

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВОЛЧЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
КАМЕНСКОГО РАЙОНА РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ПРИНЯТО**

решением Педагогического  
совета МБОУ Волченской  
СОШ Каменского района  
Ростовской области  
30.08.2024 № 1

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом директора МБОУ  
Волченской СОШ  
Каменского района  
Ростовской области от  
30.08.2024 № 110  
  
Т.Г. Юдичева

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

начального общего образования  
внеурочного учебного курса  
**«Я гражданин России. НВП»**  
для обучающихся 10 класса  
на 2024 - 2025 учебный год  
обновлённый ФГОС

(является частью основной образовательной программы школы)

Возраст: 14-16 лет

(срок реализации программы: 1 год)

**Составитель: Любицкий Василий Иванович**

**х. Волченский**

**2024**

Предмет внеурочной деятельности «Я- гражданин России. НВП» нацелен на формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы здорового образа жизни и антитеррористического поведения, воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью, как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства; развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; потребность соблюдать нормы здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности, Выработка у учащихся анти экстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

### **Требования к изучению предмета внеурочной деятельности «Я- гражданин России. НВП»**

#### **Учащиеся должны знать/понимать:**

- влияние опасных и чрезвычайных ситуаций, последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия;
- уметь:
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- ведение здорового образа жизни;
- оказание первой медицинской помощи;
- умение обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «Я- гражданин России. НВП»**

В соответствии с учебным планом МБОУ Волченской СОШ, Основной образовательной программой МБОУ Волченской СОШ, календарным графиком на изучение предмета внеурочной деятельности **«Я- гражданин России. НВП»** в 10 классе отводится 2 часа в неделю 70 часов в год при 35 учебных неделях. Рабочей программой предусмотрено проведение 3 контрольных работ.

В соответствии с календарным графиком образовательной деятельности МБОУ Волченской СОШ на 2024-2025 учебный год и расписанием уроков программа будет выполнена за 66 часов, за счет

сокращения часов, которые отводятся на «Основы безопасности личности, общества, государства» (4 часа).

Содержание программы соответствует обязательному минимуму содержания образования и имеет большую практическую направленность.

### **10 класс (66 часов)**

#### **Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (26 часов)**

Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе. Способы подготовки человека к автономному существованию в природной среде. Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок и движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, приготовление пищи на костре, меры пожарной безопасности.

Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение личной безопасности в случае захвата в заложники. Обеспечение безопасности при перестрелке.

Землетрясения, цунами, наводнения, ураганы, смерчи, оползни, обвалы, лесные пожары –ЧС природного характера, приводящие к гибели людей.

Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях ЧС природного характера – геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения. Рекомендации

населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно - опасном, на химически опасном, на взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах. Положения Конституции РФ, основные законы РФ, положения которые направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС, её предназначение, структура и основные задачи. Уголовная ответственность за подготовку и совершение террористического акта (совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей). Уголовная ответственность за захват заложников, за заведомо ложное сообщение об акте терроризма, за организацию незаконного вооружённого формирования или участие в нём. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Гражданская оборона, история её создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения. Система оповещения населения о ЧС. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о ЧС, примерное её содержание, действия населения по сигналам оповещения о ЧС. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах ЧС. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, её предназначение. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения. Обязанности учащихся в районе учебного заведения и с учётом местных условий.

*Проектная деятельность по теме: «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»*

### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (14 часов)**

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья – социальная потребность общества.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

Основы здорового образа жизни. Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека,

его физических и духовных качеств. Основные понятия о биологических ритмах человека. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учёт влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности. Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычки к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия. Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя – разновидности наркомании. Наркомания – это заболевание, возникающее в результате употребления наркотиков и психотропных веществ. Профилактика наркомании. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

*Проектная деятельность по теме: «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»*

### **Основы военной службы (26 часов)**

Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества. Организация вооружённых сил Московского государства в XIV – XV вв. Военная реформа Ивана IV Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I Великого, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии. Создание Советских Вооружённых Сил, их структура и предназначение. Виды и рода войск Вооружённых Сил РФ, специальные войска, военные округа и флоты. Руководство и управление Вооружёнными Силами РФ. Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Сухопутных войск. Военно-Воздушные Силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС. Военно-Морской флот, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ. Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение.

Вооружение и военная техника РВСН. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Космические войска, их состав и предназначение. Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил РФ: Внутренние войска Министерства внутренних дел РФ, их предназначение. Войска гражданской обороны, входящие в состав МЧС России, их задачи в мирное и военное время.

Боевые традиции Вооружённых Сил России. Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего – защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить её интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма.

Воинский долг – обязанность военнослужащего по вооружённой защите Отечества. Основные составляющие личности военнослужащего – защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнять воинский долг.

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.

Символы воинской чести.

Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.

Боевое Знамя воинской части – особо почётный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

История государственных наград России за военные заслуги перед Отечеством.

*Проектная деятельность по теме: «Основы военной службы»*

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ



№п/п	Наименование раздела	Количество часов	Сроки изучения материала
1	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.	26	
2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	14	
3	Основы военной службы.	26	