

Муниципальное образовательное автономное учреждение
«Гимназия имени Александра Грина» г. Кирова

ПРИНЯТО
на педсовете
Протокол №1 от 30.08.2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ №127 от 01.09.22
Директор Гимназии
Е.В. Юдина

Рабочая программа «Пожарно-прикладной спорт»
по внеурочной деятельности
10-11 класс

Составитель:
Куратор кадетского класса
Казачьего войска и МЧС России по Кировской
области Шалаев В.А.
Врач медико-психологического отдела
ГУ МЧС России по Кировской области
Ярицина В.А.

1. Пояснительная записка.

Программа «Пожарно-прикладной спорт» в кадетских 10-11 классах казачьего войска и МЧС России составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон «О пожарной безопасности» №69 от 21 декабря 1994 года.
2. Организационно-методические указания по подготовке населения Российской Федерации в области гражданской обороны, защиты от чрезвычайных ситуаций и безопасности людей на водных объектах на 2016-2020 годы.
3. Приказ МЧС России от 05.04.2011 №167 "Об утверждении порядка организации службы в подразделениях пожарной охраны".
4. Приказ Министерства труда от 23.12.2014 № 1100н «Об утверждении правил по охране труда в подразделениях федеральной противопожарной службы ГПС»
5. Приказ МЧС России от 31.03.2011 №156 "Об утверждении порядка тушения пожаров подразделениями пожарной охраны".

Цель курса: воспитание патриотов своей Родины, подготовка молодёжи к действиям в экстремальных ситуациях, формирование профессиональных качеств пожарных и спасателей. Продолжение работы по созданию и апробации функционирования системы кадетских классов в социально-педагогическом пространстве общеобразовательной школы, повышения доступности кадетского образования

Задачи:

- углубить знания по основным компетенциям пожарной подготовки и спасательного дела, истории казачества;
- продолжить работу по развитию качеств, необходимых при действиях в чрезвычайных ситуациях, экстремальных условиях, службе в подразделениях МЧС;
- продолжить работу по профессиональной ориентации на выбор специальности пожарного, спасателя;
- создать условия для формирования активной жизненной позиции, благоприятных условий для интеллектуального, нравственного, эмоционального, психического и физического формирования личности кадетов, всемерного развития их способностей и творческого потенциала с учетом возрастных особенностей и знаний, полученных в предыдущий год обучения;
- оказание помощи родителям (законным представителям) в воспитании и социальной защите подростков, формировании у них навыков самостоятельной жизни, адаптации к современным реалиям жизни, трудолюбия, дисциплинированности, целеустремленности.

Программой предусматривается широкое использование в процессе обучения несколько видов современных технологий:

- технология коллективной творческой деятельности;
- технология социального воспитания;

- проектная технология;
- информационно-коммуникационная технология;
- личностно-ориентированная технология;
- здоровьесберегающая технология.

2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности:

Личностные результаты освоения курса

- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- воспитание морально-психологических качеств школьников, необходимых для подготовки пожарных-спасателей;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

Метапредметные результаты освоения курса

Регулятивные результаты освоения программы

- Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Познавательные результаты освоения программы включают:

- Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.
- умение самостоятельно ставить новые учебные и познавательные цели и задачи, устанавливать целевые приоритеты;

- умение планировать пути достижения целей на основе самостоятельного анализа условий и средств их достижения, выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ, осуществлять познавательную рефлексию в отношении действий по решению учебных и познавательных задач;
- умение осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия на уровне произвольного внимания, вносить необходимые коррективы в исполнение и способ действия, как в конце действия, так и по ходу его реализации;
- формирование осознанной адекватной и критичной оценки в учебной деятельности, умения самостоятельно и аргументировано оценивать свои действия и действия одноклассников, содержательно обосновывая правильность или ошибочность результата и способа действия;
- умение строить классификацию, строить логическое рассуждение, включая установление причинно-следственных связей, делать умозаключения (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и выводы на основе аргументации;
- умение организовывать и планировать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, определять общие цели и распределение функций и ролей участников, способы взаимодействия, планировать общие способы работы;
- формирование и развитие учебной и общепользовательской компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

Коммуникативные результаты освоения программы спортивно-оздоровительного направления основной школы Гимназии включают:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.
- умение работать в группе — владение навыками самопрезентации, умение слушать партнера, формулировать и аргументировать свое мнение, корректно отстаивать свою позицию и координировать ее с партнерами, в том числе в ситуации столкновения интересов; умение продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников, поиска и оценки альтернативных способов разрешения конфликтов;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее — ИКТ-компетенции).
- способность работать с информацией.

Содержание курса внеурочной деятельности

№	Раздел и его содержание	Формы организации	Виды деятельности
	Медицина		
1	Повторить материал, связанный с основами анатомии и физиологии человека	Теоретическое. Презентации об основах анатомии	Слушать и понимать анатомию и физиологию человека
2	Отработать варианты оказания первой помощи и правила ее оказания. Соблюдение правил личной безопасности при оказании первой помощи	Практическое. Наглядное выполнение упражнений .	Закрепить полученные знания Научиться соблюдать правила личной безопасности при оказании первой помощи.
3	Средства для оказания первой помощи. Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой помощи при массовых поражениях	Практическое. Наглядный показ средств	Знать применяемые средства первой помощи.
4	Принципы оказания первой помощи. Виды кровотечений. Особенность оказания первой помощи.	Беседа с элементами практической работы	Научиться оказывать первую помощь в том числе при различных видах кровотечений.
5	Понятие о травмах. Виды травм. Первая помощь при травмах. Общие принципы наложения повязок	Беседа с элементами практической работы	Углубить знания по оказанию первой помощи при травмах
6	Первая помощь при ожогах, отморожениях, перегревании и общем охлаждении	Теоретическое. Презентация подготовленного материала	Повторить приемы по оказанию первой помощи при ожогах, отморожениях, перегревании и общем охлаждении.
7	Углубить навыки, связанные с правилами оказания первой помощи при неотложных состояниях. Основы гигиенических знаний	Теоретическое. Презентация подготовленного материала	Обучение оказанию первой помощи при неотложных состояниях. Соблюдению основ гигиены.
	Пожарно-прикладной спорт		
8	Место физической культуры и спорта в подготовке к деятельности в экстремальных условиях.	Теоретическое. Беседа	Знать влияние спорта на состояние организма человека.

	Закаливание организма. Вред курения и алкоголя на состояние здоровья человека		
9	Современный пожарно-спасательный спорт. Классификация видов пожарно-прикладного спорта и спасательного дела. Результаты выступления спортсменов команды Кировской области по ППС.	Теоретическое. Беседа. Экскурсия в музей спорта ГУ МЧС России по Кировской области.	Иметь представление о современных видах пожарно- спасательного спорта.
10	Гимнастика и акробатика. Упражнения общеразвивающего характера вдвоем, с гимнастической скамейкой, на силовых тренажерах. Правила подтягивания на турнике.	Практическое занятие - выполнение упражнений.	Уметь производить элементы самоконтроля.
11	Сдача контрольных нормативов -прыжок в длину с места -бег на дистанции 60 метров -бег на дистанции 1000 метров (300 500) -подтягивание на турнике (юноши)	Практическое занятие - выполнение упражнений.	Выполнить прыжковые и беговые упражнения.
12	Техника преодоления пожарной 100 метровой полосы препятствий. Выполнение контрольных забегов по преодолению пожарной 100 метровой полосы препятствий	Практическое занятие - выполнение упражнений.	Выполнить упражнение по преодолению 100 метровой пожарной полосы препятствий.
13	Техника подъема по установленной штурмовой лестнице на 2-й этаж учебной башни. Правила выброса штурмовой лестницы с подоконника из окна учебной башни	Практическое занятие - выполнение упражнения	Закрепить знания по выполнить упражнение в подъеме по установленной штурмовой лест нице на 2-й этаж учебной башни.
	Спортивный туризм		
14	Туризм. Виды туризма и	Теоретическое.	Закрепить знания о

	их особенности. Спортивный туризм. Техника безопасности в спортивном туризме.	Презентация подготовленных материалов	спортивном туризме.
15	Туристические возможности родного края. Памятные места. Туристические маршруты родного края. Классификация дистанций спортивного туризма.	Теоретическое. Презентация подготовленных материалов	Дать понятие туристических возможностях родного края. Повторить материал по различию дистанций спортивного туризма.
16	Туристическое снаряжение и требования к нему. Подготовка снаряжения к путешествию, соревнованиям. Костровое оборудование. Правила укладки рюкзака Организация питания	Беседа с элементами практического показа снаряжения и подготовки его к соревнованиям.	Знать предметы спортивного туристического снаряжения, иметь представление о подготовке снаряжения к соревнованиям
17	Организация привалов и ночлегов. Установка палатки. Организация похода с практическим выполнением изучаемых элементов	Практическое занятие – установка палатки.	Научить правилам организации привалов и установки палатки.
18	Технические приемы. Этапы пешеходных дистанций. Туристическая топография	Беседа с элементами практической работы	Знать и практически выполнять упражнения по преодолению этапов пешеходных дистанций
19	Туристические возможности родного края. Виды ориентирования. Карты и условные знаки спортивного ориентирования	Беседа с элементами практической работы	Повторить материал о видах ориентирования а также условных знаках спортивного ориентирования.

Воспитательные задачи внеурочной деятельности:

- вовлечь обучающихся в интересную и полезную деятельность для удовлетворения познавательных интересов, самореализации, развития способностей в разных сферах;
- формировать в кружках, секциях, клубах, студиях детско-взрослых общностей общие позитивные эмоции и доверительные отношения;
- поддержать средствами внеурочной деятельности обучающихся с выраженной лидерской позицией;
- поощрять педагогическими работниками детские инициативы, проекты,

самостоятельность, самоорганизацию в соответствии с их интересами.

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов на изучение, практику, диагностику
1-4	Основы анатомии и физиологии человека	2/2/0
5-8	Первая помощь и правила ее оказания. Соблюдение правил личной безопасности при оказании первой помощи	2/2/0
9-12	Средства для оказания первой помощи. Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой помощи при массовых поражениях	2/2/0
13-16	Принципы оказания первой помощи Виды кровотечений. Особенность оказания первой помощи.	2/2/0
17-19	Понятие о травмах. Виды травм. Первая помощь при травмах. Общие принципы наложения повязок	1/2/0
20-21	Первая помощь при ожогах, отморожениях, перегревании и общем охлаждении	1/1/0
22-23	Правила оказания первой помощи при неотложных состояниях. Основы гигиенических знаний	1/1/0
24-26	Место физической культуры и спорта в подготовке к деятельности в экстремальных условиях. Закаливание организма. Вред курения и алкоголя.	1/1/1
27-28	Современный пожарно-спасательный спорт. Классификация видов пожарно-прикладного спорта и спасательного дела	1/1/0
29-30	Гимнастика и акробатика. Упражнения общеразвивающего характера вдвоем, с гимнастической скамейкой, на силовых тренажерах.	1/1/0
31-33	Сдача контрольных нормативов -прыжок в длину с места -бег на дистанции 60 метров -бег на дистанции 1000 метров (300 500)	0/2/1
34-36	Техника преодоления пожарной 100 метровой полосы препятствий	0/2/1
37-39	Техника подъема по установленной штурмовой лестнице на 2-й этаж учебной башни.	0/2/1
40-41	Туризм. Виды туризма и их особенности. Спортивный туризм Техника безопасности в спортивном туризме.	1/1/0

42-43	Туристические возможности родного края. Памятные места. Туристические маршруты родного края. Классификация дистанций спортивного туризма.	2/0/0
44-47	Туристическое снаряжение и требования к нему. Подготовка снаряжения путешествию, соревнованиям. Правила укладки рюкзака. Организация питания.	2/1/1
48-50	Организация привалов и ночлегов. Установка палатки.	0/3/0
51-62	Технические приемы. Этапы пешеходных дистанций. Туристическая топография	2/10/0
63-68	Туристические возможности родного края. Виды ориентирования. Карты и условные знаки спортивного ориентирования	2/2/2
	Итого: 68 часа	

5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы.

Состав и содержание учебно-материальной базы для подготовки кадетов в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций соответствуют федеральным государственным стандартам общего образования и примерным основным образовательным программам по предмету ОБЖ.

Кабинет казачества и ОБЖ оборудован средствами обеспечения учебного процесса и имеет следующие тематические разделы:

- задачи и организационная структура ГО в образовательной организации;
- ЧС природного и техногенного характера, присущие данной территории;
- безопасность в жилище и на транспорте;
- мероприятия, проводимые при пожаре и наводнении;
- автономное существование в природе,
- противодействие терроризму;
- оказание первой помощи;
- безопасность жизнедеятельности в образовательной организации;
- ВДЮОД "Школа безопасности".

В кабинете имеются стенды, плакаты, видеоаппаратура, проекционная аппаратура, образцы средств защиты органов дыхания и кожи, приборы РХ разведки, средства первой помощи, противопожарные средства, многофункциональные тренажеры для обучения навыкам оказания первой помощи пострадавшим в экстремальных ситуациях, периодическая литература и плакаты по ГО и ЧС.

Для проведения практических и теоретических занятий также будет использоваться Вятский учебно-спасательный центр "Прометей", где имеется легкоатлетический стадион с учебной башней и необходимыми снарядами для преодоления пожарной полосы препятствий, учебно-материальная база

специализированной пожарно-спасательной части, учебно-тренировочный полигон.

Литература для учителя:

1. Величко В.М., Тимошенко С.И., Панков Ю.И. «Современный пожарно-прикладной спорт» - М.,1983.
2. Виноградов А.В., Шаховец В.В. «Медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях» - М.,2000.
3. Пособие по пожарно-прикладному виду спорта – М.,1971.
4. «Программа подготовки личного состава ГПС МЧС РФ», М. 2003г. «Современные пожарные автомобили», М. 1999г.
5. Строевой устав ВС, Дисциплинарный устав ВС, Устав гарнизонной и караульной службы ВС.
6. Шувалов М.Г. «Основы пожарного дела» - М.,1988.
7. Яковенко Ю.Ф. Справочник Эксплуатации пожарной техники - М., Стройиздат, 1991.
8. Брошюра. Действия населения по предупреждению террористических акций. Издательский центр "Военные знания".
9. Брошюра. Азы выживания в природных условиях. Издательский центр "Военные знания"
10. Учебно-методическое пособие "Развитие координационных способностей и методы их контроля в пожарно-прикладном спорте" Авторы И. Стрельникова, В. Сладников.

Литература для учеников:

1. Брошюра. Средства защиты органов дыхания и кожи. ОАО "Природоведение и школа"
2. Справочное пособие. Алгоритмы безопасности. Издательский центр "Военные знания"

Материально-техническое обеспечение программы.

1. Боевая одежда пожарных, каски.
2. Медицинская укладка (стандартная).
3. Учебный манекен "Гоша".
4. Спортивное снаряжение для преодоления 100 метровой пожарной полосы препятствий.
5. Штурмовая лестница пожарных.
6. Спортивно-туристическое снаряжение, карта для ориентирования.