

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Закона Российской Федерации «Об образовании в РФ». Статья 14. Общие требования к содержанию образования (п. 5); Статья 32. Компетенция и ответственность образовательного учреждения (пп. 2 (части 5,6,7,16,20,23), 3 (часть 2)).

2. Типового положения об общеобразовательном учреждении. Постановление правительства РФ от 19.03.2001 г. №196 с изменениями от 10.03.2009 г. №216 ст. 41.

3. Федерального: базисного учебного плана и примерного учебного плана для образовательных учреждений РФ, программы общего образования. Приказ Министерства образования Российской Федерации от 9 марта 2004 г. № 1312 в редакции от 30.08.2010 г. № 889

4. Концепции профильного обучения на средней ступени обучения общего образования (Приказ МО РФ ОИ 18.02.2002 №2783)

5. Приказа о внесении изменений в ФГОС начального общего образования, утверждённый Министерством образования и науки РФ от 06.10.2009 г. №'373

6. Санитарные правила и нормы. (СанПин 2.42. - 2821 10).

В настоящее время возрастает роль и ответственность системы образования в деле подготовки населения в области безопасности жизнедеятельности и выработки у граждан Российской Федерации привычек здорового образа жизни. Только через образование можно обеспечить повышение уровня культуры всего населения страны в области безопасности жизнедеятельности и добиться снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства.

Наиболее полно и целенаправленно эти вопросы можно реализовывать в специальной отдельной образовательной области «ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ».

Рабочая программа учебного предмета «ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ» составлена на основе примерной программы, рекомендованной Управлением развития общего среднего образования Министерства образования Российской Федерации.

Программа «ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ» ориентирована на создание у школьников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. В содержание курса «Школа безопасности» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у

них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

Программа рассчитана 5-9 класс - 34 часа в год, 1 час в неделю

Цели и задачи:

Цель: овладение системой теоретических знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья.

Задачи:

- Формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.
- Формирование индивидуальной системы здорового образа жизни: значении двигательной активности и закаливании для здоровья человека, о гигиене питания и профилактики вредных привычек.
- Выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, ответственности за антиобщественное поведение и участие в антитеррористической деятельности.

Место предмета в учебном плане

Данная рабочая программа предполагает обучение в объеме по 34 часа, в неделю 1 час.

Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения курса.

Личностные результаты:

- развитие личностных в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций: обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение учащимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной

безопасности:

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, Генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действия в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера:
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

Предметные результаты:

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;
- формирование экстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умения оказывать первую медицинскую помощь;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников:

- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

Основные принципы реализации программы -научная обоснованность, доступность, учет возрастных особенностей школьников, практическая целесообразность, субъектность, деятельностный и личностный подходы, преемственность.

Целевая аудитория: 5 классы

Реализация программы опирается на содержание следующих предметов:

- биология
- физическая культура
- литература
- ОБЖ

Программа предусматривает проведение занятий, работу детей в группах, парах, индивидуальная работа, работа с привлечением родителей. Занятия проводятся 1 раз в неделю в учебном кабинете, библиотеке, медиатеке, спортзале, поликлинике, на пришкольном участке. Деятельность включает проведение экскурсий, лекций, встреч с интересными людьми, соревнований, реализации проектов, ит.д.

Деятельность предусматривает поиск необходимой недостающей информации в энциклопедиях, справочниках, книгах, на электронных носителях, в интернете, СМИ и т.д. Источником нужной информации могут быть взрослые: представители различных профессий, родители, увлеченные люди, а также другие дети.

Формы занятий:

Групповая работа, экскурсии, беседы, викторины, коллективные творческие дела, трудовые дела.

Формы контроля: 1.Наблюдение 2.Тестирование 3.Беседа 4.Проектная деятельность

Теоретические и практические занятия способствуют развитию устной коммуникативной и речевой компетенции учащихся, умениям:

- вести устный диалог на заданную тему:
- участвовать в обсуждении исследуемого объекта или собранного материала; участвовать в работе конференций, чтений.

3.Содержание программы:

1. Основы комплексной безопасности

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту. Основные причины возрастания потребности современного человека в общении с природой; особенности поведения человека в природной среде для обеспечения личной безопасности; активный туризм - наиболее эффективный способ общения человека с природой.

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

Безопасность на водоёмах Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно-опасные объекты, пожаровзрывоопасный объект, химически опасный объект)

Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников.

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

2.Здоровый образ жизни и его значение для гармоничною развития человека

Раскрыть понятие "здорового образа жизни", его составляющих, раскрыть значение культуры здорового образа жизни для сохранения своего здоровья и здоровья окружающих людей, опасность вредных привычек для твое организма и организма близких тебе людей.

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

3. Основы медицинских знаний

Формировать представление о травмах, значении принципов оказания первой медицинской помощи, постепенности и систематичности в закаливающих процедурах, познакомиться закаливающими факторами и результатами их воздействия на организм и здоровья человека. Оказание первой медицинской помощи. Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах. Перевязочные и лекарственные средства. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами.

Учебно-тематический план.

5 «В» класс

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		все го	ауди - торные	внеаудиторные	
1	Вводное занятие	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
2	Понятие об экстремальной ситуации	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
3	Экстремальные ситуации в природе	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль

4	Профессии, связанные с деятельностью в природе Акклиматизация и реакклиматизация Часовые пояса Воздействие внешних факторов на организм	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
5	Вынужденная автономия	1		1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
6	Фактор одиночества Вынужденная автономия Подача сигналов бедствия	1		1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
7	Ориентирование	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
8	Автономное существование и выживание Аварийное приземление Движение по снежной равнине Поиск и очистка воды Выбор места для укрытия Типы укрытий Способы добывания огня Защита ног в экстремальных ситуациях	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
9	Первая медицинская помощь	6	2	4	Самоконтроль

					Наблюдение Взаимоконтроль
10	Животный и растительный мир представляющий опасность для человека Помощь при отравлениях и укусах Остановка кровотечений в полевых условиях Переломы Способы транспортировки пострадавшего Наложение повязок	8	1	7	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
11	Общая физическая подготовка	5	1	4	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
12	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий. Силовые упражнения	4		4	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
	Итого	34	10	24	

Учебно-тематический план.

6 «Б» класс

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		все го	ауди - торн ые	внеауд иторны е	

1	Вводное занятие	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
2	Понятие об экстремальной ситуации	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
3	Экстремальные ситуации в природе	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
4	Профессии, связанные с деятельностью в природе Акклиматизация и реакклиматизация Часовые пояса Воздействие внешних факторов на организм	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
5	Вынужденная автономия	1		1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
6	Фактор одиночества Вынужденная автономия Подача сигналов бедствия	1		1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
7	Ориентирование	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль

8	<p>Автономное существование и выживание</p> <p>Аварийное приземление</p> <p>Движение по снежной равнине</p> <p>Поиск и очистка воды</p> <p>Выбор места для укрытия</p> <p>Типы укрытий</p> <p>Способы добывания огня</p> <p>Защита ног в экстремальных ситуациях</p>	2	1	1	<p>Самоконтроль</p> <p>Наблюдение</p> <p>Взаимоконтроль</p>
9	Первая медицинская помощь	6	2	4	<p>Самоконтроль</p> <p>Наблюдение</p> <p>Взаимоконтроль</p>
10	<p>Животный и растительный мир представляющий опасность для человека</p> <p>Помощь при отравлениях и укусах</p> <p>Остановка кровотечений в полевых условиях</p> <p>Переломы</p> <p>Способы транспортировки пострадавшего</p> <p>Наложение повязок</p>	8	1	7	<p>Самоконтроль</p> <p>Наблюдение</p> <p>Взаимоконтроль</p>
11	Общая физическая подготовка	5	1	4	<p>Самоконтроль</p> <p>Наблюдение</p> <p>Взаимоконтроль</p>

12	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий. Силовые упражнения	4		4	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
	Итого	34	10	24	

Учебно-тематический план.

7 «Б» класс

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		все го	ауди - торные	внеаудиторные	
1	Вводное занятие	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
2	Понятие об экстремальной ситуации	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
3	Экстремальные ситуации в природе	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль

4	Профессии, связанные с деятельностью в природе Акклиматизация и реакклиматизация Часовые пояса Воздействие внешних факторов на организм	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
5	Вынужденная автономия	1		1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
6	Фактор одиночества Вынужденная автономия Подача сигналов бедствия	1		1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
7	Ориентирование	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
8	Автономное существование и выживание Аварийное приземление Движение по снежной равнине Поиск и очистка воды Выбор места для укрытия Типы укрытий Способы добывания огня Защита ног в экстремальных ситуациях	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
9	Первая медицинская помощь	6	2	4	Самоконтроль

					Наблюдение Взаимоконтроль
10	Животный и растительный мир представляющий опасность для человека Помощь при отравлениях и укусах Остановка кровотечений в полевых условиях Переломы Способы транспортировки пострадавшего Наложение повязок	8	1	7	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
11	Общая физическая подготовка	5	1	4	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
12	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий. Силовые упражнения	4		4	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
	Итого	34	10	24	

Учебно-тематический план.

8 «Б» класс

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		все го	ауди - торн	внеауд иторны е	

			ые		
1	Вводное занятие	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
2	Понятие об экстремальной ситуации	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
3	Экстремальные ситуации в природе	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
4	Профессии, связанные с деятельностью в природе Акклиматизация и реакклиматизация Часовые пояса Воздействие внешних факторов на организм	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
5	Вынужденная автономия	1		1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
6	Фактор одиночества Вынужденная автономия Подача сигналов бедствия	1		1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
7	Ориентирование	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль

8	Автономное существование и выживание Аварийное приземление Движение по снежной равнине Поиск и очистка воды Выбор места для укрытия Типы укрытий Способы добывания огня Защита ног в экстремальных ситуациях	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
9	Первая медицинская помощь	6	2	4	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
10	Животный и растительный мир представляющий опасность для человека Помощь при отравлениях и укусах Остановка кровотечений в полевых условиях Переломы Способы транспортировки пострадавшего Наложение повязок	8	1	7	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
11	Общая физическая подготовка	5	1	4	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль

12	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий. Силовые упражнения	4		4	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
	Итого	34	10	24	

Учебно-тематический план.

9 «В» класс

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		все го	ауди - торные	внеауди торные	
1	Вводное занятие	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
2	Понятие об экстремальной ситуации	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
3	Экстремальные ситуации в природе	1	1		Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
4	Профессии, связанные с деятельностью в природе Акклиматизация и реакклиматизация Часовые пояса Воздействие внешних факторов на организм	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль

5	Вынужденная автономия	1		1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
6	Фактор одиночества Вынужденная автономия Подача сигналов бедствия	1		1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
7	Ориентирование	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
8	Автономное существование и выживание Аварийное приземление Движение по снежной равнине Поиск и очистка воды Выбор места для укрытия Типы укрытий Способы добывания огня Защита ног в экстремальных ситуациях	2	1	1	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
9	Первая медицинская помощь	6	2	4	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль

10	Животный и растительный мир представляющий опасность для человека Помощь при отравлениях и укусах Остановка кровотечений в полевых условиях Переломы Способы транспортировки пострадавшего Наложение повязок	8	1	7	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
11	Общая физическая подготовка	5	1	4	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
12	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий. Силовые упражнения	4		4	Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
	Итого	34	10	24	

4. Организационно –методическое обеспечение программы

1. Плакаты (библиотечка «ЦОР»):

- Вооруженные силы РФ
- Строевая подготовка
- Физическая подготовка
- Артиллерия и ракеты
- Медицинская подготовка
- Военная служба по контракту
- Огневая подготовка
- Инженерная подготовка
- Приборы радиационной и химической разведки
- Дни воинской славы

- Ордена и медали
- Великие полководцы
- Военная форма одежды
- Общевоинские уставы Вооруженных сил РФ.

2. Стенды:

- Огневая подготовка
- Основы военной службы;
- Первая медицинская помощь
- Уголок гражданской обороны;

3. Презентации:

- Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации;
- История Советского и Российского оружия;
- Дни воинской славы России;
- Организационная структура ВС РФ;
- Учебные сборы с юношами 10-х классов. - Ориентирование;
- Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России;
- Устройство и действие гранатометов и ручных гранат;
- Физическая культура и закалывание.

Учебное оборудование:

Радиационная, химическая и бактериологическая защита:

- Макет общевоинского противогаза (ГП-5, ГП-7);
- Линейка РЛ (для оценки радиационной обстановки при наземных взрывах);
- ДП-5Б, ДП-5В, Аптечка индивидуальная – по 1 шт.

Медицина:

- Аптечка первой помощи (ФЭСТ);
- Сумка медицинская 2 шт.

Инженерные войска: - Макет гранаты РГД-5;

- Мины АТ ММИ-19, УПГ-8, противотанковая, противопехотная.

Огневая подготовка:

- Массогабаритные АК-74 – 3шт.;
- Учебные гильзы, гранаты, запалы.

5 «В» класс (1 ч в неделю, всего 34 ч)

№	Тема урока	Кол-во часов на тему	Дата проведения		Корректировка
			план	факт	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках.	1	06.09.2024		
2.	Понятие об экстремальной ситуации.	1	13.09.2024		
3.	Экстремальные ситуации в природе.	1	20.09.2024		
4.	Профессии, связанные с деятельностью в природе Акклиматизация и реакклиматизация.	1	27.09.2024		
5.	Часовые пояса. Воздействие внешних факторов на организм.	1	04.10.2024		
6.	Вынужденная автономия.	1	11.10.2024		
7.	Фактор одиночества. Вынужденная автономия. Подача сигналов бедствия.	1	18.10.2024		
8.	Ориентирование.	1	25.10.2024		
9.	Автономное существование и выживание. Аварийное приземление. Движение по снежной равнине. Поиск и очистка воды.	1	08.11.2024		
10.	Выбор места для укрытия. Типы укрытий. Способы добывания огня. Защита ног в экстремальных ситуациях.	1	15.11.2024		
11.	Первая медицинская помощь при утоплении.	1	22.11.2024		
12.	Первая медицинская помощь при отморожении.	1	29.11.2024		
13.	Первая медицинская помощь при ожогах.	1	06.12.2024		
14.	Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе.	1	13.12.2024		
15.	Первая медицинская помощь при химических отравлениях.	1	20.12.2024		
16.	Первая медицинская помощь колотых, резаных, рубленых, рваных ранах	1	27.12.2024		
17.	Животный и растительный мир представляющий	1	10.01.2025		

	опасность для человека.				
18.	Помощь при отравлениях и укусах.	1	17.01.2025		
19.	Остановка кровотечений в полевых условиях.	1	24.01.2025		
20.	Переломы. Виды. Способы наложения шин в полевых условиях.	1	31.01.2025		
21.	Способы транспортировки пострадавшего.	1	07.02.2025		
22.	Наложение повязок (руки, ноги, голова).	1	14.02.2025		
23.	Строевая подготовка.	1	21.02.2025		
24.	Строевая подготовка.	1	28.02.2025		
25.	Общая физическая подготовка. Техника безопасности на уроках фзк.	1	06.03.2025		
26.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в волейбол.	1	13.03.2025		
27.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в баскетбол (стритбол).	1	20.03.2025		
28.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в футбол.	1	03.04.2025		
29.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в гандбол.	1	10.04.2025		
30.	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1	17.04.2025		
31.	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1	24.04.2025		
32.	Строевая подготовка.	1	08.05.2025		
33.	Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения.	1	15.05.2025		
34.	Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения.	1	22.05.2025		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

6 «В» класс (1 ч в неделю, всего 34 ч)

№	Тема урока	Кол-во часов на тему	Дата проведения		Корректировка
			план	факт	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках.	1	07.09.2024		
2.	Понятие об экстремальной ситуации.	1	14.09.2024		
3.	Экстремальные ситуации в природе.	1	21.09.2024		
4.	Профессии, связанные с деятельностью в природе Акклиматизация и реакклиматизация.	1	28.09.2024		
5.	Часовые пояса. Воздействие внешних факторов на организм.	1	05.10.2024		
6.	Вынужденная автономия.	1	12.10.2024		
7.	Фактор одиночества. Вынужденная автономия. Подача сигналов бедствия.	1	19.10.2024		
8.	Ориентирование.	1	26.10.2024		
9.	Автономное существование и выживание. Аварийное приземление. Движение по снежной равнине. Поиск и очистка воды.	1	09.11.2024		
10.	Выбор места для укрытия. Типы укрытий. Способы добывания огня. Защита ног в экстремальных ситуациях.	1	16.11.2024		
11.	Первая медицинская помощь при утоплении.	1	23.11.2024		
12.	Первая медицинская помощь при отморожении.	1	30.11.2024		
13.	Первая медицинская помощь при ожогах.	1	07.12.2024		
14.	Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе.	1	14.12.2024		
15.	Первая медицинская помощь при химических отравлениях.	1	21.12.2024		
16.	Первая медицинская помощь колотых, резаных, рубленых, рваных ранах	1	28.12.2024		
17.	Животный и растительный мир представляющий опасность для человека.	1	11.01.2025		

18.	Помощь при отравлениях и укусах.	1	18.01.2025		
19.	Остановка кровотечений в полевых условиях.	1	25.01.2025		
20.	Переломы. Виды. Способы наложения шин в полевых условиях.	1	01.02.2025		
21.	Способы транспортировки пострадавшего.	1	08.02.2025		
22.	Наложение повязок (руки, ноги, голова).	1	15.02.2025		
23.	Строевая подготовка.	1	22.02.2025		
24.	Строевая подготовка.	1	29.02.2025		
25.	Общая физическая подготовка. Техника безопасности на уроках фзк.	1	07.03.2025		
26.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в волейбол.	1	14.03.2025		
27.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в баскетбол (стритбол).	1	21.03.2025		
28.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в футбол.	1	04.04.2025		
29.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в гандбол.	1	11.04.2025		
30.	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1	18.04.2025		
31.	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1	25.04.2025		
32.	Строевая подготовка.	1	02.05.2025		
33.	Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения.	1	16.05.2025		
34.	Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения.	1	23.05.2025		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 «Б» класс (1 ч в неделю, всего 34 ч)

№	Тема урока	Кол-во часов на тему	Дата проведения		Корректировка
			план	факт	

1.	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках.	1	07.09.2024		
2.	Понятие об экстремальной ситуации.	1	14.09.2024		
3.	Экстремальные ситуации в природе.	1	21.09.2024		
4.	Профессии, связанные с деятельностью в природе Акклиматизация и реакклиматизация.	1	28.09.2024		
5.	Часовые пояса. Воздействие внешних факторов на организм.	1	05.10.2024		
6.	Вынужденная автономия.	1	12.10.2024		
7.	Фактор одиночества. Вынужденная автономия. Поддача сигналов бедствия.	1	19.10.2024		
8.	Ориентирование.	1	26.10.2024		
9.	Автономное существование и выживание. Аварийное приземление. Движение по снежной равнине. Поиск и очистка воды.	1	09.11.2024		
10.	Выбор места для укрытия. Типы укрытий. Способы добывания огня. Защита ног в экстремальных ситуациях.	1	16.11.2024		
11.	Первая медицинская помощь при утоплении.	1	23.11.2024		
12.	Первая медицинская помощь при отморожении.	1	30.11.2024		
13.	Первая медицинская помощь при ожогах.	1	07.12.2024		
14.	Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе.	1	14.12.2024		
15.	Первая медицинская помощь при химических отравлениях.	1	21.12.2024		
16.	Первая медицинская помощь колотых, резаных, рубленых, рваных ранах	1	28.12.2024		
17.	Животный и растительный мир представляющий опасность для человека.	1	11.01.2025		
18.	Помощь при отравлениях и укусах.	1	18.01.2025		
19.	Остановка кровотечений в полевых условиях.	1	25.01.2025		
20.	Переломы. Виды. Способы наложения шин в полевых условиях.	1	01.02.2025		

21.	Способы транспортировки пострадавшего.	1	08.02.2025		
22.	Наложение повязок (руки, ноги, голова).	1	15.02.2025		
23.	Строчная подготовка.	1	22.02.2025		
24.	Строчная подготовка.	1	29.02.2025		
25.	Общая физическая подготовка. Техника безопасности на уроках фзк.	1	07.03.2025		
26.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в волейбол.	1	14.03.2025		
27.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в баскетбол (стритбол).	1	21.03.2025		
28.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в футбол.	1	04.04.2025		
29.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в гандбол.	1	11.04.2025		
30.	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1	18.04.2025		
31.	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1	25.04.2025		
32.	Строчная подготовка.	1	02.05.2025		
33.	Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения.	1	16.05.2025		
34.	Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения.	1	23.05.2025		

7 «В» класс (1 ч в неделю, всего 34 ч)

№	Тема урока	Кол-во часов на тему	Дата проведения		Корректировка
			план	факт	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках.	1	05.09.2024		
2.	Понятие об экстремальной ситуации.	1	12.09.2024		
3.	Экстремальные ситуации в природе.	1	19.09.2024		
4.	Профессии, связанные с деятельностью в природе Акклиматизация и реакклиматизация.	1	26.09.2024		

5.	Часовые пояса. Воздействие внешних факторов на организм.	1	03.10.2024		
6.	Вынужденная автономия.	1	10.10.2024		
7.	Фактор одиночества. Вынужденная автономия. Подача сигналов бедствия.	1	17.10.2024		
8.	Ориентирование.	1	24.10.2024		
9.	Автономное существование и выживание. Аварийное приземление. Движение по снежной равнине. Поиск и очистка воды.	1	07.11.2024		
10.	Выбор места для укрытия. Типы укрытий. Способы добывания огня. Защита ног в экстремальных ситуациях.	1	14.11.2024		
11.	Первая медицинская помощь при утоплении.	1	21.11.2024		
12.	Первая медицинская помощь при отморожении.	1	28.11.2024		
13.	Первая медицинская помощь при ожогах.	1	05.12.2024		
14.	Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе.	1	12.12.2024		
15.	Первая медицинская помощь при химических отравлениях.	1	19.12.2024		
16.	Первая медицинская помощь колотых, резаных, рубленых, рваных ранах	1	26.12.2024		
17.	Животный и растительный мир представляющий опасность для человека.	1	09.01.2025		
18.	Помощь при отравлениях и укусах.	1	16.01.2025		
19.	Остановка кровотечений в полевых условиях.	1	23.01.2025		
20.	Переломы. Виды. Способы наложения шин в полевых условиях.	1	30.01.2025		
21.	Способы транспортировки пострадавшего.	1	06.02.2025		
22.	Наложение повязок (руки, ноги, голова).	1	13.02.2025		
23.	Строевая подготовка.	1	20.02.2025		
24.	Строевая подготовка.	1	27.02.2025		
25.	Общая физическая подготовка. Техника безопасности на уроках фзк.	1	05.03.2025		

26.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в волейбол.	1	12.03.2025		
27.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в баскетбол (стритбол).	1	19.03.2025		
28.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в футбол.	1	02.04.2025		
29.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в гандбол.	1	09.04.2025		
30.	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1	16.04.2025		
31.	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1	23.04.2025		
32.	Строевая подготовка.	1	07.05.2025		
33.	Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения.	1	14.05.2025		
34.	Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения.	1	21.05.2025		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 «Б» класс (1 ч в неделю, всего 34 ч)

№	Тема урока	Кол-во часов на тему	Дата проведения		Корректировка
			план	факт	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках.	1	05.09.2024		
2.	Понятие об экстремальной ситуации.	1	12.09.2024		
3.	Экстремальные ситуации в природе.	1	19.09.2024		
4.	Профессии, связанные с деятельностью в природе Акклиматизация и реакклиматизация.	1	26.09.2024		
5.	Часовые пояса. Воздействие внешних факторов на организм.	1	03.10.2024		
6.	Вынужденная автономия.	1	10.10.2024		
7.	Фактор одиночества. Вынужденная автономия. Подача сигналов бедствия.	1	17.10.2024		

8.	Ориентирование.	1	24.10.2024		
9.	Автономное существование и выживание. Аварийное приземление. Движение по снежной равнине. Поиск и очистка воды.	1	07.11.2024		
10.	Выбор места для укрытия. Типы укрытий. Способы добывания огня. Защита ног в экстремальных ситуациях.	1	14.11.2024		
11.	Первая медицинская помощь при утоплении.	1	21.11.2024		
12.	Первая медицинская помощь при отморожении.	1	28.11.2024		
13.	Первая медицинская помощь при ожогах.	1	05.12.2024		
14.	Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе.	1	12.12.2024		
15.	Первая медицинская помощь при химических отравлениях.	1	19.12.2024		
16.	Первая медицинская помощь колотых, резаных, рубленых, рваных ранах	1	26.12.2024		
17.	Животный и растительный мир представляющий опасность для человека	1	09.01.2024		
18.	Помощь при отравлениях и укусах.	1	16.01.2025		
19.	Остановка кровотечений в полевых условиях.	1	23.01.2025		
20.	Переломы. Виды. Способы наложения шин в полевых условиях.	1	30.01.2025		
21.	Способы транспортировки пострадавшего.	1	06.02.2025		
22.	Наложение повязок (руки, ноги, голова).	1	13.02.2025		
23.	Строевая подготовка.	1	20.02.2025		
24.	Строевая подготовка.	1	27.02.2025		
25.	Общая физическая подготовка. Техника безопасности на уроках фзк.	1	05.03.2025		
26.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в волейбол.	1	12.03.2025		
27.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в баскетбол (стритбол).	1	19.03.2025		
28.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в	1	02.04.2025		

	футбол.				
29.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в гандбол.	1	09.04.2025		
30.	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1	16.04.2025		
31.	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1	23.04.2025		
32.	Строевая подготовка.	1	07.05.2025		
33.	Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения.	1	14.05.2025		
34.	Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения.	1	21.05.2025		

9 «Б» класс (1 ч в неделю, всего 34 ч)

№	Тема урока	Кол-во часов на тему	Дата проведения		Корректировка
			план	факт	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на уроках.	1	04.09.2024		
2.	Понятие об экстремальной ситуации.	1	11.09.2024		
3.	Экстремальные ситуации в природе.	1	18.09.2024		
4.	Профессии, связанные с деятельностью в природе Акклиматизация и реакклиматизация.	1	25.09.2024		
5.	Часовые пояса. Воздействие внешних факторов на организм.	1	02.10.2024		
6.	Вынужденная автономия.	1	09.10.2024		
7.	Фактор одиночества. Вынужденная автономия. Подача сигналов бедствия.	1	16.10.2024		
8.	Ориентирование.	1	23.10.2024		
9.	Автономное существование и выживание. Аварийное приземление. Движение по снежной равнине. Поиск и очистка воды.	1	13.11.2024		
10.	Выбор места для укрытия. Типы укрытий. Способы добывания огня. Защита ног в экстремальных	1	20.11.2024		

	ситуациях.				
11.	Первая медицинская помощь при утоплении.	1	27.11.2024		
12.	Первая медицинская помощь при отморожении.	1	04.12.2024		
13.	Первая медицинская помощь при ожогах.	1	11.12.2024		
14.	Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе.	1	18.12.2024		
15.	Первая медицинская помощь при химических отравлениях.	1	25.12.2024		
16.	Первая медицинская помощь колотых, резаных, рубленых, рваных ранах	1	15.01.2025		
17.	Животный и растительный мир представляющий опасность для человека.	1	22.01.2025		
18.	Помощь при отравлениях и укусах.	1	29.01.2025		
19.	Остановка кровотечений в полевых условиях.	1	05.02.2025		
20.	Переломы. Виды. Способы наложения шин в полевых условиях.	1	12.02.2025		
21.	Способы транспортировки пострадавшего.	1	19.02.2025		
22.	Наложение повязок (руки, ноги, голова).	1	26.02.2025		
23.	Строевая подготовка.	1	04.03.2025		
24.	Строевая подготовка.	1	11.03.2025		
25.	Общая физическая подготовка. Техника безопасности на уроках фзк.	1	18.03.2025		
26.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в волейбол.	1	01.04.2025		
27.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в баскетбол (стритбол).	1	08.04.2025		
28.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в футбол.	1	15.04.2025		
29.	Общая физическая подготовка. Учебная игра в гандбол.	1	22.04.2025		
30.	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1	06.05.2025		
31.	Бег по пересеченной местности. Преодоление	1	13.05.2025		

	препятствий.				
32.	Строевая подготовка.	1	20.05.2025		
33.	Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения.	1	27.05.2025		
34.	Бег по пересеченной местности. Силовые упражнения.	1	резерв		

ЛИТЕРАТУРА

1. Советский энциклопедический словарь, Москва, «Советская энциклопедия», 1989.
2. Популярная медицинская энциклопедия, Москва, «Советская энциклопедия», 1979 г.
3. Турист № 6 — 1989 г.
4. Турист № 10 — 1989 г.
- 5 В. И. Лебедев — «Человек в экстремальных ситуациях»
6. Краткий справочник туриста, Москва, Профиздат, 1985г.
- 7 Журнал «Военные знания», № 1, 1992 г.
8. Б. М. Коган «Стресс и адаптация», Издательство «Знамя», Москва, 1980 г.
9. Э. М. Рутман «Надо ли убежать от стресса?», Москва, «Физкультура и спорт», 1990 г
- 10.Волович, В. Г. Академия выживания / В. Г. Волович. - М.:Толк, 2005.
- 11.Волович, В. Г. Как выжить в экстремальной ситуации / В. Г. Волович. - М: Знание, 1999.
- 12.Гостюшин, А. В. Энциклопедия экстремальных ситуаций / А. В. Гостюшин. - М.: Зеркало, 2004.
- 13.Гражданская оборона / под ред. генерала армии А. Т. Алтунина. -М.: Воениздат, 1982.
- 14.Лифлянский, В. Г. и др. Лечебные свойства пищевых продуктов / В. Г. Лифлянский, В. В. Закревский, М. Н. Андропова.- М.: Терра, 2006.
- 15.Поляков, В. В. Безопасность человека в экстремальных ситуациях / В. В. Поляков, Е. А. Сербаринов. - М, 2002.
- 16.Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах. -М.: Воениздат, 1999.
- 17.Проблемы безопасности при чрезвычайных ситуациях. - М: ВИМИТ, 1993.
- 18.Справочник лекарственных растений. - М., 2009.
- 19.Справочные данные о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и экологического происхождения. - Ч. 2. - М.: МЧС, 2005.

20. *Чрезвычайные ситуации и защита от них* / сост. А. Бондаренко. - М., 1998.