

**Пояснительная записка**.

**Актуальность**

Обучение безопасной жизнедеятельности связано с проблемой достижения ребенком успеха в жизни, его самореализации, самоутверждения, удовлетворения его разнообразных жизненных потребностей. От объективных, а тем более субъективных трудностей ребенку не уйти, и надо учить его не только избегать опасностей, но и смело решать жизненные проблемы, умело действовать при их возникновении. Это важно еще и потому, что трудности и экстремальные ситуации человеку создают не только природа, техника или окружающие его люди. Очень часто он создает их себе сам, а его неподготовленность всегда усложняет положение. Поэтому подготовка ребенка к встрече с экстремальными ситуациями и грамотным действиям при их возникновении - одна из составляющих обеспечения его успешной, благополучной и безопасной жизни, и к этому надо готовить детей целенаправленно.

Противостояние трудностям, успехи в деятельности определяются в первую очередь правильным представлением об окружающем мире, обществе и взаимоотношениях в нем. Поэтому так важно дать детям основы социально психологических знаний.

**Практическая значимость**

Социально психологически развитый человек в жизни, труде, межличностных отношениях руководствуется цивилизованными моральными и правовыми нормами, социальными ценностями, принятыми в данном обществе. Он ориентирован на гармоничное решение проблем своей жизни, обеспечение ее духовной и материальной полноты. Ему важно не только что он делает, но и как он это делает (творчески, качественно, красиво). Ответственный, трудолюбивый, добросовестный, оптимистично настроенный человек не боится трудностей, достойно переносит неудачи, в экстремальных ситуациях поступает в соответствии с нормами морали и совести. Социально развитая личность психологически интегрирована в общество, в котором она живет, что проявляется в ее гражданственности, патриотизме.

Важное социально-психологическое свойство личности, способствующее успешности в жизни, способность объективной оценки самого себя в обществе, микрогруппе, тогда как неадекватная оценка своих способностей и качества своих действий, самоуспокоенность или неверие в свои силы могут привести к негативным последствиям в экстремальной ситуации.

Весьма существенной характеристикой человека и его поведения является групповая интегрированность, осознание себя как члена определенного социального слоя, группы.

Недостаточная подготовленность к экстремальным ситуациям может привести к тяжелым, а порой и трагическим последствиям. Чтобы избежать их, необходимо:

- знать виды экстремальных ситуаций, их особенности;

- уметь выполнять необходимые действия, не ухудшая их качество под влиянием своего психического состояния и необычных обстоятельств экстремальных ситуаций;

- уметь выполнять особые действия, сообразные специфике конкретных экстремальных ситуаций;

- обладать специально развитыми качествами, повышающими способность к успешным действиям в специфичных экстремальных ситуациях, наиболее вероятных в жизни и деятельности;

- обладать повышенной экстремальной устойчивостью, чтобы безопасно выходить из экстремальных испытаний без негативных последствий для дела, жизни и здоровья;

- быть способным настойчиво, невзирая на трудности, реализовать

свои намерения, наступательно преобразуя обстоятельства экстремальной ситуации и гибко управляя своим поведением.

Не подлежит сомнению, что хорошо подготовленный к экстремальным ситуациям человек более уверен в себе, чем неподготовленный. Осознание собственной неподготовленности, неумелости - источник волнения и паники даже там, где для них нет оснований. Подготовленный человек лучше разбирается в особенностях возникающих ситуаций, более правильно оценивает их, предвидит развитие событий, тем самым не позволяет застать себя врасплох и не вынужден действовать впопыхах. Подготовленный человек действует спокойнее, допускает меньше ошибок и промахов, не создает себе по незнанию дополнительные трудности.

Программа связана с курсом «Основы безопасности жизнедеятельности». Является механизмом интеграции, обеспечения полноты и цельности содержания программы по предмету, расширяя и обогащая его, направлена на сохранение здоровья в чрезвычайной ситуации, начиная со школьного возраста, правильным действиям в опасных для жизни и здоровья ситуациях.

Новизна программы заключается в сочетании практико - ориентированных занятий с психологическими тренингами.

**Цель программы**:

Формировать у детей сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности, практических навыков и умений поведения в экстремальных ситуациях, стремления к здоровому образу жизни, совершенствование морально-психологического состояния и физического развития.

**Задачи:**

• выработать и совершенствовать новые формы и методы подготовки молодежи к безопасному поведению в экстремальных ситуациях, развития ее заинтересованности в предотвращении возможных ЧС;

• пропагандировать и популяризировать среди молодежи здоровый образа жизни;

• формировать общественное мнение в поддержку движений: «Юный инспектор дорожного движения», «Школа безопасности», «Юный спасатель» и вовлекать в них возможно большее число детей и подростков.

**Планируемые результаты**

|  |  |
| --- | --- |
| **Результаты** | *Планируемые результаты (характеристики) ООП* |
| **Личностные** | **Самоопределение:**  - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;  - экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;  - осознание ответственности человека за общее благополучие,  - гуманистическое сознание,  - социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам,  - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире. |
| **Смыслообразование:**  - целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий,  - эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им. |
| **Нравственно-этическая ориентация:**  - навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций,  - этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость, |
| **Познавательные** УУД | **Общеучебные**:  - использовать общие приёмы решения задач;  - выбирать наиболее эффективные способы решения задач;  - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;  - ставить и формулировать проблемы;  - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.  *-* осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера;  - узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. |
|  | **Знаково-символические**:  - использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для решения задач; |
| **Информационные:**  **-** поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах (текст, рисунок, таблица, диаграмма, схема);  - обработка информации  - анализ информации;  - передача информации (устным, письменным, цифровым способами);  - оценка информации **(**критическая оценка, оценка достоверности). |
| **Логические:**  **-** подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков;  - синтез;  - сравнение,  - классификация по заданным критериям;  - установление аналогий;  - установление причинно-следственных связей;  - построение рассуждения;  - обобщение. |
| **Оценка:**  **-** выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, определять качество и уровня усвоения;  - устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели; |
| **Саморегуляция:**  **-** активизация сил и энергии, к волевому усилию в ситуации мотивационного конфликта; |
| **Коммуникативные УУД** | **Инициативное сотрудничество:**  **-** проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач,  - ставить вопросы,  - обращаться за помощью,  - формулировать свои затруднения;  - предлагать помощь и сотрудничество; |
| **Планирование учебного сотрудничества:**  **-** определять цели, функции участников, способы взаимодействия;  - договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;  - задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром; |
| **Взаимодействие:**  - формулировать собственное мнение и позицию;  - задавать вопросы;  - строить понятные для партнёра высказывания;  - строить монологичное высказывание;  - вести устный и письменный диалог в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка;  - слушать собеседника; |
| **Управление коммуникацией**:  - определять общую цель и пути ее достижения;  - осуществлять взаимный контроль,  - адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих,  -оказывать в сотрудничестве взаимопомощь;  - аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности, |

Режим занятий: 34 часа в год, 1 час в неделю.

**Учебно-тематический план.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п\п | Тема | Всего часов | Теория | Практика |
| **1. Основы медицинских знаний- 22час.** | | | | |
| 1.1. | Профилактика травматизма и заболеваний | 2 | 1 | 1 |
| 1.2. | Средства оказания первой медицинской помощи | 8 |  | 8 |
| 1.3. | Первая медицинская помощь при травмах | 10 |  | 10 |
| 1.4. | Первая медицинская помощь при острых состояниях и несчастных случаях | 1 | 1 |  |
| 1.5. | Первая медицинская помощь при отравлениях | 1 | 1 |  |
| **2. Начальная специальная подготовка-12 часов** | | | | |
| 2.1. | Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера | 4 | 4 |  |
| 2.2. | Человек и окружающая среда. Факторы риска в современной техногенной среде | 2 | 2 |  |
| 2.3. | Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС | 2 | 2 |  |
| 2.4. | Оказание помощи людям в условиях природной среды | 2 | 2 |  |
| 2.5. | Основы безопасного ведения спасательных работ. | 2 | 2 |  |
|  | Итого: 34 часа |  |  |  |

**СОДЕРЖАНИЕ**

1**. Основы медицинских знаний.**

**1.1. Профилактика травматизма и заболеваний**

Травмы и заболевания характерные в природной среде. Характеристика травм и заболеваний, меры по их профилактике.

Инфекционные заболевания характерные в природной среде, причины их возникновения и механизм передачи. Признаки инфекционных заболеваний и оказание первой медицинской помощи пострадавшим.

Предупреждение обморожений и переохлаждений.

Соблюдение правил личной гигиены.

Основные принципы оказания первой медицинской помощи. Проведение осмотра пострадавшего, порядок его проведения (обеспечение проходимости дыхательных путей, наличие дыхания, наличие пульса).

Правила поведения оказывающего первую медицинскую помощь.

**Практические занятия**

Профилактика травм и заболеваний

**1.2. Средства оказания первой медицинской помощи**

Состав медицинской аптечки туристской группы: перевязочные, дезинфицирующие и лекарственные средства, их характеристика.

Виды повязок и их назначение. Правила наложения повязок на голову, нижние и верхние конечности, грудь, спину, живот и т.д.

Порядок и правила использования и применения дезинфицирующих и лекарственных средств.

Порядок измерения температуры, пульса, артериального давления.

Согревающие и охлаждающие процедуры, их применение.

**Практические занятия**

Комплектование медицинской аптечки. Демонстрация и отработка правильной последовательности действий при осмотре, выборе и применении перевязочных материалов, дезинфицирующих и лекарственных средств.

**1.3. Первая медицинская помощь при травмах**

Общая характеристика повреждений. Основные правила оказания первой медицинской помощи при повреждениях и ранениях.

Характеристика различных видов кровотечений и их причины. Способы остановки кровотечений (давящая повязка, наложение жгута, пережатие артерий, сгибание конечностей). Особенности оказания первой медицинской помощи при внутреннем кровотечении. Оказание помощи при носовом кровотечении.

Характеристика различных видов травм (ушибы, растяжения и разрывы связок, вывихи, сдавливания). Причины и признаки травм. Правила оказания первой медицинской помощи при травмах.

Переломы костей и их причины. Характеристика различных видов переломов (открытые и закрытые). Правила оказания первой медицинской помощи при переломах.

Правила и способы транспортировки пострадавшего. Правила транспортной мобилизации при повреждениях костей черепа и черепно-мозговой травме, позвоночника, таза, конечностей с применением подручных средств. Пневматические шины. Правильное положение тела пострадавшего при транспортировке. Техника транспортировки и страховка пострадавшего.

**Практические занятия**

Наложение повязок и остановка кровотечений. Наложение шин при подготовке к транспортировке пострадавшего. Изготовление транспортировочных средств. Практика переноски пострадавшего на длительные расстояния с соблюдением мер безопасности.

**1.4. Первая медицинская помощь при острых состояниях и несчастных случаях**

Причины и признаки укусов насекомых. Правила оказания первой медицинской помощи при укусах насекомых. Особенности оказания помощи при укусах клещей.

Причины и признаки укусов змеями, правила оказания помощи.

Причины и признаки утопления, правила оказания помощи.

Причины и признаки поражения электротоком и молнией, правила оказания помощи при электротравме и поражении молнией.

Причины и признаки термических и химических ожогов, правила оказания помощи при различных видах ожогов.

Причины и признаки отморожений и переохлаждений, правила оказания помощи.

Причины и признаки теплового и солнечного удара, правила оказания помощи.

Причины и признаки попадания инородных тел в глаза, ухо, полость рта, пищевод, дыхательные пути, правила оказания первой медицинской помощи.

Характеристика причин, вызывающих потерю сознания и остановку сердца. Причины потери сознания и остановки сердца. Сердечно-легочная реанимация и последовательность ее проведения (искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца).

Причины и признаки травматического шока, правила оказания помощи при травматическом шоке.

Причины и признаки обморока, правила оказания помощи.

**Практические занятия**

Демонстрация и отработка правильной последовательности действий при осмотре и выборе пособий при травмах и заболеваниях.

**1.5. Первая медицинская помощь при отравлениях**

Причины и признаки отравлений сильнодействующими ядовитыми веществами. Правила оказания первой медицинской помощи.

Причины и признаки отравления средствами бытовой химии, правила оказания помощи.

Причины и признаки отравления лекарственными и наркотическими препаратами, правила оказания помощи.

Причины и признаки пищевых отравлений, правила оказания помощи.

Причины и признаки отравления ядовитыми растениями, ягодами, грибами, правила оказания помощи.

**2. Начальная специальная подготовка.**

**2.1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

Классификация чрезвычайных ситуаций.

Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясения, смерчи, цунами, наводнения, лавины, сели, оползни, камнепады, обвалы).

Чрезвычайные ситуации техногенного характера (аварии, обрушения, пожары и др.).

Чрезвычайные ситуации экологического характера (эпидемии, и др.).

Понятия опасных природных явлений, стихийных бедствий, аварий и катастроф.

Понятия опасности и определение опасных факторов.

История создания спасательных служб на территории России.

**2.2. Человек и окружающая среда. Факторы риска в современной техногенной среде.**

Окружающая среда: природная, техногенная и бытовая. Взаимодействие человека в процесса деятельности с окружающей средой, аксиома о потенциальной опасности процесса взаимодействия. Понятие о риске.

Научно-технический прогресс и вызываемые им последствия. Источники загрязнения, опасные и вредные факторы окружающей среды (физические, химические, биологические и психогенные). Взаимодействие и трансформация загрязнений в окружающей среде, вторичные явления: смог, кислотные дожди, разрушение озонового слоя, снижение плодородия почв, качества продуктов питания, разрушение технических сооружений. Источники, зоны действия и уровни энергетических загрязнений окружающей среды (парниковый эффект, электромагнитные поля, ионизирующие излучения, шум, вибрация). Экологический кризис.

Региональный (местный) комплекс опасных и вредных факторов окружающей среды и причины их формирования.

Понятие о производственной среде. Источники и виды опасных и вредных факторов производственной среды, причины их возникновения. Производств и технические средства повышенной опасности. Пути негативного воздействия на биосферу, промышленные выбросы, твердые и жидкие отходы, энергетические излучения, аварии и катастрофы.

Бытовая среда. Источники и виды опасных и вредных факторов бытовой среды и их взаимосвязь с состоянием окружающей среды. Микроклимат, освещение жилых помещений, шум окружающей среды и их влияние на здоровье и безопасность деятельности. Электробезопасность при пользовании энергией в бытовых помещениях. Средства бытовой химии: правила пользования и оказание первой помощи при отравлениях и ожогах.

**Практические занятия**

Наблюдение и определение факторов риска в природной, городской и производственных сферах. Определение причин вредных факторов окружающей среды и выработка мер защиты.

**2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС**

Необходимость создания системы защиты населения от последствий чрезвычайных ситуаций. Цели и задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. Задачи системы обучения. Этапы и уровни подготовки спасателей. Формы и виды обучения спасателей. Специализированные курсы обучения спасателей.

**Практические занятия**

Хранение и эксплуатация снаряжения, средств связи, транспорта.

**2.4. Оказание помощи людям в условиях природной среды**

Виды несчастных случаев, аварии и чрезвычайные ситуации, угрожающие жизни и здоровью людей в условиях природной среды. ЧС в туристских группах. Поиск и спасение людей при стихийных бедствиях. Использование подручных средств для оказания помощи и спасения пострадавших. Использование специальных спасательных средств.

**Практические занятия**

Оказание помощи в условиях окружающей среды.

**2.5. Основы безопасного ведения спасательных работ**

Организация эвакуации пострадавших и контроль за их состоянием во время транспортировки.

**Практические занятия**

Подготовка мест проведения спасательных работ.

**Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы**

**Методы работы:**

1. Репродуктивный
2. Частично- поисковый
3. Проблемный

**Формы работы:**

1. *Учебно-тренировочные занятия, лекции, беседы.*

Ведущей формой работы является *групповая форма обучения,* которая способствует:

* вовлечению каждого ученика в активный познавательный процесс, что развивает умение думать самостоятельно, применять необходимые знания на практике, легко адаптироваться в меняющейся жизненной ситуации;
* развитию коммуникативных умений, продуктивного сотрудничества с другими людьми, так как ученик поочередно выполняет различные социальные роли: лидера, организатора, исполнителя и т.д.;
* испытанию интеллектуальных, нравственных сил участников группы при решении проблем безопасности;
* желание помочь друг другу, что исключает соперничество, высокомерие, грубость, авторитарность.

**Принципы работы:**

1. Принцип сотрудничества.
2. Принцип научности.
3. Принцип доступности.
4. Принцип системности, заключающийся в единстве целостных ориентиров, целей, стиля,

содержания, форм и методов.

1. Принцип развития ценностного подхода: не давая готовых ответов, дать детям оценить их выбор в повседневной жизни.
2. Принцип добровольности.

7. Принцип взаимосвязи и взаимозависимости

Программа составлена с использованием следующих материалов:

1. Методические материалы по ОБЖ 2001г.- А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин

2. Программа ОБЖ 2013г.- общая редакция А.Т.Смирнов

3. «Основы безопасности жизнедеятельности» 2013г.-В.Н.Латчук, Б.И.Мишин.

4. Методика обучения ОБЖ 2003г.-Л.В.Байбородова,Ю.В.Индюков.

7. Поведение учащихся в экстремальных условиях природы 2003г.- С.Э.Некляев.

8. Школа выживания в экстремальных ситуациях 2000г.- Генрих Ужегов.

9. Примерна учебная программа детского объединения участников движения «ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»-2005г.

**Литература**

1. Дополнительная образовательная программа «ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ» -Левченко Т.А.

2. Примерная учебная программа детского объединения участников движения «ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»

3. Виноградов А.В., Шаховец В.В. Медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях. М.:1996.(Библиотечка журнала «Военные знания»).

4. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. М.: Академия, 2004.

5. Вознесенский В.В., Зайцев А.П. Сильнодействующие ядовитые вещества. Технические жидкости. Ртуть. М., 1996.(Библиотечка журнала «Военные знания»).

6. Воробьев Ю.Л. и др. Катастрофы и человек. М.: АСТ-ЛТД 1997.

7. Жилов Ю.Д. и др. Основы медико-биологических знаний.( Азбука первой медицинской помощи). М.: Высшая школа, 1996.

8. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности»: Учеб.- метод. пособие М.: ГИЦ ВЛАДОС, 2000.