

Муниципальное казенное образовательное учреждение  
Дополнительного образования  
Алнашский Дом детского творчества

Рассмотрено на педсовете  
Протокол № 3 от 15.08. 2023 г.

Утверждаю:  
Директор МКОУ ДО Алнашский ДДТ  
Князев А.Л.  
Приказ № 64/1 от 15.08. 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная  
Общеразвивающая программа  
**«Школа безопасности»**  
Срок реализации: 1 год обучения  
Возраст детей: 13 – 17 лет

Составитель: Ганьков Алексей Николаевич,  
Педагог дополнительного образования

с. Алнаши, 2023 год

### Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» относится к туристско-краеведческой направленности. Уровень освоения программы: общекультурный. Программа разработана в соответствии с

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р Российской Федерации;

- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242).

Туристско-краеведческая направленность в рамках системы дополнительного образования детей на современном этапе является **приоритетной**, как одна из наиболее эффективных инструментов формирования «национальной идентичности и ценностей безопасного и здорового образа жизни в природной среде». В соответствии с Концепцией развития туристско-краеведческой направленности в системе дополнительного образования детей к данной направленности относится и направление «Безопасность жизнедеятельности».

**Актуальность** данной программы обусловлена её практической значимостью. Дети могут применить полученные знания и практический опыт в походах, выживании в природных условиях, в экстремальных ситуациях, соревнованиях по спортивному туризму, спортивному ориентированию и в соревнованиях образовательных учреждений «Школа безопасности» разных уровней. Кроме того, освоение данной программы будет способствовать профессиональному самоопределению детей (служба в МЧС, пожарными и т.п.).

Данная программа направлена на развитие познавательных, исследовательских навыков обучающихся по изучению природы, истории, культуры родного края, а также ориентирована на создание у детей правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. В данной программе реализуются задачи воспитания, образования, оздоровления и развития комплексно, в естественных условиях: передвижение с рюкзаком и преодоление естественных препятствий – физическое развитие; нахождение на свежем воздухе – оздоровление; необходимость переносить разнообразные погодные условия – закалка организма; красота окружающей природы – эстетическое воспитание; установка бивака, приготовление пищи, умение выполнять разнообразную работу – трудовое воспитание; взаимоотношения участников похода, необходимость взаимопомощи, дисциплины, ответственности – социальное и морально-нравственное воспитание; знакомство с природными богатствами своей страны, с ее историческими и культурными памятниками – патриотическое воспитание; приобретение новых знаний и полезного опыта – образование.

**Новизна** данной Программы заключается в интеграции образовательных программ учреждений общего и дополнительного образования. Программа является логическим, более углубленным продолжением школьного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»,

дающим возможность расширить спектр теоретических вопросов и значительно увеличить практическую подготовку.

**Педагогическая целесообразность** образовательной программы «Школа безопасности» определена тем, что приобщает каждого ребенка к здоровому образу жизни, активизирует познавательную деятельность, в результате которой возникает желание узнать и попробовать что-то новое, а так же применить полученные знания, умения и навыки в повседневной деятельности, улучшая тем самым свой образовательный результат.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на учащихся 13-17 лет. **Срок реализации** программы «Школа безопасности» - 1 год. Общее количество часов, отводимых на реализацию программы, составляет 216 часов.

**Режим занятий.** Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. Количество детей в группе – до 15 человек.

#### **Цель и задачи программы:**

**Цель** – формирование культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся средствами туризма и краеведения.

#### **Задачи программы:**

1. Содействовать закреплению навыков поведения в экстремальных ситуациях, здорового образа жизни, оказания первой помощи; приобщению к вопросам личной и коллективной безопасности, умелым и быстрым действиям в любой чрезвычайной ситуации;
2. Научить преодолевать препятствия с использованием специального снаряжения; совершенствовать навыки преодоления туристских препятствий без специального снаряжения.
3. Развивать и закреплять навыки коллективной, творческой деятельности через проведение тренировок в форме сборов и соревнований.
4. Подготовить команду к участию в районных соревнованиях и организации школьных соревнований «Школа безопасности».

#### **Основные формы занятий:**

- изучение литературных источников, материалов краеведческого музея, архивных документов по истории края;
- организация экскурсий, походов;
- участие в соревновании по программе «Школа безопасности»;
- тренировки и практические занятия на местности по топографии, спортивному ориентированию;
- игры, конкурсы и другие массовые мероприятия.

В процессе реализации данной программы применяется дифференцированный подход к обучению: новый материал излагается всем учащимся одинаково, а для практической деятельности предлагается работа разного уровня сложности (в зависимости от возраста, способностей и уровня подготовки каждого), обеспечивается индивидуальный подход к каждому ребенку.

**Ожидаемые результаты.** В результате работы по программе «Школа безопасности» обучающиеся должны знать правила сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, должны уметь применять полученные знания на практике: дети обучатся туристским навыкам, правилам поведения в вынужденной автономии, оказанию первой медицинской помощи, познакомятся с историей и памятниками своего района и края, примут участие в соревнованиях «школа безопасности». Обязательным условием является участие команды в районных соревнованиях «Школа безопасности».

## Учебный план

№	Наименование разделов и тем.	Всего часов.	Теоретич. занятия.	Практичес. занятия.	Форма контроля.
<b>1</b>	<b>Введение.</b>	<b>35</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	
1.1.	Основы туристской подготовки. Туристические путешествия. История развития туризма. Правила поведения на улице, в помещении.	4	2	2	Устный опрос
1.2.	Личное и групповое туристическое снаряжение (перечень) (типы палаток).	4	2	2	Игра «Что возьмем с собой»
1.3.	Организация туристического быта, привалы и ночлеги.	4	2	2	Организация бивака
1.4.	Питание в туристском походе (перечень продук)	4	2	2	Составление меню
1.5.	Туристические должности в группе.	4	2	2	Устный опрос
1.6.	Правила движения в походе.	4	2	2	Проверяю в походе
1.7.	Техника безопасности при проведении туристских походов.	4	2	2	Устный опрос
1.8.	Подведение итогов туристских походов.	4	2	2	Отчет о походе
1.9.	Туристские слеты, соревнования.	3	1	2	Результаты соревнований
<b>2</b>	<b>Ориентирование.</b>	<b>34</b>	<b>14</b>	<b>20</b>	
2.1.	Определение понятия топографическая и спортивная карта. Общие требования к карте.	10	6	4	Устный опрос
2.2.	Масштаб и высота сечения.	6	2	4	Практическая работа
2.3.	Условные знаки.	6	2	4	Викторина
2.4.	Измерения на местности.	7	2	5	Практическая работа
2.5.	Практическое ориентирование на местности.	12	4	8	Практическая работа (поход)
<b>3.</b>	<b>Основы выживания.</b>	<b>46</b>	<b>23</b>	<b>23</b>	

3.1.	Преодоление страха и возможного стрессового состояния.	8	5	3	Аутотренинг
3.2.	Последовательность действий при вынужденной автономии.	8	4	4	Устный опрос
3.3.	Личная гигиена, уход за одеждой и обувью.	6	4	2	Устный опрос
3.4.	Возможные опасности в пути.	8	6	2	Тестирование
3.5.	Подготовка к соревнованиям.	16	4	12	Результаты соревнований
<b>4.</b>	<b>Основы медицинских знаний.</b>	<b>68</b>	<b>40</b>	<b>28</b>	
4.1	Оживление. Массаж-сердца, искусственное дыхание.	4	2	2	Практическая работа
4.2.	Средства первой помощи. Аптечка.	4	2	2	Тестирование
4.3.	Укусы животных, пресмыкающихся, насекомых.	4	2	2	Викторина
4.4.	Осложнения ран. Кровотечения.	6	4	2	Опрос
4.5.	Остановка венозного и артериального, кровотечения.	4	2	2	Практическая Работа
4.6.	Переломы, вывихи, растяжения связок. Наложение шины, фиксирующей повязки.	6	4	2	Практическая работа
4.7.	Ожог. Солнечный удар, тепловой удар.	4	2	2	Устный опрос
4.8.	Обморожения, переохлаждение.	6	4	2	Практическая работа
4.9.	Поражение электрическим током. Удар молнией.	6	4	2	Устный опрос
4.10.	Инородные тела в организме.	6	4	2	Викторина
4.11.	Отравления.	6	4	2	Практическая работа
4.12.	Шок. Пехтера сознания.	6	4	2	Практическая работа
4.13.	Транспортировка пострадавшего.	6	2	4	Практическая работа
<b>5.</b>	<b>Школа безопасности.</b>	<b>33</b>	<b>11</b>	<b>22</b>	
5.1	Преодоление наклонного бревна	3	1	2	Практическая работа

5.2.	Переправа по горизонтальной верёвке.	3	1	2	Практическая работа
5.3.	Переправа по высоко поднятому бревну.	3	1	2	Практическая работа
5.4.	Преодоление бабочки.	3	1	2	Практическая работа
5.5.	Движение по подвесному бревну.	3	1	2	Практическая работа
5.6.	Ромб.	3	1	2	Практическая работа
5.7.	Преодоление паутины.	3	1	2	Практическая работа
5.8.	Переправа по качающимся перекладинам.	3	1	2	Практическая работа
5.9.	Организация бивака.	3	1	3	Практическая работа
5.10.	Подготовка к соревнованиям.	3	1	2	Практическая работа
5.11.	Итоговое занятие	3	1	2	
5.12	2 - 3х дневный поход.				
	<b>Итого за период</b>	<b>216</b>	<b>105</b>	<b>111</b>	

## Содержание учебного плана первого года обучения.

### 1. Основы туристской подготовки.

#### 1.1. Туристические путешествия, история развития туризма.

Учащиеся должны знать виды туризма, характеристику каждого вида.

Общее понятие слова «туризм». История развития туризма в России. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме.

#### 1.2. Личное и групповое туристическое снаряжение.

Учащиеся должны знать перечень снаряжения для 1-3 дневных походов и требования к нему.

Учащиеся должны уметь готовить снаряжение для похода и соревнований.

**Теоретическая часть:** Понятие о групповом и личном снаряжении. Перечень личного снаряжения для

1- 3 дневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж.

Как готовить личное снаряжение к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтного набора. Особенности снаряжения для зимнего похода.

**Практические занятия:** укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход, ремонт.

#### 1.3 Организация туристического быта. Привалы и ночлеги.

Учащиеся должны знать правила организации бивака.

Уметь самостоятельно организовать ночлег.

**Теоретическая часть:** Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов походе в зависимости от условий (погода, рельеф, физическое участие участников). Выбор места для привала и ночлега. Основные требования к месту привала и бивака. Организация работ по свертыванию и разворачиванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение места для забора воды и убывания, туалетов и мусорной ямы). Размещение вещей в них.

**Практические занятия:** определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Разворачивание и свертывание лагеря. Разведение костра.

#### 1.4. Питание в туристском походе.

Учащиеся должны знать основные нормы потребления в походе.

Учащиеся должны уметь составлять раскладку продуктов на 1-3-дневный поход.

**Теоретическая часть:** Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания

2-3-дневном походе. Составление меню, списка продуктов., Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаке. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

**Практические занятия:** составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

#### 1.5. Туристические должности в походе.

Учащиеся должны знать основные должности и их особенности.

Учащиеся должны уметь выполнять должностные обязанности в походе.

**Теоретическая часть:** Должности в группе постоянные и временные. Руководитель группы, требования к нему (туристический опыт, инициативность, ровные отношения с членами групп) авторитет), обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе. Друг постоянные должности в группе: заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтник, фотограф и т. Временные должности и их обязанности (дежурные по кухне).

**Практические занятия:** выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода.

## **1.6.** Правила движения в походе, преодоление препятствий.

Учащиеся должны знать правила движения в походе, способы преодоления естественных препятствий.

Учащиеся должны уметь преодолевать естественные препятствия.

**Теоретическая часть:** Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения и темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового движения. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, ровной и пересеченной местности: по лесу, кустарнику, через завалы, и заболоченной местности, по травянистым склонам.

**Практические занятия:** отработка движений колонной. Соблюдение режима движения, отработка движения по пересеченной местности, по болоту, травянистым склонам.

## **1.7.** Техника безопасности при проведении походов, занятий.

Учащиеся должны знать правила техники безопасности при проведении походов, занятий.

Учащиеся должны уметь безопасно действовать на практике.

**Теоретическая часть:** Дисциплина в походе и на занятиях - основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице. Правила при переезде группы транспортом. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком, использованы простейшие узлы и техника их вязания. Правила поведения в незнакомом месте. Взаимоотношения с местным населением.

**Практические занятия:** отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока при подъеме; Организация переправы по бревну с самостраховкой.

## **1.8.** Подведение итогов похода.

Учащиеся должны знать этапы подведения итогов.

Учащиеся должны уметь составлять отчет о походе.

**Теоретическая часть:** Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работ. Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, составление маршрутной ленты, подготовка фотографий. Ремонт и сдача инвентаря прокат.

**Практические занятия:** составление отчета о походе, составление маршрута ленты, подготовка фотографий. Ремонт и сдача инвентаря.

## **1.9.** Туристские слеты, соревнования.

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать правила и условия школьных туристических мероприятий.

Учащиеся должны уметь организовать подготовку и участие в школьных туристических соревнованиях.

**Практические занятия:** участие в школьных соревнованиях, зимняя полоса препятствий, летняя полоса препятствий.

## **2. Ориентирование.**

### **2.1.** Понятие о топографической и спортивной карте

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать отличие топографических карт от спортивных, их свойства и назначения.

**Практические занятия:** упражнения в определении вида карт.

### **2.2.** Масштаб и высота сечения.

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать основные виды масштабов, значение масштаба в работе с планом местности и картой.

Учащиеся должны уметь определять величины масштаба, выполнять практические задания на местности.

Масштаб и виды масштабов, высота сечения.

Масштабы топографических карт.

Карты пригодные для разработки маршрутов и для ориентирования в пути. Определение координат точки на карте.

Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической. Масштабы спортивных карт. Защита карты от непогоды в походе и на соревнованиях.



Основные направления на стороны горизонта: С, Ю, З, В.дополнительны и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Градусное значение азимута. Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Измерение и построение азимутальных направлений на карте.

Компас. Типы компасов. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Ориентир, что может служить ориентиром.

Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом.

**Практические занятия:** ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный объект (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков. Работа картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнение на глазомерную оценку азимутов. Упражнение на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте.

### **2.3. Условные знаки.**

**Теоретическая часть:**Учащиеся должны знать виды условных обозначений, основные топографические знаки.

Учащиеся должны уметь определять условные обозначения, основные топографические знаки, находить их на местности.

Понятие о местных предметах и топографических знаках.

Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные, площадные и контурные знаки.

Пояснительные цифровые и буквенные знаки.

Рельеф. Способы изображения рельефа на картах.

Сущность способа горизонталей . Бергштрих. Подписи горизонталей.

Отметки высот, урезы воды.

Типичные формы рельефа, их изображение на топографической карте.

**Практические занятия:** изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Упражнения на запоминание знаков.

### **2.4. Измерение расстояний.**

**Теоретическая часть:**Учащиеся должны знать способы измерения расстояний на карте и на местности, уметь измерять расстояния на карте и на местности различными способами.

Способы измерения расстояний на карте и на местности разными различными способами.

Курвиметр, использование нитки.

Средний шаг, от чего зависит его величина.

Глазомерный способ измерения расстояния, с помощью кепки.

Определение расстояния по времени движения.

**Практические занятия:** измерение своего среднего шага (пар шагов). Упражнения на прохождение отрезков разной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Измерение расстояний на глаз, с помощью кепки, по подобным треугольникам.

### **2.5. Практическое ориентирование на местности.**

**Теоретическая часть:**Учащиеся должны знать: способы ориентирования по приборам, картам, природным объектам, уметь самостоятельно проводить ориентирование на местности.

**Практические занятия:** ориентирование по карте, нахождение объекта на карте, на местности.

Ориентирование по Солнцу (2 способа), ориентирование по Солнцу с помощью часов.

Ориентирование по Полярной звезде ночью, по Луне с помощью часов. Определение сторон света по различным природным объектам. Ориентирование во времени по времени пробуждения птиц и растений.

## **3. Основы выживания**

### **3.1. Преодоление страха и возможного стрессового состояния.**

**Теоретическая часть:**Учащиеся должны знать, что чувство страха - естественная реакция на

опасность, уметь преодолевать чувство страха.

Страх и стресс. Виды страха. Чувство страха и его преодоление. Причины и последствия страха. Аутотренинг.

**Практические**

**занятия:** анализ ситуаций и выработка плана действий,

### **3.2.** Последовательность действий при вынужденной автономии.

**Теоретическая часть:** Учащиеся *a* должны знать действия при вынужденной автономии, уметь действовать при чрезвычайных ситуациях.

Способы подачи сигналов. Международная система сигналов бедствия «Земля-воздух».

Выход к населенному пункту. Порядок движения. Приемы следопытства.

Ориентирование в лесу.

Устройство временных жилищ. Шалаш, навес, снежная нора, «колодец у дерева». Настил.

Добыча огня. Использование увеличительного стекла,; получение огня трением, использование кресала и огнива. Виды костров: «шалаш», «колодец», «звезда», «нодья», «таежный».

Обеспечение водой. Способы добычи воды. Очистка и обеззараживание воды.

**Практические занятия:** упражнения в подаче сигналов бедствия, изучение следов зверей и птиц, лыжников, транспортных средств, изготовление временного жилья. Упражнения в добыче и сохранении огня. Добыча воды в условиях леса. Изготовление простейших фильтров для воды. Выход к населенному пункту.

### **3.3.** Личная гигиена, уход за одеждой и обувью.

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать правила гигиены при автономном существовании, уметь применять подручные материалы, растения в целях личной гигиены.

Места для забора воды, туалета. Водные процедуры. Использование вместо мыла древесных грибов, вместо порошка - золы. Использование растений для дезинфекции одежды (полынь). Сушка обуви в летнее и зимнее время.

**Практические занятия:** подбор одежды и обуви для походов и уход за ними, демонстрация подручных материалов и растений, используемых в качестве моющих средств.

### **3.4.** Возможные опасности в пути.

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать правила поведения при встрече с хищными животными, правила переправы через естественные препятствия, должны уметь предвидеть встречу с хищником и обойти ее, при встрече - уметь противостоять.

Дикие хищные животные и их повадки.

Переправа через водные преграды (вплавь).

Переправа через болота и трясины.

Действия групп в горах.

**Практические занятия:** разучивание вязания различных видов узлов, надевания туристического снаряжения, крепления страховки.

### **3.4.** Подготовка к соревнованиям.

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать правила и условия соревнований, уметь участвовать в соревнованиях районного масштаба, иметь должную подготовку.

Подбор группы. Тренировки вариантов действий на этапах в соответствии с правилами, положением и условиями соревнований. Подготовка личного и группового снаряжения к соревнованиям, его усовершенствование и ремонт. Подготовка конкурсных видов программ.

**Практические занятия:** тренировка прохождения технических этапов. Подготовка конкурсных видов программы соревнований.

## **4. Основы медицинских знаний,**

### **4.1.** Оживление. Массаж сердца, искусственное дыхание.

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать правила и последовательность проведения мероприятий по оживлению, уметь применять на практике полученные знания.

Искусственное дыхание: «изо рта в рот», «изо рта в нос», метод сжатия и расширения грудной клетки.

Массаж сердца (закрытый).

Определение признаков жизни у пострадавшего.

**Практические занятия:** оказание первой помощи условному пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

#### **4.2. Средства первой помощи. Аптечка.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать состав аптечки, показания к применению лекарств походной аптечки, уметь применять по назначению препараты из аптечки.

Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств. Показания и противопоказания к применению лекарственных препаратов.

**Практические занятия:** формирование походной аптечки. Знакомство с лекарственными препаратами и их использование.

#### **4.3. Укусы животных, пресмыкающихся, насекомых.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать опасные виды животных, пресмыкающихся и насекомых, уметь оказывать первую помощь пострадавшему от укуса.

Укусы животных. Бешенство, столбняк, чума.

Укусы пресмыкающихся.

Укусы насекомых (пчелы, клещи, осы). Клещевой энцефалит.

**Практические занятия:** обработка места укуса условному пострадавшему.

#### **4.4. Осложнения ран.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать об опасности инфицирования открытой раны, уметь избежать осложнения ран.

Осложнения ран. Кровотечения (наружное и внутреннее).

Инфицирование раны. Столбняк. Газовая гангрена.

Правильная и своевременная обработка раны.

**Практические занятия:** обработка открытой раны дезинфицирующим!- средствами условному пострадавшему.

#### **4.5. Кровотечения. Остановка венозного и артериального кровотечения.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать, в чем состоит отличие венозного и артериального кровотечений, уметь накладывать жгут, с целью остановки кровотечений.

Кровотечение, свертываемость крови, кровоточивость. Виды кровотечений. Последствия кровотечений.

Остановка артериального и венозного кровотечений.

**Практические занятия:** упражнения в остановке артериального, венозного ) капиллярного кровотечений. Накладывание жгута.

#### **4.6. Перелом, вывих, растяжение связок. Наложение шины, фиксирующе; повязки.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать симптомы повреждений, способы уменьшения боли, уметь правильно и своевременно оказывать первую медпомощь, госпитализировать больного.

Иммобилизация (обездвиживание) пострадавшего подручными средствами. Основное условие - обеспечение полного покоя поврежденной части тела. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

**Практические занятия:** разучивание различных способов транспортировки пострадавшего, изготовление носилок и волокуш.

#### **4.7. Ожог. Тепловой и солнечный удар.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать способы оказания первой доврачебной помощи в условиях похода, уметь оказывать первую доврачебную помощь в условиях похода.

Ожоги. Виды ожогов по степени, по воздействию источника.

Солнечный удар. Солнечный ожог. Тепловой удар. Перегревание организма.

**Практические занятия:** освоение способов бинтования ран. Оказание первой помощи при ожогах условному пострадавшему.

#### **4.8. Обморожения, переохлаждения.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать способы оказания первой доврачебной помощи при обморожениях, уметь оказывать первую доврачебную помощь.

Обморожения, переохлаждения, общее замерзание.

Степени обморожения. Действия по спасению замерзающих.

**Практическое занятие:** оказание первой доврачебной помощи условному пострадавшему.

#### **4.9.** Поражение электрическим током. Удар молнией.

**Теоретическая часть:** Поражения электрическим током. Электротравмы.

Поражение молнией.

**Практические занятия:** разучивание приемов оказания первой доврачебной помощи условному пострадавшему.

#### **4.10.** Инородные тела в организме.

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать особенности оказания первой доврачебной помощи при попадании инородных тел в организм человека, уметь оказывать первую медпомощь при попадании инородных тел в организм человека.

Инородные тела, их виды. Инородные тела в глазу, в носу, в ухе, дыхательных путях, пищеварительных органах. Занозы.

**Практические занятия:** разучить приемы удаления инородного тела из организма пострадавшего.

#### **4.11.** Отравления.

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать причины отравления, ее симптомы, приемы оказания первой медпомощи, уметь оказывать первую медпомощь при отравлениях.

Отравления. Виды отравлений (кислотами, щелочами, газами, химическими веществами, ртутью, пищей, растениями). Яд. Воздействие яда на организм человека.

**Практические занятия:** оказание первой медпомощи при отравлениях.

#### **4.12.** Шок. Потеря сознания.

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать различия между шоком и потерей сознания, уметь оказывать первую медпомощь при состоянии шока и потере сознания.

Шок. Анафилактический шок. Потеря сознания. Обморок. Головокружение.

**Практические занятия:** оказание первой медпомощи при шоковом состоянии, потере сознания.

#### **4.13. Транспортировка пострадавшего**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны знать приемы по оказанию первой доврачебной помощи, уметь правильно и быстро организовать транспортировку пострадавших.

Измерение температуры тела, пульса, артериального давления. Согревающие процедуры, охлаждающие процедуры. Оценка общего состояния пострадавшего, места и характера повреждения.

Правила снятия одежды и обуви с пострадавшего. Имобилизация пострадавшего. Способы транспортировки. Изготовление средств транспортировки.

**Практические занятия:** разучивание приемов оказания первой доврачебной помощи пострадавшему, приемов транспортировки.

### **5. Школа безопасности.**

#### **5.1.** Преодоление наклонного бревна.

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны уметь переправиться по наклонному бревну.

**Практические занятия:** упражнения по переправе по наклонному бревну.

#### **5.2.** Переправа по горизонтальной веревке.

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны уметь переправляться по горизонтальной веревке использовать наиболее удобный способ передвижения.

**Практические занятия:** тренировка в переправе на другой берег, не нагружать страховочную систему.

#### **5.3.** Переправа по высоко поднятому бревну.

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны уметь подняться по наклонному бревну, переправиться на другой берег, используя самостраховку.

**Практические занятия:** разучивание приемов поднятия по наклонному бревну переправки на другой берег.

#### **5.4.** Преодоление «бабочки».

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны уметь пройти по нижней веревке от флажка до флажка.

**Практические занятия:** упражнения в прохождении по нижней веревке от флажка до флажка.

### **5.5. Движение по подвесному бревну.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны уметь перейти по бревну, не касаясь земли ногами.

**Практические занятия:** выработка приемов переправы по бревну любым удобным способом, не касаясь земли ногами.

### **5.6. Ромб.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны уметь перейти препятствие, касаясь флажков.

**Практические занятия:** упражнения в преодолении препятствия, касаясь флажков в начале этапа рукой, в конце - ногой.

### **5.7. Преодоление паутины.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны уметь преодолеть препятствие по натянутым горизонтально» веревкам.

**Практические занятия:** упражнения в преодолении препятствия по натянутым горизонтально веревкам.

### **5.8. Переправа по качающимся перекладинам.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны уметь переправляться на другой берег, используя качающиеся перекладины.

**Практические занятия:** упражнения в переправке на другой берег с помощью веревок

### **5.9. Организация бивака.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны уметь правильно организовать бивак используя подручные средства.

**Практические занятия:** упражнения в организации бивака.

### **5.10. Подготовка к соревнованиям.**

**Теоретическая часть:** Учащиеся должны уметь преодолевать препятствия.

**Практические занятия:** упражнения в подготовке к соревнованиям.

**5.11. Итоговое занятие.** Участие в районных соревнованиях «Школа безопасности».

### **5.12. 2-3х дневный поход. Река Тойма.**

**Теоретическая часть:** история возрождения реки Тойма.

**Теоретическая часть:** история возрождения реки Тойма.

## Ожидаемые результаты

Учащийся должен:

знать:

- требования техники безопасности в походе;
  - общие подходы к организации и проведению походов;
  - способы профилактики типичных заболеваний и основные приемы и средства оказания первой доврачебной помощи;
  - перечень группового и личного снаряжения и правила ухода за ним;
  - правила приготовления пищи;
  - нормы личной и общественной гигиены, экологические требования к группе;
- уметь:
- применять указанные знания на практике;
  - ориентироваться на местности при помощи карты и компаса;
  - пользоваться примусами;
  - выполнять общие обязанности участника похода.

Личностные

- проявление интереса к знаниям в области туризма, осознания необходимости прохождения по заданному азимуту.
- ориентирование на местности с компасом и без компаса;
- вязать узлы.
- преодоление различных препятствий со страховкой и без страховки.

Метапредметные результаты

Регулятивные

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действий;
- планировать свои действия;
- осуществлять пошаговый и итоговый контроль своих действий;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- различать способ и результат действия;
- оценивать свои действия;
- вносить коррективы в действия на основе их оценки и учёта сделанных ошибок;
- правильно организовать свое рабочее место;
- поддерживать порядок во время работы;

Познавательные результаты

Обучающийся научится:

- осуществлять поиск нужной информации для выполнения учебного исследования с использованием учебной и дополнительной литературы в открытом информационном пространстве, в т.ч. контролируемом пространстве Интернет;
- использовать знаки, символы, модели, схемы для решения познавательных задач и представления их результатов;
- анализировать объекты, выделять главное;
- устанавливать аналогии;
- видеть проблемы, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, высказывать суждения, делать умозаключения и выводы, аргументировать (защищать) свои идеи.
- применять на практике знания о свойствах бумаги и картона;

Коммуникативные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- допускать существование различных точек зрения;
- учитывать различные точки зрения;
- формировать собственное мнение и позицию;
- договариваться, приходить к общему решению;
- соблюдать корректность в высказываниях;
- задавать вопросы по существу;
- контролировать действия партнёра;
- владеть монологической и диалогической формами речи.
- учитывать разные мнения и стремиться к координации разных позиций в сотрудничестве, умение работать в группе.

## Условия реализации программ

### Материально – техническое обеспечение программы

#### Помещения:

- 1. Учебный кабинет**, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами: столы и стулья для педагога и обучающихся, компьютерное обеспечение, шкафы и стеллажи, стенды для хранения учебной литературы и наглядных пособий.
- 2. Лаборантская** – для хранения учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря.

### Методическое обеспечение

1. Конспекты занятий.
2. Лекционный материал на тему «Лекарственные и ядовитые растения Удмуртии». «Удмуртия – край родниковый». «Отравления. Первая помощь при отравлениях».
3. Плакат «Первая медицинская помощь при ушибах». «Первая медицинская помощь при переломах».
4. Плакат «Действия при пожаре».
5. Инструкция по ТБ при пожаре.
6. Инструкция по ТБ на экскурсии.

#### Материально-техническое обеспечение:

Компасы, топографические карты, веревки для вязки узлов, спички, рюкзак, топор, лупа, плакаты по оказанию первой медицинской помощи.



### Календарный учебный график

Полугодие	Месяц	Недели обучения	Год обучения
			I-ый год обучения
Первое полугодие	Сентябрь	1	У
		2	У
		3	У
		4	У
	Октябрь	5	У
		6	У
		7	У
		8	У
	Ноябрь	9	У
		10	У
		11	У
		12	У
	Декабрь	13	У
		14	У
		15	У
		16	У
Второе полугодие	Январь	17	П
		18	У
		19	У
		20	У
	Февраль	21	У
		22	У
		23	У
		24	У
	Март	25	У
		26	У
		27	У
		28	У
	Апрель	29	У
		30	У
		31	У
		32	У
Май	33	У	
	34	У	
	35	У	
	36	У,ИА	
	Всего учебных недель		36
	Всего часов по программе		216

Условные обозначения: **У** – учебная неделя, **П** – праздничная неделя, **ПА** – промежуточная аттестация, **ИА** – итоговая аттестация.

## **Название детского объединения «Школа безопасности»**

### **Основные направления воспитательной работы:**

1. Гражданско-патриотическое
2. Духовно-нравственное
3. Интеллектуальное воспитание
4. Здоровьесберегающее воспитание
5. Профилактика употребления ПАВ, безнадзорности, правонарушение и детского дорожно-транспортного травматизма
6. Правовое воспитание и культура безопасности
7. Экологическое воспитание
8. Самоопределение и профессиональная ориентация

**Цель воспитания** – создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

### **Задачи воспитания:**

- создание социально-психологических условий для развития личности;
- формирование потребности в здоровом и безопасном образе жизни, как устойчивой формы поведения;
- создание условий для проявления и раскрытия творческих способностей всех участников воспитательного процесса;
- способствовать сплочению творческого коллектива через КТД;
- воспитание гражданина и патриота России, своего края, своей малой Родины;
- профессиональное самоопределение

**Результат воспитания** – будут сформированы представления о морально-этических качествах личности, потребности в здоровом и безопасном образе жизни, бережном отношении к окружающему миру, к активной деятельности по саморазвитию.

### **Работа с коллективом обучающихся:**

- организация мероприятий, направленных на развитие творческого коммуникативного потенциала обучающихся и содействие формированию активной гражданской позиции.
- участие в общих мероприятиях школы

### **Работа с родителями**

- Организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации)
- Содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность детского объединения (организация открытых занятий с приглашением родителей, совместных мероприятий и т.д.)

## Календарный план воспитательной работы 2023-2024 учебный год

№ п/п	Мероприятие	Сроки проведения
1	Родительское собрание	Сентябрь Апрель
2	Беседы и инструктажи с учащимися по правилам безопасности поведения, соблюдения санитарно-эпидемиологических правил	Сентябрь Январь
3	Тематическое занятие ко Дню государственности Удмуртии	Ноябрь
4	Тематическое занятие ко Дню неизвестного солдата и Дню конституции России	Декабрь
5	Акция «День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества»	Февраль
6	Тематическое мероприятие ко Дню защитника Отечества и конференции пап	Февраль
7	Участие в районных, республиканских и всероссийских конкурсах	В течение всего года
8	Школьная научно-практическая конференция	Апрель
9	Митинг «День победы»	Май

### Контрольно-измерительный материал

#### *Теоретическая часть:*

1. Дать понятие острой сердечной недостаточности.
2. Какую опасность представляют раны.
3. Какие кровотечения вы знаете? Их особенности.
4. Виды переломов. Опасность переломов.
5. Первая помощь при переломах.

#### **Итоговый тест**

##### **1. Каковы основные признаки кровотечения?**

- А. Медленное и тягучее кровотечение.
- Б. Быстрое и пульсирующее кровотечение.
- В. Сильная боль в поврежденной части тела.
- Г. Кровь ярко-красного цвета.
- Д. Кровь темно-красного цвета.

##### **2. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?**

- А. Кровь спокойно вытекает из раны.
- Б. Кровь фонтанирует из раны.
- В. Кровь ярко-красного цвета.
- Г. Кровь темно-красного цвета.
- Д. Слабость.

##### **3. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении:**

- А. Прижать пальцем артерию ниже кровотечения.
- Б. Прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань.

- В. Плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения.
- Г. Доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение.
- Д. На 3-5 см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.

**4. Как правильно наложить давящую повязку?**

- А. Обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой.
- Б. Обработать края раны вазелином или кремом.
- В. Прикрыть рану стерильной салфеткой, а на нее положить сложенный несколько раз бинт.
- Г. Наложить повязку.

В

**5. Укажите признаки внутреннего кровотечения:**

- А. Порозовение кожи в области повреждения.
- Б. Посинение кожи в области повреждения.
- В. Учащенный слабый пульс и частое дыхание.
- Г. Кашель с кровянистыми выделениями.
- Д. Повышение артериального давления.
- Е. Чувство неутолимого голода.

**6. В чем заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?**

- А. Промыть рану содовым раствором и обработать ее спиртом.
- Б. Промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать йодом.
- В. Смазать рану вазелином или кремом.
- Г. Заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

**7. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?**

- А. Наложением холода на место ушиба.
- Б. Наложением тепла на место ушиба.
- В. Наложением на место ушиба тугой повязки и обеспечением поврежденному месту для покоя.

**8. В чем заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?**

- А. Наложить на поврежденное место холод.
- Б. Наложить на поврежденное место тепло.
- В. Наложить на поврежденное место тугую повязку и обеспечить ему покой.
- Г. Доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**9. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?**

- А. Обеспечить поврежденной конечности покой.
- Б. Наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питье.
- В. Наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство.
- Д. Доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**10. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах.**

- А. Вправить вышедшие наружу кости.
- Б. Остановить кровотечение и обработать края раны антисептиком.
- В. На рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство.
- Г. Провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.

**11. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?**

- А. Провести иммобилизацию места перелома.
- Б. Установить искривление конечности.
- В. Положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезволивающее средство.
- Г. Доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**12. Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?**

- А. Надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой.

Б. На голову пострадавшему наложить теплую грелку.

В. На голову пострадавшему положить холод.

Г. Вызвать врача.

**13. Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?**

А. Положить пострадавшему на спину на твердую ровную поверхность.

Б. Положить пострадавшему на спину на мягкую ровную поверхность.

В. Произвести прекардиальный удар в области грудины.

Г. Приступить к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции легких, вызвать «скорую помощь».

### **Критерии оценивания теоретических знаний**

Высокий уровень – верные ответы на 10- 13 вопросов

Средний уровень – Верные ответы на 6-9 вопросов

Низкий уровень – верные ответы на 1-5 вопроса

### **Критерии оценивания практических умений**

Высокий уровень – самостоятельное качественное выполнение задания

Средний уровень – выполнение задания с небольшой помощью педагога

Низкий уровень – ребенок не справился с заданием

**Литература для педагога:**

1. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. — М.: ЦДЮТур РФ, 1994.
2. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Программы внеурочной деятельности. Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение: пособие для учителей общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2011.
3. Куликов В.М., Константинов Ю.С. «Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., 2002г.
4. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности». — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.
5. Маслов А. С, Константинов Ю. С, Латчук В.П. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. — М.: Академия, 2004.
6. Маслов АС, Константинов ЮС, Дрогов И.А, Полевые туристские лагеря. — М.:

#### **Литература для учащихся:**

1. Клименко А.И. Карта и компас — мои друзья. М., Детская литература, 1975.
2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 7 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О, Хренников; под ред. А.Т Смирнова. – М.: Просвещение, 2015.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 8 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О, Хренников; под ред. А.Т Смирнова. – М.: Просвещение, 2015.
4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О, Хренников; под ред. А.Т Смирнова. – М.: Просвещение, 2015.