



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Алексеевская средняя общеобразовательная школа  
Яковлевского городского округа»

Согласовано  
Заместитель директора  
 Н.И. Алехина  
«31» августа 2023

«Утверждаю»  
Директор МБОУ «Алексеевская СОШ»  
 Н.Н. Дубинина  
Приказ № 142 от 31.08.2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
**АВТОНОМНОЕ ВЫЖИВАНИЕ В ПРИРОДЕ**  
**НА УРОВЕНЬ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

УЧИТЕЛЬ :АЛЕХИН ФЕДОР ФЕДОРОВИЧ

Рассмотрено на заседании педагогического совета

Протокол №1 от 31.08. 2023г

2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Автономное выживание в природе» для 5 класса является частью Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Алексеевская СОШ СОШ» разработана на основе программы ОБЖ для ООО под редакцией АА Смирнова.

Курс «Автономное выживание в природе» в основной общеобразовательной школе направлен на достижение следующих целей:

- **освоение знаний** о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- **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** предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, выживания в природных условиях, оказывать первую медицинскую помощь.

**При реализации программы следует предусмотреть:**

- климатические условия;
- материально-технические возможности общеобразовательного учреждения;
- возможность изучения отдельных тем по учебному предмету с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, в частности во взаимосвязи с физической культурой, ОБЖ, с внеклассными мероприятиями воспитательной и физкультурно-спортивной направленности;
- взаимодействие с учреждениями дополнительного образования детей;
- укреплению здоровья занимающихся, соблюдению ими требований личной и общественной гигиены;

**Задачи:**

- воспитание здорового образа жизни среди учащихся, бережного отношения к природе;
- повышение массовости и безопасности походов с учащимися;
- отработка и совершенствование технических и тактических приемов при преодолении реальных препятствий, моделирования экстремальных ситуаций;
- воспитание самообслуживания, самоуправления, самостоятельности;
- совершенствование нравственного и физического воспитания обучающихся.

**Место курса в учебном плане**

Программа рассчитана на 17 часов, по 0,5 часа в неделю.

### **1. Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности «Автономное выживание в природе»**

**Предметные результаты:**

- ✓ Знать и соблюдать основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;
- ✓ Знать потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- ✓ Назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие способы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- ✓ Показать порядок использования средств индивидуальной защиты.

## 2. Содержание программы «Автономное выживание в природе»

### Раздел 1. Основы автономного выживания в дикой природе.

Условия автономного выживания. Если вы заблудитесь. Ориентирование на местности. Собираем походную коробку. Поиск воды на местности. Изготовление фильтра для воды. Выбор места для лагеря. Вязание узлов. Обустройство лагеря. Азбука кострового. Лечение заболеваний. Лекарственные растения. Изготовление инструментов. Питание в условиях автономного выживания.

### Раздел 2. Основы первой медицинской помощи в дикой природе.

Первая помощь при заболеваниях в условиях автономного существования.

Лес – природное сообщество. Характеристика лесов РХ. Видовое разнообразие лесного сообщества.

Лесные древесные растения (хвойные). Лесные древесные растения (лиственные). Лесные травянистые растения. Животные леса (млекопитающие, птицы). Животные леса (насекомые, земноводные и пресмыкающиеся). Морфологические, экологические и поведенческие особенности некоторых лесных зверей. Лесное законодательство. Морфологические, экологические и поведенческие особенности некоторых лесных птиц. Особо охраняемые территории РХ. Красная Книга РХ. Подготовка перед выходом в лес (одежда, оснащение). Разведение и тушение костра. Ночлег в лесу. Передвижения по лесу при пеших переходах. Изготовление посуды из природного материала. Приготовление пищи и хранение продуктов питания. Заблудившимся в лесу. Поиск заблудившихся людей. Определение съедобных травянистых растений по иллюстрациям и гербарию. Приготовление различных блюд из трав. Плоды и листья ягодников. Чай, напитки из лесных растений. Лечебные травы. Ядовитые растения. Состав и ценность грибов. Съедобные грибы. Ядовитые грибы. Несъедобные грибы.

## 3. Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов
	<b>Основы автономного выживания в дикой природе.</b>	<b>10</b>
	<b>Основы первой медицинской помощи в дикой природе.</b>	<b>7</b>

№ урока	Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Кол-во часов	Дата проведения	
				По плану	По факту
1	Условия автономного выживания	Изучают основы автономного выживания в природных условиях.	1		
2	Если вы заблудились	Изучают причины приводящие человека к дезориентации в природных условиях.	1		
3	Ориентирование на местности	Изучают способы ориентирования с помощью компаса, по солнцу, луне, звездам, местным предметам и элементам рельефа.	1		
4	Собираем походную коробку	Определяют по важности предметы, необходимые в условиях автономного существования.	1		

5	Поиск воды на местности	Узнают к чему приводит обезвоживание (обезвоживание) водой организма человека. Изучают способы добычи воды.	1		
6	Изготовление фильтра для воды	Учатся изготавливать фильтры для очистки воды с помощью подручных материалов.	1		
7	Выбор места для лагеря	Учатся выбирать место для разбивки лагеря.	1		
8	Вязание узлов	Учатся вязать туристические узлы: «Встречный», «Ткацкий», «Прямой», «Брамшотовый», «двойной проводник», «Простой проводник», «Стремя», «Удавка», «Булинь»	1		
9	Обустройство лагеря	Изучают способы места обустройства лагеря, использования подручного материала для строительства временного убежища, виды временных убежищ.	1		
10	Азбука кострового	Изучают выбор места для костра, виды костров, способы разведения огня.	1		
11	Лечение заболеваний. Лекарственные растения.	Изучают лечебные растения, способы их применения.	1		
12	Изготовление инструмента	Изучают способы применения подручных средств в качестве инструмента, изготовление инструмента.	1		
13	Питание в условиях автономного выживания.	Изучают разновидности съедобных растений, насекомых, грибов. Учатся изготавливать силки для мелких животных, а также способам приготовления пищи.	1		
14	Первая помощь при заболеваниях в условиях автономного существования.	Изучают основы оказания помощи и самопомощи в условиях автономного существования.	1		
15	Подготовка перед выходом в лес (одежда, оснащение). Разведение и тушение костра. Ночлег в лесу.	Изучают перечень оснащения рюкзака, одежды и правила по их укомплектованию. Изучают технику безопасности при разведении костра и его тушения. Меры предосторожности во время ночлега	1		

		в лесу.			
16	Передвижения по лесу при пеших переходах. Изготовление посуды из природного материала Приготовление пищи и хранение продуктов питания.	Изучают правила передвижения в лесу во время пеших походов. Изучают способы приготовления пищи и хранения продуктов питания.	1		
17	Заблудившимся в лесу. Поиск заблудившихся людей.	Изучат способы самостоятельного выхода из леса Изучают способы и правила поиска заблудившихся людей..	1		
Итого 17 часа					