

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской  
области основная общеобразовательная школа с.Сидоровка муниципального  
района Сергиевский Самарской области  
(ГБОУ ООШ с.Сидоровка)

Рассмотрена и  
рекомендована  
к утверждению методическим  
объединением учителей  
Протокол № 2  
от 16.10.2022 года  
\_\_\_\_\_  
/Баканова Н.В./

Проверено:  
ответственный за учебную  
работу /Власов А.О./  
от 16.10.2022 года

Утверждаю  
Директор ГБОУ ООШ с.Сидоровка  
\_\_\_\_\_  
/Воропаева О.Ф./  
Приказ № 211 - од  
от 16.10.2022 года

Рабочая программа по внеурочной деятельности  
«Юнармеец Защитник отечества»

На уровень основного общего образования

Количество часов — 34  
(7кл — 34 ч.) Срок

реализации- 1 год

Составитель: учитель начальных  
классов  
Сазонова К.В.

Приложение к ООП ООО

с.Сидоровка

В результате реализации программы:

- воспитанники кружка освоят правила безопасного поведения в повседневной жизни, принципы здорового образа жизни, изучат способы безопасности жизнедеятельности, готовятся к действиям в чрезвычайных ситуациях
- сформируются знания в области краеведения, физической культуры, медицины и начала допризывной подготовки.

Формы организации занятий:

- тематические занятия,
- игровые уроки,
- практические занятия,
- конкурсы,
- соревнования,
- дискуссии, беседы.
- просмотр учебных кинофильмов;
- участие в смотрах, военно-спортивных играх;
- учебные семинары;
- вахта памяти;
- показательные выступления.

### **Содержание программы:**

#### ***I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.***

##### ***1. Вводное занятие.***

Задачи, содержание и организация занятий. Ознакомление с правилами и мерами безопасности при занятиях в ВПК.

##### ***2. Никола безопасности.***

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Задачи, решаемые РСЧС, ее структура.

Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения. Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС.

Основы выживания в различных чрезвычайных ситуациях.  
Экстремальные условия и их влияние на человека

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Чрезвычайные ситуации социального характера.

Противопожарная безопасность. Навыки пожаротушения.

Техника безопасности при проведении поисково-спасательных работ.

*II. Основы медицинских знаний и охрана здоровья подростков.*

*3. Медицинская подготовка.*

Первая медицинская помощь

Медицинская аптечка, природные лекарственные средства .

Первая помощь при ранениях и травмах . Транспортировка пострадавшего.

Первая помощь при остановке сердечной деятельности.

Ожоги, классификация ожогов и их степени. Первая помощь при ожогах.

Повязки. Виды повязок и правила их наложения.

Понятие раны. Виды ран.

Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.

*4. Основы здорового образа жизни.*

Здоровый образ жизни и его составляющие

Личная и общественная гигиена. Режим труда и отдыха.

Правильное питание залог ЗОЖ.

Спорт и физические нагрузки основные составляющие ЗОЖ.

Виды и способы закаливания.

Вредные привычки, профилактика вредных привычек .

*III. Физическая и туристская подготовка.*

*5. Общая физическая подготовка.*

Меры безопасности при занятиях физической подготовки. Эстафеты.

Веселые старты.

Пионербол.

Баскетбол.

Футбол.

Волейбол.

Армрестлинг.

*6. Туристская подготовка.*

Правила поведения и меры безопасности на занятиях по туризму . Общие требования к туристскому снаряжению. Личное снаряжение. Групповое снаряжение. Укладка рюкзака. Питание в походе. Составление рациона, закупка продуктов, упаковка и хранение, приготовление пищи. Снаряжение.

Привал - действия группы и выбор мета. Выбор места и правила организации лагеря (ночлега). Установка палатки. Костры и костровое хозяйство. Разведение костра, поддержание костра. Выбор и заготовка дров. Разведение костра под дождем. Приспособления для приготовления пищи. Меры предосторожности.

Поход на природу.

Военно-патриотическая игра «Зарница».

#### *IV. Военно-патриотическое воспитание (в течение года).*

Посещение Краеведческого музея.

Участие в мероприятиях, посвященных 75-летию ВОВ.

Участие в трудовом десанте.

### **Учебно-тематический план**

№	Темы	Кол-во часов	Деятельность учителя с учетом программы воспитания
1	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	9	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации. Овладение навыком планирования работы юнармейского отряда
2	Основы медицинских знаний и охрана здоровья подростков	14	Демонстрация учителем образцов и норм поведенческой, коммуникативной культуры в различных ситуациях. Овладение навыком планирования работы юнармейского отряда
3	Физическая и туристская подготовка	11	Повышение уровня мотивации к ЗОЖ и занятиям спортом
	Посещение Краеведческого музея. Участие в мероприятиях, посвященных 75-летию ВОВ. Участие в трудовом десанте.	Согласно плану мероприятий в течение года	Повышение интереса учащихся к героическому прошлому Отечества. Привлечение юнармейцев к общественно значимой деятельности
ИТОГО		34	