



Закрытое административно-территориальное образование  
город Заречный Пензенской области  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 222 С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ  
ПРЕДМЕТОВ ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ»  
(МОУ «СОШ №222»)**

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом МОУ  
«СОШ №222»  
Протокол № 126 от 27.05.2022

УТВЕРЖДЕНО  
Директором МОУ «СОШ № 222»  
Приказ № 40/ОД от 01.06.2022 г.

  
И.И. Якубчук



**Рабочая программа  
внеурочной деятельности обучающихся 8-9 классов  
«Школа безопасности»**

Срок реализации – 1 год

Составитель  
Чекунов Е.А., преподаватель-организатор ОБЖ

г. Заречный  
Пензенская область  
2022 г.

### Пояснительная записка.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Школа безопасности» составлена в соответствии с Федеральным Государственным Образовательным Стандартом основного общего образования.

Предназначена для реализации в 8-10 классах. Предполагает 136 часов занятий

**Цель курса:** формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, воспитание физически и нравственно здоровой личности, способной защитить свое Отечество.

Программный материал распределен по разделам:

- физическая подготовка;
- строевая подготовка;
- основы медицинских знаний;
- основы подготовки к военной службе;
- основы здорового образа жизни;
- основы безопасности жизнедеятельности.

*Задачи раздела «Общая физическая подготовка»:*

- укрепление здоровья, закаливание организма;
- привитие стойких гигиенических навыков;
- совершенствование таких физических качеств, как сила, гибкость, выносливость, быстрота, ловкость.

*Задачи раздела «Туризм»:*

- овладение основными понятиями техники туризма и спортивного ориентирования, приемами техники преодоления препятствий;
- приобретение практических умений и навыков в подборе снаряжения, организации привалов и ночлегов;
- знакомство с принципами составления рационов питания для походов выходного дня;
- овладение основными понятиями автономного существования в природе;
- приобретение умений и навыков быстрого ориентирования в незнакомой местности и правильного выбора дальнейшего маршрута;
- развитие моральных и волевых качеств.

*Задачи раздела «Основы медицинских знаний»:*

- овладение обучающимися знаниями и практическими навыками оказания первой доврачебной помощи в опасных для жизни ситуациях;
- формирование знаний и практических умений оценки здоровья человека;
- формирование представлений о наиболее распространенных болезнях и возможностях их предупреждения.

*Задачи раздела «Основы подготовки к военной службе»:*

- формирование у обучающихся системы знаний, умений и навыков по основам военной службы;
- ориентирование на службу в Вооруженных Силах РФ, МЧС России и других силовых структурах;
- формирование чувства гражданского долга перед обществом;
- формирование сознательного отношения к вопросам личной и коллективной безопасности.
  - выполнение строевых команд в соответствии со Строевым Уставом ВСРФ:
    - действие в составе отделения на месте (строевая стойка, выполнение команд: «равняйся», «смирно», «вольно», повороты на месте в составе команды);
    - перестроение из одной шеренги в две и обратно;
    - размыкание и смыкание строя;
    - прохождение торжественным маршем.

*Задачи раздела « Основы безопасности жизнедеятельности»:*

- освоение правил взаимоотношения с окружающей средой;
- выработка осознанной ответственности за негативные последствия деятельности человека;
  - овладение знаниями и практическим применением алгоритма первоочередных действий в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, осознание задач своего спасения;
  - приобретение знаний и умений психологической энергетической защиты, способов, снижающих эмоциональное напряжение.

*Задачи раздела «Пожарно-прикладная подготовка»:*

- овладение обучающимися навыками предупреждения и тушения пожаров;
- формирование умений оказания практической помощи в сохранении жизни, здоровья, государственной собственности и имущества граждан от пожаров;
- изучение пожарной техники и пожарно - технических сооружений;
- изучение средств защиты пожарного от опасных факторов пожара.

**Периодичность проведения занятий** Часовая нагрузка для занятий группы по программе составляет 4 недельных часа, режим занятий – 2 раза в неделю по 2 часа

**Формы организации учебно-воспитательного процесса:** занятие, занятие-игра, занятие – практикум.

**Формы подведения итогов по каждому разделу**

Опрос, беседа, собеседование, соревнования - зачет, анализ, строевой смотр.

**Формы подведения итогов реализации программы.**

Подведение итогов и результативности усвоения программы проводится по результатам активности и уровня знаний, умений и навыков показанных обучающимся во время проведения соревнований.

### **Планируемые результаты реализации программы**

**Личностные результаты:** сформировать представление о развитии основ обороны Государства, владеть первичными навыками анализа получаемой информации, применение навыков на практике.

**Метапредметные результаты:** освоение обучающимися УУД, использование их в учебной, познавательной и трудовой деятельности.

**Предметные результаты:** владение научной терминологией, владение ключевыми методами и приемами

**Способы определения результативности**

1. Педагогический контроль:

**входной:** (форма – беседа);

**текущий:** (форма – наблюдение, включенное наблюдение, собеседование, опрос, анализ.)

**итоговый:** (форма - анализ).

2. Анализ мотива прихода (ухода) учащегося в объединение.

3. Фиксация детских достижений в портфолио воспитанника.

4. Анализ участия в массовых мероприятиях

5. Анкетирование, тестирование.

### **Содержание программы**

**Раздел 1. Основы подготовки к военной службе.**

*Тема 1.1. Оборона государства как одна из основ обеспечения национальной безопасности.*

*Теория.* Национальная безопасность и национальные интересы России. Внешние и внутренние угрозы. Отношения России с НАТО. Военная организация Российской Федерации. Вооруженные силы России и их основные задачи.

*Тема 1.2. История создания Вооруженных Сил России.*

*Теория.* Вооруженные Силы России в 16 веке. Военные реформы 17 века. Возникновение регулярной армии при Петре 1. Совершенствование Вооруженных сил при Екатерине 2. Военная реформа 19 века. Перевооружение армии во второй половине 19 века. Участие русской армии в войнах начала 20 века. Создание Красной Гвардии в 1917 году и Рабоче - Крестьянской Красной Армии и Рабоче - Крестьянского Красного Флота в 1918 г. Вооруженных Сил СССР в Великой Отечественной войне. Совершенствование Вооруженных Сил в послевоенное время.

*Тема 1.3. Виды Вооруженных Сил России.*

*Теория.* Виды Вооруженных Сил и роды войск центрального подчинения. Сухопутные войска. Военно - воздушные силы. Военно - Морской флот. Ракетные войска стратегического назначения. Военно - десантные войска. Космические войска. Другие войска, их состав и предназначение.

*Тема 1.4. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России.*

*Теория.* Функции и основные задачи современных Вооруженных сил России. Нормативно-правовое обеспечение. Понятие Вооруженные Силы России. Комплектование Вооруженных Сил. Совершенствование Вооруженных Сил в настоящее время. Основные задачи Вооруженных Сил и других войск по обеспечению военной безопасности. Задачи Вооруженных Сил во внутренних вооруженных конфликтах. Место и роль Вооруженных Сил в системе обеспечения национальной безопасности страны.

*Практика.* Экскурсия в воинскую часть. Знакомство с размещением и бытом военнослужащих, организацией и несением караульной службы.

*Тема 1.5. Правовые основы военной службы.*

*Теория.* Воинская служба как особый вид государственной службы российских граждан. Законы Российской Федерации о воинской обязанности граждан: « Об обороне», « О воинской обязанности и военной службе», « О статусе военнослужащего».

*Тема 1.6. Составные части воинской обязанности граждан.*

*Теория.* Понятия: воинский учет, подготовка к воинской службе, поступление на военную службу, альтернативная служба и служба по контракту. Значение воинского Устава в жизни и деятельности военнослужащих и воинских коллективов. Воинская дисциплина.

*Практика.* Экскурсия в военный комиссариат. Знакомство с порядком призыва молодежи на воинскую службу.

*Тема 1.7. Военная служба граждан.*

*Теория.* Размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда. Организация и несение караульной службы. Обязанности часового. Военнослужащие вооруженных сил и взаимоотношения между ними.

*Практика.* Экскурсия в воинскую часть. Знакомство с бытовыми условиями военнослужащих, организацией и несением караульной службы.

*Тема 1.8. Военные учебные заведения Вооруженных Сил Российской Федерации.*

*Теория.* Классификация военных учебных заведений. Правила приема.

*Тема 1.9. Строевой Устав ВС РФ*

*Теория.* Основные положения Устава. Действия командира. Действия членов подразделения в ответ на команды.

*Тема 1.10. Действие в составе отделения на месте (строевая стойка, выполнение команд: «равняйся», «смирно», «вольно»), повороты на месте в составе команды).*

*Тема 1.11. Перестроение из одной шеренги в две и обратно. Размыкание и смыкание строя*

*Тема 1.12. Движение в строю.*

*Практика.* Прохождение торжественным маршем.

## **Раздел 2. Основы медицинских знаний**

*Тема 2.1. Основные инфекционные заболевания.*

*Теория.* Основные инфекционные заболевания: кишечные инфекции (дизентерия, сальмонеллез, ботулизм); инфекции дыхательных путей (дифтерия, грипп, туберкулез); инфекции наружных покровов (вирусный гепатит В, ВИЧ- инфекция). Возбудители инфекционных заболеваний, пути передачи инфекции, меры профилактики. Иммуитет. Врожденный и приобретенный иммуитет.

*Практика.* Семинар- собеседование «Общие меры профилактики инфекционных заболеваний».

*Тема 2.2. Основные неинфекционные заболевания.*

*Теория.* Основные неинфекционные заболевания: сердечно - сосудистые, онкологические заболевания, хронические респираторные болезни, диабет. Факторы риска их возникновения. Ишемическая болезнь сердца и причины ее возникновения.

*Практика.* Выполнение практических упражнений по оказанию первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте.

*Тема 2.3. Виды травм*

*Теория.* Виды травм: производственные, транспортные, уличные, бытовые, военные, спортивные. Классификация повреждений по происхождению и установление механизма возникновения травмы: повреждение от тупых орудий, повреждения от острых орудий, повреждение от огнестрельного оружия.

*Тема 2.4. Виды повязок.*

*Теория.* Виды повязок и общие требования их наложения.

*Практика.* Отработка правил наложения бинтовых повязок на пострадавшего (повязка на голову, кисть руки, область локтевого сустава).

*Тема 2.5. Первая помощь при травмах.*

*Теория.* Общие требования к правилам оказания первой медицинской помощи при травмах и ранениях. Виды кровотечений и методы их остановки.

*Практика.* Отработка способов остановки различных кровотечений.

*Тема 2.6. Травматические переломы.*

*Теория.* Травматические переломы, правила оказания первой медицинской помощи при переломах.

*Практика.* Отработка приемов транспортной иммобилизации пострадавших.

*Тема 2.7. Виды кровотечений.*

*Теория.* Виды кровотечений: наружное и внутреннее. Методы остановки кровотечений.

*Практика.* Отработка навыков остановки различных кровотечений.

*Тема 2.8. Первая помощь при отравлении медикаментами.*

*Теория.* Отравление медикаментами, основные причины, правила профилактики.

*Практика.* Отработка последовательности действий при оказании первой медицинской помощи при отравлениях медикаментами.

*Тема 2.9. Первая помощь при обморожениях, тепловом и солнечном ударах, ожогах и поражении электрическим током.*

*Теория.* Первая помощь при обморожениях, тепловом и солнечном ударах, ожогах и поражении электрическим током. Их причины и основные признаки.

*Практика.* Отработка последовательности действия при оказании первой медицинской помощи при обморожениях, тепловом и солнечном ударах, ожогах, поражении электрическим током.

*Тема 2.10. Определение жизнеспособности организма.*

*Теория.* Способы определения жизнеспособности организма. Признаки смерти. Шок. Фазы шока. Формы шока. Правила оказания первой помощи при шоке.

*Практика.* Закрепление на практике данной темы в форме ситуационных задач.

*Тема 2.11. Первая помощь при обморожении и ожогах.*

*Теория.* Отморожения и ожоги. Степени отморожения и ожогов. Правила оказания первой доврачебной помощи.

*Практика.* Отработка последовательности действий при оказании первой медицинской помощи при отморожении и ожогах.

*Тема 2.12. Первая помощь при утоплении.*

*Теория.* Утопление. Правила оказания первой помощи при утоплении.

Искусственное дыхание, закрытый массаж сердца.

*Практика.* Отработка правил и последовательности действий по оказанию первой медицинской помощи при утоплении. Отработка практических навыков выполнения искусственного дыхания и закрытого массажа сердца.

### **Раздел 3. Основы стрелковой подготовки.**

*Тема 3.1. Теоретические основы стрельбы.*

*Теория.* Повторение теоретического материала о явлении выстрела, образовании траектории, прямом выстреле, начальной скорости пули. Пробивное и убойное действие пули.

*Практика.* Практические задания на вычисление траектории и начальной скорости пули. Определение расстояния до цели. Выбор цели и точки прицеливания по неподвижным целям.

*Тема 3.2. Материальная часть оружия.*

*Теория.* Повторение теоретического материала о назначении, общем устройстве, принципах действия и технических характеристиках пневматической винтовки.

Назначение, общее устройство и технические характеристики пневматического и малокалиберного пистолета. Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка пистолетов. Правила их хранения. Замена основных частей и механизмов пистолетов. Возможные неисправности, задержка при стрельбе и их устранение.

*Практика.* Отработка на практике теоретического материала по данной теме. Разборка и сборка пневматической винтовки и пистолетов. Замена основных частей и механизмов оружия. Настройка пневматического и малокалиберного пистолета. Выверка открытого прицела. Заряжение пистолетов.

*Тема 3.3. Изготовка к стрельбе из пневматической винтовки.*

*Практика.* Заряжание, изготовка к стрельбе из положений: сидя за столом с опорой на локоть, стоя без опоры, с колена и лежа с опорой и без опоры.

*Тема 3.4. Техника и навыки стрельбы из пневматической винтовки.*

*Практика.* Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени на расстоянии 10-20 метров из положений: стоя и с колена с опорой и без опоры, лежа с опорой и без опоры.

Подготовка к зачету и соревнованиям по стрельбе из пневматической винтовки.

*Тема 3.5. Материальная часть макета АК-47*

*Практика.* Сборка-разборка АК-47

*Тема 3.6. Зачетные соревнования.*

*Практика.* Участие в зачетных (разрядных) соревнованиях.

## **Раздел 4. Туризм**

*Тема 4.1. Личное и групповое снаряжение.*

*Теория:* Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для летних и зимних походов. Индивидуальные наборы: костровой, ремонтный, аптечка. Правила укладки рюкзака. Одежда и обувь. Групповое снаряжение: палатки, топоры, пилы, посуда, оборудование для костра. Уход за снаряжением, правила хранения. Походная медицинская аптечка: состав, хранение и транспортировка. Личная аптечка туриста.

*Практика.* Укладка рюкзаков, выбор и подгонка снаряжения. Работа со снаряжением.

*Тема 4.2. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.*

*Теория.* Привалы и ночлеги в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Комплексная работа на биваке: выбор места для палаток, установка палаток, размещение вещей в них. Выбор места для костра. Определение места для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы. Заготовка дров. Разжигание костра. Типы костров. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Уборка места лагеря перед уходом группы. Правила поведения в населенных пунктах. Правила купания. Правила работы дежурных по кухне.

*Практика.* Бивачные работы: оборудование кострового места, поиск и заготовка дров, разжигание костра, установка палаток. Уборка бивака.

*Тема 4.3. Топография и ориентирование.*

*Теория.* Значение топографических карт для туристов. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Способы измерения расстояний на местности и на карте. Условные знаки. Группы топографических знаков. Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Компас. Типы компасов. Правила обращения с компасом. Определение азимута. Ориентирование по местным предметам. Определение азимута по Солнцу и Луне. Полярная звезда, ее нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов. Действия в случае потери ориентировки. Виды топографических карт. Условные знаки топографических карт. Изображение рельефа. Отдельные типы рельефа: пойменный, мелкосопочник, овражно - балочный.

Азимут, снятие азимута с карты. Промежуточные ориентиры. Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Определение сторон горизонта по растительности, при помощи местных предметов, созданных природой и людьми. Движение по легенде.

*Практика.* Работа с картами различного масштаба. Упражнения по измерению расстояния на карте. Ориентирование карты по компасу. Движение по азимуту. Упражнения на запоминание знаков. Моделирование ситуации потери ориентировки, построение схемы действий выхода из трудного положения.

Упражнения на запоминание условных знаков. Определение по горизонталям различных форм рельефа. Упражнения по определению азимута.

*Тема 4.4. Игры на местности.*

*Практика.* Игры на местности с элементами ориентирования: «Лесные штурманы», «Дневной дозор», «По следу», «Кукушки», «Наблюдатели», «Хороший глазомер».

*Тема 4.5. Питание в туристском походе.*

*Теория.* Значение, режим и особенности питания в многодневном походе. Калорийность, вес и нормы дневного рациона.

*Практика.* Составление меню, списка продуктов на 2- 4 дня похода. Фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

## **Раздел 5. «Пожарно-прикладная подготовка»**

*Тема 5.1. Введение.*

*Теория.* Меры предосторожности в обращении с огнем. Последствия пожаров в жилых домах и других зданиях. Примеры тяжелых последствий пожаров, произошедших в результате детской шалости с огнем.

*Тема 5.2. Общие сведения о процессе горения.*

*Теория.* Треугольник горения. Стадии горения. Способы прекращения горения веществ и материалов. Основные опасные факторы пожара. Разбор конкретных ситуаций.

*Практика.* Закрепление на практике способов прекращения горения веществ и материалов.

*Тема 5.3. Техника безопасности*

*Теория.* Техника безопасности на занятиях по пожарно - прикладному спорту. Профилактика травматизма.

*Тема 5.4. Первичные средства пожаротушения.*

*Теория.* Порошковые, углекислотные огнетушители, область их применения. Внутренние пожарные краны, ящики с песком, бочки с водой, кошмы, щиты с набором пожарного инвентаря.

*Практика.* Отработка практических навыков работы с первичными средствами пожаротушения.

*Тема 5.5. Техника преодоления препятствий.*

*Практика.* Упражнения по освоению техники преодоления препятствий (забора, бревна), соединения пожарных рукавов, тушения огня огнетушителем.

## **Раздел 6. Основы безопасной жизнедеятельности.**

*Тема 6.1. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях природного характера.*

*Теория.* Характеристика стихийных бедствий: землетрясение, наводнение, цунами, паводок, половодье, затор, зажор. Ветровой нагон: сель, обвал, оползень, лавина, буря, ураган, смерч, метель, буран. Пожары: лесной, торфяной, низовой, беглый, верховой, степной, полевой. Гроза, молния.

*Практика.* Приемы распознавания стихийного бедствия, способы подготовки к нему и способы самоспасения в зоне бедствия. Психологическая подготовка к действию в особо сложных условиях, которые создает любое стихийное бедствие.

*Тема 6.2. Факторы риска и факторы выживания.*

*Теория.* Основные факторы риска: голод, жара, жажда, холод, страх, переутомление, одиночество. Место аварии: пустыня, тундра, тайга, лес, горы. Факторы и тактика выживания.

*Практика.* Проигрывание ситуаций по преодолению факторов риска с использованием факторов выживания в различных местах аварии.

*Тема 6.3 Общая схема действий в первые минуты аварии.*

*Теория.* Характеристика основных понятий: самоспасение, безопасная линия поведения, первоочередные действия.

*Практика.*

Упражнения на практическое применение алгоритма первоочередных действий в аварийной ситуации.

*Тема 6.4. Как правильно подать сигнал бедствия.*

*Теория.* Правила использования карманного зеркала, воздушного змея, флагов и костров для подачи сигналов бедствия.

*Практика.* Закрепление на практике способов подачи сигналов бедствия.

*Тема 6.5. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях в условиях города.*

*Теория.* Квартира как источник опасности. Источники опасности в ванной комнате, кухне, жилых комнатах, крыши, подъезде, подвале. Криминальные опасности в нашем доме. Основные понятия: грабеж, насилие. Уличные опасности. Основные понятия: несчастные случаи, дорожно - транспортные происшествия, водоемы. Уличные преступления. Основные понятия: жертва, ограбление, хулиганство, места массового скопления людей, уличная толпа.

*Практика.* Проигрывание ситуаций на выполнение правил безопасного поведения в жилом доме. Разучивание способов защиты собственного жилья от грабежа и насильственного проникновения в квартиру. Проигрывание ситуаций на выполнение правил безопасного поведения на городских улицах. Практическое применение способов защиты при нападении, грабеже, способов выживания в местах массового скопления людей и в уличной толпе.

*Тема 6.6. Правила дорожного движения.*

*Теория.* Основные понятия и термины ПДД. Права, обязанности и ответственность участников дорожного движения. Дорожные знаки и дополнительные средства информации Разметка проезжей части. Указатели, их назначение и действие. Проезд регулируемых и нерегулируемых перекрестков. Сигналы светофоров и регулировщиков. Правила движения велосипедиста, мопедиста. Перевозка людей и грузов на велосипеде. Движение группы пешеходов и велосипедистов. Требования, предъявляемые к техническому состоянию транспортных средств. Опасные последствия эксплуатации неисправного транспорта. Требования по техническому состоянию рулевого управления, тормозов, шин, световых приборов. Дороги и их элементы. Проезжая часть. Разделительная полоса. Полоса движения. Тротуар. Прилегающие территории. Перекрестки. Населенные пункты. Расположение транспортных средств на проезжей части. Движение транспортных средств по тротуарам, обочинам и пешеходным дорожкам. Интервал и дистанция. Полоса торможения и разгона. Средства организации и регулирования дорожного движения, светофоры автомобильные, железнодорожные, пешеходные. Предупреждающие знаки. Знаки приоритета. Предписывающие знаки. Информационно-указательные знаки. Знаки сервиса. Знаки дополнительной информации. Обгон и встречный разъезд. Места, где остановка запрещена.

*Практика.* Проигрывание ситуаций на выполнение правил безопасного поведения на городских улицах. Тестирование на тренажере. Просмотр фото- и видеоматериалов.

## **Раздел 7. Основы физической подготовки**

*Тема 7.1. Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь.* Содержание в ступени комплекса ГТО. Правила сдачи показателей комплекса ГТО.

*Тема 7.2. Гимнастика.* Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения: без предметов, с партнером, на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения. Преодоление полосы препятствий. Выполнение гимнастических упражнений комплекса ГТО I ступени.

*Тема 7.3. Легкая атлетика.* Медленный бег. Кросс 500—1000 м. Бег на короткие дистанции до гранаты в цель и на дальность. 100м. Эстафетный бег. Прыжок в длину с разбега. Прыжки в высоту с разбега. Метание

*Тема 7.4. Метание учебной гранаты.* Техника метания учебных гранат 500 г, 700 г

## **Тематический план**

№	Раздел	Тема	Количество часов
---	--------	------	------------------

п/п			Теория	Практика	Всего
1	Основы подготовки к военной службе	1.1. Оборона государства как одна из основ обеспечения национальной безопасности. История создания Вооруженных Сил России.	1	-	1
		1.2. Виды Вооруженных Сил России. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России.	1	-	1
		1.3. Правовые основы военной службы. Составные части воинской обязанности граждан России.	1	-	1
		1.4. Военная служба граждан Российской Федерации. Военные учебные заведения Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	-	1
		1.5. Строевой Устав ВС РФ	1		1
		1.6. Действие в составе отделения на месте (строевая стойка, выполнение команд: «равняйся», «смирно», «вольно», повороты на месте в составе команды)		2	2
		1.7. Перестроение из одной шеренги в две и обратно. Размыкание и смыкание строя		1	1
		1.8. Прохождение торжественным маршем.		2	2
2	Основы медицинских знаний.	2.1. Основные инфекционные, неинфекционные заболевания.	1	1	2
		2.2. Виды травм. Первая помощь при травмах.	1	1	2
		2.3. Виды повязок. Первая помощь при травмах и ранениях.	1	1	2
		2.4. Виды переломов.	1	1	2
		2.5. Виды кровотечений.	2	-	2
		2.6. Первая помощь при отравлении.	-	2	2
		2.7. Первая помощь при обморожениях, тепловом и солнечном ударах.	-	2	2
		2.8. Способы определения терминальных состояний человека. Правила оказания ПМП при них.	1	1	2
		2.9. Первая помощь при обморожении и ожогах.	-	2	2
		2.10. Виды утоплений. Первая помощь при утоплении.	1	1	2
3	Стрелковая	3.1. Теоретические основы стрельбы.	2	-	2

	подготовка	3.2. Материальная часть оружия.	2	-	2
		3.3. Изготовка к стрельбе из пневматической винтовки.	-	2	2
		3.4. Техника и навыки стрельбы из пневматической винтовки.	2	6	8
		3.5. Материальная часть макета АК-47. Сборка – разборка АК-47	2	6	8
		3.6. Соревнования	-	6	6
4	Туризм.	4.1. Личное и групповое снаряжение.	2	2	4
		4.2. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	2	2	4
		4.3. Топография и ориентирование.	2	4	6
		4.4. Ориентирование. Игры на местности.	-	4	4
		4.5. Питание в туристском походе.	1	1	2
5	Пожарно - прикладная подготовка	5.1. Общие сведения о процессе горения.	2	2	4
		5.2. Первичные средства пожаротушения. Техника безопасности	2	2	4
		5.3. Техника преодоления препятствий.	-	2	2
6	Основы безопасности жизнедеятельности	6.1 Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях природного характера. Правила подачи сигналов бедствия.	2	-	2
		6.2. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях в условиях города.	1	1	2
		6.3. Общая схема действий в первые минуты аварии. Гражданская защита населения.	2	2	4
		6.4. Правила дорожного движения для пешеходов, велосипедистов, автомобилистов.	4	6	10
7	Основы физической подготовки	7.1. Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь.	2	-	2
		7.2. Гимнастика	2	10	12
		7.3. Легкая атлетика	2	10	12
		7.4. Метание учебной гранаты		4	4
	Итого:		<b>47</b>	<b>89</b>	<b>136</b>

### Условия реализации программы

Для полноценной организации учебных занятий по программе «Школа безопасности» необходимо:

- оборудованное помещение для теоретических занятий не менее 20 кв.м.;
- спортивный зал с тренажерами;
- компьютер;
- проектор, экран;
- медицинская аптечка;
- полигон для практических занятий на местности;
- пожарно - техническое вооружение;
- пневматические винтовки - 4 штуки;
- пулеулавливатели -2 штуки;
- пульки;
- автомат Калашникова (АК) -2 шт;
- сборно- разборный макет АК И ПМ;

Плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей ПВ;

Стенды для стрельбы;

- прицельные станки

Туристское снаряжение:

- палатка «Зима»-1 штука;
- палатки 2-х, 3-х местные- 4 штуки;
- спальник- 10 штук;
- коврик туристический-10 штук;
- котел – 2 штука;
- костровой набор;
- поварешка;
- пила-2 штуки;
- топор-2 штуки;
- комплект лыж и палок туристических – 10 штук;
- тренажер Максим – 1 штука;
- аптечка АИ -2 штуки;
- жгут кровоостанавливающий- 4 штуки;
- перевязочный пакет медицинский - 6 штук;
- шина транспортная эластичная 2 штуки.

Кадровое обеспечение:

- педагог дополнительного образования.

### *Список использованной литературы*

- 1.Азаров Ю.П. Семейная педагогика. - М.,Педагогика,1982.
- 2.Айперов С.Д. Здоровье, эмоции, красота.- М., Молодая гвардия,1972.
3. Амосов Н.П.Раздумья о здоровье. - М.: Просвещение,1987.
3. Белов В.И. Энциклопедия здоровья. - М.: Фис. 1992.
4. Брегг С. Здоровье и долголетие. М.: Просвещение.1996.
5. Гарбузов В.И. Человек, жизнь, здоровье.- СПб: Комплект, 1995.
6. Орлов Ю.М.Восхождение к индивидуальности. М., Просвещение.1992.
7. Аверин А.И. Начальная военная подготовка. Учебник для СШ - М., Просвещение . 1985.
8. Волокитин А.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Военно - профессиональная ориентация учащихся 10-11 классов. М.. Дрофа. 2007.
9. Латчук В.Н. Терроризм и безопасность человека. Учебно - методическое пособие для 5-11 классов. М., Дрофа, 2007.
10. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. М., Просвещение .2000.
11. Основы воинской службы Учебное пособие М., Дрофа.2004.

12. Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 класс. Учебник. М.,: ООО Издательство АСТ, 2002.
13. Сто уроков самбо: М., «Физкультура и спорт», 1971.
14. Интернет портал «Семь творческих учителей» <http://it-n.ru>
15. Бескин Э. Энциклопедия личной безопасности.- М., Аквариум, 1994.
16. Пономарев В.Т. Энциклопедия безопасности.- Донецк: Сталкер, 1997.
17. Юрьев А. Спортивная стрельба. М., 1967.
18. Комплект наглядно-методических материалов:
  - Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей.Комплекты плакатов:
  - Здоровый образ жизни.
  - Первая реанимационная помощь .

#### ***Информационные источники для детей и родителей***

1. Волошинов В.Б. Книга юнармейца.- М: ДОСААФ, 1989.
2. Вулф Л. Жив и здоров.- М: Русская книга, 1994.
3. Гостюшин А.В. Человек в экстремальных ситуациях.- М: Открытый мир, 1995.
4. Основы безопасности жизнедеятельности: Справочник школьника.- М: Филологическое общество «Слово», 1997.- 1997.
5. Пономарев В.Т. Энциклопедия безопасности.- Донецк: Сталкер, 1997.
6. Снайдер Д. Курс выживания для подростков//Ровесник, 1989,- №№7-12, 1990 №№1-7.
7. Тарасов Е.А. Прикажите себе выжить. - М.: Звонница- МТ: Фонд творческой молодежи России, 1996.