





КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО
ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
города Калининграда
средняя общеобразовательная школа №14

<p>«Рассмотрена» на заседании Управляющего совета школы</p> <p>Протокол № 2 от 20.05.2020г. Председатель Управляющего совета  Леонтьева Е.А.</p>	<p>«Принято» на заседании Педагогического совета школы</p> <p>Протокол № 14 от 26.05.2020г. Председатель Педагогического совета  Видякина Н.В.</p>	<p>Утверждаю Директор МАОУ СОШ №14  Колмыкова Т.Д./</p> <p>«27» мая 2020г. пр. № 99/1-о от 27.05.2020г.</p> 
---	---	--

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

Вид программы: самостоятельно-
разработанная

Срок реализации программы:
1 год

Возраст: 12-15лет

Составитель программы:
учитель физической культуры

**Мирошниченко Вадим
Александрович**

2020 год

СОДЕРЖАНИЕ

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2.Цель и задачи программы.....	8
1.3. Содержание программы.....	10
1.4. Планируемые результаты.....	25
2.Комплекс организационно-педагогических условий.....	29
2.1. Календарный учебный график.....	29
2.2.Условия реализации.....	35
2.3. Формы аттестации	35
3. Применяемое оборудование	38
4. Список литературы.....	39

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы

1.1. Пояснительная записка

«В традициях народов России всегда было особое, бережное отношение к детям».

В.В.Путин

Развитие современной цивилизации неразрывно связано с проблемами безопасности человека. Безопасность детей – одна из главных и первостепенных задач взрослых.

Человек всегда был вынужден бороться за свое существование: с окружающей средой – климатом, природными явлениями, хищными животными; с болезнями и эпидемиями; с другими людьми – за ресурсы (территорию, пропитание, жилище, одежду и т.п.), которых всегда не хватает вследствие естественного несоответствия потребностей возможностям (обеспечивающего прогресс), за право на достойную жизнь.

Сегодня с ростом потребности в безопасности, осознании угрозы надвигающихся опасностей, во всех сферах жизнедеятельности человека, необходимо выделить роль системы образования. Ведь именно через образование детям и подросткам легче привить мотивы, побуждающие к соблюдению норм и правил безопасного поведения дома, на улице, в школе, на природе, а затем в обществе и на производстве.

Общественно-политические и социокультурные изменения, происходящие в России в последнее десятилетие, позволяют сегодня выделить сферу дополнительного образования как наиболее актуальную и инновационную в воспитании детей и подростков безопасному образу жизни, потому что дополнительное образование позволяет создавать условия для оптимального развития личности и наиболее полного удовлетворения образовательных потребностей детей.

Совершенствование социального воспитания личности ребенка диктуется возрастанием роли личности в социальной жизни, а также социальной значимостью человека.

Во Всемирной декларации об обеспечении выживания, защиты и развития детей записано: «Дети мира невинны, уязвимы и зависимы. Их время должно быть временем радости и мира, игр, учебы и роста. Их будущее должно основываться на гармонии и сотрудничестве. Всем детям должна быть обеспечена возможность определить себя как личность и реализовать свои возможности в безопасных и благоприятных условиях».

Поведение подростков в природных и социальных условиях будет максимально безопасным, если у обучающихся сформированы специальные навыки, которые мы понимаем как способность человека грамотно и максимально быстро применять в естественной среде действия, сформированные путём повторения и доведения до автоматизма умений, основанные на прочно усвоенных знаниях, необходимых для поддержания жизнедеятельности и дальнейшего существования человека.

Процесс формирования умений и навыков безопасного поведения во многом зависит от личностных и возрастных особенностей обучающихся. Особенно сложным представляется подростковый возраст. У подростков отмечается высокая потребность в самоутверждении, подражательности в поведении, склонности к усвоению определенных групповых норм, привычек и ценностей, склонности к нестандартному, рискованному поведению. Для подростков характерны максимализм, стремление доказать себе и окружающим свою правоту, неуверенность в себе, повышенная тревожность, чувствительность к различному роду препятствиям.

Главнейшей задачей в вопросах развития умений и навыков безопасного поведения становится мотивация подростка на сознательную безопасность в повседневной жизнедеятельности, т.е. к жизни в современном социуме, формирование культуры безопасности человека.

В процессе обучения определяющую роль играет не столько уровень знаний каждого человека об опасностях окружающего мира и способах защиты от них, сколько воспитание в человеке культуры безопасности жизнедеятельности. Культура безопасности жизнедеятельности - это необходимое условие устойчивого развития современной цивилизации. Программа кружка «Школа безопасности» ориентирована на создание у школьников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. В содержание курса «Школа безопасности» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные обучающимися в процессе обучения в школе, и способствует у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

Направленность программы – туристско-краеведческая.

Нормативные документы для разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Концепция модернизации российского образования на период до 2020 года;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным

приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. №1008;

- Федеральный государственный стандарт основного общего образования;
- "Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России";
- Примерными требованиями к программам дополнительного образования (Приложение к письму Департамента молодежной политики воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006г. №06-1844);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Актуальность данной программы в том, что программа направлена на формирование системы компетенций, обеспечивающих личную безопасность, обусловлена её практической значимостью. Подростки смогут применять полученные знания и практический опыт в экстремальных ситуациях. Смогут применять знания и навыки в походах, выживании в природных условиях, в соревнованиях по спортивному туризму, спортивному ориентированию, краеведению.

Изучение курса «Школа безопасности» направлено не только на освоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях, правил поведения в окружающей среде, но и на развитие качеств личности, необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях, на воспитание чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и т. д.

Новизна программы обусловлена включением проблемной технологии, тренировочных упражнений в экстремальных ситуациях на природе, быту, транспорте, дома, на улице.

В курсе рассматриваются вопросы физической и психологической подготовки подростков к выживанию в экстремальных ситуациях. Программа содержит элементы патриотического воспитания: обеспечение школьников знаниями и умениями, необходимыми для освоения обязанностей защитника Отечества, повышения интереса к занятиям физической культурой и спортом, изучение родного края.

Педагогическая целесообразность реализации данной программы заключается в сочетании разных форм и методов обучения для достижения конечного результата образовательной программы, социальной адаптации обучающихся, в их дальнейшей самостоятельной

жизни.

Адресат программы. Данная программа предназначена к реализации для обучающихся в возрасте 12-15 лет.

Все зачисленные в объединение обучающиеся делятся на две группы - первая группа (12-13 лет) и вторая группа (14-15 лет).

Количество детей в 1 группе – 15 человек.

Количество детей во 2 группе - 15 человек. Всего детей – 30 человек.

Продолжительность обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Школа безопасности» составляет один год. Основной учебно-тематический план составлен на **74 часа в год**. Обучающиеся по данной программе могут заниматься (в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.4.3172-14) для каждой группы: **2 раза в неделю по 1 часу, или 1 раз в неделю по 2 ч.** Возможен более длительный временной интервал занятий (во время проведения похода, соревнований). Состав групп - постоянный.

Продолжительность занятия составляет 40 мин.

Особенности организации образовательного процесса.

Формы организации занятий: массовые (праздники, лагеря, соревнования), групповые (сборы, походы), индивидуальные (тренировки, беседы), работа в парах. Занятия предполагают сотрудничество несколько человек по какой-либо учебной теме.

Используются следующие **методы:** объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский.

Основной формой работы с детьми являются групповые занятия для изучения теоретического материала по темам и практические занятия с индивидуальным подходом к каждому ребёнку, т.к. каждый обучающийся может проходить программу свои темпом (в зависимости от своих личностных способностей и частоты посещения занятий).

Типичное занятие, как правило, имеет следующую структуру:

- краткое повторение пройденного материала;
- знакомство с новой темой (технологией);
- вводный инструктаж;
- практическая работа (отработка навыков и умений);
- уборка рабочего места, снаряжений.

В образовательной программе используются следующие формы занятий:

- занятия в лесопарковых зонах;
- беседы, рассказы, объяснения;
- показ технических приёмов;
- демонстрация обучающих фильмов;

- практическая работа;
- мастер - классы для сверстников и взрослых;
- соревнования, сборы;
- походы выходного дня и др.

В обучении туризму следует различать три последовательных этапа: ознакомление с основными представлениями о туризме; овладение структурой рациональных двигательных действий, свойственных тому или иному способу передвижения на местности, а также усвоение элементов туристской тактики и приёмов организации быта в условиях местности; совершенствование полученных знаний и технико-тактических действий на маршруте похода. Особенно следует подчеркнуть важность экологического воспитания обучающихся на всех этапах обучения туризму и дальнейшего совершенствования физических качеств, умений и навыков.

Рекомендуется использовать методику «погружения» подростков в проблему (учебно-тренировочный или образовательный процесс, туристско-спортивные мероприятия или организация быта в полевых условиях), для разрешения которой необходимо коллективно-командное решение комплекса задач за сравнительно ограниченный временной отрезок с полной концентрацией средств и сил.

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, каждого годового цикла, проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия.

При решении педагогом вопросов, связанных с индивидуальными нагрузками (весовые, объёмные, интенсивность тренировок) для занимающихся, необходима их строгая дифференциация и индивидуализация с учетом физического, половозрастного, морально-волевого и функционального развития.

Программа предусматривает организацию и проведение зачетного туристского похода, экспедиции, участия в соревнованиях по краеведению, спортивному ориентированию, подготовка к которым должна осуществляться в течение всего года. Предусмотрено краеведческое изучение региона; разработка маршрута; переписку с общественно-туристскими и детско-юношескими организациями (объединениями) региона; распределение должностно-ролевых обязанностей; организационную и хозяйственную подготовку; проверку тактико-технической, морально-волевой, физической готовности воспитанников к учебным походам по родному краю. Педагогу необходимо уделять внимание психологической подготовке воспитанников к зачетному мероприятию, культуре межличностного общения, формированию коллектива.

Возраст детей, участвующих в реализации программы – обучающиеся 5 – 8 классов. Программа предусматривает приобретение ими основных знаний о своем крае, технике и тактике туризма, ориентирования на местности, ведения краеведческих наблюдений и исследований, оказания

первой медицинской помощи, инструкторской деятельности в своем классе, школе, туристском объединении; необходимых знаний, умений и навыков для получения спортивных разрядов по туризму, туристскому многоборью, спортивному ориентированию, комплекса норм ГТО, значок «Юный турист», звание «Младший инструктор туризма» и др.

Формы и режим занятий. Занятия можно проводить с полным составом объединения, но по мере роста опыта занимающихся следует делать больший упор на групповые (2 – 3 человека) и индивидуальные занятия.

Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от местных условий деятельности объединения.

Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик. Преподаватель должен воспитывать у обучающихся умения и навыки самостоятельно принимать решения, неукоснительно выполнять требования «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации», «Правил организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации». Обязательным условием является практическое участие обучающихся в подготовке и проведении соревнований, обучении младших школьников. Для проведения теоретических и практических занятий рекомендуется привлекать учителей – предметников, опытных судей, инструкторов, врачей, спасателей, спортсменов.

Особое внимание уделяется общей и специальной физической подготовке занимающихся в объединении детей.

В связи со спецификой работы туристских объединений, время, подлежащее оплате за проведение практических занятий на местности, экскурсий в своем населенном пункте, устанавливается в количестве 4 часов; за проведение одного дня похода, загородной экскурсии, любого другого туристского мероприятия за пределами своего населенного пункта – 8 часов.

1.2.Цель и задачи программы

Цель:

- формирование культуры безопасности школьников через развитие качеств, обеспечивающих безопасную жизнедеятельность, через познание себя и других;
- формирование готовности школьников к отношениям в обществе и преодолению жизненных трудностей, проверка своих сил и возможностей, активное самовоспитание.

Задачи:

Воспитательные: воспитание у школьников ответственности за личную безопасность, ответственного отношения к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства.

Развивающие: развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих правильное поведение в экстремальных ситуациях; способствовать развитию лидерских качеств подростков; развитие умений работать в группе, коллективе.

Образовательные: получение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях; знакомство с туристской подготовкой и основами краеведения, формирование умений оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; выработка навыков правильного поведения в экстремальных ситуациях.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в средней школе позволяет обучающимся сформировать понимание и способность к предвидению ситуаций, опасных для человека, общества и окружающей среды, к жизнедеятельности, не создающей и предотвращающей такие ситуации, к рациональному поведению в случае их возникновения:

- изучить основы здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование и реализацию способностей и запросов личности в повседневной жизни;
- ознакомиться с необходимыми индивидуальными мерами безопасности в повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера, с мероприятиями, проводимыми государством по защите населения;
- освоить правила и навыки защиты, позволяющие минимизировать возможный ущерб личности, обществу и окружающей среде в типовых опасных и чрезвычайных ситуациях;
- понять причины возникновения и масштабы новых опасностей для человечества от собственной жизнедеятельности;
- обобщить знания о тесной взаимосвязи сознания и жизнедеятельности личности и общества;
- представить совокупность мер безопасности личности, общества и государства на наступающем этапе постиндустриального развития цивилизации;
- в порядке профориентации ознакомиться с возможностями дальнейшего образования и работы в направлении обеспечения безопасности личности, общества.

Программа «Школа безопасности» имеет профориентационную направленность. Ребята могут косвенно ознакомиться с профессией спасателя МЧС, пожарного, профессиями туристической направленности.

Основные принципы построения программы:

- принцип научности (содержание программы построено на научных и исторических фактах);
- принцип доступности, учета возрастных особенностей детей;
- принцип практичности;
- принцип системности и последовательности (постепенный переход от более близкого ребенку, лично значимого, к менее близкому);
- принцип дифференциации (создание оптимальных условий для самореализации каждого ребенка в процессе усвоения знаний обж);
- принцип интегративности (реализация программы в сотрудничестве с семьей, учреждениями социума);
- принцип гуманизации (умение педагога встать на позицию ребенка, учесть его точку зрения, не игнорировать его чувства и эмоции, видеть в ребенке полноправного партнера).

1.3. Содержание программы

Учебно-тематический план для групп № 1, 2

№ п/п	Название раздела, темы	Количество учебных часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Раздел I. Введение в программу	2	1	1	
1.1	Вводная диагностика. Вводный инструктаж по ТБ	1	1	-	Анкетирование тестирование
1.2	Экскурсия	1	-	1	Опрос наблюдение
2	Раздел II. Специальная физическая подготовка	6	1	5	Зачёт
3	Раздел III. Выживание в условиях природной среды	45	18	27	Зачёт Практическая работа
3.1	Тема 1. Основы туристской Подготовка. Туристская подготовка	25	10	15	Зачёт Практическая работа
3.2	Тема 2. Топография и	11	4	7	Чтение карт,

	ориентирование				построение маршрутов
3.3	Тема 3. Основы здорового образа жизни и медицинская подготовка	9	4	5	Опрос Практическая работа
4	Раздел IV. Краеведение	6	1	5	Исследование
5	Раздел V.«Я — спасатель». Начальный курс	8	3	5	Практическая работа
6	Раздел VI. Психологическая подготовка	5	2	3	Анкетирование
7	Итоговое зачётное занятие	2	-	2	Итоговая аттестация

Раздел I. Введение в программу (2 ч.)

Вводная диагностика. Вводный инструктаж по ТБ .

Теория. Знакомство детей с содержанием программы, с предметом изучения. Техника безопасности работы с инструментами, снаряжением, приборами, правилами безопасного поведения на занятиях. Соблюдение порядка на рабочем месте. Знакомство с детьми, их интересами.

Практика. Экскурсия. Знакомство с инфраструктурой школы, лесопарковыми зонами района.

Раздел II. Специальная физическая подготовка (6ч.)

Упражнения на развитие силы. Сгибание и разгибание рук в висе на перекладине. Поднимание и опускание ног на полу. Поднимание и опускание туловища на полу. Сгибание и разгибание рук в упоре на полу, упираясь ногами в пол, гимнастическую скамейку. Приседание на двух и одной ноге. Прыжки и подскоки на одной и двух ногах без отягощения. Броски набивного мяча одной и двумя руками из-за головы, от груди, снизу, сбоку, броски с поворотом туловища.

Упражнения на развитие ловкости. Кувырки, перекаты, перевороты, падения, бег по бревну, прыжки по кочкам, челночный бег, бег с препятствиями, бег змейкой, бег боком и спиной вперед. Подвижные игры «Салки», «Хитрая лиса», «День и ночь», «Море волнуется», «Быстрее шагай, смотри не отставай», «Выбивалы», «Штандер», эстафеты.

Упражнения на развитие выносливости. Бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности, в том числе и по заболоченной, на дистанции от 1 до 5 км. Бег в гору. Бег и прыжки по порошкам. Ходьба на лыжах на дистанции от 1 до 5 км. Плавание различными способами на дистанции от 100 до 200 м. Многократное пробегание отрезков на различные дистанции с изменением скорости темпа и продолжительности бега, в том числе по пересеченной местности. Смешанное передвижение с чередованием бега и ходьбы. Упражнения со скакалкой на максимальное количество подскоков. Марш-броски.

Упражнения на развитие быстроты. Бег с высокого и низкого стартов на дистанции от 30 до 100 м. Быстрое приседание и вставание. Бег со сменой направлений и внезапными остановками. Бег с высоким подниманием бедра и захлестом голени. Бег семенящий, прыжковый бег через препятствия на дистанции от 30 до 100 м. Упражнения со скакалкой на скорость. Подвижные игры «Два мороза», «Мы — веселые ребята», «Перебежки», «Волк во рву», «Салки», «Палочка-выручалочка». Беговые и лыжные эстафеты.

Упражнения на развитие прыгучести. Прыжки на одной или двух ногах на месте и в движении. Прыжки со скакалкой в движении. Прыжки вверх из положения «упора присев». Прыжковый бег и прыжки по ступенькам в заданном темпе. Прыжки по кочкам. Подвижные игры «Удочка», «Волк во рву», «Болото», «Кенгуру». Прыжковые эстафеты.

Упражнения на развитие гибкости. Растягивание мышц всего тела. Упражнения для растягивания мышц шеи, зубчатых, косых мышц живота. Упражнения для растягивания мышц плеча и предплечья, мышц спины, мышц-разгибателей бедра. Упражнения для растягивания мышц-сгибателей бедра и разгибателей голени. Упражнения для растягивания приводящих мышц бедра и растягивания икроножных мышц (сгибателей голени) и ахиллова сухожилия.

Раздел III. Выживание в условиях природной среды (45ч.)

Тема 1. Основы туристской подготовки. Туристская подготовка (25 ч.)

Туристские путешествия, история развития туризма

Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

Краеведение, туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество», основные направления движения. Воспитательная роль туризма.

Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Её роль в подготовке к защите Родины, в выборе профессии и подготовке к предстоящей трудовой деятельности.

Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе.

Волевые усилия и их значение в походах и тренировках. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства,

самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания. Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива.

Общественно полезная работа.

Личное и групповое туристскоеснаряжение.

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного 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 ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

Специальное снаряжение: веревки основные и вспомогательные, страховочные системы, карабины, репшнуры, альпенштоки. Комплектование личного и группового снаряжения и уход за ним. Изготовление самодельного снаряжения и работа с ним. Оборудование для краеведческой работы.

Практические занятия

Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

Организация туристского быта. Привалы иночлеги

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы.), заготовка дров.

Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Сбор сушняка, основные требования к хранению дров. Основные требования к размещению в них личного и группового снаряжения. Способы предохранения палатки от намокания. Основные правила установки и сборки палатки. Отработка совместных действий.

Типы костров и их назначение. Основные правила разведения костра.

Самостоятельная (под присмотром взрослого) работа с пилой.

Особенности разведения костра в разных метеорологических условиях. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Основные требования к уходу за одеждой и обувью в походе, правила их сушки и ремонта в походных условиях. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация ночлегов в помещении. Правила купания.

Практические занятия

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

Подготовка к походу, путешествию

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные образовательные и другие учреждения, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.

Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения.

Практические занятия

Составление плана подготовки 1-3-х дневного похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана-графика движения в 1-3-х дневном походе.

Питание в туристском походе

Правила хранения костровых принадлежностей. Оборудование столовой. Основные требования к соблюдению гигиенических норм и правил безопасности при приготовлении пищи.

Питьевой режим на маршруте. Значение правильного питания в походе. Полезные продукты. Сроки реализации продуктов питания. Особенности питания в однодневном и многодневном походах. Режим питания. Нормы дневного рациона. Современные возможности для сокращения объема дневного рациона (использование сухофруктов, сушеных грибов, сублимированных продуктов, съедобных растений). Составление меню (с помощью взрослого) на день и на весь поход. Требования к упаковке и размещению продуктов в рюкзаках. Технология приготовления пищи на костре.

Организация питания в 2-3 дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. **Практические занятия**

Составление меню и списка продуктов для 1-3-х дневного похода.

Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Изготовление самодельных приспособлений для рыбалки.

Туристские должности в группе

Должности в группе постоянные и временные.

Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе.

Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д.

Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды).

Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

Практические занятия

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

Правила движения в походе, преодоление препятствий

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня.

Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Обеспечение техники безопасности в туристском походе. Что такое тактика движения в туристском походе? Нитка маршрута, план-график

похода. Основные понятия о линейных и кольцевых маршрутах. Особенности радикальных выходов. Запасные варианты маршрута, обоснование их необходимости. «Аварийные» ситуации, их прогноз и способы выхода из них. Организация днёвки.

Движение группы на маршруте. Туристский строй, режим движения, темп, режим походного дня. Обязанности направляющего и замыкающего в группе.

Разведка опасных участков маршрута. Определение способов их преодоления. Естественные препятствия и их характеристика: реки, болота, лесные заросли и завалы, склоны, осыпи, снежники.

Движение на равнине. Техника движения по дорогам и тропам, по травянистой поверхности, через кустарники, по мокрому грунту, по болоту, по песку и камням. Страховка и самостраховка на сложных участках маршрута. Специальное снаряжение (страховочная система, веревки, карабины и т.д.) и его использование. Узлы («проводник простой и двойной», «восьмерка», «прямой», «встречный», «схватывающий» и др.) и техника их вязания.

Броды через реки (равнинные, горные) и техника их преодоления. Обеспечение техники безопасности в походе. Дисциплина как основа безопасности в походах и на занятиях. Техника безопасности на занятиях в помещении и на улице, при переездах на транспорте и во время преодоления естественных препятствий. Как вести себя в незнакомом населенном пункте? Местное население и взаимоотношения с ним.

Субъективные и объективные опасности в туризме. Объективные опасности: резкие изменения погоды, солнечные ожоги, обморожения, стихийные бедствия, технически сложные участки маршрута, дикие животные и ядовитые змеи и насекомые. Субъективные опасности: слабая физическая, техническая и моральная подготовка участников похода, низкая дисциплина, недооценка сложности препятствий, пренебрежение страховкой, несоблюдение правил безопасного поведения во время движения и на привале (острые и колющие предметы, огонь и пр.). Прогноз возможной опасности и умение минимизировать ее.

Особенности поведения в природной среде. Правила поведения при общении с природой и животным миром. Опасные явления природы, их возникновение и последствия. Правила безопасного поведения при акклиматизации. Меры предосторожности во время грозы. Ядовитые растения, опасные животные и насекомые. Первая помощь при отравлении, укусе змеи или насекомых. Правила безопасного поведения на воде. Умение обращаться с огнем в лесу.

Подведение итогов туристского похода. Анализ действий участников похода. Отчеты о выполнении своих функциональных обязанностей тех, кто находился на постоянных должностях в походе. Обработка собранных материалов. Выполнение участниками похода творческих работ: фоторепортаж, видеофильм, стенгазета, коллекции и т. д. Оформление дневниковых записей похода. Подготовка экспонатов музея. Отчетные вечера, выставки по итогам похода.

Ремонт и сдача туристского инвентаря и снаряжения.

Практические занятия

Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.

Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий

Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности.

Практические занятия

Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте.

Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком.

Использование простейших узлов и техника их вязания.

Правила поведения в незнакомом населенном пункте.

Взаимоотношения с местным населением.

Практические занятия

Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

Подведение итогов похода

Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы.

Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеофильма, коллекций и пособий. Выполнение творческих работ участниками похода. Составление отчета для организации, давшей задание.

Ремонт и сдача инвентаря, взятого на прокат. Подготовка экспонатов для школьного музея. Отчетные вечера, выставки по итогам походов.

Оформление значков и спортивных разрядов участникам.

Практические занятия

Составление отчета о походе. Ремонт и сдача инвентаря. Подготовка экспонатов для школьного музея и предметных кабинетов.

Туристские слеты и соревнования

Задачи туристских слетов и соревнований. Организация слетов, судейская коллегия, участники. Положения о слете и соревнованиях, условия проведения. Выбор места проведения, размещения участников и судей, оборудование места соревнований. Порядок проведения, информация. Подведение итогов и награждение победителей. Медицинское обеспечение. Охрана природы. Подготовка инвентаря и оборудования, необходимого для проведения соревнования и оформления мест проведения.

Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о

дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников. Личное и командное снаряжение участников. Меры безопасности при проведении туристских слетов и соревнований.

Практические занятия

Участие в туристских соревнованиях школы, учреждения дополнительного образования, района в качестве участников.

Тема 2. Топография и ориентирование (11ч.)

Понятие о топографической и спортивной карте

Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов.

Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации.

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координаты точек на карте.

Назначение спортивной карты, её отличие от топографической карты. Масштабы спортивной карты.

Способы и правила копирования карт. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Практические занятия

Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты.

Условные знаки

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезывод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практические занятия

Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

Ориентирование по горизонту, азимут

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

Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо ("Роза направлений").

Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник.

Практические занятия

Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

Компас. Работа с компасом

Компас. Типы компасов. Устройство компаса. Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

Практические занятия

Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута

на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, "бабочки" и т.п.).

Измерение расстояний

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица переводов шага в метры. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

Практические занятия

Измерение своего среднего шага (пары шагов), построения графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

Способы ориентирования

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейные, точечные, звуковой ориентир, ориентир-цель, ориентир - маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления,

использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.

Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути).
Протокол движения.

Практические занятия

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини- маршрута, движение по легенде.

Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки

Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута на Солнце в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, её нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировок, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, выходе к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

Практические занятия

Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий восстановления местонахождения.

Тема 3. Основы здорового образа жизни и медицинская подготовка (9ч.)

Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний.

Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание).

Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличение сопротивляемости организма к простудным

заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Систематические занятия физическими упражнениями, как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

Практические занятия

Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

Походная медицинская аптечка.

Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки.

Назначение и дозировка препаратов: ампульные, таблеточные, порошковые, линименты, смазки. Различия в принципе действия. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Перечень и назначение, показания и противопоказания применения лекарственных препаратов. Новейшие фармакологические препараты.

Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

Практические занятия

Формирование походной медицинской аптечки.

Основные приемы оказания первой доврачебной помощи

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм.

Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги.

Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся.

Пищевые отравления и желудочные заболевания. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Практические занятия

Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

Приемы транспортировки пострадавшего

Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках- плетенках из веревок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах

различной локализации.

Практические занятия

Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки.

Раздел IV. Краеведение (6ч.)

Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.

Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление края. Транспортные магистрали. Промышленность.

Экономика и культура края, перспектива его развития. Сведения о прошлом края. Памятники истории и культуры. Знатные люди края, их вклад в его развитие. История своего населенного пункта.

Практические занятия

Знакомство с картой Калининградской области. "Путешествия" по карте. Проведение краеведческих викторин.

Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев.

Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, музеи края. Краеведческие и мемориальные музеи, народные и школьные музеи. Экскурсии на предприятия, на стройки, в учреждения и организации. Сбор сведений об истории края в архивах, военкоматах, общественных организациях.

Практические занятия

Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов.

Изучение района путешествия

Сбор краеведческого материала о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого похода, посещение музеев и т.п. Подготовка докладов о районе похода: по истории, климату, рельефу, флоре, фауне ит.д.

Практические занятия

Подготовка и заслушивание докладов по району предстоящего похода.

Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры

Краеведческая работа - один из видов общественно-полезной деятельности. Выполнение краеведческих заданий: сбор материалов по истории, поисковая работа, запись воспоминаний участников и очевидцев памятных событий. Метеорологические наблюдения. Гидрологические наблюдения. Изучение растительного и животного мира. Геологический поиск.

Простейшие приборы для краеведческой и исследовательской работы. Работа в музеях, архивах, библиотеках. Законодательство по охране природы.

Природоохранительная деятельность туристов.

Охрана памятников истории и культуры.

Работа среди местного населения: оказание помощи одиноким и престарелым, организация концертов и встреч.

Практические занятия

Проведение различных краеведческих наблюдений. Сбор материалов для школьного музея, предметных кабинетов. Знакомство с краеведческими объектами. Изучение краеведческой литературы.

Раздел V. «Я — спасатель». Начальный курс (8ч.)

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Чрезвычайные ситуации: мифы и легенды. Причины возникновения чрезвычайных ситуаций, их характеристика, поражающие факторы и последствия. Хроника крупнейших катастроф. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее предназначение и задачи. МЧС России. Поисково-спасательная служба. Спасатели.

Понятия «опасность» и «безопасность», определение опасных факторов. Классификация ЧС в зависимости от характера источника: природные и техногенные.

Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, извержения вулканов, лавины, оползни, сели, камнепады, обвалы, смерчи, шквалы, ураганы (12—15баллов), бури (9—11баллов), цунами, лесные и торфяные пожары, наводнения и т. д.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: катастрофы, аварии, взрывы, обрушения, пожары и т. д.

Опасности в повседневной жизни. Взаимодействие человека в процессе жизнедеятельности с окружающей его средой (природной, социальной, производственной), потенциальная опасность этого взаимодействия. Оправданный и неоправданный риск. Смелость и безрассудство. Методы оценки опасных ситуаций, способы выхода из них.

Бытовая среда. Источники и виды негативных факторов бытовой среды и их взаимосвязь с состоянием окружающей среды. Положительный микроклимат и комфортные условия жизнедеятельности. Требования к системе освещения жилых помещений, шум и его влияние на здоровье человека. Электробытовые приборы и возможные опасности при их использовании. Воздействие на человека электрического тока. Факторы, влияющие на исход электротравмы. Меры безопасности при пользовании электроэнергией в помещениях и вне помещений. Первая помощь пострадавшему от удара электрическим током. Ионизирующее излучение и его действие на организм человека, меры предосторожности.

Пожары в жилых помещениях и причины их возникновения. Опасные факторы горения: температура, задымление, продукты горения. Способы пожаротушения. Использование подручных средств при тушении пожаров. Правила поведения и действия при возникновении пожаров. Меры предох-

ранения от получения ожогов, от отравлений газом и дымом. Первая помощь пострадавшим при пожаре.

Источники загрязнения окружающей среды. Способы защиты и вредного воздействия загрязненной среды на человека: герметизация жилья, очистка воздуха в квартире, водоочистка, контроль качества продуктов и соблюдение сроков их хранения и т. д.

Средства бытовой химии и меры предосторожности при их использовании. Первичная помощь при отравлениях и ожогах средствами бытовой химии.

Особенности города как искусственной среды обитания человека. Зоны повышенной опасности. Транспорт — зона повышенного риска. Правила поведения на транспорте разного вида и действия в случае дорожно-транспортных происшествий.

Аварии и катастрофы на промышленных предприятиях и их последствия. Оповещение населения об аварии, катастрофе, стихийном бедствии и способы защиты от их последствий.

Источники социальной опасности. Формы социально опасного поведения людей. Зоны повышенной криминогенной опасности: вокзалы, стадионы, рынки, гипермаркеты, метро и пр. Меры по обеспечению сохранности личных вещей во время поездок. Безопасность своего жилища и личных транспортных средств.

Толпа и ее виды. Поведение в толпе. Толпа в замкнутом пространстве. Выживание в уличной толпе.

Индивидуальные средства защиты и работа в них. Средства защиты органов дыхания. Классификация индивидуальных средств защиты органов дыхания. Респираторы, назначение и применение. Противогазы, их назначение, устройство и правила пользования.

Средства защиты головы. Каски, их классификация, назначение и применение.

Средства защиты кожи: ОЗК, L-1. Их назначение и применение. Нормативы и правила надевания средств индивидуальной защиты.

Раздел VI. Психологическая подготовка (5ч.)

Профессионально важные качества спасателя. Единство профессиональной и личностной подготовки спасателя. Требования к личности спасателя в современном обществе. Тестирование на готовность овладеть специальностью «спасатель». Самоанализ. Ведение личных дневников достижений. Встречи с лучшими специалистами пожарно-спасательной службы. Наблюдения за работой бригады спасателей на вызове.

Психологическая подготовка юных спасателей к действию в чрезвычайных ситуациях. Психологические аспекты выживания. Страх. Способы борьбы со страхами. Паника. Как ее избежать?

Воля и значение ее развития в тренировках и походах. Воспитание волевых качеств, таких, как целеустремленность, настойчивость и упорство,

самостоятельность и инициатива, решительность и смелость, выдержка и самообладание.

Риск, рискованная ситуация. Как их избежать?

Ссоры и конфликты в походе, их причины и способы это предотвратить. Принципы и правила взаимоотношений в группе. Принцип обязательности единых требований ко всем. Психологический тренинг по формированию межличностных отношений («Знакомство», «Если друг оказался вдруг...», «От улыбки станет всем светлей», «Щедрость и жадность»), по отработке действий в опасной, криминогенной ситуации, по отработке способов преодоления страхов.

Методы управления психическим состоянием юных спасателей в условиях командных действий. Волнение. Как с ним справиться? Приемы психической саморегуляции. Аутотренинг. Коллектив, команда (понятия, принципы взаимоотношений). Обучение приемам психической саморегуляции, аутотренингу. Игры с двойными правилами («Чай-чай, выручай!», «Два Мороза» и т. п.), «Палочка-выручалочка», парные эстафеты. Психологический тренинг по отработке способов действий в паре, патруле (3—5 человек), команде (5—8 человек).

Итоговое зачётное занятие (2ч.)

1.4. Планируемые результаты

В результате изучения курса «Школа безопасности»

Обучающийся научится:

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах, готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи, классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- оказывать первую помощь при ушибах, растяжениях, вывихах, переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах, при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;

- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

Обучающийся получит возможность научиться:

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

Результаты освоения данного курса оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее — частное — конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностным результатами.

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и

- построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
 - формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
 - освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
 - развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
 - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
 - формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
 - осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
 - формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных

ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

2.Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график для групп № 1, 2

№ занятия	Название раздела, темы	Количество учебных часов			Дата
		всего	теория	практика	
	Раздел I. Введение в программу	2	1	1	
1.	Вводная диагностика. Вводный инструктаж по ТБ	1	1	-	
2.	Экскурсия. Знакомство с инфраструктурой школы, лесопарковыми зонами района	1	-	1	
	Раздел II. Специальная физическая подготовка	6	1	5	
3.	Понятие о специальной физической подготовке, её назначение. Упражнения на	1	1	1	

	развитие силы				
4.	Упражнения на развитие ловкости	1	-	1	
5.	Упражнения на развитие выносливости	1	-	1	
6.	Упражнения на развитие быстроты	1	-	1	
7.	Упражнения на развитие прыгучести	1	-	1	
8.	Упражнения на развитие гибкости	1	-	1	
	Раздел III. «Выживание в условиях природной среды»	45	18	27	
	Тема 1. Основы туристской Подготовки. Туристская подготовка	25	10	15	
9.	Туризм, виды туризма. История развития туризма	1	1	-	
10.	Туристское снаряжение. Личное снаряжение	1	-	1	
11.	Групповое снаряжение и требования к нему. Специальное снаряжение	1	1	-	
12.	Подготовка снаряжения. Укладка рюкзаков, палаток. Работа со снаряжением	1	-	1	
13.	Подготовка к походу	1	1	-	
14.	Подготовка к походу, путешествию. Разработка маршрута, определение графика движения	1	-	1	
15.	Туристские должности в группе	1	-	1	
16.	Организация туристского быта	1	1	-	
17.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	1	-	1	
18.	Питание в туристском походе	1	-	1	

19.	Способы обеззараживания питьевой воды	1	-	1	
20.	Понятие об автономном существовании человека	1	1	-	
21.	Разработка плана действия в экстремальных условиях	1	-	1	
22.	Сигналы бедствия	1	1	-	
23.	Жилище	1	-	1	
24.	Добывание огня	1	-	1	
25.	Добывание пищи в экстремальной ситуации	1	-	1	
26.	Технология приготовления пищи на костре	1	-	1	
27.	Техника преодоления препятствий и тактика движения	1	1	-	
28.	Техника преодоления препятствий и тактика движения	1	-	1	
29.	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий	1	1	-	
30.	Особенности поведения в природной среде	1	1	-	
31.	Ремонт и сдача туристского инвентаря и снаряжения	1	-	1	
32.	Подведение итогов туристского похода	1	-	1	
33.	Туристские слеты и соревнования	1	1	-	
	Тема 2. Топография и ориентирование	11	4	7	
34.	Понятие о топографии. Значение топографии в народном хозяйстве и военном деле. Топографические карты	1	1	-	
35.	Топографические условные знаки	1	1	-	

36.	Рельеф местности и его изображение на картах. Чтение карт	1	-	1	
37.	Ориентирование на местности. Приборы для ориентирования на местности	1	1	-	
38.	Компас. Работа с компасом	1	-	1	
39.	Азимут. Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту	1	1	-	
40.	Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту	1	-	1	
41.	Определение расстояний на местности и на карте	1	-	1	
42.	Ориентирование на местности по местным признакам	1	-	1	
43.	Изготовление картосхем маршрута	1	-	1	
44.	Действия в случае потери ориентировки	1	-	1	
	Тема 3. Основы здорового образа жизни и медицинская подготовка	9	4	5	
45.	Личная гигиена туриста	1	1	-	
46.	Профилактика различных заболеваний	1	-	1	
47.	Походная медицинская аптечка	1	1	-	
48.	Походная медицинская аптечка	1	-	1	
49.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	1	1	-	
50.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	1	-	1	
51.	Тренировочные занятия по оказанию первой помощи условно пострадавшему	1	-	1	
52.	Приемы транспортировки пострадавшего	1	1	-	

53.	Приемы транспортировки пострадавшего	1	-	1	
	Раздел IV. Краеведение	6	1	5	
54.	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки	1	1	-	
55.	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	1	-	1	
56.	Сбор и обработка краеведческого материала о районе похода	1	-	1	
57.	Сбор и обработка краеведческого материала о районе похода. Построение маршрута	1	-	1	
58.	Общественно полезная работа в путешествии	1	-	1	
59.	Природоохранная деятельность во время похода. Приведение в порядок памятников истории и культуры, воинских захоронений	1	-	1	
	Раздел V. «Я — спасатель». Начальный курс	8	3	5	
60.	Чрезвычайные ситуации природного характера. МЧС России. Поисково-спасательная служба. Спасатели	1	1	-	
61.	Наводнения. Ликвидация чрезвычайных ситуаций	1	-	1	
62.	Пожары. Средства пожаротушения	1	-	1	
63.	Лесные и торфяные пожары	1	-	1	
64.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1	1	-	
65.	Опасности в повседневной жизни. Источники социальной опасности	1	-	1	

66.	Толпа. Поведение в толпе	1	1	-	
67.	Индивидуальные средства защиты и работа в них	1	-	1	
	Раздел VI. Психологическая подготовка	5	2	3	
68.	Психология поведения людей в экстремальных ситуациях. Страх и паника. Психологические аспекты выживания	1	1	-	
69.	Психологическая подготовка юных спасателей к действию в чрезвычайных ситуациях. Воля. Воспитание волевых качеств	1	1	-	
70.	Риск, рискованная ситуация. Как их избежать?	1	-	1	
71.	Профессионально важные качества спасателя	1	-	1	
72.	Методы управления психическим состоянием юных спасателей в условиях командных действий	1	-	1	
73.	Итоговое зачётное занятие	1	-	1	
74.	Итоговое зачётное занятие	1	-	1	

Календарный учебный график(продолжительность учебного года)

Начало учебного блока – 01.09.2020 г.

Конец первого полугодия – 30.12.2020 г. – 17 недель.

Начало второго полугодия – 11.01.2021 г.

Конец учебного блока – 31 мая 2021 г.

Продолжительность всего учебного блока – 37 недель.

2.2. Условия реализации программы

Для проведения теоретических и тренировочных занятий по программе «Школа безопасности» используются следующие ресурсы: спортивный зал, тренажёрный зал, площадка пообщественной физической подготовке, кабинет ОБЖ, стадион школы. Также предусмотрено проведение занятий в лесопарковых зонах города.

Используется необходимое оборудование:

- мебель учебная (парты, стулья, доска);
- технические средства обучения (проектор, компьютер);
- шкафы для хранения наглядных пособий, приборов, инструментов, туристического оборудования;
- дидактический материал: иллюстрации, фотографии, карты, таблицы, схемы, справочники, познавательная литература, видеоматериалы, презентации по темам;
- контрольно-измерительные материалы (тесты, анкеты).

2.3. Формы аттестации (контроля)

Для оценки результативности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа безопасности» применяются входящий, текущий, промежуточный и итоговый виды контроля.

Входящая диагностика осуществляется при комплектовании группы в начале учебного года. Цель - определить исходный уровень знаний учащихся, определить формы и методы работы с учащимися. Формы оценки – анкетирование, собеседование.

Текущая диагностика осуществляется после изучения отдельных тем, раздела программы. В практической деятельности результативность оценивается качеством выполнения практических - творческих работ. Анализируются отрицательные и положительные стороны работы, корректируются недостатки. Контроль знаний осуществляется с помощью заданий педагога дополнительного образования (тесты, викторины); взаимоконтроль, самоконтроль и др. Они стимулируют работу учащихся.

Промежуточный контроль осуществляется в конце I полугодия учебного года. Формы оценки: тестирование, участие в конкурсах.

Итоговый контроль осуществляется в конце учебного года. Формами оценки могут быть зачётное занятие, поход, исследовательская работа, др.

Мониторинг личностного развития учащегося в процессе освоения им дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы будет осуществляться по 4 направлениям.

Каждое направление – это соответствующий блок личностных качеств.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностики
1. Организационно-волевые качества 1.1. Терпение	Способность переносить нагрузки в течение определенного времени	- терпения хватает меньше чем на половину занятия	1	Наблюдение
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	- терпения хватает больше чем на половину занятия	2	
1.3. Самоконтроль	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	- терпения хватает на все занятие	3	
	Умение контролировать свои поступки	- волевые усилия побуждаются извне	1 2 3	
		- иногда самим ребенком	1	
		- всегда самим ребенком	2 3	
		- постоянно находится под воздействием контроля извне	1	
		- периодически контролирует себя сам	2	
		- постоянно контролирует себя сам	3	
2. Ориентационные качества 2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	- завышенная - заниженная - нормальная (адекватная)	1 2 3	
2.2. Интерес к занятиям				Анкетирование

	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы	- интерес к занятиям продиктован извне - интерес периодически поддерживается самим ребенком - интерес постоянно поддерживается самим ребенком	1 2 3	
3. Поведенческие качества 3.1. Тип сотрудничества. Отношение к общим делам	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	- избегает участия в общих делах - участвует при побуждении извне - инициативен в общих делах	1 2 3	Наблюдение
4. Творческие способности	Креативность в выполнении поставленных задач	- начальный уровень - репродуктивный уровень - творческий уровень	1 2 3	Анкетирование

Критерии оценки личностного развития:

- 10 – 12 баллов – низкий уровень развития;
- 13 – 21 балл – средний уровень развития;
- 22 – 30 баллов – высокий уровень развития

Способы проверки результатов. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, опроса, выполнения обучающимися индивидуальных и командных заданий.

Итоговый контроль осуществляется в конце учебного года.

Формами итогового контроля могут быть зачётное занятие, поход, исследовательская работа, др. Также учитывается: участие обучающихся в соревнованиях по краеведению, туристском лагере, спортивному ориентированию, сдача норм ГТО и т.п.

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.

3. ПРИМЕНЯЕМОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1	Манекен	шт.	1
2	Комплект шин иммобилизационных вакуумных	шт.	1
3	Носилки спасательные	шт.	2
4	Боевая одежда пожарного	шт.	1
5	Палатка туристическая с тентом четырёхместная	шт.	2
6	Курвиметр	шт.	2
7	Каска туристическая	шт.	1
8	Рюкзак	шт.	2
9	Спальный мешок	шт.	2
10	Противогаз	шт.	6
11	Компас жидкостный	шт	15
12	Сидушка	шт.	5
13	Оборудование для приготовления пищи (примуса, газовые плиты, горелки и т.д.)	шт	1
14	Комплект котелков для приготовления пищи (8, 9, 10 л)	комплект	1
15	Фотоаппарат	шт.	1

4. Список литературы

- Абаскалова, Н. П. А13 Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности [Текст]: Учеб. пособие / Н. П. Абаскалова. — Новосибирск: Сиб. унив. изд-во, 2008.
- Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М., ЦДЮТур МО РФ,1996.
- Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. М., Профиздат,1985.
- Антропов К., Расторгуев М. Узлы. М., ЦДЮТур РФ,1994.
- Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение,1981.
- Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М., ЦРИБ "Турист",1983.
- Волович В.Г. Академия выживания. – М.: ТОЛК,1996.
- Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. - М.: Знание,1990.
- Ганопольский В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода. М., ЦРИБ "Турист",1986.
- Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я., Булатов В.Г. Туризм и спортивное ориентирование.

- Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. М., Издательский дом "Вокруг света",1994.
- Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., Профиздат,1997.
- Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. М., ЦРИБ "Турист",1985
- Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., ЦДЮТур МОПО РФ,1997.
- Куликов В.М. Походная туристская игротка. Сборники N 1,2. М., ЦДЮТур МО РФ,1994.
- Краткий справочник туриста. М., Профиздат,1985.
- Огородников Б.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. М., ФиС,1989.
- Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристской группы. М., ЦРИБ "Турист",1981.
- Основы медицинских знаний учащихся. Под ред. Гоголева М.И. М., Просвещение,1991.
- Поляков, В. В.Безопасность человека в экстремальных ситуациях / В. В. Поляков, Е. А. Сербаринов. - М, 1992.
- Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах. -М.: Воениздат, 1990.
- Проблемы безопасности при чрезвычайных ситуациях. - М: ВИМИТ,
- Рыжавский Г.Я. Биваки. М., ЦДЮТур МО РФ,1995.
- Справочник путешественника
икраевода.Под.ред.ОбручеваС.Вгос.издательство

географической литературы,1949-50.

- Справочник лекарственных растений. - М., 1999.
- Справочные данные о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и экологического происхождения. - Ч. 2. - М.: МЧС, 1995.
- Спутник туриста. М., ФиС,1963.
- Стрижев Ю.А. Туристу о природе. М., Профиздат,1986.
- Усыскин Г.С. В классе, в парке, в лесу. М., ЦДЮТур МО РФ,1996.
- Штюмер Ю.А. Профилактика туристского травматизма. М., ЦРИБ "Турист",1992.
- Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., ФиС,1983.
- Штюмер Ю.А. Охрана природы и туризм. М., ФиС,1974.
- Штюмер Ю.А. Туристу об охране природы. М., Профиздат,1975.

**Аннотация
дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы**

Наименование ОО	МАОУ СОШ №14
Направленность программы	Туристско-краеведческая
Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности»
Цель программы	Формирование культуры безопасности школьников через развитие качеств, обеспечивающих безопасную жизнедеятельность, через познание себя и других; формирование готовности школьников к отношениям в обществе и преодолению жизненных трудностей, проверка своих сил и возможностей, активное самовоспитание
Вид программы	Самостоятельно-разработанная
Срок реализации	1 год
Уровни программы	Стартовый
Когда и где рассмотрена	На заседании педсовета 26 мая 2020 года. Протокол № 14
Возраст обучающихся	Средний школьный возраст (12-15 лет)
ФИО автора-составителя	Мирошниченко Вадим Александрович
Сведения о педагоге, реализующем программу	Мирошниченко Вадим Александрович, учитель физической культуры, высшее образование
Аннотация программы	<p>Актуальность программы «Школа безопасности» в том, что программа направлена на формирование системы компетенций, обеспечивающих личную безопасность, обусловлена её практической значимостью. Подростки смогут применять полученные знания и практический опыт в экстремальных ситуациях. Смогут применять знания и навыки в походах, выживании в природных условиях, в соревнованиях по спортивному туризму, спортивному ориентированию, краеведению. Данная программа предназначена к реализации для обучающихся в возрасте 12-15 лет.</p> <p>Новизна и актуальность программы обусловлена включением проблемной технологии, тренировочных упражнений в экстремальных ситуациях на природе, быту, транспорте, дома, на улице.</p> <p>Новизна программы ещё и в том, что в курсе рассматриваются вопросы физической и психологической подготовки подростков к выживанию в экстремальных ситуациях. Программа содержит элементы патриотического воспитания: обеспечение школьников знаниями и умениями, необходимыми для освоения обязанностей защитника Отечества, повышения интереса к занятиям физической культурой и спортом, изучение родного края</p>

	<p>Все зачисленные в объединение обучающиеся делятся на две возрастные категории - первая группа (12-13 лет) и вторая группа (14-15 лет). Продолжительность обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Школа безопасности» составляет один год. Основной учебно-тематический план составлен на 74 часа в год. Обучающиеся по данной программе могут заниматься (в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.4.3172-14) для каждой возрастной группы: 2 раза в неделю по 1 часу, 1 раз в неделю по 2 часа, продолжительность занятия составляет 40 минут. Количество обучающихся в группе – 15 чел.</p> <p>Преобладающие формы организации учебного процесса при реализации программы «Школа безопасности»: практические работы, экскурсии, выполнение исследовательских работ, туристические походы, сборы, участие в соревнованиях, просмотр обучающих фильмов др.</p> <p>Формы обучения – очная.</p>
<p>Прогнозируемые результаты</p>	<p>В результате изучения курса «Школа безопасности»</p> <p>Обучающийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> • классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах, готовиться к туристическим походам; • адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах; • адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности; • добывать и поддерживать огонь в автономных условиях; • добывать и очищать воду в автономных условиях; • добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях; • подавать сигналы бедствия и отвечать на них; • использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи, классифицировать средства оказания первой помощи; • оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении; • оказывать первую помощь при ушибах, растяжениях, вывихах, переломах; • оказывать первую помощь при ожогах, при отморожениях и общем переохлаждении; • оказывать первую помощь при отравлениях; • оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе; • оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей. <p>Обучающийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> • классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках; • готовиться к туристическим поездкам; • адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках; • владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия

решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

Результаты освоения данного курса оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее — частное — конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностным результатами.

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного

поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и

совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

