

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

ПРИНЯТО  
на педсовете  
Протокол №1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказ №1237 от 01.09.23  
Директор Гимназии  
Е.В. Юдина

Рабочая программа « Пожарно-прикладной спорта»  
по внеурочной деятельности  
5 класс

Составитель:  
Заместитель куратора кадетского класса  
Казачьего войска и МЧС России по Кировской  
области Шалаев В.А.

Киров-2023

## **1. Пояснительная записка.**

### **Программа « Пожарно-прикладной спорт»**

в кадетском 5в классе казачьего войска и МЧС России составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон «О пожарной безопасности» №69 от 21 декабря 1994года.

2. Постановление Правительства Российской Федерации от 30.12.2015 №1493 О государственной программе "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы".

3. 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.

4. Приказ МЧС России от 05.04.2011 №167 "Об утверждении порядка организации службы в подразделениях пожарной охраны".

5. Приказ Министерства труда от 23.12.2014 № 1100н «Об утверждении правил по охране труда в подразделениях федеральной противопожарной службы ГПС»

6. 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:**

-дать начальные 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;

-проводить профессиональную ориентацию на выбор специальности пожарного, спасателя;

-создать условия для формирования активной жизненной позиции, благоприятных условий для интеллектуального, нравственного, эмоционального, психического и физического формирования личности кадетов, всенародного 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 спортивно-оздоровительного направления учащимися основной школы Гимназии включают:

- 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;

**Познавательные результаты** освоения программы спортивно-оздоровительного направления учащимися основной школы Гимназии 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 корректизы 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.

### **3. Содержание курса**

№	Раздел и его содержание	Формы организации	Виды деятельности
<b>Медицина</b>			
1	Основы анатомии и физиологии человека	Теоретическое. Презентации об основах анатомии	Слушать и понимать анатомию и физиологию человека
2	Первая помощь 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	Понятие "кровотечение". Острая кровопотеря. Виды кровотечений. Оказание первой помощи при различных видах кровотечений	Беседа с элементами практической работы	Научиться оказывать первую помощь 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	Правила оказания первой помощи при неотложных состояниях. Основы гигиенических знаний	Теоретическое. Презентация подготовленного материала	Обучение соблюдению основ гигиены.
	<b>Пожарно-прикладной спорт</b>		

8	История образования и развития МЧС России. История образования и развития пожарно-спасательного спорта	Теоретическое. Беседа	Знать историю развития пожарно-спасательного спорта.
9	Современный пожарно-спасательный спорт. Классификация видов пожарно-прикладного спорта и спасательного дела	Теоретическое. Беседа. Экскурсия в музей спорта ГУ МЧС России по Кировской области.	Иметь представление о современных видах пожарно-спасательного спорта.
10	Основы спортивной гигиены (Самоконтроль, врачебный контроль)	Теоретическое. Презентация подготовленных материалов	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)	Практическое занятие - выполнение упражнений.	Выполнить прыжковые и беговые упражнения.
12	Техника преодоления 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.	Практическое занятие - выполнение упражнения	Закрепить знания по выполнить упражнение в подъеме по установленной штурмовой лестнице на 2-й этаж учебной башни.
<b>Спортивный туризм</b>			
14	История развития туризма. Виды туризма и их особенности. Спортивный туризм Вводное занятие. Техника безопасности	Теоретическое. Презентация подготовленных материалов	Закрепить знания о спортивном туризме.
15	Классификация дистанций спортивного туризма, основные понятия и термины. Стратегии и тактики похода.	Теоретическое. Презентация подготовленных материалов	Повторить материал по различию дистанции спортивного туризма, иметь

			необходимые понятия, владеть терминами.
16	Туристическое снаряжение и требования к нему. Подготовка снаряжения к соревнованиям. 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	Основные узлы. Блокировка систем	Практическое занятие - вязка узлов.	Научить вязать узлы.
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	Дата по плану	Дата фактическая
1	Основы анатомии и физиологии человека	1/0/0		
2	Первая помощь и правила ее оказания. Соблюдение правил	0/1/0		

	личной безопасности при оказании первой помощи			
3	Средства для оказания первой помощи. Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой помощи при массовых поражениях	0/1/0		
4-5	Понятие "кровотечение". Острая кровопотеря. Виды кровотечений. Оказание первой помощи при различных видах кровотечений	1/1/0		
6-7-8	Понятие о травмах. Виды травм. Первая помощь при травмах. Общие принципы наложения повязок	1/2/0		
9	Первая помощь при ожогах, отморожениях, перегревании и общем охлаждении	1/0/0		
10	Правила оказания первой помощи при неотложных состояниях. Основы гигиенических знаний	1/0/0		
11	История образования и развития МЧС России. История образования и развития пожарно-спасательного спорта	1/0/0		
12	Современный пожарно-спасательный спорт. Классификация видов пожарно-прикладного спорта и спасательного дела	1/0/0		
13	Основы спортивной гигиены (Самоконтроль, врачебный контроль)	1/0/0		
14-15	Сдача контрольных нормативов -прыжок в длину с места -бег на дистанции 60 метров -бег на дистанции 1000 метров (300 500)	0/2/0		
16-17	Техника преодоления пожарной 100 метровой полосы препятствий	0/2/0		
18-19	Техника подъема по установленной штурмовой лестнице на 2-й этаж учебной башни.	0/2/0		

20	История развития туризма. Виды туризма и их особенности. Спортивный туризм Вводное занятие. Техника безопасности	1/0/0		
21	Классификация дистанций спортивного туризма, основные понятия и термины. Стратегии и тактики похода	1/0/0		
22	Туристическое снаряжение и требования к нему. Подготовка снаряжения к соревнованиям. Организация питания	1/0/0		
23	Основные узлы. Блокировка систем	0/2/0		
24-31	Технические приемы. Этапы пешеходных дистанций. Туристическая топография	1/7/0		
32-33-34	Туристические возможности родного края. Виды ориентирования. Карты и условные знаки спортивного ориентирования	1/1/1		
	Итого: 34 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 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:**

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

### **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.

