

Краснодарский край Каневской район ст. Челбасская
Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №26
имени Заслуженного учителя школы РФ А.Е. Дашутина

УТВЕРЖДАЮ

решением педагогического совета

от 30.08.2022 года протокол № 1

Председатель _____ Бузан Е.Г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА В РАМКАХ ПРЕПОДАВАНИЯ КУРСА
ОБЖ**

Комплексная

(тип программы)

Школа безопасности

(наименование)

1 год

(срок реализации)

34 часа

(количество часов)

9-11 класс

(возраст обучающихся)

Гранкин С.К.

(Ф.И.О. учителя, составителя)

Ожидаемые результаты:

Результаты по внеурочной деятельности «Школа безопасности» направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Ожидаемый результат обучения по данной примерной программе в наиболее общем виде может быть сформулирован как способность обучающихся правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера.

Таким образом, в результате изучения учебного курса «Школа безопасности» ученик должен:

Учащиеся будут знать:

1. правила выживания в условиях автономии;
2. правила выживания при ЧС;
- **уметь:**
3. действовать при возникновении ЧС;
4. действовать в условиях автономии;
- **использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности:**
5. для избегания попадания в стрессовые ситуации;
6. правильных действий при попадании в ЧС.

Учащиеся смогут научиться:

- описывать и использовать приёмы оказания первой помощи;
- прогнозировать воздействие негативных факторов на организм;
- взаимодействовать в группе (распределение обязанностей);
- смогут презентовать результаты собственной деятельности;
- ценностное отношение к жизни во всех её проявлениях, качеству окружающей среды, своему здоровью, здоровью родителей, членов своей семьи, педагогов, сверстников;
- начальный опыт применения знаний в труде, общественной жизни, в быту;
- умение противостоять негативным факторам, способствующим ухудшению здоровья;
- понимание важности непрерывного образования и самообразования в течение всей жизни;
- сформированность первоначальных профессиональных намерений и интересов;
- способность видеть и ценить прекрасное в природе, быту, труде, спорте и творчестве людей, общественной жизни;

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

Раздел 1: Автономное существование (6 часов).

Понятие об автономном существовании человека. Факторы выживания в условиях автономного существования. Обеспечение выживания в условиях автономного существования.

Оценка ситуации, принятие решения, разработка плана действия. Определение времени дня.

Подача сигналов бедствия.

Оборудование жилища.

Добывание огня и приготовление пищи без кухонной посуды. Питание в условиях автономного существования в различных регионах.

Профилактика возможных заболеваний с помощью лекарственных трав.

Раздел 2: Пожарная безопасность (4 часа).

Причины возникновения пожаров в бытовых условиях. Действия при возникновении пожара дома.

Подручные средства пожаротушения. Устройство и правила эксплуатации различных видов огнетушителей (пенный, углекислотный, порошковый).

Причины возникновения лесных пожаров, как их избежать. Действия при попадании в зону пожаров в природных условиях.

Раздел 3: Чрезвычайные ситуации природного характера нашего региона, действия в этих ситуациях (3 часа).

Описание опасных природных явлений, характерных для нашего региона, правила поведения при попадании в чрезвычайные ситуации природного характера.

Раздел 4: Психология поведения людей в экстремальных ситуациях (5 часов).

Влияние опасных факторов окружающей среды на психику человека. Условия возникновения стрессового состояния. Влияние стресса на поведение человека. Способы преодоления, стресса. Пути повышения психологической устойчивости человека к деятельности в условиях экстремальных ситуаций.

Психофизические основы саморегуляции. Основные приемы саморегуляции. Идеомоторная тренировка: сущность и содержание. Место идеомоторной тренировки при обучении правилам поведения в жизнеопасных ситуациях.

Волевая саморегуляция (самовнушение): сущность и содержание. Методика обучения приемам саморегуляции. Групповые и самостоятельные тренировки. Индивидуальные словесные формулы самовнушения.

Раздел 5: Топография (8 часов)

Понятие о топографии. Значение топографии в народном хозяйстве и в военном деле. Топографические условные знаки.

Рельеф местности и его изображение на картах. Приборы для ориентирования на местности.

Топографические карты. Определение расстояний на местности и на карте.

Азимут. Определение азимута на местности и на карте.
Движение на местности по азимуту.

Ориентирование на местности. Составление картосхем маршрута

Раздел 6. Узлы и их предназначение. (4 часа)

Узлы: академический, маркировочные
(практическое занятие)

Узлы: булинь, брамшкотовый. (Практическое занятие)

Узлы: прямой, проводник. (Практическое занятие)

Узлы: восьмерка, шкотовый, встречный. (Практическое занятие)

Раздел 7. Обустройство лагеря. (4 часа)

Распределение обязанностей в походе.

Укладка рюкзака. (Практическое занятие)

Выбор места для бивака. (Практическое занятие)

Установка палатки. (Практическое занятие)

Тематическое планирование

<i>№</i>	<i>Название темы</i>	<i>Общее количество часов</i>	<i>Теоретическая часть</i>	<i>Практическая часть</i>
1.	Автономное существование (6 часа)		6	
2.	Пожарная безопасность (4 часов)		4	
3.	Чрезвычайные ситуации природного характера нашего региона, действия в этих ситуациях (3 часа)		3	
4.	Психология поведения людей в экстремальных ситуациях (5 часов)		5	
5	Топография (8 час)		8	
6	Узлы и их предназначение (4 часа).			4
7	Обустройство лагеря (4 часа).		1	3
	ИТОГО	34	27	7