



Клуб «Альфа» (команда быстрого реагирования)

Девиз: Зовите нас, друзья на помощь!
Мы обязательно придём!
В жару и холод, днём и в полночь
Вас от беды любой спасём!

Время заседания клуба: 1 раз в полугодие

ПРОГРАММА клуба «Альфа»:

I. ПОДГОТОВКА ПО ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Цель: освоение детьми и подростками правил безопасного поведения в повседневной жизни и подготовка к действиям в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях.

Задачи:

- формирование определенных качеств, знаний, навыков и умений по защите здоровья и жизни при воздействии опасных факторов окружающей среды;
- формирование потребности в здоровом образе жизни, снижение травматизма и заболеваемости;
- воспитание отрицательного отношения к вредным привычкам;
- воспитание бережного отношения к себе, другим людям, природе;
- повышение психологической устойчивости при воздействии неблагоприятных факторов.

II. ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Цель: обеспечение физической готовности учащегося к действиям в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях.

Задачи:

- формирование здорового образа жизни;
- гармоническое физическое и духовное развитие;
- повышение психологической устойчивости и функциональных возможностей организма к воздействию неблагоприятных факторов;
- развитие и постоянное совершенствование выносливости, силы, быстроты, ловкости;
- развитие и совершенствование специальных качеств (устойчивость к укачиванию, перегрузкам и кислородному голоданию).

III. САНИТАРНАЯ ПОДГОТОВКА.

Цель: формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, готовности к жизни, труду и социальному творчеству.

Задачи:

Обучающие

- формирование знаний об основах анатомии, физиологии и гигиены человека;
- формирование устойчивого интереса к сохранению своего здоровья;
- обучение коллективным формам работы и основам самоорганизации.

Развивающие

- привитие умений и навыков оказания первой доврачебной помощи пострадавшим или самому себе;
- совершенствование здоровья молодого поколения, развитие их силы, выносливости, быстроты реакций и способности к автономному существованию;
- развитие логического мышления, памяти, внимания;
- формирование познавательной активности, умственной и физической работоспособности, потребности в постоянных и систематических занятиях физкультурой и спортом.

Воспитательные

- воспитание коллективистских начал характера, организованности и самостоятельности, гуманности и милосердия;
- воспитание стойких навыков здорового образа жизни, потребности избавиться от вредных привычек, развитие стремления быть здоровым, бодрым, доставлять радость себе и окружающим;
- морально-волевая подготовка молодых людей к преодолению трудностей и последствий чрезвычайных ситуаций.

Результат программы:

Участие в конкурсах:

- **Комплексе тренировок по пожарной безопасности и антитеррористической защищённости**
- **Богатырские игры**
- **Рыцарский турнир**
- **«Зарница»**