

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ  
№ 135  
МАОУ ЛИЦЕЙ № 135

Принята на заседании  
методического совета  
Протокол № 3  
от 20.05. 2021г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МАОУ лицей №135  
*О.В.Пихтулова*  
Приказ № 81 –УД от 25.06.2021г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ»**

Туристско-краеведческая направленность  
Возраст учащихся: 10 – 16 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:  
Викторов Владимир Кузьмич  
педагог дополнительного образования

Екатеринбург, 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. Комплекс основных характеристик программы</b>	
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Цель, задачи программы	5
1.3 Содержание программы	5
1.4 Планируемые результаты	15
<b>2. Организационно-педагогические условия</b>	
2.1 Условия реализации программы	19
2.2 Формы аттестации и оценочные материалы	20
<b>3. Список литературы</b>	22
<b>Приложения:</b>	
1. Карта индивидуальной успешности обучающихся	22

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный спасатель» туристско-краеведческой направленности разработана в соответствии с требованиями в образовании, отражёнными в следующих документах:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (последняя редакция);
- Концепция развития дополнительного образования детей (утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);
- Письмо Министерства просвещения России от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- Письмо Министерства просвещения РФ от 28.06.2019 № МР-81/02ВН «О методических рекомендациях для субъектов РФ по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме»;
- Устав МАОУ лицея №135;
- Положение о дополнительном образовании в МАОУ лицее №135.

В условиях вызванного жизнедеятельностью человека системного кризиса общество не может продолжать двигаться по пути, приведшему к этому кризису. Но оно не может и покорно ждать стихийного «естественного» завершения кризиса, борясь только с последствиями чрезвычайных ситуаций, непрерывно умножающихся и становящихся все более масштабными. Поэтому человечеству остается один выход. Этот выход, предсказанный еще В. Вернадским, — *активное вмешательство общественного разума в пока что стихийный ход событий*. По

Вернадскому, при достижении своими технологиями глобальной мощности человек должен и может разумно ограничить их применение, направить развитие общества, которое принято теперь называть «устойчивым». Иными словами: выход из современного кризиса, причем единственный, заключается в обеспечении безопасности жизнедеятельности общества на всех его уровнях.

Современное социально-экономическое положение России выдвинуло ряд проблем, связанных с формированием здоровой, самостоятельной, активной, ответственной личности, способной к социально-значимым преобразованиям в обществе. Одной из проблем является решение вопроса безопасности жизнедеятельности подрастающего поколения. Ведущую роль в формировании у детей и подростков положительного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, привитие навыков самостоятельного и безопасного поведения принадлежит образовательным учреждениям. Процесс формирования мотивов, норм и правил поведения ребенка будет основой для развития у него безопасного стиля поведения, безопасного стиля жизни в обществе.

Поэтому нужно научить детей тому, какие опасности могут подстергать их, как надо вести себя, чтобы избежать их, что делать для сохранения своей жизни и здоровья.

**Особенностью программы «Юный спасатель»** является то, что она ставит и решает актуальные вопросы социального и духовного развития обучающихся средних классов (уровень 2), оставаясь при этом в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности» и требования современной школы.

Есть необходимость в функционировании программ по направлению «Школы безопасности» на второй ступени обучения в области безопасности жизнедеятельности, в связи с современными политическими отношениями: нестабильными отношениями между странами СНГ, национальными распрями, угрозой жизни современному человеку, отсутствием нравственных ценностей у подрастающего поколения.

**Адресат программы.** Программа ориентирована на учащихся 10 -16 лет и учитывает возрастные и индивидуальные способности учащихся. Количество учащихся от 10 до 16 человек Набор учащихся свободный. Состав группы постоянный.

#### **Объем и срок освоения программы**

1-й год обучения – 144 учебных часов, из них 4 часа – участие в соревнованиях.

2-й год обучения – 144 учебных часов, из них 6 часов – участие в соревнованиях.

3-й год обучения – 144 учебных часов. 6 часов – участие в соревнованиях

Общее количество часов – 432 часа

Программа рассчитана на учащихся 10-16 лет

**Форма обучения** – очная.

## **Уровни обучения**

Стартовый - 1 год обучения.

Базовый 2-3 год обучения

## **Особенности реализации образовательного процесса**

Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации обучения, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Программа предполагает дать начальные знания по курсу. Образовательный процесс организуется в традиционной форме. В период приостановки образовательной деятельности образовательный процесс организуется с применением дистанционных технологий.

## **Режим занятий**

1-3 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа

## **1.2 Цель и задачи**

**Цель:** формирование социально активной личности, обладающей чувством национальной гордости, гражданского достоинства, любви к своему народу, Отечеству, адаптированной к современным условиям жизнедеятельности.

### **Задачи:**

1. Создание условий для подготовки учащихся к действиям в различных экстремальных ситуациях.
2. Привитие умений и навыков, позволяющих в условиях экстремальной ситуации не только осуществить грамотные действия по самоспасению, но и оказывать помощь попавшим в беду людям.
3. Социализация личности.
4. Воспитание патриотизма, гражданственности, чувства ответственности за свою судьбу и судьбу своего поколения
5. Подготовка команд и участников к районным, городским, региональным соревнованиям «Школа безопасности».

## **1.3 . Содержание программы**

Программа реализуется в два этапа:

1. I этап: *Программа первого и второго года* носит информационно - деятельностный характер и предусматривает обучение подростков основам выживания в экстремальных природных условиях, знакомит с личным и групповым снаряжением для ведения спасательных работ, средствами защиты от поражающих факторов, с методами оказания первой медицинской помощи, с природоохранным кодексом туриста.

## 1 год обучения

Тема	Количество часов	теория	практика	Базовые понятия
Общее знакомство с программой. Краткое изложение. Техника безопасности на занятиях.	2	2		
<b>1. Жизнеобеспечение человека в природных условиях (34 ч.)</b>				
Охрана зеленых насаждений и других природных объектов.	2	0	2	Природоохранн ый кодекс туриста
Устройство карабина и назначение страховочной системы.	4	2	2	Карабин, страховая система
Типы костров. Безопасность при обращении со спичками, огнем.	4	2	2	«Шалаш», «звезда» и т. д.
Подготовка топлива	4	0	4	Дрова, сушняк, растопочный материал
Правила передвижения в различных условиях	12	2	10	Дорога, лес, болото.
Лекарственные растения	8	8		Лекарственные растения таежной зоны
<b>2. Туристическая подготовка (24 ч.)</b>				
Техника безопасности при работе с туристическим топориком, ножом, пилой.	2	1	1	Правила пользования
Правила укладки рюкзака	4	2	2	Личное снаряжение
Вязание узлов	18	2	16	12 узлов
<b>3. Ориентирование на местности (36 ч.)</b>				
Ориентирование на местности. Карты местности.	3	1	2	Ориентировочн ые, топографическ ие карта
Масштабы карт. Определение расстояния на картах.	6	2	4	Масштаб карты.

Система условных обозначений на картах.	10	2	8	Топографические знаки, рельеф, горизонтали, гидрография
Ориентирование по компасу	8	2	6	Виды компасов, азимут, направление движения, точка стояния.
Ориентирование по местным признакам	9	1	8	Местные признаки, сопоставление признаков
<b>4. Организация доврачебной помощи(10 ч.)</b>				
Виды кровотечений. Способы остановки	5	2	3	Жгут, закрутка, пальцевое прижатие.
Ушибы и вывихи, оказание первой помощи.	5	2	3	Тугая повязка, обездвиживание.
<b>5. Действия в чрезвычайных ситуациях техногенного характера (20 ч.)</b>				
Виды чрезвычайных ситуаций	4	4		Чрезвычайные ситуации в быту.
Причины пожаров.	4	4		Пожар, причины.
Правила поведения при пожаре	4	2	2	Эвакуация, правила поведения.
Средства пожаротушения	4	2	2	Подручные, огнетушители.
Пожарные службы	4	1	3	
<b>6. Психологическая подготовка (2 ч.)</b>				
Способы преодоления страха, паники, конфликтов.	2	2		Страх, паника, конфликты.
<b>7. Действия в чрезвычайных ситуациях криминогенного характера (12 ч.)</b>				

Места повышенной криминогенной опасности	2	2		Криминогенная опасность.
Правила поведения в местах повышенной криминогенной опасности	2	2		
Работа служб МВД	4	2	4	
Участие в городских соревнованиях «Школа безопасности»	4	4		
<b>всего</b>	144	58	86	

### Содержание первого года обучения

Общее знакомство с программой. Краткое изложение. Техника безопасности на занятиях.

#### **1. Жизнеобеспечение человека в природных условиях (34 ч.)**

Охрана зеленых насаждений и других природных объектов. Устройство карабина и назначение страховой системы. Типы костров. Безопасность при обращении со спичками, огнем. Подготовка топлива. Правила передвижения в различных условиях. Лекарственные растения.

#### **2. Туристическая подготовка (24 ч.)**

Техника безопасности при работе с туристическим топориком, ножом, пилой. Правила укладки рюкзака.. Вязание узлов.

#### **3. Ориентирование на местности (36 ч.)**

Ориентирование на местности. Карты местности. Масштабы карт. Определение расстояния на картах. Система условных обозначений на картах. Ориентирование по компасу. Ориентирование по местным признакам.

#### **4. Организация доврачебной помощи(10 ч.)**

Виды кровотечений. Способы остановки. Ушибы и вывихи, оказание первой помощи.

#### **5. Действия в чрезвычайных ситуациях техногенного характера (20 ч.)**

Виды чрезвычайных ситуаций. Причины пожаров. Правила поведения при пожаре. Средства пожаротушения. Пожарные службы.

#### **6. Психологическая подготовка (2 ч.)**

Способы преодоления страха, паники, конфликтов.

#### **7. Действия в чрезвычайных ситуациях криминогенного характера (12 ч.)**

Места повышенной криминогенной опасности. Правила поведения в местах повышенной криминогенной опасности. Работа служб МВД.

#### **Участие в городских соревнованиях «Школа безопасности»**



**2 год обучения**

Тема	Количество часов	теория	практика	Базовые понятия
Краткое изложение программы. Техника безопасности на занятиях.	2	2		
<b>1. Жизнеобеспечение человека в природных условиях (38 ч.)</b>				
Природоохранный кодекс туриста.	2	2		Туристический маршрут, полевая защитная полоса, «Красная книга» природы
Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Основное кухонное оборудование.	3	1	2	Таганок, тросик
Техника безопасности при работе со спичками, туристической пилой, туристическим топориком.	3	1	2	Топорище, чехол
Выбор места для костра. Типы костров.	3	1	2	Кострище, дерн
Способы добывания огня.	3	1	2	Зажигательная палочка
Методы хранения и переноски огня.	3	1	1	Огневая трубка, огневая банка
Способы добывания и очистки воды.	4	2	2	Фильтрация, дезинфекция
Лекарственные растения.	8	3	5	Шалаш, навес, иглу
Лекарственные растения. Их использование в походе.	5	4	1	Дикорастущие растения
Подача сигналов бедствия. Международная кодовая система сигналов бедствия.	8	2	6	Сигнальный костер, международная система сигналов бедствия «земля – воздух»
<b>2. Туристическая подготовка (16 ч.)</b>				
Личное и групповое снаряжение для многодневного похода,	2	1	1	Личное снаряжение,

требования к нему.				групповое снаряжение
Вязание узлов.	4	0	4	«встречный», «встречный восьмерка», «булинь», «брамшкотовый»
Правила установки палаток. Установка и снятие палаток разных типов.	4	0	4	Тент, конек палатки, скат палатки, перекося палатки
Туристическая полоса препятствий. Обеспечение безопасности.	6	0	6	Контрольный пункт, система штрафов
<b>3. Организация доврачебной помощи (46 ч.)</b>				
Аптечка туриста. Препараты аптечки, их назначение и применение.	4	4		Аптечка, препараты, лекарства
Первая доврачебная помощь при переломах конечностей.	12	2	10	Перелом открытый, перелом закрытый
Транспортировка пострадавшего. Правила транспортировки.	6	2	4	Транспортировка
Желудочно-кишечные заболевания и отравления.	4	4		Пищевое отравление, раствор перманганата калия
Универсальная схема оказания первой доврачебной помощи на месте происшествия.	4	4		Клиническая смерть, обморок, состояние комы
Проведение сердечно-легочной реанимации.	12	2	10	Сердечно-легочная реанимация
<b>4. Ориентирование ( 22 ч.)</b>				
Условные топографические знаки.	4	0	4	Рельеф, горизонталь и т. д
Составление карты местности.	4	0	4	Топографические знаки
Составление маршрута по легенде.	4	0	4	Маршрут движения,

				привязки на местности
Движение по заданному азимуту.	4	0	4	Точка стояния, ориентир
Изображение схемы маршрута.	4	0	4	Масштаб, азимут, длина участка
Изготовление компаса из подручных материалов.	2	0	2	Намагничивание, емкость для самодельного компаса
<b>5. Действия в чрезвычайных ситуациях природного характера (4 ч.)</b>				
Действия группы в зоне ЧС природного характера.	4	4		Лесной пожар, наводнение.
<b>6. Действия в чрезвычайных ситуациях техногенного характера (6 ч.)</b>				
Средства индивидуальной защиты органов дыхания.	3	1	2	Противогаз, респиратор, ватно-марлевая повязка
Действия группы в зоне химического заражения	3	1	2	Хлор, аммиак, слезоточивый газ.
<b>Участие в городских соревнованиях «Школа безопасности»</b>	6	0	6	
всего	144	45	99	

Краткое изложение программы. Техника безопасности на занятиях.

### **1. Жизнеобеспечение человека в природных условиях (38 ч.)**

Природоохранный кодекс туриста. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Основное кухонное оборудование. Техника безопасности при работе со спичками, туристической пилой, туристическим топориком. Выбор места для костра. Типы костров. Способы добывания огня. Методы хранения и переноски огня. Способы добывания и очистки воды. Лекарственные растения.

### **2. Туристическая подготовка (16 ч.)**

Личное и групповое снаряжение для многодневного похода, требования к нему. Вязание узлов. Правила установки палаток. Установка и снятие палаток разных типов. Туристическая полоса препятствий. Обеспечение безопасности.

### **3. Организация доврачебной помощи (46 ч.)**

Аптечка туриста. Препараты аптечки, их назначение и применение. Первая доврачебная помощь при переломах конечностей. Транспортировка пострадавшего. Правила транспортировки. Желудочно-кишечные заболевания и

отравления. Универсальная схема оказания первой доврачебной помощи на месте происшествия. Проведение сердечно-легочной реанимации.

#### 4. Ориентирование ( 22 ч.)

Условные топографические знаки. Составление карты местности. Составление маршрута по легенде. Движение по заданному азимуту. Изображение схемы маршрута. Изготовление компаса из подручных материалов.

#### 5. Действия в чрезвычайных ситуациях природного характера (4 ч.)

Действия группы в зоне ЧС природного характера.

#### 6. Действия в чрезвычайных ситуациях техногенного характера (6 ч.)

Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Действия группы в зоне химического заражения

#### Участие в городских соревнованиях «Школа безопасности»

### 3 год обучения

Тема	Количество часов	теория	Из них практика	Базовые понятия
Краткое изложение программы. Техника безопасности на занятиях.	2	2		
<b>1. Жизнеобеспечение человека в природных условиях (12 ч.)</b>				
Способы добывания огня	2		2	Трение
Способы добывания воды	2		2	Конденсат
Способы добывания пищи	2	2		Съедобные растения, насекомые
Лекарственные растения	2	2		Кустарники
Сигналы бедствия	2	2		
Временные укрытия	2		2	Шалаш, навес, иглу.
<b>2. Туристическая подготовка (24ч)</b>				
Топографическая съемка местности	6	2	4	Маршрутная глазомерная съемка
Глазомерная съемка местности	6	2	4	Площадная глазомерная съемка
Определение высоты и ширины недоступного объекта.	6	2	4	Метод треугольника, метод травинки
Способы определения расстояния на местности	6	2	4	Обратный азимут, заметный ориентир
<b>3. Организация доврачебной помощи(18ч).</b>				
Обеззараживание воды	4	2	2	Обеззараживающие средства
Способы транспортировки	4	2	2	Транспортировка

пострадавшего				
Алгоритм действий при тепловом и солнечном ударе	4	4		Признаки, определения, П М П.
Алгоритм действий при травмах	6	2	4	Виды травм.
<b>4. Действия в чрезвычайных ситуациях техногенного характера(18ч)</b>				
Основные опасности города	6	4	2	Человеческий фактор
Отрицательные стороны научно-технического прогресса	2	2		Научно-технический прогресс
Аварии с выбросом ОВ и РВ	10	10		Аварийно опасные объекты
<b>5. Действия в чрезвычайных ситуациях криминогенного характера(10ч)</b>				
Правила поведения в толпе.	4	2	2	Паника
Захват заложников.	6	6		Терроризм
<b>6. Психологическая подготовка(8ч)</b>				
Воспитания морально-волевых качеств, необходимых спасателю	4	2	2	Морально-волевые качества
Требования к личности спасателя и его профессиональной подготовке	4	2	2	Профессиональная подготовка.
<b>7. Инструкторская практика(40ч)</b>				
Судейство на этапах полосы препятствий.	10		10	Судья, положение.
Судейство на соревнованиях по ориентированию	10		10	Судья, положение
Участие в обучении младшей группы	20		20	
<b>Участие в городских соревнованиях «Школа безопасности»</b>	6		6	

*Программа третьего года обучения, носит практический характер и предусматривает дальнейшее углубление и расширение знаний, накопление опыта, совершенствование навыков и умений, совершенствование морально-психологического состояния в экстремальных ситуациях. Участие в различных соревнованиях городского и окружного масштаба, инструкторскую деятельность.*

Краткое изложение программы. Техника безопасности на занятиях.

### **1. Жизнеобеспечение человека в природных условиях (12 ч.)**

Способы добывания огня. Способы добывания воды. Способы добывания пищи. Лекарственные растения. Сигналы бедствия. Временные укрытия.

## **2. Туристическая подготовка (24ч)**

Топографическая съемка местности. Глазомерная съемка местности. Определение высоты и ширины недоступного объекта. Способы определения расстояния на местности.

## **3. Организация доврачебной помощи(18ч).**

Обеззараживание воды. Способы транспортировки пострадавшего. Алгоритм действий при тепловом и солнечном ударе. Алгоритм действий при травмах.

## **4. Действия в чрезвычайных ситуациях техногенного характера(18ч)**

Основные опасности города. Отрицательные стороны научно-технического прогресса. Аварии с выбросом ОВ и РВ.

## **5. Действия в чрезвычайных ситуациях криминогенного характера(10ч)**

Правила поведения в толпе. Захват заложников.

## **6. Психологическая подготовка(8ч)**

Воспитания морально-волевых качеств, необходимых спасателю. Требования к личности спасателя и его профессиональной подготовке.

## **7. Инструкторская практика(40ч)**

Судейство на этапах полосы препятствий. Судейство на соревнованиях по ориентированию. Участие в обучении младшей группы.

### **Участие в городских соревнованиях «Школа безопасности».**

Программа построена по принципу блоков:

1. Жизнеобеспечение человека в природных условиях.
2. Туристическая подготовка.
3. Ориентирование на местности.
4. Организация доврачебной помощи.
5. Действия в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.
6. Действия в чрезвычайных ситуациях криминогенного характера.
7. Психологическая подготовка.
8. Службы МЧС.

### **Основные направления работы:**

1. Мотивация безопасности.
2. Система знаний об источниках опасности.
3. Система знаний умений и навыков безопасного поведения.
4. Воспитание личностных качеств обучающихся:
  - ценностного отношения к человеческой жизни;
  - чувства уважения к героическому наследию России, и ее государственной символике;
  - патриотизма и чувства долга по защите Отечества.

5. Психологическая подготовка к безопасному поведению.
1. Природоохранный кодекс туриста.
2. Устройство карабина и назначение страховочной системы.
3. Типы костров. Технику безопасности при обращении со спичками, огнем.
4. Правила передвижения в различных условиях.
5. Лекарственные растения таежной зоны.
6. Технику безопасности при работе с туристическим топориком, ножом, пилой
7. Технику вязания туристских узлов.
8. Масштабы карт. Определение расстояния на картах.
9. Виды компасов, азимут.
10. Виды кровотечений. Способы остановки.
11. Оказание первой помощи при ушибах и вывихах.
12. Чрезвычайные ситуации в быту.
13. Правила поведения при пожаре.
14. Средства пожаротушения.
15. Правила поведения в местах повышенной криминогенной опасности.

#### **1.4 Планируемые результаты**

**Ожидаемыми результатами 1 года** обучения по данной образовательной программе являются: знакомство учащихся с правилами и методами оказания первой медицинской помощи, с правилами пожарной безопасности. Это является весьма актуальным, так как учащиеся в этом возрасте начинают активно интересоваться окружающим миром, пытаются подражать действиям взрослых не осознавая возможных опасностей. Привитие обучаемым практических навыков одевание боевой одежды пожарных, ознакомление со средствами и способами пожаротушения. Основными формами контроля достижений учащихся являются практические занятия по медицинской подготовке, решение ситуационных задач, позволяющие оценить умение, применять на практике полученные теоретические знания, результативность участия в районных и городских соревнованиях.

**Ожидаемыми результатами 2 -3 года** обучения по данной образовательной программе являются: повторение программы 1 года обучения, последующее углубление и расширение теоретических знаний, а также приобретение новых умений, в частности освоение всех элементов прокладывание магистральной линии, одевание боевой одежды пожарных, полоса препятствий, преодоление 100-метровой полосы с препятствиями, подъём по штурмовой лестнице в окно учебной башни, боевое развёртывание от пожарной автоцистерны с подачей пожарного ствола в очаг пожара освоение приемов реанимации с использованием тренажера «Максим П» и приобретение навыков решения ситуационных задач с использованием мультимедийных технологий. Основными формами контроля

качества знаний учащихся являются практические занятия по медицинской подготовке, позволяющие выявить правильность и скорость оказания первой медицинской помощи, решение ситуационных задач, позволяющее оценить умение применять на практике полученные теоретические знания, результативность участия в районных и городских соревнованиях.

**Должен знать:**

1. Природоохранный кодекс туриста.
2. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Основное кухонное оборудование.
3. Техника безопасности при работе со спичками, туристической пилой, туристическим топориком.
4. Способы добывания огня
5. Способы добывания и очистки воды.
6. Международная кодовая система сигналов бедствия.
7. Личное и групповое снаряжение для многодневного похода, требования к нему.
8. Аптечка туриста. Препараты аптечки, их назначение и применение
9. Первая доврачебная помощь при переломах конечностей
10. Условные топографические знаки.
11. Изготовление компаса из подручных материалов
12. Действия группы в зоне ЧС природного характера
13. Средства индивидуальной защиты органов дыхания.
14. Действия группы в зоне химического заражения.

**Должен уметь:**

1. Пользоваться природоохранной литературой.
2. Пользоваться туристским инструментом.
3. Соблюдать правила техники безопасности.
4. Добывать огонь.
5. Очищать воду.
6. Подбирать снаряжение для похода.
7. Пользоваться аптечкой.
8. Оказывать первую доврачебную помощь.
9. Пользоваться топографической картой.
10. Изготавливать простейший компас.
11. Пользоваться средствами защиты органов дыхания.

**Должен уметь:**

1. Соблюдать правила поведения в природных условиях
2. Пользоваться карабином и применять страховую систему с помощью руководителя;
3. Пользоваться подручными средствами пожаротушения. Пользоваться компасом.
4. Оказывать первую помощь себе и другим при ушибе, вывихе, кровотечении.
5. Пользоваться туристским топориком, ножом (под присмотром руководителя).



6. Вязать не менее 12 узлов

**Жизнеобеспечение человека в природных условиях.**

**Должен знать и объяснять:**

Способы организации навесов укрытий из подручных средств.

Способы добывания огня (не менее трех).

Способы добывания воды (не менее двух).

Способы добывания пищи (не менее трех).

Лекарственные растения (не менее пяти).

Сигналы бедствия.

**Должен уметь и показать:**

Организовать навес и укрытие из подручных средств.

Подавать сигналы бедствия.

Добывать огонь без спичек не менее чем тремя способами.

Добывать воду не менее чем двумя способами.

Добывать пищу не менее чем тремя способами.

Пользоваться не менее чем пятью видами лекарственных растений.

**Туристическая подготовка.**

**Должен знать и объяснять:**

Перечень личного и общественного снаряжения для многодневного похода, требования к нему в разные сезоны и погодные условия.

Типы палаток, их преимущества и недостатки.

Названия временных укрытий и их назначение.

Специальное снаряжение (реп шнур, жюмар, восьмерка, тандем, полиспас).

Не менее семи типов костра и их назначение.

Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Основное костровое оборудование и его назначение.

Технику передвижения в горах, по тундре, в тайге.

**Должен уметь и показать:**

Технически грамотно осуществлять спортивный спуск.

Передвигаться с рюкзаком по пересеченной местности.

Пользоваться карабином и обвязкой.

Вязать десять основных узлов.

Наводить и сдергивать навесную переправу.

Переправляться через реку с помощью плота, по бревнам, камням.

Переправляться через болотистую местность с помощью жердей.

**В области хозяйственно-бытовой деятельности:**

Укладывать рюкзак и осуществлять его элементарный ремонт.

Устанавливать и собирать палатки.

Грамотно осуществлять сушку обуви и одежды, убирать территорию и свертывать лагерь.

Составлять меню, осуществлять расфасовку, упаковку продуктов.

Готовить пищу на костре.

**В организационно-познавательной области:**

Разрабатывать туристский маршрут.

Готовить личное и общественное снаряжение.

Составлять отчет о походе в соответствии с выполняемой должностью (в виде маршрутной ленты, собранной коллекции фотографий, пособий т. п.)

### **Ориентирование.**

#### **Должен знать и объяснять:**

Способы определения расстояния на карте (не менее 2);

Способы измерения расстояния на местности (не менее 3);

Длину своего среднего шага (пары шагов) для различных условий ходьбы (шагом и бегом).

Условные знаки: населенные пункты; дорожная сеть, растительный покров, гидрография, местные предметы, рельеф.

Виды масштабов, отличительные свойства карт

#### **Должен уметь и показать:**

Определять масштаб карты, измерять расстояние на карте, определять координаты точки на карте.

Ориентировать карту по компасу.

Определять азимут на заданный предмет (обратная засечка). Находить ориентир по заданному азимуту (прямая засечка).

Проходить азимутальные отрезки.

Измерять кривые пинии на карте.

Определять пройденное расстояние по затраченному времени.

Определять расстояние на глаз.

Определять точку стояния на карте.

Составлять легенду и двигаться по ней.

Определять стороны горизонта по местным приметам.

### **Организация доврачебной помощи.**

#### **Должен знать и объяснять:**

Состав и способы хранения походной и личной аптечки туриста

Назначение и правила использования основных лекарственных препаратов

Основной алгоритм действий по оказанию первой медицинской помощи: при травмах, тепловом и солнечном ударах, ожогах, обморожениях, утоплении, поражении, электрическим током, укусах насекомых и пресмыкающихся, пищевых отравлениях

Основные способы транспортировки пострадавшего (не менее шести)

#### **Должен уметь и показать:**

Комплектовать личную и походную аптечку туриста.

Быстро и грамотно накладывать жгут, ватно-марлевую повязку, обрабатывать рану, промывать желудок, делать искусственное дыхание.

Изготавливать носилки из шестов, волокуши из лыж.

Перекосить пострадавшего на расстояние до одного километра адекватным его состоянию способом.

### **Действия в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.**

#### **Должен знать и объяснять:**

Потенциальные опасности аварий и катастроф на предприятиях и других объектах народного хозяйства.

Правила поведения в зоне радиоактивного заражения и на местности с повышенным радиационным фоном.

Приборы радиационной и химической разведки, их назначение, устройство и применение.

**Должен уметь и показать :**

Повысить защитные свойства дома, квартиры от проникновения радиоактивной пыли и АХОВ.

Действовать в условиях:

- аварий и катастроф техногенного характера;
- радиоактивного заражения;
- заражения АХОВ.

Работать с приборами радиационного и химического контроля.

**Действия в чрезвычайных ситуациях криминогенного характера.**

**Должен знать и объяснять:**

Правила поведения в ситуациях криминогенного характера (уличное ограбление, вымогательство, шантаж, мошенничество, кража).

**Должен уметь и показать:**

Соблюдать правила поведения в местах с повышенной криминогенной обстановкой, владеть элементарными навыками самообороны.

**Психологическая подготовка.**

**Должен знать и объяснять:**

Способы оказания психологической поддержки слабым, младшим.

Приемы психологического воздействия на толпу.

Приемы психической саморегуляции.

Принципы взаимоотношений членов команды.

**Должен уметь и показать:**

Применять средства борьбы с раздражительностью, усталостью, пессимизмом.

Слаженно работать в команде.

Справляться с волнением, быстро мобилизоваться для решения сложных тактических задач.

Избегать неоправданного риска.

## 2. Организационно- педагогические условия

### 2.1 Условия реализации программы

Для реализации программы необходимо:

*1. Список минимального снаряжения, необходимого для проведения тренировочных занятий, тематических походов, соревнований.*

№ п/п	Наименование снаряжения	Количество	№ п/п	Наименование снаряжения	Количество
1	Палатка туристическая-4 местная	2	11	Веревка вспомогательная-	60м

				8мм	
2	Палатка хозяйственная-1 местная	1	12	Репшнур-10мм	60м
3	Тент 6x4	2	13	Карабин с муфтой	20
4	Костровой комплект	1	14	Компас	10
5	Котелок 5литров	6	15	Страховочная система	10
6	Топор туристский	1	16	Накидки от дождя	10
7	Лопатка складная	1	17	Спальные мешки	10
8	Пила ручная(мягкая)	2	18	Коврик теплоизоляционный	10
9	Фонарь электрический(налобный)	10	19	Рюкзак с полиэтиленовым вкладышем	10
10	Веревка основная – 12мм	40м	20	Медицинская аптечка.	1

## 2.2 Формы аттестации и оценочные материалы

### Диагностика отслеживания результатов.

1. Входной контроль.
2. Промежуточный контроль:
  - общая физическая подготовка;
  - техническая подготовка.
3. Итоговый контроль.

### Оценочные материалы

1. Таблица результатов итоговой диагностики образовательного уровня
2. Уровень усвоения теоретического и практического материала по теме

Ведущей формой работы является *групповая форма обучения*, которая способствует:

- вовлечению каждого ученика в активный познавательный процесс, что развивает умение думать самостоятельно, применять необходимые знания на практике, легко адаптироваться в меняющейся жизненной ситуации;
- развитию коммуникативных умений, продуктивного сотрудничества с другими людьми, так как ученик поочередно выполняет различные социальные роли: лидера, организатора, исполнителя и т. д.;
- испытанию интеллектуальных, нравственных сил участников группы при решении проблем безопасности;

• желание помочь друг другу, что исключает соперничество, высокомерие, грубость, авторитарность.

### **Принципы работы:**

1. Принцип сотрудничества.
2. Принцип научности.
3. Принцип доступности.
4. Принцип системности, заключающийся в единстве целостных ориентиров, целей, стиля, содержания, форм и методов.
5. Принцип развития ценностного подхода: не давая готовых ответов, дать детям оценить их выбор в повседневной жизни.
6. Принцип добровольности.
7. Принцип взаимосвязи и взаимозависимости

### **Методы работы:**

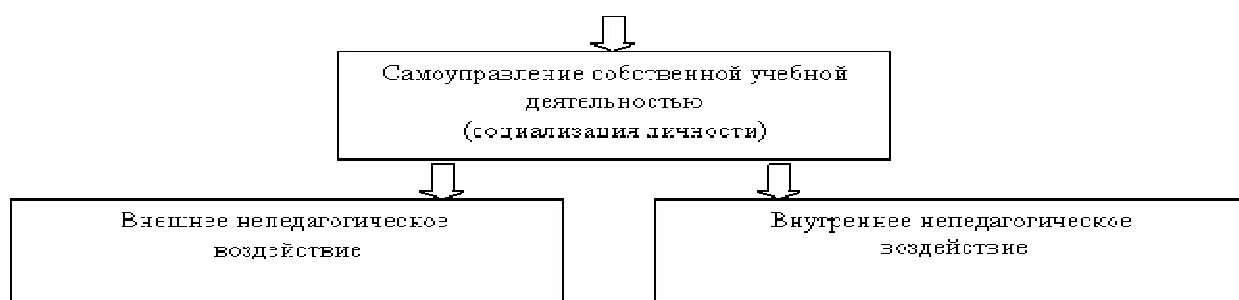
1. Репродуктивный
2. Частично - поисковый
3. Проблемный

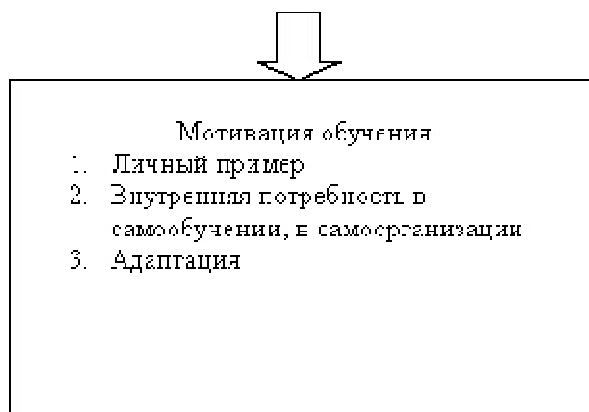
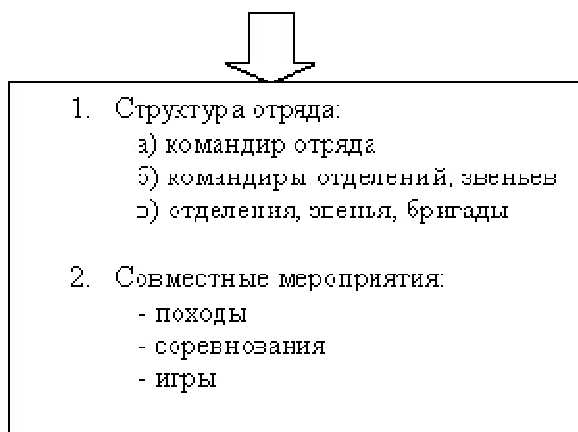
### **Формы работы:**

1. Учебно-тренировочные занятия, лекции, беседы.
2. Встречи с представителями государственной противопожарной службы МЧС России, МВД, ГО и ЧС города, комитета по здравоохранению.
3. Соревнования.
4. Походы.
5. Взаимосотрудничество старших и младших учащихся
6. Инструкторская и судейская практика.

### **Механизм реализации:**

Организация учебно-познавательной деятельности





### 3. Список литературы

1. Методические материалы по ОБЖ 2001г.- А. Т.Смирнов, Б. И.Мишин
2. Программа ОБЖ 2001г.- общая редакция А. Т.Смирнов
3. «Основы безопасности жизнедеятельности» 2003г.-В. Н.Латчук, Б. И.Мишин.
4. Методика обучения ОБЖ 2003г.-Л. В.Байбородова, Ю.В. Индюков.
5. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности» 2000г.- А. Г.Маслов
6. Полевые туристские лагеря 2000г.- А. Г.Маслов, Ю. С.Константинов, И. А.Дрогов.
7. Поведение учащихся в экстремальных условиях природы 2003г.- С. Э.Некляев.
8. Школа выживания в экстремальных ситуациях 2000г.- Генрих Ужегов.
9. Учебники по ОБЖ 6-8 класс – Смирнов А. Т., Фролов М. П., Литвинов Е. Н.
10. Справочник туриста- Штюмер. Ю. А.
11. «Чрезвычайные ситуации».- учебное пособие по ГОЧС 2003г.
12. Справочник по оказанию ПМП - И. Ф.Богоявленский.2005г.
13. Журнал «ОБЖ»- ежемесячный.

### Приложения

#### Карта индивидуальной успешности обучающихся

### Приложение

#### Таблица результатов итоговой диагностики образовательного уровня

Дата проведения диагностики \_\_\_\_\_

№	Фамилия, имя	Качество знаний, умений, навыков	Особенности мотивации к занятиям	Активность участия в мероприятиях	Достижения
П/П					


## Приложение

### Уровень усвоения теоретического и практического материала по теме

№	Фамилия, имя	Контрольный критерий*	Контрольный критерий*	Контрольный критерий*

\*количество Контрольных критериев определяется педагогом в соответствии с планируемым результатом по теме

В карте индивидуальной успешности обучающихся отражаются все контрольные критерии (при необходимости количество контрольных критериев может быть увеличено).

Результативность в данной карте представляет собой разностный показатель суммы всех критериев на конец контрольного периода и его начало.

Контрольных критериев на начало контрольного периода  $\Sigma$ . Результативность =  $\Sigma$  Контрольных критериев на конец контрольного периода.

(Результативность может иметь и положительный и отрицательный показатель. В последнем случае это свидетельствует об отрицательной динамике результатов обучения по программе).

#### Входной контроль

- осуществляется по нормативам общей физической подготовки.

№	Виды упражнений	Общая физическая подготовка					
		10-11 лет		12лет		13лет	
		М	Д	М	Д	М	Д
1	Бег 30м (с)	6Д	6,2	5,6	6,0	5,8	5,9
2	Прыжки в длину с места (см.)	163	158	174	160	185	167

3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)	21	12	23	13	26	14
4	Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине (раз)	5	—	6	—	7	—
5	Поднимание туловища за 30 с (раз)	17	16	18	17	19	18
6	Наклоны туловища вперед (см.)	8	10	9	11	9	12
7	Вис на согнутых руках (с)	22	19	26	23	30	27

**Промежуточный контроль:**  
Общая физическая подготовка.

№	Виды упражнений	Общая физическая подготовка					
		14лет		15лет		16лет	
		М	Д	М	Д	М	Д
1	Бег 30м (с)	5,4	5,9	5,1	5,8	4,9	5,6
2	Бег 60м (с)	9,2	10,00	—	—	—	—
3	Бег 100м (с)	—	—	14,9	17,00	14,5	16,5
4	Прыжки в длину с места (см.)	196	173	206	177	216	180
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)	28	14	32	15	37	15
6	Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине (раз)	8	—	9	—	10	—
7	Поднимание туловища за 30 с (раз)	20	19	21	20	22	21
8	Наклоны	10	12	10	13	11	13



	туловища вперед (см.)						
9	Вис на согнутых руках (с)	35	31	40	35	46	39

### Техническая подготовка

№	Виды упражнений	12 лет		13 лет		14 лет		15 лет		16 лет	
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
1	Переправа по качающимся перекладинам (с).	60	65	55	60	50	55	45	50	40	45
2	Преодоление «бабочки» (с).	55	60	50	55	45	50	40	45	35	40
3	Движение по узкому лазу (с).	55	60	50	55	45	50	40	45	35	40
4	Одевание противогаза ГП-5 (с).	1.40	1.50	1.30	1.10	1.00	50 сек.	45	50	45	50
5	Преодоление подвесного бревна (в составе ко- манды 6 человек) (мин).	2.30	2.00	1.45	1.35	1.20	1.25	1.15	1.20	1.10	1.15
6	Преодоление заболоченного участка при помощи жердей (в составе команды 6 человек)	2.30	2.00	1.45	1.35	1.20	1.25	1.15	1.20	1.10	1.15

	(мин).										
7	Укладка бревна и переправа по бревну (в составе команды 6 человек) (мин).	5.10	4.50	4.30	4.10	3.50	4.00	3.45	3.55	3.40	3.50
8	Установка и снятие палатки (в составе команды 6 человек) (мин).	3.20	3.05	2.50	2.30	2.10	2.25	2.05	2.20	2.00	2.15

### **Итоговый контроль.**

Непосредственное участие членов объединения «Юный спасатель» в различных мероприятиях, соревнованиях по направлению «основы безопасности жизнедеятельности».

Но самым важным достижением должно стать то, что ребенок умеет ориентироваться в современном мире, приобретает навыки общения, организации досуга и свободного времени и развивает личностные качества: - чувство патриотизма;

- волевые качества;
- умение взаимодействовать в коллективе;
- развивает наблюдательность, ощущение пространства;
- развивает эмоциональную сферу

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575776

Владелец Пихтулова Оксана Валерьевна

Действителен с 01.03.2021 по 01.03.2022