

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 199
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТО

решением
Педагогического совета
ГБОУ школа № 199
Приморского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 31.08.2026г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по учебно-воспитательной
работе

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора
ГБОУ школы №199
Приморского района
Санкт-Петербурга
от 31.08.2026 № 85/2

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат:
00895B5FDCF3FF4F32DC181004802558F3
Владелец: Протасова Ольга Валерьевна
Действителен: с 13.08.2026 до 06.11.2027

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Юный спасатель МЧС»

для 5-9-х классов

Составитель: учитель ОБЗР

Санкт-Петербург, 2026/2027 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Юный спасатель МЧС» разработана для обучающихся 5–9 классов и рассчитана на пять лет обучения — по 34 академических часа в год (1 час в неделю).

Нормативно-правовая база

Программа составлена с учётом требований следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утверждённого приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 (зарегистрирован Минюстом 05.07.2021 № 64101), с изменениями от 18.06.2025 № 467.
3. Федеральной образовательной программы основного общего образования, утверждённой приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 370, с изменениями, действующими с 01.09.2026.
4. Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
5. Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
6. Основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ школы № 199 Приморского района Санкт-Петербурга.
7. Рабочей программы воспитания ГБОУ школы № 199 Приморского района Санкт-Петербурга на 2026/2027 учебный год.
8. Федерального закона от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
9. Федерального закона от 22.08.1995 № 151-ФЗ «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей».

Направление внеурочной деятельности

Программа относится к **социальному направлению** (гражданско-патриотическая составляющая) и реализуется с учётом рабочей программы воспитания школы. Воспитательный потенциал курса раскрыт через следующие модули рабочей программы воспитания: гражданское воспитание, патриотическое воспитание, физическое воспитание, трудовое воспитание.

Актуальность

Кадетское движение — одно из актуальных направлений модернизации образования, нацеленных на возрождение в молодёжной среде духа патриотизма, чести, ценности дружбы, гражданского достоинства, желания отстаивать независимость и величие своей Родины. Программа направлена на всестороннее интеллектуальное развитие личности, военно-патриотическое воспитание обучающихся, подготовку к действиям в чрезвычайных ситуациях и знакомство с профессией спасателя МЧС.

Отличительные особенности

Программа «Юный спасатель МЧС» ориентирована не только на начальную военную подготовку, но и на начальную подготовку спасателей МЧС. Она ставит и решает актуальные вопросы социального и духовного развития обучающихся, оставаясь в рамках требований современной школы. Характерные особенности:

- изучение поисково-спасательных работ и приобретение навыков выживания в чрезвычайных ситуациях, умение оказывать само- и взаимопомощь;
- комплексное воздействие различных видов деятельности для раскрытия творческого потенциала личности;
- наличие специальной подготовки, обеспечивающей развитие специфических качеств, необходимых для достижения конкретного спортивного результата;
- поэтапное (от 5 к 9 классу) усложнение содержания — от знакомства с деятельностью МЧС до практической отработки аварийно-спасательных работ и элементов начальной военной подготовки.

Адресность и условия набора

Программа адресована обучающимся 11–15 лет (5–9 классы). Наполняемость группы — 15 человек. Условия набора:

1. Желание ребёнка.
2. Допуск врача.

3. При зачислении в группу обучающиеся, прошедшие обучение в предыдущем году, имеют приоритет при равенстве дополнительных показателей.

Цель программы

Патриотическое воспитание молодёжи, формирование патриотического сознания, психической и волевой готовности к патриотическому поведению, воспитание гражданственности, подготовка к действиям в чрезвычайных ситуациях.

Задачи программы

Образовательные:

1. Компенсация отсутствующих в основном образовании знаний, умений и навыков в области истории Отечества и Вооружённых сил России.
2. Практико-ориентированное изучение основ военной службы, организации деятельности МЧС, развитие интереса к воинским специальностям и специальности спасателя МЧС, выработка готовности к будущему достойному служению обществу и государству.
3. Приобщение школьников к национальной истории и духовной культуре через изучение истории кадетского движения.
4. Ознакомление обучающихся с нормами поведения в обществе, формирование умения чувствовать себя уверенно в различных жизненных ситуациях.
5. Подготовка обучающихся к быстрому и грамотному реагированию в случае чрезвычайных ситуаций.
6. Формирование начальных знаний по работе спасателей МЧС, привитие умений и навыков, позволяющих в условиях экстремальной ситуации осуществить грамотные действия по самостоятельному спасению и оказывать помощь попавшим в беду людям.
7. Подготовка обучающихся к выполнению испытаний (тестов) по нормативам Всероссийского физкультурно-спасательного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК «ГТО»).
8. Формирование стремления к здоровому образу жизни, знакомство с основными правилами сбережения здоровья.

Развивающие:

1. Физическое развитие обучающихся, формирование навыков дисциплины, самоорганизации, чувства гражданственности, патриотизма и умения действовать в сложных и экстремальных ситуациях.
2. Укрепление здоровья, закаливание и повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов.
3. Отработка приёмов обеспечения безопасности, формирование теоретических и практических знаний основ спасательного дела.
4. Развитие и совершенствование физических качеств — выносливости, силы, быстроты, ловкости, прыгучести, гибкости.
5. Развитие коммуникативных качеств личности, внимания, речи, потребности следить за своим внешним видом.

Воспитательные:

1. Воспитание патриотизма, гражданственности, чувства ответственности за свою судьбу и судьбу своего поколения.
2. Пропаганда и популяризация здорового и безопасного образа жизни в детской среде.
3. Воспитание у обучающихся психической устойчивости, целеустремлённости, силы воли, мужества, стойкости, смелости и решительности, чувства товарищества, доброты, милосердия, взаимоуважения, бережного отношения к окружающему миру.
4. Социальное становление, патриотическое воспитание и формирование активной гражданской позиции обучающихся.
5. Профориентация обучающихся на дальнейшую учёбу (работу) в структурах МЧС и ВС РФ.
6. Оказание помощи родителям (законным представителям) в воспитании и социальной защите подростков, формировании у них навыков самостоятельной жизни, адаптации к современным реалиям.

Формы и режим занятий

Занятия проводятся групповые и индивидуальные, по 1 академическому часу (45 минут) в неделю.

Формы проведения занятий: традиционное занятие, комбинированное занятие, зачётное занятие,

соревнование, эстафета, деловая игра, тренировка на полосе препятствий, работа с манекеном, викторина. Возможно использование цифровых образовательных ресурсов.

Формы организации деятельности обучающихся: фронтальная, коллективная, индивидуально-фронтальная, групповая, в парах, индивидуальная.

Методы обучения: словесный (рассказ, беседа, объяснение, опрос, викторина), наглядный (мультимедийные презентации, видеоматериалы, демонстрация педагогом изучаемых действий), практический (тренинг, упражнения, соревнования, подвижные игры).

Формы подведения итогов и оценка результатов

Внеурочная деятельность реализуется на **безотметочной основе**. Оценка результатов освоения программы осуществляется через: педагогическое тестирование (без выставления отметок), соревнования, спартакиады, турниры. Результаты фиксируются в портфолио обучающегося, протоколах соревнований, справках о прохождении нормативов. Образовательный продукт курса — индивидуальное портфолио достижений обучающегося.

РАЗДЕЛ 1. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Программа включает пять тематических блоков, распределённых по годам обучения:

Год обучения	Класс	Тематический блок
1-й год	5 класс	Организация деятельности МЧС
2-й год	6 класс	Гражданская оборона и основы медицинских знаний
3-й год	7 класс	Радиационная, химическая и биологическая безопасность. Медицина экстремальных ситуаций
4-й год	8 класс	Техническое оснащение, психологическая подготовка и действия спасателя в ЧС
5-й год	9 класс	Поисково-спасательные работы (продвинутый уровень). Начальная военная подготовка. Основы самообороны

5 класс. Организация деятельности МЧС

Общая подготовка (7 ч, из них 6 теория, 1 практика)

Вводное занятие. Техника безопасности. Структура курса «Организация деятельности МЧС». Обеспечение кадетом личной безопасности в повседневной деятельности и на занятиях.

Роль спасателя при ликвидации ЧС и требования, предъявляемые к нему. История человечества — борьба за выживание. Крупнейшие исторически известные катастрофы. Спасатель — специально обученный человек, всегда готовый прийти на помощь попавшим в беду. Роль центров подготовки спасателей.

История развития МПВО, ГО и МЧС. История создания спасательных служб в мире и на территории России. Этапы развития: МПВО, ГО, МЧС.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС). Цели, задачи, структура, управление и функционирование РСЧС. Силы и средства РСЧС. Поисково-спасательные службы. Этапы и уровни подготовки спасателей. Система аттестации и переподготовки. Табель оснащения поисково-спасательной службы. Экипировка спасателя. Технические, транспортные средства, средства связи. Практическое занятие: хранение и эксплуатация снаряжения, средств связи.

Человек и окружающая среда. Факторы риска (2 ч, теория)

Природная окружающая среда. Взаимодействие человека с окружающей средой. Понятие о риске. Научно-технический прогресс и вызываемые им последствия. Источники загрязнения, опасные и вредные факторы (физические, химические, биологические, психогенные). Экологический кризис.

Производственная (техногенная) и бытовая окружающая среда. Источники и виды опасных и вредных факторов производственной и бытовой среды. Электробезопасность. Средства бытовой химии: правила пользования и оказание первой помощи при отравлениях и ожогах.

Классификация чрезвычайных ситуаций (4 ч, теория)

ЧС природного характера: землетрясения, смерчи, цунами, наводнения, лавины, сели, оползни, обвалы. Меры по снижению потерь и ущерба. Рекомендации по безопасному поведению.

ЧС техногенного характера: аварии, обрушения, пожары. Аварии с выбросом радиоактивных веществ. Радиационно-опасные объекты. Правила поведения и действия населения.

Специальная физическая подготовка (8 ч, практика)

Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, прыгучести, гибкости. Упражнения со скакалкой. Элементы акробатики. Игры, эстафеты.

Пожарно-строевая подготовка и тактика тушения пожаров (13 ч, из них 3 теория, 10 практика)

Преодоление полосы препятствий с элементами пожарно-строевой подготовки — развёртывание сил и средств. Организация «стартовой зоны», пожарный автомобиль. Искусственные препятствия: тоннель, забор, подвесной мост, бум, домик спасательный, лестница-палка, конусы. Прохождение полосы, производство боевого развёртывания.

Надевание боевой одежды и снаряжения пожарного. Виды боевой одежды. Подготовка комплекта, экипировка.

Закрепление спасательной верёвки за конструкцию, вязание альпинистских и пожарно-спасательных узлов. Узлы: «восьмёрка проводник», «восьмёрка встречная», «грейпвайн», «схватывающий (Прусика)», «австрийский проводник», «стремя на опоре», «булинь», «штык», «прямой», «двойная восьмёрка проводник». Пожарно-спасательные узлы № 1–4, двойная спасательная петля.

Подведение итогов (тестирование).

6 класс. Гражданская оборона и основы медицинских знаний

Гражданская оборона и её задачи (8 ч, из них 7 теория, 1 практика)

Вводное занятие. Техника безопасности. Обеспечение кадетом личной безопасности.

Сигналы оповещения ГО и действия населения по ним. Единая система доведения сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации по сетям радио и телевидения.

Защитные сооружения ГО: убежище, ПРУ. Требования, предъявляемые к ним. Система жизнеобеспечения. Размещение и правила поведения укрываемых.

Эвакуация населения при ЧС мирного и военного времени. Организация и проведение эвакуации.

Назначение и работа эвакуационных комиссий. Обязанности и правила поведения при эвакуации.

Практическое занятие: отработка действий при эвакуации.

Действия населения в районах стихийных бедствий. Организация спасательных и других неотложных работ в очагах поражения.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (5 ч, теория)

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье. Личная гигиена и физическая культура. Духовное здоровье.

Понятия о привычках здорового образа жизни. Режим учёбы и отдыха. Питание, сон. Закаливание и профилактика простудных заболеваний.

Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Алкоголизм как социальное заболевание. Табакокурение. Наркомания. Профилактика.

Специальная физическая подготовка (10 ч, практика)

Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, прыгучести, гибкости. Упражнения со скакалкой. Элементы акробатики. Игры, эстафеты.

Пожарно-строевая подготовка и тактика тушения пожаров (11 ч, из них 3 теория, 8 практика)

Преодоление полосы препятствий с элементами пожарно-строевой подготовки — развёртывание сил и средств. Надевание боевой одежды и снаряжения пожарного. Закрепление спасательной верёвки, вязание узлов. Подведение итогов (тестирование).

7 класс. Радиационная, химическая и биологическая безопасность. Медицина экстремальных ситуаций

Основы обеспечения личной безопасности кадета (2 ч, теория)

Обеспечение кадетом личной безопасности в повседневной деятельности. Безопасность личности в условиях ЧС.

Нормативно-правовые акты, регламентирующие деятельность аварийно-спасательных служб МЧС РФ (1 ч, теория)

Основные положения документов, регламентирующих деятельность аварийно-спасательных служб и формирований МЧС РФ.

Радиационная, химическая и биологическая безопасность (19 ч, из них 10 теория, 9 практика)

Аварийно-химически опасные вещества (АХОВ) и защита от них. Действия на заражённой местности. Сигналы оповещения. Порядок преодоления зон заражения.

Ядерное оружие. История создания, виды ядерных зарядов, конструкция и способы доставки. Поражающие факторы ядерного взрыва. Способы защиты. Поведение и действия населения в очаге ядерного поражения.

Химическое оружие. Отравляющие вещества: назначение, классификация, основные свойства, способы обнаружения. Защита.

Биологическое (бактериологическое) оружие. Классификация, основные свойства, особенности воздействия. Средства и признаки применения. Защита и ликвидация последствий.

Зажигательное оружие. Классификация, основные свойства, особенности воздействия. Защита и ликвидация последствий.

Средства индивидуальной защиты. Изолирующие дыхательные аппараты. Фильтрующие противогазы. Респираторы. Средства защиты кожи. Коллективные средства защиты. Практика: отработка нормативов по надеванию противогаза, ОЗК.

Приборы радиационного, химического и биологического контроля. Рентгенометр ДП-5В. Войсковой прибор химической разведки ВПХР. Дозиметры. Практика: подготовка приборов к работе, порядок работы.

Санитарная обработка людей. Дезактивация, дегазация и дезинфекция одежды, обуви, СИЗ и техники. Практика: отработка приёмов санитарной обработки.

Специальная физическая подготовка (6 ч, практика)

Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, прыгучести, гибкости. Упражнения со скакалкой. Элементы акробатики. Игры, эстафеты.

Организация и проведение поисково-спасательных работ (6 ч, из них 2 теория, 4 практика)

Общие положения. Основы управления при ликвидации ЧС. Виды обеспечения действий сил и средств. Знаки и сигналы.

Ликвидация последствий ЧС различного типа: химического заражения, радиоактивного заражения, наводнений, обвалов, землетрясений.

Аварийно-спасательные работы: деблокирование, извлечение и оказание первой помощи пострадавшим в различных видах ЧС. Практика: «тренажёр-лабиринт», деблокирование проходов и пострадавшего, извлечение и оказание первой помощи (манекен), вязка мягких носилок, транспортировка пострадавшего.

Подведение итогов (тестирование).

8 класс. Техническое оснащение, психологическая подготовка и действия спасателя в ЧС

Основы безопасного ведения спасательных работ. ТБ (1 ч, теория)

Чёткое руководство ПСР, единоначалие и строгая исполнительская дисциплина. Создание рабочей обстановки. Определение опасных и безопасных зон. Удаление посторонних лиц. Инструктаж руководителя работ о командах и сигналах. Наблюдение за возможными опасностями. Разведка и подготовка пути эвакуации.

Техническое оснащение аварийно-спасательных команд (6 ч, из них 3 теория, 3 практика)

Средства поиска пострадавших. Средства связи. Средства защиты органов дыхания. Средства борьбы с пожарами. Приборы контроля атмосферного воздуха. Виды гидравлического инструмента. Практика: работа со штатным оборудованием, отработка навыков применения.

Психологическая подготовка (4 ч, из них 3 теория, 1 практика)

Требования к личности спасателя и его профессиональной подготовке. Способы преодоления страха, паники, конфликтов. Практика: решение ситуативных задач по преодолению страха и паники.

Воспитание морально-волевых качеств, необходимых спасателю.

Действия спасателя в чрезвычайных ситуациях (6 ч, из них 3 теория, 3 практика)

Оказание помощи людям в условиях природной среды. Виды несчастных случаев. Поиск и спасение людей при стихийных бедствиях. Использование подручных и специальных спасательных средств. Действия в ЧС техногенного характера. Классификация ЧС. Пожары и взрывы. Аварии с угрозой выброса АХОВ. Практика: порядок действий при угрозе ЧС, правила надевания противогаза ГП-7, выполнение норматива.

Поисково-спасательные работы. Основы безопасного ведения ПСР. Изготовление транспортных средств. Виды носилок и волокуш. Сигналы бедствия. Международная кодовая таблица сигналов. Практика: изготовление носилок и волокуш, подача сигналов бедствия.

Специальная физическая подготовка (4 ч, практика)

Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, прыгучести, гибкости. Упражнения со скакалкой. Элементы акробатики. Игры, эстафеты.

Организация и проведение ПСР и АСР (11 ч, из них 2 теория, 9 практика)

Ликвидация последствий ЧС различного типа: химического заражения, радиоактивного заражения, наводнений, обвалов, взрывов. Практика: отработка действий по ликвидации последствий.

Аварийно-спасательные работы: деблокирование, извлечение и оказание первой помощи пострадавшим. Проведение ПСР и АСР при завалах. Работа в замкнутом пространстве. Спасение пострадавшего, зажатого упавшей конструкцией. Вязка мягких носилок, транспортировка через элементы препятствий. Практика: «тренажёр-лабиринт», отработка полного цикла спасательных работ.

Подведение итогов (тестирование).

9 класс. Поисково-спасательные работы (продвинутый уровень). Начальная военная подготовка. Основы самообороны

Основы безопасного ведения спасательных работ. ТБ (1 ч, теория)

Повторение и углубление основ руководства ПСР. Решение практических ситуативных задач. Создание рабочей обстановки, определение опасных и безопасных зон. Организация эвакуации и контроль за состоянием пострадавших.

Начальная военная подготовка (8 ч, из них 4 теория, 4 практика)

Строевая подготовка. Строевые приёмы на месте и в движении, одиночно и в составе группы. Практика: отработка строевых приёмов.

Огневая подготовка (теория). Назначение и устройство стрелкового оружия. Правила безопасного обращения с оружием. Требования безопасности в тире.

Уставы ВС РФ. Основные положения Внутреннего и Строевого уставов. Обязанности кадета перед построением и в строю.

Воинские звания и знаки различия ВС РФ. Структура ВС РФ, их предназначение и вооружение. Дни воинской славы и памятные даты Российской Федерации. Города-герои.

Основы самообороны (4 ч, из них 1 теория, 3 практика)

Понятие о самообороне и правовые основы её применения. Основные приёмы защиты от физических угроз. Практика: отработка базовых приёмов самообороны, освобождение от захватов, защитные стойки.

Специальная физическая подготовка (6 ч, практика)

Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, прыгучести, гибкости. Упражнения со скакалкой. Элементы акробатики. Игры, эстафеты. Усложнённые варианты упражнений (с отягощением, на время).

Поисково-спасательные работы — продвинутый уровень (14 ч, из них 5 теория, 9 практика)

Организация и руководство ПСР. Командование расчётом. Распределение задач между участниками. Практика: командование группой при проведении ПСР.

Работа со специальным оборудованием. Гидравлический инструмент, средства деблокирования, приборы поиска. Практика: работа с гидравлическим инструментом.

Деблокирование и извлечение пострадавших в сложных условиях. Работа в замкнутом пространстве, в условиях ограниченной видимости. Практика: «тренажёр-лабиринт» (усложнённый сценарий), извлечение пострадавшего (манекен).

Оказание первой помощи в условиях ЧС. Остановка кровотечений, иммобилизация, транспортировка. Практика: отработка приёмов первой помощи.

Транспортировка пострадавших различными способами. Изготовление носилок и волокуш из подручных материалов. Практика: транспортировка через элементы полосы препятствий. Подведение итогов (тестирование, итоговое соревнование).

РАЗДЕЛ 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

1. Сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу и другим народам России.
2. Готовность оценивать своё поведение и поступки с позиций традиционных российских духовно-нравственных ценностей и норм.
3. Сформированность волевой и произвольной сферы, психической устойчивости, целеустремлённости, силы воли, выдержки и самообладания.
4. Стремление к здоровому и безопасному образу жизни, понимание ценности жизни и здоровья.
5. Уважение к труду, готовность к самоопределению и профориентации в сфере МЧС и ВС РФ.
6. Сформированность коммуникативной культуры: взаимопомощь, взаимоуважение, чувство товарищества.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

1. Организовывать своё рабочее место, самостоятельно контролировать своё время.
2. Высказывать своё предположение (версию), адекватно оценивать свою работу.
3. Вносить коррективы в действия на основе оценки и учёта сделанных ошибок.
4. Контролировать своё физическое состояние и совершенствовать физические способности.
5. Работать по правилу и по образцу, слушать взрослого и выполнять его инструкции.

Познавательные УУД:

1. Находить ответы на вопросы, используя жизненный опыт, информацию от педагога и учебную литературу.
2. Решать интеллектуальные и личностные задачи согласно возрастным особенностям.
3. Строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его свойствах и связях.
4. Определять масштаб карты, измерять расстояние на карте, определять координаты точки.
5. Ориентироваться на местности по компасу, карте (схеме), местным предметам.

Коммуникативные УУД:

1. Слушать и вступать в диалог, общаться и взаимодействовать со сверстниками и педагогом.
2. Управлять своим поведением, соблюдать общепринятые нормы и правила поведения.
3. Формулировать собственное мнение и позицию, соблюдать корректность в высказываниях.
4. Принимать и защищать свои решения, сотрудничать в различных ситуациях, находить выходы из конфликтных ситуаций.
5. Способность к групповому активному взаимодействию.

Предметные результаты

1. Знание государственной символики Российской Федерации и её истории.
2. Знание истории кадетского движения, ритуалов и традиций.
3. Знание дней воинской славы и памятных дат Российской Федерации, городов-героев.
4. Знание структуры ВС РФ, их предназначения, воинских званий.
5. Знание основ организации деятельности МЧС, РСЧС, ГО.
6. Знание классификации ЧС природного и техногенного характера, поражающих факторов, правил поведения.
7. Знание средств индивидуальной защиты, их видов и правил применения.
8. Умение применять СИЗ органов дыхания и кожи, пользоваться подручными средствами пожаротушения.
9. Умение вязать спасательные узлы.
10. Навыки оказания первой помощи в условиях ЧС.
11. Умение выполнять строевые приёмы на месте и в движении, одиночно и в составе группы.
12. Навыки выживания в экстремальных условиях природной и техногенной среды.
13. Знание основ тактики безопасных методов работы в непригодной для дыхания зоне.
14. Умение ориентироваться на местности по компасу, карте, местным предметам.

РАЗДЕЛ 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**5 класс (34 часа)**

№	Наименование темы	Часы	Форма проведения	ЭОР
1	Вводное занятие. Техника безопасности	1	Беседа	Презентация «ТБ на занятиях»
2	Роль спасателя при ликвидации ЧС	1	Рассказ	Видеоматериалы МЧС России (edsoo.ru)
3	История развития МПВО, ГО и МЧС	2	Рассказ, беседа	Презентация, видеохроника
4	Единая государственная система РСЧС	4 (3+1)	Комбинированное занятие	Схема РСЧС (edsoo.ru)
5	Природная окружающая среда	1	Рассказ	Презентация
6	Производственная и бытовая среда	1	Рассказ	Презентация
7	ЧС природного характера	2	Беседа, викторина	Видеоматериалы (ucheba.mchs.ru)
8	ЧС техногенного характера	2	Беседа, викторина	Видеоматериалы (ucheba.mchs.ru)
9	Специальная физическая подготовка	8	Тренировка, эстафеты, игры	—
10	Полоса препятствий, развёртывание сил	4 (1+3)	Тренировка на полосе	—
11	Надевание боевой одежды пожарного	4 (1+3)	Практическое занятие	—
12	Вязание спасательных узлов	4 (1+3)	Практическое занятие	Видеоинструкция по узлам
13	Подведение итогов (тестирование)	1	Тестирование	—

№	Наименование темы	Часы	Форма проведения	ЭОР
	Итого	34 (15 теория, 19 практика)		

6 класс (34 часа)

№	Наименование темы	Часы	Форма проведения	ЭОР
1	Вводное занятие. ТБ	1	Беседа	Презентация «ТБ»
2	Сигналы оповещения ГО	1	Рассказ	Аудиозаписи сигналов
3	Защитные сооружения ГО	1	Рассказ	Схема убежища (edsoo.ru)
4	Эвакуация населения	2 (1+1)	Комбинированное	Схема эвакуации
5	Действия в районах стихийных бедствий	2	Беседа	Видеоматериалы МЧС
6	Основы здоровья и ЗОЖ	2	Беседа	Презентация «ЗОЖ»
7	Привычки здорового образа жизни	2	Беседа	Презентация
8	Вредные привычки и их влияние	1	Беседа	Видеоматериалы
9	Специальная физическая подготовка	10	Тренировка, эстафеты, игры	—
10	Полоса препятствий, развёртывание	4 (2+2)	Тренировка на полосе	—
11	Надевание боевой одежды	3 (0+3)	Практическое занятие	—
12	Вязание спасательных узлов	3 (1+2)	Практическое занятие	Видеоинструкция

№	Наименование темы	Часы	Форма проведения	ЭОР
13	Подведение итогов (тестирование)	1	Тестирование	—
	Итого	34 (15 теория, 19 практика)		

7 класс (34 часа)

№	Наименование темы	Часы	Форма проведения	ЭОР
1	Личная безопасность кадета. ТБ	2	Беседа	Презентация
2	Нормативно-правовые акты МЧС	1	Рассказ	Тексты ФЗ на сайте МЧС
3	АХОВ и защита от них	1	Рассказ	Презентация
4	Ядерное оружие	2	Рассказ	Видеоматериалы
5	Химическое оружие	1	Рассказ	Презентация
6	Биологическое оружие	1	Рассказ	Презентация
7	Зажигательное оружие	1	Рассказ	Презентация
8	Средства индивидуальной защиты	6 (2+4)	Комбинированное	Видеоинструкция по СИЗ
9	Приборы контроля	4 (1+3)	Практическое занятие	—
10	Санитарная обработка	3 (1+2)	Практическое занятие	—
11	Специальная физическая подготовка	6	Тренировка, эстафеты, игры	—
12	Основы управления при ликвидации ЧС	1	Рассказ	Схема управления
13	Ликвидация последствий ЧС	1	Рассказ	—

№	Наименование темы	Часы	Форма проведения	ЭОР
14	АСР: деблокирование, извлечение	4 (0+4)	Тренировка с манекеном	—
15	Подведение итогов (тестирование)	1	Тестирование	—
	Итого	34 (15 теория, 19 практика)		

8 класс (34 часа)

№	Наименование темы	Часы	Форма проведения	ЭОР
1	Основы безопасного ведения ПСР. ТБ	1	Беседа	Презентация
2	Средства поиска, связи, защиты дыхания	2 (1+1)	Комбинированное	Видеоматериалы
3	Средства пожаротушения, приборы, инструмент	4 (2+2)	Практическое занятие	—
4	Требования к личности спасателя	3 (2+1)	Комбинированное	Презентация
5	Морально-волевые качества спасателя	1	Беседа	—
6	Помощь в природной среде	1	Рассказ	Видеоматериалы МЧС
7	Действия в ЧС техногенного характера	2 (1+1)	Комбинированное	Видеоматериалы
8	Поисково-спасательные работы	3 (1+2)	Практическое занятие	Схема сигналов бедствия
9	Специальная физическая подготовка	4	Тренировка, эстафеты, игры	—

№	Наименование темы	Часы	Форма проведения	ЭОР
10	Ликвидация последствий ЧС	4 (1+3)	Практическое занятие	—
11	АСР: деблокирование, извлечение, первая помощь	6 (1+5)	Тренировка с манекеном	—
12	Подведение итогов (тестирование)	1	Тестирование	—
Итого		34 (12 теория, 22 практика)		

9 класс (34 часа)

№	Наименование темы	Часы	Форма проведения	ЭОР
1	Основы безопасного ведения ПСР. ТБ	1	Беседа	Презентация
2	Строевая подготовка	2 (1+1)	Комбинированное	Видеоинструкция по строевым приёмам
3	Огневая подготовка (теория)	1	Рассказ	Презентация по устройству оружия
4	Уставы ВС РФ	1	Рассказ	Текст уставов
5	Воинские звания, знаки различия, дни воинской славы	2	Беседа, викторина	Презентация
6	Самооборона: правовые основы, базовые приёмы	4 (1+3)	Комбинированное	Видеоматериалы
7	Специальная физическая подготовка	6	Тренировка, эстафеты, игры	—
8	Организация и руководство ПСР	3 (1+2)	Комбинированное	—

№	Наименование темы	Часы	Форма проведения	ЭОР
9	Работа со специальным оборудованием	3 (1+2)	Практическое занятие	—
10	Деблокирование и извлечение в сложных условиях	4 (1+3)	Тренировка манекеном	с —
11	Первая помощь в условиях ЧС	3 (1+2)	Практическое занятие	Видеоинструкция (ucheba.mchs.ru)
12	Транспортировка пострадавших	3 (1+2)	Практическое занятие	—
13	Подведение итогов (тестирование, соревнование)	1	Соревнование	—
Итого		34 (11 теория, 23 практика)		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№	Тема	Форма
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Структура курса	Беседа
2	Роль спасателя при ликвидации ЧС	Рассказ
3	История развития МПВО, ГО и МЧС (часть 1)	Рассказ
4	История развития МПВО, ГО и МЧС (часть 2)	Рассказ
5	Единая государственная система РСЧС (часть 1)	Рассказ
6	Единая государственная система РСЧС (часть 2)	Рассказ
7	Единая государственная система РСЧС (часть 3)	Рассказ
8	РСЧС. Практика: хранение и эксплуатация снаряжения	Практика
9	Природная окружающая среда	Рассказ
10	Производственная (техногенная) и бытовая среда	Рассказ
11	ЧС природного характера (часть 1)	Беседа
12	ЧС природного характера (часть 2)	Викторина

№	Тема	Форма
13	ЧС техногенного характера (часть 1)	Беседа
14	ЧС техногенного характера (часть 2)	Викторина
15	Физическая подготовка: выносливость, быстрота	Тренировка
16	Физическая подготовка: ловкость, прыгучесть	Тренировка
17	Физическая подготовка: сила, гибкость	Тренировка
18	Физическая подготовка: упражнения со скакалкой	Тренировка
19	Физическая подготовка: элементы акробатики	Тренировка
20	Физическая подготовка: игры, эстафеты	Эстафета
21	Физическая подготовка: комплексная тренировка	Тренировка
22	Физическая подготовка: комплексная тренировка	Тренировка
23	Полоса препятствий (часть 1). Теория: организация	Комбинированное
24	Полоса препятствий (часть 2). Практика	Тренировка
25	Полоса препятствий (часть 3). Практика	Тренировка
26	Полоса препятствий (часть 4). Практика	Тренировка
27	Боевая одежда пожарного (часть 1). Теория	Комбинированное
28	Боевая одежда пожарного (часть 2). Практика	Практика
29	Боевая одежда пожарного (часть 3). Практика	Практика
30	Боевая одежда пожарного (часть 4). Практика	Практика
31	Спасательные узлы (часть 1). Альпинистские узлы	Практика
32	Спасательные узлы (часть 2). Пожарно-спасательные узлы	Практика
33	Спасательные узлы (часть 3). Закрепление	Практика
34	Подведение итогов (тестирование)	Тестирование

6 класс

№	Тема	Форма
1	Вводное занятие. Техника безопасности	Беседа
2	Сигналы оповещения ГО и действия по ним	Рассказ
3	Защитные сооружения ГО	Рассказ
4	Эвакуация населения. Теория	Рассказ

№	Тема	Форма
5	Эвакуация населения. Практика	Практика
6	Действия в районах стихийных бедствий (часть 1)	Беседа
7	Действия в районах стихийных бедствий (часть 2)	Беседа
8	Основы здоровья и ЗОЖ (часть 1)	Беседа
9	Основы здоровья и ЗОЖ (часть 2)	Беседа
10	Привычки ЗОЖ (часть 1)	Беседа
11	Привычки ЗОЖ (часть 2)	Беседа
12	Вредные привычки и их влияние на здоровье	Беседа
13	Физическая подготовка: выносливость	Тренировка
14	Физическая подготовка: быстрота	Тренировка
15	Физическая подготовка: ловкость, прыгучесть	Тренировка
16	Физическая подготовка: сила	Тренировка
17	Физическая подготовка: гибкость	Тренировка
18	Физическая подготовка: упражнения со скакалкой	Тренировка
19	Физическая подготовка: акробатика	Тренировка
20	Физическая подготовка: игры	Игра
21	Физическая подготовка: эстафеты	Эстафета
22	Физическая подготовка: комплексная	Тренировка
23	Полоса препятствий (часть 1). Теория	Комбинированное
24	Полоса препятствий (часть 2). Практика	Тренировка
25	Полоса препятствий (часть 3). Практика	Тренировка
26	Полоса препятствий (часть 4). Практика	Тренировка
27	Боевая одежда пожарного (часть 1)	Практика
28	Боевая одежда пожарного (часть 2)	Практика
29	Боевая одежда пожарного (часть 3)	Практика
30	Спасательные узлы (часть 1). Теория + практика	Комбинированное
31	Спасательные узлы (часть 2). Практика	Практика
32	Спасательные узлы (часть 3). Практика	Практика

№	Тема	Форма
33	Подведение итогов (часть 1). Подготовка	Тренировка
34	Подведение итогов (тестирование)	Тестирование

7 класс

№	Тема	Форма
1	Личная безопасность кадета (часть 1)	Беседа
2	Личная безопасность в ЧС (часть 2)	Беседа
3	Нормативно-правовые акты МЧС РФ	Рассказ
4	АХОВ и защита от них	Рассказ
5	Ядерное оружие (часть 1)	Рассказ
6	Ядерное оружие (часть 2)	Рассказ
7	Химическое оружие	Рассказ
8	Биологическое оружие	Рассказ
9	Зажигательное оружие	Рассказ
10	СИЗ: теория (часть 1)	Комбинированное
11	СИЗ: практика — противогазы	Практика
12	СИЗ: практика — ОЗК	Практика
13	СИЗ: практика — респираторы	Практика
14	СИЗ: практика — закрепление	Практика
15	Приборы контроля: теория	Комбинированное
16	Приборы: практика — ДП-5В	Практика
17	Приборы: практика — ВПХР	Практика
18	Приборы: практика — дозиметры	Практика
19	Санитарная обработка: теория	Комбинированное
20	Санитарная обработка: практика (часть 1)	Практика
21	Санитарная обработка: практика (часть 2)	Практика
22	Физическая подготовка: выносливость	Тренировка
23	Физическая подготовка: быстрота, ловкость	Тренировка
24	Физическая подготовка: сила, гибкость	Тренировка

№	Тема	Форма
25	Физическая подготовка: игры, эстафеты	Эстафета
26	Физическая подготовка: комплексная	Тренировка
27	Физическая подготовка: комплексная	Тренировка
28	Основы управления при ликвидации ЧС	Рассказ
29	Ликвидация последствий ЧС	Рассказ
30	АСР: деблокирование (часть 1)	Практика
31	АСР: извлечение пострадавшего (часть 2)	Практика
32	АСР: вязка носилок, транспортировка (часть 3)	Практика
33	АСР: комплексная отработка (часть 4)	Практика
34	Подведение итогов (тестирование)	Тестирование

8 класс

№	Тема	Форма
1	Основы безопасного ведения ПСР. ТБ	Беседа
2	Средства поиска пострадавших. Теория	Комбинированное
3	Средства поиска. Практика	Практика
4	Средства пожаротушения. Теория	Комбинированное
5	Приборы контроля атмосферы. Практика	Практика
6	Гидравлический инструмент. Теория	Комбинированное
7	Гидравлический инструмент. Практика	Практика
8	Требования к личности спасателя (часть 1)	Комбинированное
9	Способы преодоления страха, паники. Практика	Практика
10	Требования к личности спасателя (часть 2)	Беседа
11	Морально-волевые качества спасателя	Беседа
12	Помощь в природной среде	Рассказ
13	Действия в ЧС техногенного характера. Теория	Комбинированное
14	Действия в ЧС. Практика: противогаз ГП-7	Практика
15	ПСР: основы, носилки, волокуши. Теория	Комбинированное
16	ПСР: сигналы бедствия. Практика	Практика

№	Тема	Форма
17	ПСР: изготовление носилок. Практика	Практика
18	Физическая подготовка: выносливость, сила	Тренировка
19	Физическая подготовка: быстрота, ловкость	Тренировка
20	Физическая подготовка: гибкость, комплекс	Тренировка
21	Физическая подготовка: игры, эстафеты	Эстафета
22	Ликвидация последствий ЧС. Теория	Комбинированное
23	Ликвидация последствий наводнений. Практика	Практика
24	Ликвидация последствий обвалов. Практика	Практика
25	Ликвидация последствий взрывов. Практика	Практика
26	АСР при завалах. Теория	Комбинированное
27	Тренажёр-лабиринт: деблокирование. Практика	Практика
28	Извлечение пострадавшего (манекен). Практика	Практика
29	Спасение из-под конструкции. Практика	Практика
30	Вязка носилок, транспортировка. Практика	Практика
31	Комплексная отработка ПСР (часть 1)	Практика
32	Комплексная отработка ПСР (часть 2)	Практика
33	Комплексная отработка ПСР (часть 3)	Практика
34	Подведение итогов (тестирование)	Тестирование

9 класс

№	Тема	Форма
1	Основы безопасного ведения ПСР. ТБ	Беседа
2	Строевая подготовка: теория, строевые приёмы на месте	Комбинированное
3	Строевая подготовка: практика, движение в строю	Практика
4	Огневая подготовка: устройство стрелкового оружия	Рассказ
5	Уставы ВС РФ: Внутренний и Строевой уставы	Рассказ
6	Воинские звания, знаки различия ВС РФ	Беседа
7	Дни воинской славы, города-герои	Викторина
8	Самооборона: правовые основы, базовые стойки	Комбинированное

№	Тема	Форма
9	Самооборона: освобождение от захватов	Практика
10	Самооборона: защитные приёмы	Практика
11	Самооборона: комплексная отработка	Практика
12	Физическая подготовка: выносливость (усложнённая)	Тренировка
13	Физическая подготовка: сила (с отягощением)	Тренировка
14	Физическая подготовка: быстрота, ловкость	Тренировка
15	Физическая подготовка: комплексная на время	Тренировка
16	Физическая подготовка: эстафеты, игры	Эстафета
17	Физическая подготовка: итоговая	Тренировка
18	Организация и руководство ПСР. Теория	Комбинированное
19	Командование группой при ПСР. Практика	Практика
20	Распределение задач в расчёте. Практика	Практика
21	Работа с гидравлическим инструментом. Теория	Комбинированное
22	Работа с гидравлическим инструментом. Практика	Практика
23	Работа со средствами деблокирования. Практика	Практика
24	Деблокирование в сложных условиях. Теория	Комбинированное
25	Тренажёр-лабиринт (усложнённый сценарий). Практика	Практика
26	Извлечение пострадавшего (манекен). Практика	Практика
27	Извлечение в условиях ограниченной видимости	Практика
28	Первая помощь: остановка кровотечений. Теория	Комбинированное
29	Первая помощь: иммобилизация. Практика	Практика
30	Транспортировка пострадавших. Теория	Комбинированное
31	Транспортировка через полосу препятствий. Практика	Практика
32	Изготовление носилок из подручных материалов	Практика
33	Комплексная отработка ПСР	Практика
34	Подведение итогов (тестирование, соревнование)	Соревнование

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Помещения: учебный кабинет, спортивный зал, открытая спортивная площадка с полосой препятствий.

Оборудование и инвентарь:

- боевая одежда пожарного и снаряжение (комплекты) — не менее 5 шт.;
- спасательные верёвки, карабины, страховочные системы — комплект на группу;
- манекен-тренажёр для отработки приёмов спасания — 1–2 шт.;
- тренажёр «Лабиринт» (замкнутое пространство) — 1 шт.;
- элементы полосы препятствий (тоннель, забор, подвесной мост, бум, домик спасательный, лестница-палка, конусы);
- противогазы ГП-7 (учебные) — на группу;
- общевойсковой защитный комплект (ОЗК) — учебный комплект;
- войсковой прибор химической разведки (ВПХР) — учебный;
- рентгенометр ДП-5В (учебный) — 1 шт.;
- дозиметры (учебные) — 2–3 шт.;
- набивные мячи (2–4 кг), гантели, гимнастические палки, скакалки;
- гимнастическая стенка, скамейки, маты;
- аптечка первой помощи (учебная) — 1 шт.;
- гидравлический инструмент (учебный макет) — при наличии;
- мультимедийный проектор, экран, компьютер с доступом к сети Интернет.

Цифровые образовательные ресурсы:

- Единое содержание общего образования (edsoo.ru) — рабочие программы, методические материалы.
- Образовательный портал МЧС России (ucheba.mchs.ru) — видеоматериалы, презентации.
- ФГИС «Моя школа» (myschool.edu.ru) — электронные образовательные материалы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287, с изменениями от 18.06.2025 № 467).
2. Федеральная образовательная программа основного общего образования (приказ Минпросвещения России от 18.05.2023 № 370, с изменениями, действующими с 01.09.2026).
3. Атаманюк В. Г. Гражданская оборона. — М.: Просвещение, 2021.
4. Смирнов А. Т., Хренников Б. О. Основы безопасности и защиты Родины. 5–9 класс. — М.: Просвещение, 2026.
5. Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности (письмо Минпросвещения России от 09.07.2026 № ОК-1984/03).
6. Положение о кадетских классах в образовательных организациях (нормативный акт региона/муниципалитета).

Для обучающихся:

1. Смирнов А. Т., Хренников Б. О. Основы безопасности и защиты Родины. Учебник для 5–9 классов. — М.: Просвещение, 2026.
2. Ижевский П. В. Юный спасатель. — М.: Просвещение, 2022.
3. Справочник спасателя МЧС России (ucheba.mchs.ru).