенного характера.		
6	Правила поведения при возникновении стихийных бедствий.		
7	Основы выживания в различных чрезвычайных ситуациях.		
8	Выживание в природной среде. Организация жилья, питания, защиты в природных условиях.		
9	Выживание в природной среде. Определение места нахождения, защита от животных и насекомых.		
<b>Противопожарная подготовка.(6 часов)</b>			
10	Общие понятия о пожаре, определение его причины, характера и силы.		
11	Огнетушители, назначение, подготовка к применению, правила пользования.		
12	Самоспасение людей при пожарах.		
13	Пожарная техника и её применение.		
14	Составление плана эвакуации из различных зданий. Способы эвакуации.		
15	Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности.		
<b>Медицинская подготовка.(7часов)</b>			
16	Основы анатомии и физиологии человека. Первая медицинская помощь в различных бытовых ситуациях.		

17	Средства оказания первой медицинской помощи спасателя.		
18	Основы гигиенических знаний.		
19	Первая медицинская помощь при растяжениях, вывихах, ушибах.		
20	Первая медицинская помощь при переломах.		
21	Транспортировка пострадавшего.		
22	Оказание первой медицинской помощи и транспортировка пострадавшего.		
	<b>Основы ориентирования.(4часа)</b>		
23	Ориентирование на местности.		
24	Компас. Его назначение.		
25	Автономное пребывание человека в природной среде		
26	Соревнование. Хождение по азимуту		
	<b>Физическая подготовка.(5часов)</b>		
27	Общефизическая подготовка.		
28	Кроссовая подготовка.		
29	Силовые упражнения. Подтягивание на перекладине.		
30	Силовые упражнения. Отжимание.		
31	Комплекс упражнений на выносливость.		
	<b>Средства индивидуальной защиты.(3часа)</b>		
32	Классификация средств индивидуальной защиты.		
33	Средства индивидуальной защиты органов дыхания.		
34	Средства индивидуальной защиты кожи.		

### Методическое обеспечение программы

Программа реализуется на базе МБОУ «Федоровская СОШ №5». Занятия будут проходить в кабинете №52 или в спортивном зале. В распоряжении педагога спортивный зал, рекреация начальных классов.

#### Формы проведения занятий

- Беседа
- Рассказ
- Интеллектуальные игры
- Групповые занятия

- Индивидуальная работа
- Мозговой штурм
- соревнования

### **Список использованной литературы**

1. Учебник по ОБЖ 8 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. М.: Просвещение, 2018.
2. Учебник по ОБЖ 7 класс А.Т. Смирнов. М.: Просвещение, 2017.
3. Учебник по ОБЖ 9 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. М.: Просвещение, 2010.
4. Гостюшин «Энциклопедия экстремальных ситуаций». Изд. «Зеркало». 1994г.
5. Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах. М.1990г.
6. Цвилюк Г.Е. Пособие по выживанию «Школа безопасности». М. ЭКСМО. 1995г
7. Учебник «Гражданская оборона». М. Просвещение. 1991г.
8. Учебник «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях». Г.Н.Кириллов. М. Изд. НИЦЭНАС. 2001г.