

МКУ «Управление образование Ужурского района
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Ужурская средняя
общеобразовательная школа № 1
имени Героя Советского Союза А.К. Харченко»

Рассмотрена
на заседании
педагогического совета
Протокол №
от 2023г.

Утверждаю
директор школы
_____ Л.В. Головач
приказ №
от 2023 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Маршрут выживания»

Возраст обучающихся: 11 – 14 лет

Срок реализации программы: 1 год

Составитель:
педагог дополнительного образования
Красникова Виктория Юрьевна

г. Ужур, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования «Маршрут выживания» (далее – Программа) - имеет военно-патриотическую направленность.

Программа опирается на принципы социальной активности, индивидуализации, мотивированности, взаимодействия личности и коллектива, развивающего воспитания и единства образовательной и воспитательной среды.

Данная Программа позволяет придать патриотическому воспитанию школьников системный и целенаправленный характер и предназначена обеспечить:

- участие молодежи в реализации государственной политики в области военно-патриотического и гражданского воспитания;
- изучение истории и культуры Отечества и родного края;
- изучение истории медицинской помощи;
- изучение способов личной гигиены;
- отработке навыков первой доврачебной помощи и транспортировки пострадавших в различных условиях;
- передачу и развитие лучших традиций российского воинства;
- приобретение военно-прикладных умений и навыков;
- воспитание ответственности за порученное дело, дисциплинированности, исполнительности, готовности к действиям в экстремальных ситуациях.

Цель программы: личностное профессиональное и жизненное самоопределение воспитанников через обучение, воспитание, развитие и оздоровление в процессе военно-спортивной деятельности.

Задачи:

- дать набор стандартных знаний, умений и навыков по ориентированию, краеведению, первой доврачебной помощи, обеспечению безопасности, организации быта в полевых условиях;
- обеспечить непосредственное самостоятельное познание окружающего мира в доступных географических пределах;
- способствовать созданию и развитию доброжелательного (положительного) детского коллектива, как инструмента (средства) воспитания;
- способствовать воспитанию морально-волевых качеств, гражданственности и патриотизма.

Для диагностики поставленных в программе задач приводится таблица ожидаемых промежуточных результатов подготовки воспитанников конце года обучения. Показатели определены на основании комплекса формируемых знаний и умений, достаточно четко контролируются. Качество реализации конечной цели программы оценивается по следующим критериям:

- сохранение основного контингента воспитанников в течение всего срока обучения по программе, как свидетельство достижения высокой мотивации детей данным видом деятельности;
- наличие мониторинга, позволяющего объективно оценить обученности воспитанников (образовательный эффект, состояние здоровья, уровень спортивных достижений);
- активная творческая, социально-значимая деятельность, направленная на развитие военно-спортивной деятельности по месту жительства (ряд мероприятий, направленных на презентацию здорового образа жизни, через соревнования, акции и пр.).

Планируемые результаты освоения программы:

Результатами освоения программы можно определить зачеты по каждой теме разделов программы. В карте зачетов (Приложение №1).

Условия реализации программы

Возраст детей: 11 – 14 лет.

Условия набора детей – принимаются все обучающиеся.

Условия формирования групп: разновозрастные.

Количество обучающихся: не менее 8 человек в группе.

Срок реализации программы: 1 год.

Занятия проходят в соответствии со следующим графиком:

| Группа | Кол-во часов | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|--------|--------------|---------------|---------|-------|---------|---------|
| 1 | 2 | 14:00 – 15:20 | | | | |

Формы проведения занятий:

- сочетание обзорных бесед и установочных лекций;
- занятия-презентации, занятия вопросов и ответов;
- военизированный кросс, военно-прикладная полоса препятствий;
- занятия-тренировки: строевая подготовка, огневая подготовка,
- практические занятия.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

В результате реализации программы воспитанники должны:

| знать | уметь |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - медицинские термины; лекарственные травы, растения и грибы. - основные понятия анатомии и физиологии человека; | <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике правильный алгоритм оказания доврачебной помощи и транспортировки пострадавшего. - оказывать первую медицинскую |

| | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - понятия об органах и системах органов, организме человека; - основы медицинской помощи при различных повреждениях организма человека; - способы переноски и транспортировки пострадавшего. | <p>помощь при различных повреждениях организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> - накладывать стерильные повязки, при ранениях различной тяжести. |
| <ul style="list-style-type: none"> - обязанности личного состава отделения; - основы организации и ведения группы отделением на местности; - организацию бивака; - номенклатуру и условные знаки на топографических картах. | <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться на местности без карты и движение по заданному маршруту; - передвигаться различными способами на поле боя; - умело преодолевать различные заграждения и зараженные участки местности; - ориентироваться на местности различными способами. |
| <p>Основы безопасности личности, общества и государства</p> | <p>Действовать при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера и защищать населения от них.</p> <p>Распознавать терроризм, экстремизм – сущность и угрозы безопасности личности и общества.</p> |

Формы подведения итогов реализации Программы:

Для отслеживания уровня усвоения содержания Программы и своевременного внесения коррекции используются следующие формы контроля:

текущий, тематический, итоговый, диагностика воспитанности.

Текущий контроль - оперативная и динамическая проверка результатов обучения, сопутствующая процессу формирования знаний, выработки и закрепления умений и навыков воспитанников (диагностика).

Тематический контроль - проверка решения заранее определенных задач или программного материала (контрольные занятия, сдача нормативов).

Итоговый контроль - оценка результатов обучения за полугодие, год (зачет).

Диагностика воспитанности позволяет увидеть динамику изменений в личностной сфере воспитанников. По результатам диагностики определяются оптимальные условия для развития каждого подростка с учетом его возрастных особенностей.

Методы педагогического мониторинга:

- наблюдение;
- анкетирование;

- тестирование;
- опрос.

Формы педагогического мониторинга:

- контроля знаний (текущая, тематическая, итоговая диагностика знаний, умений и навыков воспитанников);
- собеседования;
- соревнования;
- маршрутные броски по пересеченной местности.

Формы подведения итогов реализации программы

В течение учебного года воспитанники выступают на показательных занятиях, соревнованиях, фестивалях, слетах, принимают участие в конкурсах, викторинах.

Диагностика проводится в начале и в конце учебного года.

В конце полугодия, учебного года воспитанники сдают зачеты, нормативы по оказанию первой помощи. Результаты заносятся в индивидуальную карточку воспитанника (Приложение 1).

Мониторинг результатов образовательной деятельности

| № | Показатели | Критерии | Степень выраженности оцениваемого качества | Методы |
|------------------------------------|--|---|---|---------------------------|
| 1. Теоретическая подготовка | | | | |
| 1 | Теоретические знания (по основным разделам учебно – тематического плана программы) | Соответствие теоретических умений и навыков ребенка программным требованиям | Низкий уровень (ребенок не овладел в достаточной степени знаниями и умениями, предусмотренными программой); Средний уровень (ребенок усвоил знания и умения программы и справляется с заданием с помощью взрослого); Высокий уровень (ребенок освоил | Наблюдения, беседы, опрос |

| | | | | |
|------------------------------------|---|---|--|---------------------------|
| | | | практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период и выполняет задания самостоятельно). | |
| 2 | Владение специальной терминологией | Осмысленность и правильность использования специальной терминологии | Низкий уровень (ребенок как правило, избегает употребления специальных терминов); Средний уровень (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой); Высокий уровень (специальные термины ребенок употребляет осознанно и в полном соответствии с темой). | Собеседование, наблюдение |
| 2. Практическая подготовка. | | | | |
| 1 | Практические умения и навыки, предусмотренные программой(по основным разделам учебно – тематического плана программы) | Соответствие практических умений и навыков программным требованиям | Низкий уровень (ребенок не овладел в достаточной степени знаниями и умениями, предусмотренными программой); Средний уровень (ребенок усвоил знания и умения программы и справляется с | Практические задания |

| | | | | |
|---|---|--|--|----------------------|
| | | | заданием с помощью взрослого); Высокий уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой, за конкретный период и выполняет задания самостоятельно). | |
| 2 | Владение специальным оборудованием и оснащением | Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения | Низкий уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием); Средний уровень (работает с оборудованием с помощью педагога); Высокий уровень (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей). | Практические задания |
| 3 | Творческие навыки | Креативность в выполнении практических заданий | Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога); Репродуктивный уровень | Практические задания |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | | | (выполняет в основном задания на основе образца); Творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества). | |
|--|--|--|---|--|

Учебный план

| № | Название раздела | Количество часов (на каждую возрастную группу) | | | Форма аттестации/ контроля |
|---|---|---|--------|----------|-------------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | История оказания первой помощи | 1 | 1 | 0 | зачет |
| 2 | Личная гигиена, профилактика заболеваний и травм | 2 | 2 | 0 | зачет |
| 3 | Медицинская аптечка | 5 | 1 | 4 | зачет |
| 4 | Первая медицинская помощь | 20 | 3 | 17 | зачет |
| 5 | Транспортировка пострадавшего | 10 | 1 | 9 | зачет |
| 6 | Профориентационная работа | 2 | 2 | 0 | Творческая работа |
| 7 | Массовые мероприятия Ориентирование Действия при ЧС | 28 | 4 | 24 | Участие |
| | | 68 | 14 | 54 | |

Содержание учебного плана

Раздел «История оказания первой помощи».

«История» - дисциплина, которая дает знания обучающимся об истории происшествий и возможных последствий при неправильном оказании или не оказании первой помощи.

Раздел «Личная гигиена, профилактика заболеваний и травм».

Личная гигиена. Гигиенические требования к одежде и обуви. Режим питания и отдыха в дни тренировок, соревнований, во время походов (переходов). Утомление на занятиях, в походе – причина травм. Профилактика простудных заболеваний. Признаки заболеваний: вялость, сонливость, снижение аппетита, боли в разных частях тела (мышцах), головокружение, тошнота, рвота, жажда, отечность, сухость во рту, головокружение и др.).

Правильный подбор одежды и обуви в зависимости от метеоусловий. Лечебные и профилактические свойства витаминов, продуктов питания (ягод, фруктов, меда, чеснока, лука и пр.)

Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Профилактика клещевого энцефалита. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность. Врачебный контроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. *Содержание практических работ:* применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса; подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними; составление расписания своей деятельности на неделю и режима дня с учетом гигиенических требований.

Раздел «Медицинская аптечка».

Состав медицинской аптечки походов выходного дня. Перечень, назначение, показания и противопоказания применения лекарственных препаратов. Лекарственные растения, возможности их использования в походных условиях. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний. Требования к упаковке аптечки и медикаментов (жесткость, герметизация, компактность, список с рекомендациями, изоляция стекла, яркая маркировка медикаментов и пр.). Хранение и транспортировка походной аптечки.

Содержание практических работ: формирование походной медицинской аптечки для похода выходного дня; приготовление напитков из лечебных (тонизирующих) растений.

Раздел «Основы оказания первой помощи».

Возможные заболевания и травмы, обусловленные участием в походах выходного дня: солнечный удар, ожог, обморожение, ушибы, ссадины, порезы, мозоли, отравления ядовитыми грибами или растениями, желудочные заболевания. Заболевания, связанные с укусами членистоногих и змей, клещей, беспокоящих насекомых. Причины данных заболеваний и травм и приемы оказания доврачебной помощи пострадавшим. Действия группы после оказания помощи.

Содержание практических работ: оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшим (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

Раздел «Транспортировка пострадавшего».

Способы транспортировки пострадавшего и требования к ней. Зависимость способа транспортировки пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества человек, оказывающих помощь. Требования к средствам для транспортировки. Изготовление транспортировочных средств из подручных материалов. Правила транспортировки на носилках по пересеченной местности. Действия сопровождающего при транспортировке. Транспортировка пострадавшего в зимних условиях.

Содержание практических работ: изготовление транспортировочных средств из подручных материалов; транспортировка пострадавшего в зависимости от характера и места повреждения, его состояния, от количества человек, оказывающих помощь.

Раздел «Пофориентационная работа»

Встречи с представителями военных профессий, участниками боевых действий. Экскурсии в воинскую часть, в мед учреждения, музеи.

Раздел «Массовые мероприятия»

Участие в соревнованиях, акциях, мероприятиях военно-спортивной и социально-значимой направленности.

Список использованных источников информации

1. Конвенция ООН «О правах ребенка».
2. Конституция и законы Российской Федерации.
3. Медицина катастроф: учебное пособие для студентов по направлению «Безопасность жизнедеятельности»/ под ред. Я.Я. Майнгота; Краснояр. Гос.пед.ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2010.
4. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа». <https://docs.cntd.ru/document/902210953>
5. Состав аптечки по Санпину на 2020 год. <http://medaptechka.net/shkolnaya-aptechka/>
6. Строевой устав Вооружённых сил Российской Федерации.
7. Учебное пособие для преподавателей первой помощи. Л.И Дежурный. https://образование42.рф/media/uploads/documents/ucebnoe_posobie_dla_prepodavatelej_pervoj_pomosi.pdf
8. Федеральный Закон «Об образовании Российской Федерации».
9. Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2021-2024 годы» в рамках национального проекта Образование. <https://edu.gov.ru/national-project/projects/patriot/>

Учебно-тематический план

| № п/п | Дата | | Тема урока | Виды деятельности обучающихся, формы и методы | Планируемые результаты (универсальные учебные действия) | Кол-во часов |
|----------|------------|------|--------------------------------|---|--|--------------|
| | План | факт | | | | |
| 1 | 11.09.2023 | | Профориентационная работа | Собрание Совета отряда Изучение правил безопасности | Рассмотрели правила безопасности | 2 |
| 2 | 18.09.2023 | | Первая медицинская помощь | Оказание первой медицинской помощи при травматизме | Научились оказанию первой медицинской помощи при травматизме | 1 |
| | 18.09.2023 | | История оказания первой помощи | Час информации. Изучение истории оказания первой помощи | Рассмотрели историю оказания первой помощи | 1 |
| 3 | 25.09.2023 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 4 | 02.10.2023 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 5 | 09.10.2023 | | Первая медицинская помощь | Оказание первой медицинской помощи при ранениях | Научились оказанию первой медицинской помощи при ранениях | 1 |
| | 09.10.2023 | | Транспортировка пострадавшего | Рассмотреть способы транспортировки при ранениях | Выполнены способы транспортировки | 1 |
| 6 | 16.10.2023 | | Первая медицинская помощь | Оказание первой медицинской помощи при травматизме | Научились оказанию первой медицинской помощи при травматизме | 1 |
| | 16.10.2023 | | Транспортировка пострадавшего | Рассмотреть способы транспортировки при травмах | Выполнены способы транспортировки | 1 |
| 7 | 23.10.2023 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 8 | 13.11.2023 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 9 | 20.11.2023 | | Первая медицинская помощь | Оказание первой медицинской помощи при остановки дыхания | Научились оказанию первой медицинской помощи при остановке дыхания | 1 |

| | | | | | | |
|----|------------|--|--|--|--|---|
| | 20.11.2023 | | Транспортировка пострадавшего | Рассмотреть способы транспортировки при потере сознания | Выполнены способы транспортировки | 1 |
| 10 | 27.11.2023 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 11 | 04.12.2023 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 12 | 11.12.2023 | | Личная гигиена, профилактика заболеваний и травм | Рассмотреть правила личной гигиены дома, на мероприятиях и в школе | Рассмотрены правила гигиены дома, на мероприятиях и в школе | 2 |
| 13 | 18.12.2023 | | Первая медицинская помощь | Примеры профилактики заболеваний и травматизма | Изучены примеры профилактики заболеваний и травматизма | 2 |
| 14 | 25.12.2023 | | Медицинская аптечка | Рассмотреть виды аптечек и разновидности препаратов аптечки | Изучены виды аптечек и рассмотрены разновидности препаратов аптечки | 2 |
| 15 | 15.01.2024 | | Медицинская аптечка | Применение аптечки, хранение и транспортировка аптечки | Рассмотрено применение аптечки. Изучены способы хранения и транспортировки аптечки | 2 |
| 16 | 22.01.2024 | | Медицинская аптечка | Рассмотрены применение препаратов аптечки | Рассмотрено применение аптечки | 1 |
| | 22.01.2024 | | Первая медицинская помощь | Оказание первой медицинской помощи при травмах в зимний период | Научились оказанию первой медицинской помощи при травмах в зимний период | 1 |
| 17 | 29.01.2024 | | Первая медицинская помощь | Рассмотреть правила личной гигиены дома, на мероприятиях и в школе | Рассмотрены правила гигиены дома. Изучены правила гигиены на мероприятиях и в школе | 2 |
| 18 | 05.02.2024 | | Первая медицинская помощь | Примеры профилактики заболеваний инфекционными заболеваниями | Изучены примеры профилактики заболеваний | 2 |
| 19 | 12.02.2024 | | Первая медицинская помощь | Оказание первой медицинской помощи при травмах на соревнованиях и мероприятиях | Научились оказанию первой медицинской помощи при травмах на соревнованиях и мероприятиях | 2 |
| 20 | 19.02.2024 | | Первая медицинская помощь | Оказание первой медицинской помощи при травматизме | Научились оказанию первой медицинской помощи при травматизме | 2 |

| | | | | | | |
|----|------------|--|---|--|--|---|
| 21 | 26.02.2024 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 22 | 04.03.2024 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 23 | 11.03.2024 | | Первая медицинская помощь | Примеры профилактики травматизма | Рассмотрены примеры профилактики травматизма | 2 |
| 24 | 18.03.2024 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 25 | 01.04.2024 | | Первая медицинская помощь | Оказание первой медицинской помощи при травматизме | Научились оказанию первой медицинской помощи при травматизме | 2 |
| 26 | 08.04.2024 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 27 | 15.04.2024 | | Массовые мероприятия с транспортировкой пострадавшего | Оказание первой медицинской помощи при травматизме и транспортировка пострадавшего | Транспортировка пострадавшего по пересеченной местности | 2 |
| 28 | 22.04.2024 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 29 | 27.04.2024 | | Первая медицинская помощь | Оказание первой медицинской помощи при травматизме | Научились оказанию первой медицинской помощи при травматизме | 1 |
| | 27.04.2024 | | Транспортировка пострадавшего | Рассмотреть способы транспортировки при травмах | Выполнены способы транспортировки | 1 |
| 30 | 06.05.2024 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 31 | 13.05.2024 | | Первая медицинская помощь | Оказание первой медицинской помощи при травматизме | Научились оказанию первой медицинской помощи при травматизме | 1 |
| | 13.05.2024 | | Транспортировка пострадавшего | Рассмотреть способы транспортировки при травмах | Выполнены способы транспортировки | 1 |

| | | | | | | |
|----|------------|--|-------------------------------|---|--|----------|
| 32 | 20.05.2024 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| 33 | 27.05.2024 | | Первая медицинская помощь | Оказание первой медицинской помощи при травматизме | Научились оказанию первой медицинской помощи при травматизме | 1 |
| | 27.05.2024 | | Транспортировка пострадавшего | Рассмотреть способы транспортировки при травмах | Выполнены способы транспортировки | 1 |
| 34 | 27.05.2024 | | Массовые мероприятия | Занятия по преодолению полосы препятствий с военно-спортивными элементами | Выполнение заданий полосы препятствий | 2 |
| | Итого | | | | | 68 часов |

Зачетная карта обучающегося

| № | Тема | Зачет |
|----------|--|--------------|
| 1 | История оказания первой помощи | |
| 2 | Личная гигиена, профилактика заболеваний и травм | |
| 3 | Медицинская аптечка | |
| 4 | Первая медицинская помощь | |
| 5 | Транспортировка пострадавшего | |
| 6 | Профориентационная работа | |
| 7 | Массовые мероприятия | |
| | Итого | |

Руководитель объединения _____ / _____ /