

муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей» г. Усинска
Усинск карса «Содтӥд челядьӥс велӥдан шӧрин»
муниципальной асшӧрлуна учреждение содтӥд велӥдан шӧрин

РАССМОТРЕНА
Методическим советом
Протокол № 5
от 17.05.2019

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № 5
От 23.05.2019



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУДО «ЦДОД» г. Усинска
Е.В. Камашева
Пресс №184 от 23.05.2019

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«Школа безопасности»

Возраст учащихся – 11-16 лет.

Срок обучения – 1 год.

Составитель – Никитин Евгений Владимирович,
педагог дополнительного образования

г. Усинск
2019 г.

Пояснительная записка

В ходе эволюционного и социального развития у человека выработалась надежная естественная система защиты от неблагоприятных факторов окружающей среды, т.е. от опасностей. Основой ее является нервная система, которая обеспечивает связь организма с окружающей средой с помощью органов чувств, которые позволяют человеку принимать разнообразную информацию (в том числе об опасностях) и соответствующим образом реагировать на происходящие вокруг события.

Общение с природой таит в себе много интересного, а самое главное - оно очень полезно для здоровья человека. Однако не всегда это общение приносит пользу, хотя опасность представляет не сама природа, а неправильные действия человека при общении с ней.

Основные причины несчастных случаев и возникновения чрезвычайных ситуаций (ЧС) в природной среде - это неосведомленность о естественных природных опасностях, излишняя самоуверенность, а порой и полное пренебрежение простейшими правилами безопасности при нахождении на природе, незнание функциональных особенностей и возможностей человеческого организма (и поэтому неумение использовать их при возникновении ЧС), незнание элементарных приемов оказания помощи себе и окружающим во время ЧС и после нее и неумение верно оценивать обстановку и принять быстрое и иногда единственное правильное решение для выхода из ЧС или предотвращения ее.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа *туристско-краеведческой направленности* «Школа безопасности» направлена на развитие и совершенствование навыков безопасного поведения при нахождении в природной среде. Обучение по программе предполагает формирование практических навыков поведения в природной среде, сформировать у них сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности, умения думать, вести себя, принимать решения и находить выходы из возникших чрезвычайных и нестандартных ситуаций, умения оказать необходимую помощь себе и окружающим, стремление к здоровому образу жизни, формированию положительных морально-психологических качеств и совершенствованию физического развития.

Актуальность программы. Проблема безопасного поведения человека в условиях ЧС решается в школе через изучение программы ОБЖ. Теоретические знания, полученные на этих уроках, необходимо закрепить практически, так как без определенных навыков использовать эти знания в различных жизненных ситуациях довольно сложно, а иногда и просто невозможно. Кроме этого, в связи с участвовавшими природно-стихийными бедствиями и техногенными катастрофами, появилась необходимость обучения населения, и особенно детей, грамотным и уверенным действиям, умению находить выходы из создавшихся ситуаций, оказанию помощи себе и окружающим людям.

Эти проблемы нашли отражение на государственном уровне. В начале 2001г., на основании совместного приказа Министерства образования, МВД, Комитета ГО и ЧС, Комитета по делам молодежи и Министерства физической культуры, спорта и туризма «О содействии в организации Коми республиканского отделения ВДЮОД «Школа безопасности» (от 27.12.00 №133/550/-а/112/31), повсеместно началась организация общественного движения «Школа безопасности».

За это время по данному направлению работы было организовано и проведено много интересных мероприятий и соревнований, например, «Безопасное колесо», «Школьный турист», соревнования по обеспечению пожарной безопасности и т.д.

Отличительная особенность программы заключается в том, что на занятиях учащиеся не только подробно знакомятся с возможными чрезвычайными ситуациями на территории нашей республики, но и отрабатывают практические навыки и пути выхода из них, исходя из местных условий. Кроме того, программа предполагает отработку навыков,

необходимых для участия в соревнованиях «Школа безопасности».

Программа составлена в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. N273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"; Концепцией развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р); Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. N196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам", Письмом Министерства образования и молодежной политики Республики Коми от 27.01.2016г. № 07-27/45 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных – дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми».

Программа рассчитана на учащихся 11-16 лет, на 1 год обучения, учебный год составляет 36 недель. Общий объем программы 72 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа. Расписание занятий составляется в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей".

Основные формы работы:

- групповые занятия (теоретические и практические) по утвержденному расписанию;
- участие в соревнованиях;
- походы выходного дня, экскурсии.

Цель и задачи программы.

Цель: Подготовка команд общеобразовательных учреждений города к муниципальному этапу соревнований "Школа безопасности".

Задачи:

Образовательные:

- расширение, углубление и обобщение знаний о естественных природных опасностях, причинах возникновения ЧС в природной среде и мерах по их предупреждению;
- формирование правильного, с точки зрения обеспечения безопасности жизнедеятельности, поведения;
- формирование знаний, умений и навыков по снижению индивидуального и коллективного рисков в чрезвычайных ситуациях;

Развивающие:

- развитие способностей принятия адекватных и безопасных решений в различных экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

Воспитательные:

- формирование чувства ответственности за свою жизнь и жизнь окружающих;
- выработка морально-психологической устойчивости и социальной компетентности в быту и в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.

**Учебный план
(1-й год обучения)**

№ п/п	Тема	Содержание	Количество часов		
			теория	практика	всего
1	Вводное занятие	История создания движения "Школа безопасности". Его цели и задачи. Соревнования «Школа безопасности». Правила организации и проведения соревнований учащихся Российской Федерации «Школа безопасности». Основные разделы правил.	2	-	2
2	Поисково-спасательные работы	Снаряжение для организации поисково-спасательных работ. Организация поисково-спасательных работ силами группы. Поиск отставшего или заблудившегося члена(ов) группы Ориентирование. Компас, правила пользования им. Ориентирование карты и компаса. Азимут, снятие азимута с карты. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту.	3	9	12
3	Противопожарная подготовка	Причины возникновения пожаров. Данные по пожарам за последний год. Основные причины пожаров. Боевое развертывание. Одежда и снаряжение. Инвентарь. Последовательность проведения. Комбинированная пожарная эстафета.	4	6	10
4	Гражданская защита	Чрезвычайные ситуации природного характера и действия в случае их возникновения Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Основные причины возникновения чрезвычайных ситуаций. Порядок действий в случае возникновения опасных природных явлений и стихийных бедствий. Оказание первой помощи и самопомощи. Транспортировка пострадавшего. Помощь при переломах, ранах, кровотечениях. Оценка общего состояния пострадавшего, места и характера повреждения. Правила снятия одежды и обуви с пострадавшего. Правила наложения шин. Травмы конечностей, закрытые и открытые переломы длинных костей, растяжения и разрывы связочного аппарата, вывихи суставов. Травмы головы и туловища. Иммобилизация пострадавшего. Способы транспортировки пострадавшего.	3	7	10

		Изготовление средств транспортировки			
5	Маршрут выживания	<p>Топографическая подготовка. Виды топографических карт и основные сведения о них.</p> <p>Сушка, ремонт, изготовление одежды и обуви. Использование имеющихся предметов одежды, снаряжения. Использование природных материалов.</p> <p>Добыча, способы хранения и переноса огня. Способы разведения огня без спичек, без химических средств. Варианты переноски и хранения огня, углей.</p> <p>Изготовление временных укрытий в летний и зимний период. Выбор места для сооружения бивака. Виды временных укрытий: навес, шалаш.</p> <p>Технические приемы преодоление естественных и искусственных препятствий.</p> <p>Международная аварийная сигнализация, передача информации на расстояние.</p>	5	15	20
6	Организация быта в полевых условиях	Организация ночлегов в походных условиях, в летний период.	-	4	4
7	Общая физическая подготовка	<p>Упражнения для рук и плечевого пояса.</p> <p>Упражнения для туловища, для ног.</p> <p>Упражнения с сопротивлением.</p> <p>Упражнения с предметами. Элементы акробатики.</p> <p>Упражнения на равновесие, выполняемые на гимнастическом бревне, скамейке, переправа по бревну через овраг, ручей, канаву; переправа по качающемуся бревну. Подъем по гимнастической лестнице, стенке, в том числе без помощи ног. Подъем по крутым склонам оврагов, берегам ручьев.</p>	-	10	10
8	Конкурсная программа в рамках соревнований «Школа безопасности»	Подготовка конкурсной программы к соревнованиям.	-	4	4
Итого:			17	55	72

Планируемые результаты 1-го года обучения:

Предметные:

- владеют знаниями о естественных природных опасностях, причинах возникновения ЧС в природной среде и мерах по их предупреждению;
- владеют навыками безопасного поведения в быту и в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.
- умеют пользоваться специальным снаряжением для организации поисково-спасательных работ;
- владеют навыками организации поисково-спасательных работ силами группы;
- владеют навыками ориентирования на местности с использованием компаса и карт;
- владеют знаниями, умениями и навыками по снижению индивидуального и коллективного рисков в чрезвычайных ситуациях;
- владеют навыками противопожарной подготовки;
- владеют навыками оказания первой доврачебной помощи;
- владеют навыками обустройства быта в чрезвычайных ситуациях.

Метапредметные:

- умеют принимать правильные решения в различных экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

Личностные:

- осознают ответственность за свою жизнь и жизнь окружающих;
- проявляют спокойствие, терпение, самостоятельность, навыки взаимодействия с товарищами в быту и в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.

Формы аттестации/контроля

Сроки	Вид контроля	Цели и задачи	Содержание	Форма	Критерии оценивания
сентябрь	входящий	Выявление уровня физической подготовленности	Общая физическая подготовка	Сдача контрольных нормативов по таблице зачетных требований	<i>Высокий</i> – нормативы выполнены в соответствии с зачётными требованиями и возрастом учащихся; <i>Средний</i> – 50% нормативов выполнены в соответствии с зачётными требованиями. <i>Низкий</i> – нормативы не выполнены.
октябрь	промежуточный	Определение уровня знаний в области противопожарной защиты	Организация поисково спасательных работ	Устный опрос	<i>Высокий</i> – владеет знаниями об организации и проведении поисково спасательных работ; <i>Средний</i> – не на достаточном уровне владеет знаниями об организации и проведении поисково спасательных работ, отвечает на вопросы по подсказке педагога и товарищей; <i>Низкий</i> – не владеет знаниями об организации и проведении поисково спасательных работ
декабрь	промежуточный	Определение уровня знаний в области противопожарной защиты	Знания в области противопожарной защиты	Устный опрос	<i>Высокий</i> – владеет знаниями в области противопожарной защиты; <i>Средний</i> – не на достаточном уровне владеет знаниями в области противопожарной защиты, отвечает на вопросы по подсказке педагога и товарищей; <i>Низкий</i> – не владеет знаниями в области противопожарной защиты

март	промежуточный	Определение уровня знаний в области Гражданской защиты	Умение за определённое время надевать противогаз и общевойсковой защитный комплект	Сдача нормативов ОЗК, противогаз	Зачет - уложился в норматив, Не зачет - не уложился в установленный норматив.
		Определение уровня знаний для преодоления вида программы соревнований "маршрут выживания"	Умение определять своё местонахождение на карте, умение организовать быта в полевых условиях	Устный опрос, тест.	<i>Высокий</i> - учащийся владеет знаниями по теме, самостоятельно работает с картами, владеет навыками организации быта в полевых условиях; <i>Средний</i> – учащийся владеет знаниями по теме, работает с картами с помощью педагога, не достаточно навыков в организации быта в полевых условиях; <i>Низкий</i> – учащийся не умеет работать с картами, всё выполняет по подсказке и при помощи педагога
				Сборка и установка палатки	<i>Зачет</i> - уложился в норматив. <i>Не зачет</i> - не уложился в установленный норматив.
май	Итоговый	Выявление уровня знаний и уровня физической подготовленности Участие в муниципальных соревнованиях «Школа безопасности»	Общая и специальная физическая подготовка	Устный опрос. Сдача контрольных нормативов по таблице зачетных требований	<i>Высокий</i> – ответы на вопросы даны правильные, нормативы выполнены в соответствии с зачётными требованиями и возрастом учащихся; <i>Средний</i> – в ответах допущен 1-2 ошибки, 50% нормативов выполнены в соответствии с зачётными требованиями. <i>Низкий</i> – 50% ответов на вопросы - правильные, нормативы не выполнены.

Условия реализации программы

Для успешной реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Туризм» необходимо:

- учебный кабинет, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами: столы и стулья для педагога и учащихся, классная доска, шкафы и стеллажи для хранения учебной литературы и туристического оборудования, ноутбук для педагога, мультимедийный проектор, экран.

Рекомендуемый перечень учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря:

№	Наименование	Кол-во
1.	Палатки туристские	4 шт
2.	Топор в чехле	2шт
3.	Секундомер электронный	2шт
4.	Компас жидкостный для ориентирования	12-15шт
5.	Каны (котлы) туристские	3-4шт
6.	Аптечка медицинская в упаковке	комплект
7.	Ремонтный набор в упаковке	комплект
8.	Спусковые устройства	12-15шт
9.	Веревка основная (30 м)	12-15шт
10.	Веревка вспомогательная (веревка 6 мм)	3-4шт
11.	Система страховочная	12-15шт
12.	Карабин туристский	60шт
13.	Планшеты для зимнего ориентирования	12-15шт
14.	Курвиметр	3-4шт
15.	Рулетка 15-20 м	2шт
16.	Термометр наружный	1шт
17.	Карандаши цветные, чертежные	комплект
18.	Карты топографические учебные	комплект
19.	Условные знаки спортивных карт	комплект
20.	Репшнуры	12-15шт
21.	Учебные плакаты «Туристские узлы»	комплект
22.	Посуда для приготовления пищи (ножи, терка, консервный нож и т.д.)	комплект
23.	Спальные мешки	12-15шт
24.	Коврики	12-15шт
25.	Рюкзаки	12-15шт
26.	Мячи (в\б, ф\б, м\мячи, т\мячи)	комплект
27.	Насос	2шт

Методические материалы

Основные формы проведения занятий по программе это тренировки, соревнования, учебно-тренировочные походы, теоретические занятия в здании. Занятия проводятся по фронтальной, индивидуальной и групповой форме.

Процесс обучения по программе идёт с упором на школьный курс ОБЖ в части отработки теоретических знаний, полученных на уроках, на практике.

В ходе занятий учащиеся отрабатывают не только умения действовать в чрезвычайных ситуациях природного и иного характера, навыки противопожарной подготовки, навыки обустройства быта, но и морально готовятся к преодолению различных трудностей и лишений в чрезвычайных ситуациях, к умению брать на себя

ответственность за свою жизнь и жизнь окружающих, готовность каждого в любой момент прийти на помощь товарищу.

Занятия могут проводиться как в помещении, спортивном зале, так и на природе, что очень важно для совершенствования навыков поведения в чрезвычайных ситуациях.

При прохождении многих тем программы используется игровая, соревновательная формы работы, которая даёт возможность ребятам проявить свои знания и умения: решение задач на сообразительность, упражнения по топографии, соревнования по ориентированию на местности, оказания первой доврачебной помощи.

К основным методам, применяемым в организации учебно-воспитательного процесса, относятся словесные, наглядные и практические. К словесным методам, применяемым в изложении данной программы, можно отнести рассказ, объяснение, беседу, дискуссии. К наглядным методам можно отнести метод иллюстраций и метод демонстраций. Возможен показ таблиц, карт, различных схематических зарисовок, показ видеофильмов, фотографий, рисунков и пр. К практическим методам относятся упражнения. Упражнения применяются при изучении всех разделов программы. Характер упражнений зависит от особенностей учебного раздела, конкретного материала, изучаемого вопроса и возраста учащихся. Большое внимание уделяется общей и специальной физической подготовке.

Литература

1. *Борисов П.С.* Технология спортивного туризма. Кемерово, 2012г.-219с.
2. *Константинов Ю. С.* Детский юношеский туризм. Учебно-методическое пособие, М. ФЦДЮиК, 2006 г.- 27с.
3. *Константинов Ю. С., Глаголева О. Л.* Уроки ориентирования: Учебно-методическое пособие. М., ФЦДЮТиК, 2005 г. -328с.
4. *Курцева П. А.* Методико-санитарная подготовка учащихся. М., «Просвещение», 1986 г. 13с.
5. *Маслов А. Г., Константинов Ю. С.* Программа обучения жизненным навыкам в системе дополнительного образования. М., МТО-Холдинг, 2001 г. -96с.
6. *Маслов А. Г.* Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности» М., ГИЦ», Владос», 2000 г. -150с.
7. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. М., 1995 г., ЦДЮТур МО РФ, 1986 г.-28с.
8. *Смык Ф.Д.* Технология спортивного туризма. Кемерово, 2011г. – 219с.
9. *Садиков Н. Б.* 1000 + 1 совет туристу. Мн. Современный литератор, 1999 г.- 46с.
10. Спортивное ориентирование, методическое пособие. Й-Ола, 1993 г.- 98с.
11. *Тыкул В. И.* Спортивное ориентирование. М., «Просвещение», 1994 г.- 159с.
12. *Шойгу С. К.* Чрезвычайные ситуации. Энциклопедия школьника. М., 2004 г.- 400с.