

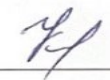
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №3»

РАССМОТРЕНА
На заседании М.О
Руководитель М.О

 Каримова Р.З
Протокол №1
от "31" августа 2026 г.

СОГЛАСОВАНА
Зам. Директора по УВР

 Конева Е.А
от "31" августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор МАОУ "СОШ №3"

 Павлова Л.В
Приказ №115-1-ОД
от "31" августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

класс

на

учитель

дата разработки

ШНО «Исток»:

Лаборатория: основы безопасности и
защиты родины

8-11 классы

2026-2027 учебный год

Бец К.А, Туровина В.В

29.08.2026г.

Ялуторовск 2026 г.

1. Пояснительная записка

Программа курса предусматривает расширение и применение во внеурочной деятельности у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций, полученных на уроках ОБЗР.

Цели:

- **Расширение и углубление знаний** о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении; основ военной подготовки;
- **Развитие** качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- **Воспитание** чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- **Овладение умениями** правильно применять полученные знания при решении теоретических и практических заданий в ходе подготовке и участие в олимпиаде.

Задачи:

Научить:

1. самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
2. находить нужную информацию по заданной теме в источниках различного типа;
3. оценивать и корректировать своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности основных требований;

Сформировать:

1. умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
2. умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;

Подготовить:

1. к участию в школьном, муниципальном, областном этапах Всероссийской олимпиады школьников,
2. к осознанному выбору путей продолжения образования или будущей профессии.

Форма обучения – очно-заочная. Всего 35 занятия, из них – 25 часа – теории, 10 часов – практические задания; контрольные тесты учащиеся выполняют самостоятельно при домашней подготовке.

2. Тематический план.

№	Содержание разделов	Количество часов
1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни и чрезвычайных ситуациях	10
2	Гражданская оборона	8
3	Первая медицинская помощь	5
4	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	5
5	Основы военной службы	4
6	Практическая часть олимпиад	3
	итого	35

3. Содержание.

1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни и чрезвычайных ситуациях- 10 часов.

Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования. Автономное существование человека в условиях природной среды. Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

2. Гражданская оборона: теория-8 часов.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства. Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Средства индивидуальной защиты населения. Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.

3. Первая медицинская помощь- 5 часов.

Первая медицинская помощь при отморожениях; первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах. Первая медицинская помощь при кровотечениях; первая медицинская помощь при химических и термических ожогах. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях; первая медицинская помощь при переломах. Первая медицинская помощь при отравлениях; первая медицинская помощь при поражениях электрическим током. Проведение реанимационных мероприятий.

4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 5 часов.

Сохранение и укрепление здоровья — важное условие достижения высокого уровня жизни. Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Здоровый образ жизни и его составляющие. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека. Вредные привычки и их влияние на здоровье.

5. Основы военной службы теория- 4 часа. Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести.

6. Практическая часть олимпиад – 3 часа

Огневая подготовка.

Планируемые результаты обучения

В результате изучения содержания программы обучающийся должен:

1. повысить свой интеллектуальный уровень;
2. научиться находить необходимый материал в различных источниках (книги, справочники, Интернет и др.);
3. быть готовым к участию на олимпиаде.

Методы обучения – поисковые, эвристические, наглядные.

Технологии обучения: личностно ориентированное обучение, развивающее обучение, деятельностно-компетентностный подход.

4. Тематическое планирование

№	Содержание учебного материала	Знания, умения	Форма контроля: тесты
I.	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни и чрезвычайных ситуациях- 10 часов.		
1-2.	Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования.	Знать: причины вынужденного автономного существования и первоочередные действия потерпевших бедствие; Уметь: действовать в случае аварии транспортных средств.	«Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования»
3-4	Автономное существование человека в условиях природной среды.	Знать: безопасное поведение при движении по маршруту и в условиях вынужденного автономного существования. Уметь: подготовиться к проведению туристического похода	
5-6	Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.	Знать: основные правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера. Уметь: вести себя в местах с повышенной криминогенной опасностью.	«Правила безопасного поведения в обществе»
7-8	Уголовная ответственность несовершеннолетних.	Знать: за какие общественно опасные деяния подлежат уголовной ответственности лица, достигшие ко времени совершения преступления четырнадцатилетнего возраста, а также об ответственности за приведение в негодность транспортных средств, хулиганство и вандализм.	«Уголовная ответственность несовершеннолетних»
9-10	Правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.		«Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
II.	Гражданская оборона-8часов.		
11	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Знать: об организации и о функционировании Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.	«Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)»
12	Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению	Знать: основные законодательные акты Российской Федерации в области обеспечения безопасности, об организации	«Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению

	безопасности личности, общества и государства.	гражданской обороны, о ее структуре, задачах и органах управления	безопасности»
13	Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время.	об организации защиты учащихся от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	«Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время»
14	Современные средства поражения и их поражающие факторы.	Знать: современные средства поражения и об их поражающие факторы Уметь: Классифицировать отравляющих веществ по их тактическому назначению в зависимости от характера поражающего действия	«Современные средства поражения и их поражающие факторы»
15	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.	Знать: способы и порядок оповещения населения в чрезвычайных ситуациях.	«Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время»
16	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций.	Знать: защитные сооружения гражданской обороны. Уметь: правильно их использовать	
17	Средства индивидуальной защиты населения.	Знать: о содержании аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Уметь: пользоваться индивидуальными средствами защиты.	
18	Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.		
III	Первая медицинская помощь- 5 часов.		
19	Первая медицинская помощь при отморожениях; первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах	Уметь: оказывать первую медицинскую помощь при отморожениях; при тепловых и солнечных ударах	
20	Первая медицинская помощь при кровотечениях; первая медицинская помощь при химических и термических ожогах	Уметь: оказывать первую медицинскую помощь при кровотечениях; при химических и термических ожогах	
21	Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях; первая медицинская помощь при переломах	Уметь: оказывать первую медицинскую помощь при ушибах, вывихах, растяжениях; при переломах	
22	Первая медицинская помощь при отравлениях; первая медицинская помощь при поражениях электрическим током	Уметь: оказывать первую медицинскую помощь при отравлениях; при поражениях электрическим током	
23	Проведение реанимационных мероприятий	Уметь: проводить реанимационные мероприятия	

IV	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 5 часов.		
24	Сохранение и укрепление здоровья — важное условие достижения высокого уровня жизни.	учащиеся должны иметь представление о здоровье и факторах, на него влияющих.	«Основы здорового образа жизни»
25	Основные инфекционные заболевания и их профилактика.	учащиеся должны иметь представление об основных инфекционных заболеваниях и способах профилактики	«Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний».
26	Здоровый образ жизни и его составляющие.	учащиеся должны иметь представление о здоровом образе жизни и его составляющих.	
27	Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.	учащиеся должны: иметь представление о значении двигательной активности и закаливающих процедур для здоровья человека, владеть навыками в выполнении физических упражнений для развития выносливости, ловкости, силы, быстроты, устойчивости к гипоксии	
28.	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	учащиеся должны иметь представление о факторах, разрушаю здоровье человека.	
У.	Основы военной службы теория- 4 часа.		
29-30	Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества.	учащиеся должны иметь представление о структуре, функциях и задачах ВС РФ и их роли в системе обеспечения национальной безопасности страны; о боевых традициях ВС РФ; о символах воинской чести.	«Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества»
31-32	Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести.		«Боевые традиции Вооруженных Сил России».
	Практическая часть олимпиад – 3 часа		
33-35	Огневая подготовка		