

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
муниципального образования Динской район
«Средняя общеобразовательная школа № 30
имени Героя Советского Союза Николая Алексеевича Примака»

Утверждаю

Директор МАОУ МО Динской район

СОШ № 30 имени Н.А. Примака

В.А. Габлая

от «16» августа 2022г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Юные географы-спасатели»

5-7-е классы на 2022-2025гг.

Автор – составитель:
Легина И, учитель географии
МАОУ МО Динской район
СОШ № 30 имени Н.А. Примака

Пояснительная записка

Программа является составной частью единой системы непрерывного образования, она позволяет расширить представления учащихся об окружающем мире, углубить знания программного материала по курсу «География», содействуя тем самым умственному и физическому развитию учащихся. Она способствует развитию у подростков чувства самосохранения, умения быстро принимать правильные решения в экстремальных ситуациях различного характера.

Большая часть программы отведена практическим занятиям. Их можно проводить как на местности (в условиях природной среды и на специализированных полигонах), так и в помещении, в зависимости от темы и времени года.

Программа рассчитана на 3 года, ориентирована на учащихся среднего школьного возраста.

Цель: формирование сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, правильного поведения в экстремальной ситуации, устойчивых личностных качеств, навыков и умений, необходимых для профессионального спасателя.

Актуальность данной программы обусловлена ее практической значимостью. Она способствует развитию у подростков чувства самосохранения, умения быстро принимать правильные решения в экстремальных ситуациях различного характера.

Данная программа состоит из трех модулей: «Ориентирование», «Первая помощь», «Психологическая поддержка», каждый из которых включает в себя как теоретические занятия, так и практические. Большая часть программы отведена именно практическим занятиям. Их можно проводить как на местности (в условиях природной среды и на специализированных полигонах), так и в помещении, в зависимости от темы и времени года.

Программа направлена на решение следующих задач:

I. Воспитательная:

- формирование устойчивых личностных качеств (решительность, целеустремлённость, дружелюбие, честность, дисциплинированность);
- выработка определённых поведенческих схем, повышающих результативность работы (умение находить оптимальные выходы из экстремального положения);
- закрепление правил поведения в человеческом общении;
- развитие толерантности;
- развитие способностей к самореализации.

II. Оздоровительная:

- популяризация среди учащихся здорового и безопасного образа жизни; привлечение учащихся к систематическим занятиям спортом;
- формирование и развитие двигательных качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости), координации движений и моторики;
- закаливание, профилактика простудных заболеваний, нарушений осанки.

III. Образовательная:

- приобретение практических навыков и умений поведения в экстремальных ситуациях природного и техногенного характера;
- приобретение знаний, умений, навыков по проведению поисково-спасательных работ, по спортивному ориентированию, туристской технике, скалолазанию;
- углубление знаний в области анатомии человека, приобретение навыков оказания первой помощи;
- расширение объёма знаний по ОБЖ, краеведению и географии.

Деятельность, используемые методы и формы реализации

- методы упражнения (упражнения, тренировка);
- словесные методы обучения (объяснение, рассказ, беседа);
- графические работы (составление схем, работа с картами);
- методы наблюдения (проведение замеров);
- наглядные методы (демонстрационные материалы, видеоматериалы);
- психологические и социологические методы (анкетирование, создание и решение различных ситуаций – психология общения, тренинги);
- игровые методы (развивающие, познавательные, игры на развитие внимания, памяти, глазомера, ролевые игры, викторины, кроссворды);
- соревновательные формы (обучающие и зачётные соревнования).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Знать:

- природные и антропогенные причины возникновения геоэкологических проблем своей местности; особо охраняемые природные территории своей республики;
- приемы оказания первой медицинской помощи;
- особенности оказания первой медицинской помощи при переломах различной локализации;
- способы переноски и транспортировки пострадавших при различных переломах;
- средства для оказания первой медицинской помощи;

Уметь:

- применять географические знания и умения в повседневной жизни для сохранения окружающей среды и социально-ответственного поведения в ней;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- работать с компасом и картой, ориентироваться на местности в любое время суток при различных погодных условиях;
- контролировать свое морально-психологическое состояние при ЧС;
- применять приемы управления своим состоянием.

Учащийся, прошедший трехлетний курс обучения должен обладать:

- развитым интеллектом, включающим в себя познавательную активность;
- умением строить свою жизнь по законам истины, добра и культуры;
- здоровьем, высокой физической культурой, потребностью в физическом совершенствовании и здоровом образе жизни;
- способностью к сознательному выбору и овладению профессией;
- умением владеть достойными способами самовыражения и самореализации;
- способностью выстраивать свои отношения с людьми.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

МОДУЛЬ «Ориентирование»

1-й год обучения

Топографическая карта. Масштаб карты. Топографические знаки. Способы изображения рельефа на карте. Компас, правила пользования им. Ориентирование карты и компаса. Азимут. Движение по азимуту. Движение по легенде. Основы правил техники безопасности при проведении занятий по ориентированию на местности. Контрольное время, границы полигона.

Спортивное ориентирование. Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивных карт.

Практические занятия

Определение расстояний по карте и на местности. Движение по карте, по легенде. Определение азимута на предмет. Определение точки стояния. Чтение топографической карты и карты спортивного ориентирования. Топографический диктант.

2-й год обучения

Ориентирование по местным признакам, по солнцу, луне и звездам. Определение направления на север по часам. Составление на карте маршрута по его текстовому описанию (легенде). Технические приемы чтения карты, выбора пути движения и его реализации. Способы измерения расстояний на карте и на местности. Курвиметр. Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки.

Виды спортивного ориентирования: по маркированной трассе, в заданном направлении, по выбору. Движение по площадным и линейным ориентирам. Выбор рационального пути.

Практические занятия

Упражнения по ориентированию на местности. Определение азимута на предмет. Движение по азимуту. Составление легенды. Определение сторон горизонта без компаса. Соревнования по спортивному ориентированию.

3-ий год обучения

Положение о соревнованиях по спортивному ориентированию, условия проведения соревнований. Техническая информация. Стартовые параметры: номер, стартовая минута, местонахождение старта и финиша. Тактические действия спортсмена до старта, на старте, на дистанции и контрольных пунктах.

Причины, приводящие к потере ориентировки. Порядок действий в случае потери ориентировки. Необходимость выхода на крупные линейные или площадные ориентиры.

Практические занятия

Задания и упражнения по карте, соревнования по спортивному ориентированию.

Методическое обеспечение

Приемы и методы организации учебно-познавательной деятельности

Словесные: рассказ – о предстоящей работе, при изложении нового материала,

чтение литературы – при подготовке задания, дискуссия – при обсуждении нового материала.

Наглядные: демонстрация – показ компасов, курвиметра; иллюстрация – показ таблиц, компасов, призм, спортивных карт, топографических знаков.

Практические:

- Практические занятия на местности.
- Лагеря, соревнования - для отработки на практике приобретенных знаний, умений и навыков.
- Тесты - для определения уровня подготовленности.

Формы обучения:

- Индивидуальная: (самостоятельная работа обучающихся при выполнении определенных заданий)
- Групповая - работа по группам различного количественного состава при обучении командным действиям в различных ситуациях.

Формы организации учебного процесса:

- практическое занятие в помещении и на местности,
- поход выходного дня с решением ситуационных задач,
- тесты, викторины, кроссворды,
- самостоятельное изучение литературы для подготовки сообщения.

МОДУЛЬ «Первая помощь»

1-й год обучения

Походная аптечка. Правила комплектования. Использование лекарственных средств. Порядок действий при оказании помощи. Раны. Кровотечения. Острая кровопотеря. Первая помощь при острой кровопотере. Точки прижатия артерий. Порядок оказания первой помощи. Правила наложения жгута. Обработка раны. Виды и способы наложения повязок. Косыночные повязки.

Практические занятия

Комплектование походной аптечки. Наложение жгута, бинтовых и косыночных повязок на различные части тела.

2-й год обучения

Первая помощь при травмах опорно-двигательной системы. Понятие «Скелетная травма»: ушибы, растяжения, вывихи, переломы (открытые, закрытые).

Правила и порядок осмотра пострадавшего. Особенности транспортировки пострадавшего при различных скелетных травмах.

Клиническая и биологическая смерть. Достоверные признаки биологической смерти. Сердечно-легочная реанимация (СЛР). Особенности СЛР при электротравме и утоплении. Первая помощь при обструкции верхних дыхательных путей. Транспортное положение пострадавшего при отсутствии сознания.

Практические занятия

Изготовление жгута и шины из подручных средств. Наложение шин и жгута. Отработка приемов восстановления проходимости дыхательных путей, проведения сердечно-легочной реанимации.

3-й год обучения

Первая помощь при термических травмах. Ожоги: термические и химические. Порядок оказания первой помощи. Холодовая травма. Основные проявления отморожений, оказание первой помощи. Факторы, способствующие развитию перегревания. Основные проявления, оказание первой помощи.

Пищевые отравления. Острые отравления. Порядок оказания первой помощи.

Практические занятия

Наложение различных видов повязок, шин и жгута. Отработка приемов осмотра пострадавшего, проведения сердечно-легочной реанимации, и восстановления проходимости верхних дыхательных путей.

Методическое обеспечение

Приемы и методы организации учебно-познавательной деятельности

Словесные: рассказ – о предстоящей работе, при изложении нового материала,

чтение литературы – при подготовке задания, дискуссия – при обсуждении нового материала.

Наглядные: демонстрация – показ специального оборудования, иллюстрация – рисунки повязок, схемы транспортировки, видео – видеофильм «Оказание первой медицинской помощи в туристском походе».

Практические:

- практические занятия в помещении и на местности;
- экскурсии в образовательно-методический центр «Пермская краевая школа медицины катастроф»;
- тесты для определения уровня подготовленности;
- контрольные задания

Формы обучения:

▪ Индивидуальная: самостоятельная работа обучающихся при выполнении определенных заданий.

▪ Групповая - работа по группам различного количественного состава при организации первой помощи.

Формы организации учебного процесса: практические занятия в помещении и на местности, тесты, самостоятельное изучение литературы для подготовки выступления на занятии.

МОДУЛЬ «Психологическая подготовка»

1-й год обучения

Психологические основы выживания. Страх и способы его преодоления. Внимание, память и мышление – необходимые факторы выживания. Влияние характера на поведение в условиях выживания.

Из истории спасательного дела в России. Профессиональные традиции, их роль в формировании личностных качеств спасателя. Профессиональные качества спасателя, их роль в обеспечении успешной деятельности.

Практические занятия

Первичная диагностика и наблюдение. Психология общения (развитие коммуникативных способностей, игры, беседы). Игры для развития памяти и внимания. Проведение тестирования с целью выявления особенностей мотивации поведения обучаемых.

2-й год обучения

Психологические особенности спасателя, требуемые для профессиональной деятельности. Эмоциональная устойчивость в экстремальных условиях, стиль взаимоотношений в отряде, готовность к риску, дисциплинированность, настойчивость и целеустремленность при ведении спасательных работ.

Практические занятия

Тренинги и игры на сплочение коллектива, на развитие коммуникативных способностей. Индивидуальные задания на релаксацию. Наблюдение. Поиск потенциальных лидеров на роль капитанов команды. Игры для развития памяти и внимания. Решение психологических задач.

3-й год обучения

Психологические особенности поведения населения в чрезвычайных ситуациях. Факторы, оказывающие травмирующее воздействие на психику человека: масштаб события, опасность для жизни, потеря близких, утрата материальных ценностей, резкое изменение жизненного уклада, дефицит информации, потеря управления.

Индивидуальные различия в характере реакций на чрезвычайную ситуацию: сохранение самообладания, способности к активной деятельности; кратковременные изменения психического состояния; патологические нарушения психической деятельности. Индивидуальные и коллективные формы панических реакций в чрезвычайных ситуациях. Условия их возникновения, методы предупреждения и пресечения паники при ведении спасательных работ.

Практические занятия

Диагностика мотивационной сферы и учебной активности. Задания на релаксацию, снятие предстартового волнения. Индивидуальная работа с капитанами.

Методическое обеспечение

Приемы и методы организации учебно-познавательной деятельности

Словесные: рассказ – о предстоящей работе, при изложении нового материала,

чтение литературы – при подготовке задания, дискуссия – при обсуждении нового материала.

Наглядные: видеофильмы «Оказание первой помощи в ДТП», «Пришедшие в час беды».

Практические:

- психологические тренинги,
- решение психологических задач.

Формы обучения:

▪ индивидуальная: самостоятельная работа обучающихся при выполнении определенных заданий;

▪ групповая - работа по группам различного количественного состава.

Формы организации учебного процесса: занятия, ориентированные на организацию функциональной деятельности обучающихся связанной с преодолением проблемных ситуаций, практические занятия в помещении и на местности, тесты.

Календарный учебный график

№ п/п	Тема занятия		Кол-во часов		Форма кон- троля
		Всего	Тео- рия	Прак- тика	
МОДУЛЬ «Ориентирование»		51	22	29	
1.	Топографическая карта	4	1	3	Беседа
2.	Масштаб карты	3	1	2	Беседа
3.	Топографические знаки	4	1	3	Практическая работа
4.	Способы изображения рельефа на карте	3	1	2	Практическая работа
5.	Компас, правила пользования им. Ори- ентирование карты и компаса	3	1	2	Практическая работа
6.	Азимут. Движение по азимуту. Движе- ние по легенде	3	1	2	Практическая работа
7.	Основы правил техники безопасности при проведении занятий по ориентиро- ванию на местности	3	1	2	Беседа
8.	Контрольное время, границы полигона	3	1	2	Беседа
9.	Спортивное ориентирование	3	1	2	Беседа
10.	Спортивная карта, ее назначение, отли- чие от топографической карты	3	2	1	Опрос
11.	Условные знаки спортивных карт	3	1	2	Беседа
12.	Определение расстояний по карте и на местности.	4	2	2	Практическая работа
13.	Движение по карте, по легенде.	3	2	1	Практическая работа
14.	Определение азимута на предмет. Опре- деление точки стояния	3	2	1	Практическая работа
15.	Чтение топографической карты и карты спортивного ориентирования.	3	2	1	Практическая работа
16.	Топографический диктант	3	2	1	Практическая работа
МОДУЛЬ «Первая помощь»		30	15	15	
17.	Походная аптечка. Правила комплекто- вания	3	2	1	Беседа

18.	Комплектование походной аптечки	3	1	2	Практическая работа
19.	Использование лекарственных средств	3	2	1	Беседа
20.	Порядок действий при оказании помощи	3	1	2	Практическая работа
21.	Раны. Кровотечения	3	2	1	Беседа
22.	Острая кровопотеря. Первая помощь при острой кровопотере	3	1	2	Практическая работа
23.	Точки прижатия артерий. Порядок оказания первой помощи. Правила наложения жгута	3	1	2	Практическая работа
24.	Обработка раны. Виды и способы наложения повязок. Косыночные повязки	3	2	1	Беседа
25.	Комплектование походной аптечки	3	2	1	Беседа
26.	Наложение жгута, бинтовых и косыночных повязок на различные части тела	3	1	2	Практическая работа
МОДУЛЬ «Психологическая подготовка»		21	8	13	
27.	Психологические основы выживания	2	1	1	Беседа
28.	Страх и способы его преодоления	2	1	1	Беседа
29.	Внимание, память и мышление – необходимые факторы выживания	3	1	2	Беседа
30.	Влияние характера на поведение в условиях выживания	2	1	1	Беседа
31.	Из истории спасательного дела в России	3	1	2	Беседа
32.	Профессиональные традиции, их роль в формировании личностных качеств спасателя	3	1	2	Беседа
33.	Профессиональные качества спасателя, их роль в обеспечении успешной деятельности	3	1	2	Беседа
34.	Психология общения (развитие коммуникативных способностей, игры, беседы).	3	1	2	Практическая работа

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Вишневская Е.Л., Барсукова Н.К., Широкова Т.И. «Основы безопасности жизнедеятельности» (Основы медицинских знаний и охрана здоровья), учебное пособие для учащихся 4-5 кл., 6-8 кл., 9 кл., 10-11 кл., изд. «Русское слово», Москва, 1996 г.
2. Алешин В. М. Туристская топография [Текст] / В. М. Алешин // М.: Профиздат, 1985. – 285 с.
3. Бардин, К.В. Азбука туризма [Текст] / К.В. Бардин// М.: Просвещение, 1981. - 176 с.
4. Драгачев С. П. Туризм и здоровье [Текст] / С. П. Драгачев// М.: Знание, 1984. - 345 с.
5. Коструб А. А. Медицинский справочник туриста [Текст] / А. А. Коструб // М.: Знание, 1986. - 231 с.
6. Лысогор Н. А. Питание туристов в походе [Текст] / Н. А. Лысогор // М.: Пищевая пром-ть, 1980. - 156 с.

7. Учебник «Основы медицинских знаний», 5-11 кл., изд. «Просвещение», Москва, 1996 г.