

Принято
педагогическим советом
МОУ СОШ №7
Протокол от 30.08.2024г. №1

Утверждаю
И.о.директора
МОУ СОШ №7
/Е.С.Андреева /
Приказ от 01.09.2024года № 1/52



**Управление образованием Качканарского городского округа
Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №7»**

**Дополнительная общеразвивающая программа
социально- гуманитарной направленности
«Отряд МЧС»**

**Срок реализации -1 год
Возраст учащихся- 12-17 лет**

**Составитель программы:
Молостова Т.И., в.к.к.**

Качканар, 2024г

2.1. Пояснительная записка

Программа социально - гуманитарной направленности нацелена на формирование у учащихся культуры пожарной безопасности, развитие навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства в области пожарно-прикладного спорта. Программа разработана на основе нормативных актов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 25.12.2018) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённый приказом Министерства просвещения Российской Федерации 09.11. 2018 г. № 196»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
- Устав МОУ СОШ №7.

Актуальность общеразвивающей программы обусловлена необходимостью обучения учащихся правилам безопасного поведения. Разного рода опасности подстерегают человека в быту, в пути, на отдыхе, на производстве. Средства массовой информации постоянно сообщают об очередной аварии, катастрофе, стихийном бедствии или криминальном происшествии, повлекшем за собой гибель людей или большой материальный ущерб. Очень часто люди сами виноваты в этих трагедиях, когда по тем или иным причинам пренебрегают правилами безопасности. Особенно это касается соблюдения правил противопожарной безопасности.

Адресат общеразвивающей программы- учащиеся 12- 17 лет, которые хотели бы изучать основы пожарной безопасности, овладеть приемами пожарно- прикладного спорта, участвовать в соревнованиях разного уровня среди дружин юных пожарных. Число одновременно занимающихся в группе учащихся- 10 человек.

Режим занятий- еженедельно по 2 академических часа.

Объём общеразвивающей программы- 68 часов в соответствии с учебным планом.

Срок освоения общеразвивающей программы-34 учебных недели в течение учебного года.

Перечень форм обучения: фронтальная, индивидуальная, групповая.

В силу специфики пожарно-прикладного спорта, обусловленной правилами соревнований (длина полосы препятствий, упражнения на бревне и с пожарными рукавами) занятия с апреля по октябрь, как правило, проводятся на открытом воздухе. В другие месяцы специальные упражнения выполняются в спортивном зале.

При организации и проведении занятий особое внимание следует уделять правилам техники безопасности. Перед началом каждой серии упражнений должен проводиться инструктаж.

Перечень видов занятий: беседа, практическое занятие, тренинг, мастер-класс, экскурсия, тренировка, соревнование.

тренировка на оборонно-спортивной полосе, боевое развертывание, организация учений по ПБ для учащихся школы игра.

Перечень форм подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы: агитбригада, соревнование, практическое занятие.

2.2. Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель общеразвивающей программы:

создание условий для всестороннего развития личности учащегося, общего оздоровления подростков, укрепления физических и духовных сил, усвоения культуры пожарной безопасности, приобретения навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, воспитания патриота.

Задачи общеразвивающей программы:

- укрепление здоровья школьников;
- повышение функциональных возможностей и разностороннее развитие физических способностей учащихся (скорость, сила, выносливость);
- становление важных личностных качеств: смелости, решительности, умения управлять эмоционально-волевым состоянием;
- приобретение специальных знаний по пожарной безопасности, развитие профессионально-прикладной физической подготовленности и на их основе формирование потребности в овладении профессией пожарного;
- приобретение специальных знаний по безопасному поведению в окружающей среде;
- организация участия членов дружины юных пожарных в соревнованиях разного уровня среди дюп;
- развитие сотрудничества учащихся с сотрудниками пожарной части 278, ЕДДС.

2.3. Содержание общеразвивающей программы «Отряд МЧС»

Учебный план

Тема	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1. Основы знаний	1	0,5	0,5	
2. Общая физическая подготовка	29	2	27	
3. Специальная физическая и техническая подготовка	20	1	19	соревнования
4. Правила безопасного поведения	10	2	8	
5. Оказание первой медицинской помощи при несчастном случае. Сердечно- лёгочная реанимация	15	5	10	практическое занятие
6. Пропаганда правил пожарной безопасности	5	1	4	агитбригада
7. История пожарной охраны. История ВДПО	10	10	0	
8. Соревнования	12	1	11	соревнования
Всего:	102	22,5	79,5	

Содержание учебного плана

Тема	Содержание
1. Основы знаний	Правила техники безопасности на тренировках. Значение занятий пожарно-прикладным видом спорта. Перечет, и название инвентаря. Вред курения, алкоголя и наркотиков для здоровья.
2. Общая физическая подготовка	<i>Легкая атлетика.</i> Низкий старт и стартовый разгон. Челночный бег. Бег на дистанции 30 и 60 метров. Беговые упражнения : бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени, прыжки перекатом с пятки на носок, прыжки в шаге, бег с выхлестыванием голени, прыжки на одной ноге.

	<i>Гимнастика.</i> Подтягивание на перекладине. Отжимание в упоре лежа на полу. Лазание по канату. Кувырок вперед и назад. То же несколько раз слитно. Стойки: на лопатках, на голове, на кистях у стены. <i>Подвижные игры.</i> "Перестрелка", "Скакуны и бегуны". <i>Игры по выбору</i>
3. Специальная физическая и техническая подготовка	<i>Полоса препятствий.</i> Бег по гимнастическим скамейкам и буму. Преодоление забора с помощью гимнастического мостика. Работа у разветвления- Работа с пожарным стволом. Полоса препятствий в спортивном зале: бег по гимнастическим скамейкам, соединение полугаек между собой, движение к разветвлению и работа с ним, движение и работа со стволом, прокладка рукавной линии, финиширование. <i>Штурм учебной башни.</i> Бег со старта до башни. Бег по штурмовой лестнице и финиширование. Преодоление школьной полосы препятствий. Обучение навыкам альпинизма.
4. Правила безопасного поведения	Безопасные действия при наводнении, при пожаре, во время ураганов, смерчей, обвалов. Безопасно поведении на воде; выживание в природных условиях; на дороге.
5. Оказание первой медицинской помощи. Сердечно-лёгочная реанимация.	Помощь при ранениях, травмах; переломах, ожогах; кровопотерях; первая помощь утопающему; искусственное дыхание. Сердечно- лёгочная реанимация- работа на манекенах. Способы переноски пострадавших.
6. Пропаганда правил пожарной безопасности	Составление памяток, листовок, буклетов по ПБ. Подготовка и проведение бесед, радиопередач, акций, агитбригад. Показ агитбригады учащимся школы.
7. История пожарной охраны. История ВДПО	История пожарной охраны Екатеринбурга, Свердловской области, России. История ВДПО.
7. Соревнования	Участие в муниципальных, окружных, областных соревнованиях.

2.4. Планируемые результаты

Освоение данной программы позволяет школьникам овладеть навыками использования средств пожаротушения, спасения в экстремальных ситуациях, оказания помощи другим, попавшим в беду. выпускники отряда МЧС готовы к профессиональной подготовке пожарного, могут успешно продолжать совершенствование в пожарно-прикладном спорте.

Требования к уровню подготовки учащихся.

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 навыков 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, 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 действий 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.

Предметные результаты:

1. В познавательной сфере:

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области пожарной безопасности.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

- умения 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 вырабатывать 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.

3. В коммуникативной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях

Учащийся знает:

- правила безопасного поведения в природе;
- правила безопасного поведения в квартире, общественном месте;
- историю ВДПО;
- историю пожарной охраны
- основы пожарно-прикладного спорта.

-Умеет:

- эвакуироваться из задымленного помещения;
- вызвать пожарных в случае необходимости;
- пользоваться первичными средствами пожаротушения;
- оказать первую медицинскую помощь при несчастном случае;
- провести беседу по пожарной безопасности для учащихся.

3. Организационно- педагогические условия

3.1. Материально- техническое обеспечение

Спортивный зал

Забор учебный 175 м с 2 шт.

Забор учебный 200 см 2 шт.

Скамейки гимнастические 4 шт.

Разветвления 4 шт.

Рукава учебные 3 пары

Рукава боевые 1 комплект

Стволы 3 шт.

Полугайки 6 шт.

Ремни 4 шт.

Спортивные каски 4 шт.

Штанга 1шт.
 Гири 16 кг 2 шт.
 Гири 24 кг 2шт.
 Стартовые колодки 2шт.
 Полоса препятствий 1-2
 Штурмовка 15 шт.
 Секундомеры 2 шт.
 Гимнастическая стенка1 шт.
 Гимнастические мат 4 шт.
 Мячи футбольные, баскетбольные 8 шт.
 Указано минимальное количество инвентаря для группы 12-15 человек

Кадровое обеспечение- программа составлена и реализуется учителем ОБЖ, имеющим высшую квалификационную категорию. Организовано сотрудничество со специалистами пожарной части и службой ЕДДС.

3.2. Формы контроля и оценочные материалы

Требования к специальной физической и технической подготовке

	Отлично	Хорошо
Бег 15 м с присоединением полугайки	3,7	3,9
Бег 20 м с преодолением забора	4,5	4,7
Полоса препятствий в зале	21,0	22,5
Полоса препятствий на стадионе	21.0	22,5
Подъем во второй этаж башни	9,8	10,8
Эстафета 4х 100 м	2, 25	1,35
Боевое развертывание	50,0	55,5

Формы контроля: практическое занятие, соревнования, агитбригада

4.Список литературы

Андреев С.М. Мини-футбол. - М.: Физкультура и спорт, 1978.

В помощь организаторам занятий детей и подростков пожарно-прикладным спортом: Методические рекомендации. - Екатеринбург, 1994.

Методическая разработка по проведению занятий с ЮДПД и ЮИД - Горький / Горьковский обл. совет Всерос. добровольного общества "Динамо", 1976.

Петерсон Т. Мини-баскетбол. - М.: Физкультура и спорт, 1973.

Пожарно-прикладной спорт. Правила соревнований. - М., 1990.

Пожарно-прикладной спорт: Учебное пособие / Под ред. Н.Х.Платонова и др. - М., 1979).

Семенов Л.П. Советы тренерам. - М.: Физкультура и спорт, 1980.

Смирнов В.И. Обучение жителей села правилам пожарной безопасности. - М., 1991.

Чудиновских А.В., Воробьев А.Т. Новые подходы к планированию учебной работы по физической культуре в школе // Развитие двигательной и функциональной подготовленности школьников. - Свердловск, 1990, С.98-104.

Юный легкоатлет / Попов Р.Б., Суслов Ф.П., Ливадо Е.М. - М.: Физкультура и спорт, 1984.

<https://www.mchs.gov.ru>

<https://66.mchs.gov.ru>