

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ» ГОРОДСКОГО ОКРУГА
ЗАКРЫТОЕ АДМИНИСТРАТИВНО-ТЕРРИТОРИАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
ГОРОД МЕЖГОРЬЕ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

ПРИНЯТО
Решением педагогического совета
Протокол № 1 от 04.09.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО ЦВР
_____ Н.Х. Горелова
Приказ № 56 от 04.09.2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»**

Уровень освоения программы: базовый
Возраст учащихся: 11-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:
Ручкин Владимир Васильевич,
педагог дополнительного образования

г. Межгорье
2024 г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ» ГОРОДСКОГО ОКРУГА ЗАКРЫТОЕ
АДМИНИСТРАТИВНО-ТЕРРИТОРИАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
ГОРОД МЕЖГОРЬЕ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

ПРИНЯТО
Решением педагогического совета
Протокол № 1 от 04.09.2024 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО ЦВР
Н.Х. Горелова
Приказ № 56 от 04.09.2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности**

«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»

Уровень освоения программы: базовый
Возраст учащихся: 11-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:
Ручкин Владимир Васильевич,
педагог дополнительного образования

г. Междуречье
2024 г.

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы

«Безопасность – это состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз»

Статья 1 Закона РФ «О безопасности»

Жизнь современного человека выдвигает на первый план проблемы укрепления физического, духовного и нравственного здоровья подрастающего поколения.

Чем больше подросток получает информации, приобретает практических навыков, чем серьезнее психологическая подготовка к всевозможным социальным и природным катаклизмам, тем выше его эмоционально-волевая устойчивость. Людей, обладающих ею, называют сильными. Сильные люди умеют распорядиться своими знаниями и опытом на пользу себе и окружающим, готовы прийти на помощь другим, решают проблемы гуманными, законными путями.

Программа «Школа безопасности» является модифицированной, имеет **физкультурно-спортивную направленность**, разработана на основе методических рекомендаций по содержанию, организации и проведению слетасоревнования Всероссийского детско-юношеского движения «Школа безопасности», программы «Основы безопасности жизнедеятельности» Смирнова А.Т.

Содержание и материал программы организованы в соответствии с базовым уровнем сложности. Программа ориентирована на создание у учащихся 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 ОБиЗР, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности.

Программа разработана на основе следующих **нормативных документов**:

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

- Закон «Об образовании в Республике Башкортостан» от 1 июля 2013 года № 696-з;
- Конституция Российской Федерации (12.12.1993);
- Конституция Республики Башкортостан (24.12.1993);
- Конвенция о правах ребенка (утверждена Генеральной ассамблеей ООН 20.11.1989г.);
- ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.06.1998 г. № 124-ФЗ;
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 (с изменениями на 02.02.2021 г.);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678 – р.;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 629 от 27.08.2022 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (зарегистрировано в Минюсте Российской Федерации 18.09.2017 г. № 48226);
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 05.05.2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по

- проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Приказы, распоряжения, письма Министерства просвещения Российской Федерации, Министерства образования Республики Башкортостан, ООКМПИС Администрации ЗАТО Межгорье Республики Башкортостан;
 - Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Регионального модельного центра дополнительного образования детей Республики Башкортостан;
 - Устав и локальные акты МБУДО ЦВР ЗАТО Межгорье Республики Башкортостан.

Новизна программы в том, что в ней предложена система поведенческих алгоритмов действий в экстремальных ситуациях, рассмотрены психологические основы выживания в природных условиях.

Актуальность. Современная цивилизация изнежила человека. Но опасности встречаются нами на каждом шагу, как в городе, так и в природе, а современный человек в большинстве случаев не имеет элементарных знаний и навыков поведения при угрозе жизни. Родители и учителя несут существенную долю вины за то что, не позаботились сделать подрастающему поколению «прививку» от постоянного благодушия относительно сохранения ими собственной жизни в экстремальных ситуациях.

В настоящее время обществом ставится задача не только обучения детей основам жизнедеятельности, но и более широкая – формирование у них культуры безопасности жизнедеятельности.

Для эффективного обучения детей безопасной жизнедеятельности необходимо успешное усвоение знаний, выработка умений и навыков, а также желание, заинтересованность в обеспечении собственной безопасности и безопасности окружающих. Основанная цель при этом – достижение такого уровня развития детей, их творческих сил и способностей, при которых они сумеют эффективно обезопасить свою жизнедеятельность, имея соответствующую мотивацию.

Педагогическая целесообразность программы «Школа безопасности» заключается в совершенствовании правового, нравственного, эстетического, экономического и экологического понимания задач безопасности жизнедеятельности, формировании взглядов, убеждений, идеалов жизненной позиции, согласующихся с Декларацией прав человека и Концепцией национальной безопасности Российской Федерации.

Отличительные особенности данной программы от других существующих программ состоит в том, она разработана на основе различных

направлений таких как: физическая подготовка, навыки туризма, медицинские знания, пожарное - прикладное мастерство, а так включены пункты ОБиЗР.

Практическая значимость данной программы заключается в приобретении знаний, навыков, жизненного опыта и поведения при нахождении в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

Адресат программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» предназначена для детей в возрасте 11-17 лет. Для занятий по данной программе принимаются все желающие, независимо от интеллектуальных и физических способностей детей, в том числе возможна реализация программы для учащихся с ограниченными возможностями здоровья.

Для возраста 11-17 лет характерно развитие познавательных процессов, которые достигают такого уровня, что обучающиеся оказываются практически готовыми к выполнению всех видов умственной работы взрослого человека, включая самые сложные. Познавательные процессы делаются более совершенными и гибкими, причем развитие средств познания очень часто опережает собственно личностное развитие. Дети проявляют большую способность к теоретическим рассуждениям и самоанализу. Для данного возраста характерны готовность и способность полноценно включаться в реальные сложные проекты, работать в коллективе единомышленников для совместной продуктивной деятельности.

Объем, возраст учащихся и сроки освоения программы. Программа рассчитана на 1 года обучения, для учащихся 11-17 лет. Время, отведенное на обучение, составляет 324 часа (36 рабочих недель). Занятия проводятся по 9 часов в неделю (3 раза в неделю по 3 часа). В рамках учебных часов предусматривается участие в соревнованиях различного уровня.

Процесс успешного обучения неразрывно связан с активной умственной и физической деятельностью учащихся, индивидуальной и коллективной работой по выполнению в группе и период подготовки к проведению походов и соревнований.

Особенности организации образовательного процесса

Предполагается использование и реализация общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы и максимально возможную практикоориентированность программы.

Форма обучения – очная.

Состав групп до 15 человек.

Формы организации деятельности: групповые, парные, индивидуальные.

Формы организации учебного занятия:

1. Словесные -рассказ, беседа, лекция с элементами беседы;
2. Наглядные - демонстрация плакатов, учебных видео роликов, электронных презентаций, материальной базы;
3. Эвристические-саморазвитие учащихся, активная познавательная деятельность;
4. Практические - отработка нормативов, решение теоретических и практических задач.

Виды занятий:

Вводное занятие – педагог знакомит обучающихся с техникой безопасности, особенностями организации обучения и предлагаемой программой работы на текущий год.

Ознакомительное занятие – педагог знакомит детей с новыми методами работы в тех или иных техниках с различными материалами (обучающиеся получают преимущественно теоретические знания).

Тематическое занятие – детям предлагается работать по определенной теме. Занятие содействует развитию творческого воображения ребенка.

Занятие проверочное – (на повторение) помогает педагогу после изучения сложной темы проверить усвоение данного материала и выявить детей, которым нужна помощь педагога.

Конкурсное игровое занятие- проводится для решения нескольких учебных задач.

Итоговое занятие – подводит итоги работы детского объединения за учебный период.

Используются следующие методы обучения:

- Метод стимулирования учебно-познавательной деятельности: создание ситуации успеха; поощрение и порицание в обучении; использование игр и игровых форм.
- Метод создания творческого поиска.
- Метод организации взаимодействия обучающихся друг с другом (диалоговый).
- Методы развития психологических функций, творческих способностей и личностных качеств обучающихся: создание проблемной ситуации; создание креативного поля; перевод игровой деятельности на творческий уровень.
- Метод гуманно-личностной педагогики.
- Метод формирования обязательности и ответственности.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: формирование у учащихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, практических навыков и умений поведения в экстремальных ситуациях, стремления к здоровому образу жизни, совершенствования морально-психологического состояния и физического развития подрастающего поколения.

Задачи программы:

Предметные (обучающие):

- обучение основам безопасной жизнедеятельности в различной среде обитания;
- формирование специальных знаний, умений, навыков, необходимых для оценки ситуации, опасной для жизни и здоровья, безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- создание условий для формирования технического и тактического мастерства учащихся в ходе занятий, соревнований, тренировок, походов, сборов, лагерей по разным видам спортивного туризма, пожарно-прикладного спорта;
- обучение владению основными туристско-спортивными, техническими, туристско-бытовыми, прикладными знаниями, умениями, навыками.

Метапредметные (развивающие):

- развитие устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, соблюдению личной гигиены;
- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих правильное поведение в экстремальных ситуациях;
- развитие личностных качеств, творческий потенциал, активность;
- развитие самостоятельности, ответственности обучающихся на базе создания благоприятных условий для проявления ими инициативы;
- содействие созданию в коллективе комфортной обстановки, атмосферы благожелательности, сотрудничества, взаимопонимания;

Личностные (воспитательные):

- формирование готовности подрастающего поколения к защите Отечества, действиям в экстремальных ситуациях;
- воспитание волевых качеств: целеустремленность, настойчивость и инициативы, ответственности, товарищества и взаимовыручки;
- воспитание у учащихся ответственности за личную безопасность, ответственное отношение к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Принципы, лежащие в основе программы:

- доступность (соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);

- наглядность (иллюстративность, наличие дидактических материалов);
- демократичность и гуманизм (взаимодействие педагога и ученика в социуме, реализация собственных творческих потребностей);
- научность (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);
- «от простого к сложному» (научившись элементарным навыкам работы, ребенок применяет свои знания в выполнении сложных работ).

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| № п/п | Тема занятий | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
|----------|---|------------------|-----------|-----------|--|
| | | Теория | Практика | Всего | |
| 1 | Вводное занятие. Инструктаж. | 2 | 1 | 3 | тесты, опрос, педагогическое наблюдение, беседа |
| 2 | Психология поведения людей в экстремальных ситуациях | 2 | 1 | 3 | |
| 2.1 | Психика человека в экстремальных ситуациях | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 3. | Первая доврачебная помощь | 14 | 10 | 24 | |
| 3.1 | Общий порядок оказания первой доврачебной помощи | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 3.2 | Личная гигиена | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 3.3 | ПДП при ушибах, укусах, ожогах, отравлениях. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 3.4 | Кровотечение. Виды. Способы остановки | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, индивидуальное задание |
| 3.5 | Перелом, виды переломов. ПДП при переломах. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, индивидуальное задание |
| 3.6 | ПДП при остановке сердца. ИВЛ, непрямой массаж сердца | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, индивидуальное задание |
| 3.7 | Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление носилков. | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, индивидуальное |

| | | | | | |
|-----------|--|-----------|-----------|-----------|---|
| | | | | | задание |
| 4. | Пожарная безопасность | 9 | 12 | 21 | |
| 4.1 | Пожар. Виды пожаров. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдением |
| 4.2 | Средства пожаротушения | 1 | 2 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 4.3 | Действия во время пожара | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 4.4 | Действия пожарного расчета | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, контрольное задание, соревнование |
| 4.5 | Преодоление полосы препятствий (эстафета) | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, контрольное задание, соревнование |
| 5. | Топография | 13 | 11 | 24 | |
| 5.1 | Понятие о топографии. Значение топографии в хозяйстве и военном деле. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 5.2 | Топографические условные знаки. Топографические карты. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 5.3 | Масштаб. Номенклатура. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 5.4 | Рельеф местности и его изображение на картах Приборы для ориентирования на местности. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 5.5 | Азимут. Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, тестовое задание, соревнование, игра |
| 5.6 | Ориентирование на местности. Определение сторон горизонта по местным признакам | 1 | 2 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, тестовое задание, соревнование, игра |
| 5.7 | Определение расстояний на местности и на карте | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, тестовое задание, соревнование, игра |
| 6. | Автономное существование | 22 | 23 | 45 | |
| 6.1 | Понятие об автономном существовании человека. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, групповая |

| | | | | | |
|-----------|---|-----------|-----------|------------|--|
| | | | | | оценка |
| 6.2 | План действия. Сигналы бедствия. Передача информации на расстояние | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование, групповая оценка |
| 6.3 | Добыча воды | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование |
| 6.4 | Добыча огня. Способы хранения и переноса огня | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование |
| 6.5 | Убежище. Изготовление укрытий для ночлега. Сушка, ремонт, изготовление одежды и обуви | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование, групповая оценка |
| 6.6 | Подножный корм. Растительная пища. Приготовление пищи без посуды | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, групповая оценка |
| 6.7 | Подножный корм. Животная пища | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, групповая оценка |
| 6.8 | Ядовитые растения и грибы | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, групповая оценка |
| 6.9 | Встреча с дикими животными | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа групповая оценка, |
| 6.10 | Следы и следопытство | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 6.11 | Снаряжение и НАЗ | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 7. | Туристский маршрут с элементами спасательных работ | 32 | 70 | 102 | |
| 7.1 | Виды туризма. Спас работы. Инструктаж. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, |

| | | | | | |
|------|---|---|----|----|--|
| | | | | | практическая работа |
| 7.2 | Этапы маршрута. Правила соревнований. Прохождение маршрута | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование, групповая оценка |
| 7.3 | Экипировка, снаряжение | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа |
| 7.4 | Узлы | 2 | 10 | 12 | беседа, наблюдение, практическая работа, контрольные задания, соревнование, игра |
| 7.5 | Страховка и самостраховка. | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование |
| 7.6 | Переправы (навесная, параллельная и т.д.). Переброска крюка для наведения переправы. | 2 | 7 | 9 | беседа, наблюдение, практическая работа, индивидуальные задания, соревнование, групповая оценка |
| 7.7 | Обычный и спортивный способ спуска, траверса склона | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование, групповая оценка |
| 7.8 | Способы переправы по бревну с перилами, без перил. | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование, групповая оценка |
| 7.9 | Конец Александра. Подача круга пострадавшему. Спасение пострадавшего со льдины. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, контрольные задания, соревнование, групповая оценка |
| 7.10 | Спасение чучела на воде. Реанимация пострадавшего. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование, групповая оценка |
| 7.11 | Гонка на катамаране (рафте), лодке. | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование, групповая оценка |

| | | | | | |
|-----------|--|----------|----------|-----------|--|
| 7.12 | Переправа вброд. Переправа на подручных средствах | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование, групповая оценка |
| 7.13 | Преодоление болота. Разведение костра в болоте | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование, групповая оценка |
| 7.14 | Транспортировка пострадавшего | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование, групповая оценка |
| 7.15 | Стрельба из пневматического ружья, рогатки | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, соревнование |
| 7.16 | Преодоление полосы препятствий | 2 | 10 | 12 | беседа, наблюдение, практическая работа, индивидуальное задание, соревнование, групповая оценка |
| 8. | Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера | 8 | 7 | 15 | |
| 8.1 | Виды ЧС природного характера. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, групповая оценка |
| 8.2 | Действия при ЧС природного характера | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, групповая оценка |
| 8.3 | Виды ЧС техногенного характера. | 2 | 1 | 3 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, групповая оценка |
| 8.4 | Действия при ЧС техногенного характера | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, создание проблемных заданий, групповая оценка |

| | | | | | |
|------------|---|------------|------------|------------|--|
| 9. | Физическая подготовка | 4 | 80 | 84 | |
| 9.1 | Бег по пересеченной местности, бег с препятствиями, бег с утяжелителями (рюкзак). | 2 | 4 | 6 | беседа, наблюдение, практическая работа, контрольные задания, игры, индивидуальные задания, соревнования. |
| 9.2 | Силовая подготовка. Занятия в зале. Подтягивание, поднимание ног к перекладине. Отжимание от пола, сгибание туловища из положения лежа на спине | 2 | 76 | 78 | беседа, наблюдение, практическая работа, контрольные задания, игры, индивидуальные задания, соревнования. |
| 10. | Итоговое занятие | 2 | 1 | 3 | Тестовые и контрольные задания, педагогическое наблюдение, практическое задание, самооценка обучающихся своих знаний и умений, соревнования. |
| | ИТОГО | 108 | 216 | 324 | |

1.3.2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Раздел 1: Вводное занятие. Инструктаж.

Знакомство с детьми. Задачи и план работы учебной группы курса «Школа безопасности». Организация занятий. Правила внутреннего распорядка. Правила поведения учащихся на занятиях. Инструктаж по ТБ, ПБ.

Раздел 2: Психология поведения людей в экстремальных ситуациях

Влияние опасных факторов окружающей среды на психику человека. Условия возникновения стрессового состояния. Влияние стресса на поведение человека. Способы преодоления, стресса. Пути повышения психологической устойчивости человека к деятельности в условиях экстремальных ситуаций.

Психофизические основы саморегуляции. Основные приемы саморегуляции. Идеомоторная тренировка: сущность и содержание. Место идеомоторной тренировки при обучении правилам поведения в жизнеопасных ситуациях.

Волевая саморегуляция (самовнушение): сущность и содержание. Методика обучения приемам саморегуляции. Групповые и самостоятельные тренировки. Индивидуальные словесные формулы самовнушения.

Раздел 3: Первая доврачебная помощь

Виды повязок и способы наложения на верхнюю конечность, на голову, на туловище, на нижнюю конечность. Основные правила оказания первой медицинской помощи при различных видах повреждений. Характеристика различных видов кровотечений. Способы остановки кровотечения. Первая медицинская помощь при переломах. Правила и способы транспортировки пострадавших по суше и воде. Первая медицинская помощь при отравлениях, укусах змей, утоплении, отравлении, потере сознания. Синдром длительного сдавливания.

Раздел 4: Пожарная безопасность

Причины возникновения пожаров в бытовых условиях. Действия при возникновении пожара дома. подручные средства пожаротушения. Устройство и правила эксплуатации различных видов огнетушителей (пенный, углекислотный, порошковый). Пожарная подготовка. Пожарная эстафета 4 x 100 метров. Причины возникновения лесных пожаров, как их избежать. Действия при попадании в зону пожаров в природных условиях. Пожарно-строевая подготовка и пожарно-прикладной спорт. Основные понятия. Значение подготовки пожарного. Виды пожарно-прикладного вида спорта. Эстафета. Обязанности каждого члена команды при эстафете. Правила передачи эстафеты. Старт эстафеты. Прохождение полосы препятствия каждым членом команды.

Раздел 5: Топография

Значение топографии в народном хозяйстве и в военном деле. Топографические условные знаки. Рельеф местности и его изображение на картах. Приборы для ориентирования на местности. Топографические карты. Определение расстояний на местности и на карте. Азимут. Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту. Ориентирование на местности. Составление картосхем маршрута.

Раздел 6: Автономное существование

Факторы выживания в условиях автономного существования. Обеспечение выживания в условиях автономного существования.

Оценка ситуации, принятие решения, разработка плана действия. Определение времени дня. Подача сигналов бедствия. Оборудование жилища. Добывание огня. Профилактика возможных заболеваний с помощью лекарственных трав.

Раздел 7: Туристский маршрут с элементами спасательных работ

Начальная туристская подготовка. Экипировка, снаряжение, узлы, самостраховка. Поисково-спасательные работы. Наведение навесной переправы. Подача круга пострадавшему. Спасение чучела на воде с помощью плавательных средств, спасение пострадавшего с льдины, реанимация. Транспортировка пострадавшего, переправа на подручных средствах пострадавшего. Прохождение полосы препятствий со снаряжением. Переправа вброд, разведение костра на болоте, топление рюкзака, переброска крюка для наведения переправы, ориентирование. Действия в ЧС природного, техногенного характера.

Раздел 8: Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Виды ЧС природного характера. Действия при ЧС природного характера. Виды ЧС техногенного характера. Действия при ЧС техногенного характера. Извлечение человека из завала.

Раздел 9: Физическая подготовка

Бег по пересеченной местности, бег с препятствиями, бег с утяжелителями (рюкзак). Силовая подготовка. Занятия в зале. Подтягивание, поднятие ног к перекладине. Отжимание от пола, сгибание туловища из положения лежа на спине.

Раздел 10. Итоговое занятие

Подведение итогов работы учебной группы. Проверка теоретических знаний и практических навыков по предмету обучения.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По окончании обучения по данной программе обучающиеся **будут знать:**

- правила выживания в условиях автономии;
- правила выживания при ЧС;

уметь: действовать при возникновении ЧС;

- действовать в условиях автономии;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности:

- для избегания попадания в стрессовые ситуации;
- правильных действий при попадании в ЧС.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ
2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

| № п\п | Дата проведения | | Тема занятия | Кол-во часов | Форма занятия | Форма контроля |
|-------|-----------------|------|--|--------------|----------------------|----------------------|
| | План | Факт | | | | |
| 1. | 16.09.24г | | Вводное занятие. Инструктаж. Планирование работы группы. Анализ деятельности объединения за прошлый год. Итоги республиканских соревнований «Школа безопасности 2023г.». | 3 | лекция | наблюдение |
| 2. | 18.09.24г | | Спортивное ориентирование. Движение по пересеченной местности по азимуту, по карте и координатам. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 3. | 20.09.24г | | Снаряжение. Страховочные системы. Веревки. Способы бухтования веревки. Карабины. Виды. Способы надевания. Блокировка страховочной системы, виды и способы. Вязка узлов. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 4. | 23.09.24г | | Преодоление элементов полосы препятствий: «Спуск», «Подъем». Организация перил на этапе «спуск по склону с само страховкой по перилам, с командной верхней страховкой». | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 5. | 25.09.24г | | Мини поход. Сооружение жилища, добывание огня с помощью кресала, лупы, «лучка», разведение костра, приготовление пищи. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 6. | 27.09.24г | | Понятие о масштабе карты. Оформление карт. Их отличительные свойства. Различия топографических и спортивных карт. Ориентирование по спутниковой карте. | 3 | Практическое занятие | соревнование |
| 7. | 30.09.24г | | Отдельные технические приемы: «Переправа первого участника по бревну через реку, через овраг», укладка бревна командой. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 8. | 02.10.24г | | Траверса склона участником, идущим на командной страховке (траверс первым участником). Организация | 3 | Практическое занятие | практическое задание |

| | | | | | | |
|-----|-----------|--|--|---|--------------------------|----------------------|
| | | | страховки. | | | |
| 9. | 04.10.24г | | Преодоление подъема первым участником с командной страховкой. Организация перил. Подъем с самостраховкой с перестежкой. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 10. | 07.10.24г | | Установка съёмной навесной переправы. Движение по навесной переправе. Транспортировка по навесной переправе рюкзака, пострадавшего в страховочной системе. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 11. | 09.10.24г | | Общее понятие опасности и чрезвычайной ситуации. ЧС природного и техногенного характера. Просмотр учебного фильма. | 3 | Демонстрация видеофильма | просмотр |
| 12. | 11.10.24г | | Подъем по склону с само страховкой по перилам, с использованием командной верхней и нижней страховки. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 13. | 14.10.24г | | Выполнение блока этапов «спуск (подъем) по склону с само страховкой по перилам – подъем (спуск) по склону с само страховкой по перилам». | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 14. | 16.10.24г | | Переправа маятником через овраг, ручей по бревну в снаряжении. Горизонтальный и вертикальный маятник | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 15. | 18.10.24г | | Организация наведения и снятие перил. Движение по перилам по склону, через овраг по бревну. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 16. | 21.10.24г | | Наведение навесной съёмной переправы. Движение по навесной переправе с использованием ролика. Подъем ценного груза, вертикальный спуск и подъем. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 17. | 23.10.24г | | Отработка элементов полосы препятствий: «болото», «гать», «узкий лаз», овраг, река. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 18. | 25.10.24г | | Укладка бревна через овраг, реку. Движение по бревну способом горизонтальный маятник, на само страховке по перилам. Меры безопасности во время осенних каникул. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 19. | 28.10.24г | | Отработка элементов полосы препятствий: «паутинка», | 3 | Практическое | соревнование |

| | | | | | | |
|-----|------------|--|--|---|----------------------|--------------------------------|
| | | | «параллельные перила», «бабочка», «висячее бревно», «ромб». | | занятие | |
| 20. | 30.10.24г | | Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. | 3 | Практическое занятие | просмотр, практическое задание |
| 21. | 01.11.24г | | Лайфрестлинг. Школа безопасности- спасаем жизни. Подготовка к соревнованиям. | 3 | Лекция, видеофильм | просмотр, практическое занятие |
| 22. | 04.11.24г. | | История праздника «День народного единства и согласия» | 3 | Лекция, видеофильм | просмотр, практическое занятие |
| 23. | 06.11.24г | | Установка навесной переправы. Движение по навесной переправе и с использованием ролика. Снятие навесной переправы. Укладка рюкзака. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 24. | 08.11.24г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | лекция | практическое задание |
| 25. | 11.11.24г | | Подача сигналов о помощи с земли с использованием подручных средств. Вертолетные знаки. Разведение костра в сырую погоду. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 26. | 13.11.24г | | Место для костра. Виды костров. Добывание огня. Разжигание костра. Типы костров. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 27. | 15.11.24г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 28. | 18.11.24г | | Туристические узлы. Вязание на скорость. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 29. | 20.11.24г | | Изготовление носилок из подручных средств для транспортировки пострадавшего, Виды. Требования к | 3 | Практическое занятие | практическое задание |

| | | | | | | |
|-----|-----------|--|--|---|----------------------|------------------------------------|
| | | | носилкам. Изготовление носилок на скорость командой. | | | |
| 30. | 22.11.24г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 31. | 25.11.24г | | Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки. Определение расстояний до объекта, определение высоты объекта. | 3 | лекция | беседа |
| 32. | 27.11.24г | | Переправа маятником через препятствие с использованием снаряжения. Горизонтальный и вертикальный маятник. Препятствие «струна». | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 33. | 29.11.24г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | лекция | практическое задание |
| 34. | 02.12.24г | | Психика человека в экстремальных ситуациях. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 35. | 04.12.24г | | Движение по параллельным перилам по одному, в паре (Домбайский мост), в составе команды. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 36. | 06.12.24г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | лекция | практическое задание, соревнование |
| 37. | 09.12.24г | | Узлы для туризма. Вязка узлов на скорость. Тренировка со снаряжением. | 3 | Практическое занятие | практическое задание, соревнование |
| 38. | 11.12.24г | | Узлы для туризма. Быстро развязывающиеся и само съёмные узлы (пиратский, казацкий, калмыцкий, пожарный) | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 39. | 13.12.24г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 40. | 16.12.24г | | Занимательные веревочки. Решение головоломок, пазлов. | 3 | Практическое | практическое |

| | | | | | | |
|-----|------------|--|--|---|----------------------|-----------------------------|
| | | | Развитие моторики. Игры с веревками. | | занятие | занятие |
| 41. | 18.12.24г | | Лыжная прогулка. Разведение костра на снегу. | 3 | Практическое занятие | практическое занятие |
| 42. | 20.12.24г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 43. | 23.12.24г | | Новогодний биатлон. Стрельба из пневматического ружья. Меры безопасности при стрельбе. | 3 | Практическое занятие | практическое занятие |
| 44. | 25.12.24г | | Новогодняя викторина. Поздравление, игры, конкурсы. | 3 | развлечение | игра |
| 45. | 27.12.24г. | | Меры безопасности детей в дни новогодних каникул. | 3 | лекция | беседа |
| 46. | 29.12.24г | | Занятия на катке | 3 | развлечение | игра |
| 47. | 06.01.25г | | Лыжный поход выходного дня с элементами спортивного туризма. | 3 | Туристический поход | практическое задание |
| 48. | 09.01.25г | | Встреча с дикими животными. Опасные ситуации в природных условиях. Следопытство. | 3 | лекция | беседа |
| 49. | 11.01.25г. | | Занятия на катке | 3 | развлечение | игра |
| 50. | 13.01.25г | | Экипировка, снаряжение и носимый аварийный запас (НАЗ). | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 51. | 15.01.25г | | Общий порядок оказания первой доврачебной помощи. | 3 | лекция | беседа |
| 52. | 17.01.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 53. | 20.01.25г | | Личная гигиена в походе. | 3 | Лекция | беседа |
| 54. | 22.01.25г | | Действия в чрезвычайной ситуации. Приемы самообороны. | 3 | Практическое занятие | показ, практическое задание |
| 55. | 24.01.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Лекция | практическое задание |

| | | | | | | |
|-----|-----------|--|--|---|----------------------|----------------------|
| 56. | 27.01.25г | | Отработка навыков обращения с личным снаряжением на скорость. Упражнения на развитие моторики. | 3 | Практическое занятие | соревнование |
| 57. | 29.01.25г | | Личное снаряжение. Требования, уход и ремонт. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 58. | 31.01.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | соревнование |
| 59. | 03.02.25г | | Отработка навыков вязания туристических узлов на скорость, работа со снаряжением на скорость. | 3 | Практическое занятие | соревнование |
| 60. | 05.02.25г | | Действия в чрезвычайной ситуации. Приемы обращения с газовым пистолетом и баллончиком. Законодательные основы правила применения специальных средств защиты. | 3 | Практическое занятие | беседа |
| 61. | 07.02.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 62. | 10.02.25г | | Средства пожаротушения. Устройство огнетушителя. Виды. Правила обращения. Демонстрация видеофильма. | 3 | Практическое занятие | беседа. |
| 63. | 12.02.25г | | Оказание первой помощи. Кровотечения. Виды. Способы остановки. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 64. | 14.02.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 65. | 17.02.25г | | Туристическая полоса препятствий. Соревнование ко Дню защитника отечества. | 3 | Практическое занятие | соревнование |
| 66. | 19.02.25г | | Туристическая полоса препятствий. Соревнование ко Дню защитника отечества. | 3 | Практическое занятие | соревнование |
| 67. | 21.02.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. Соревнование ко Дню | 3 | Практическое занятие | практическое задание |

| | | | Защитника | | | |
|-----|------------|--|--|---|----------------------|----------------------|
| 68. | 24.02.25г. | | Отдельные технические приемы. Транспортировка груза на этапах. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 69. | 26.02.25г | | Действия пожарного расчета. Одевание боевой одежды, работа с оборудованием. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 70. | 28.02.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 71. | 03.03.25г | | Преодоление элементов полосы препятствий: «бабочка», «параллельные перила», «домбайский мост», «струна», «маятник». | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 72. | 05.03.25 | | Азимут. Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 73. | 07.03.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 74. | 10.03.25г. | | Преодоление элементов туристической полосы препятствий. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 75. | 12.03.25г | | Конец Александра. Подача круга пострадавшему. Спасение пострадавшего со льдины. Вязка носилок на скорость командами. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 76. | 14.03.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 77. | 17.03.25г | | Отдельные технические приемы. Транспортировка груза на этапах. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 78. | 19.03.25г | | Преодоление болота. Разведение костра на болоте. Движение по болоту. Препятствие «Гать», её преодоление по одному, в составе команды. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |

| | | | | | | |
|-----|------------|--|--|---|----------------------|---------------------------------------|
| 79. | 21.03.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 80. | 24.03.25г | | Убежище. Изготовление укрытий для ночлега. Сушка, ремонт, изготовление одежды и обуви. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 81. | 26.03.25г | | Преодоление элементов туристической полосы препятствий. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 82. | 28.03.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. Меры безопасности во время весенних каникул. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 83. | 30.03.25г. | | Преодоление полосы препятствий, комбинированная пожарная эстафета. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 84. | 31.03.25г | | Азимут. Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту. | 3 | Практическое занятие | практическое задание, соревнование |
| 85. | 02.04.25г | | Транспортировка пострадавшего по навесной переправе, спуск (подъем) пострадавшего на несущем, по бревну с перилами. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 86. | 04.04.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 87. | 07.04.25г | | Транспортировка пострадавшего по навесной переправе при помощи носилок, страховочной системы. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 88. | 09.04.25г | | Спасательные работы. Преодоление короба. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 89. | 11.04.25г | | Силовые упражнения в тренажерном зале. Подтягивание, отжимание, жим штанги, упражнения на выносливость: планка, пресс, стульчик, уголок. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |

| | | | | | | |
|------|-----------|--|---|---|----------------------|----------------------|
| 90. | 14.04.25г | | Квест-игра «Последний герой». Прохождение этапов «Маршрута выживания». | 3 | Игра | практическое задание |
| 91. | 16.04.25г | | Преодоление полосы препятствий, комбинированная пожарная эстафета. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 92. | 18.04.25г | | Бег по пересеченной местности, бег с препятствиями, бег с рюкзаком. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 93. | 21.04.25г | | Обычный и спортивный способ спуска, траверса склона. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 94. | 23.04.25г | | Управление катамараном, лодкой. Спасение утопающего. Оказание первой доврачебной помощи. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 95. | 25.04.25г | | Спасение пострадавшего (макет) на воде. Реанимация пострадавшего. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 96. | 28.04.25г | | Преодоление препятствия по навесной переправе. Переправа пострадавшего по навесной переправе. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 97. | 30.04.25г | | Преодоление полосы препятствий, комбинированная пожарная эстафета | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 98. | 05.05.25г | | Средства индивидуальной противохимической защиты. Надевание противогаза, ОЗК, костюма Л-1. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 99. | 07.05.25г | | Преодоление полосы препятствий, комбинированная пожарная эстафета, боевое развертывание | 3 | Практическое занятие | соревнование |
| 100. | 12.05.25г | | Проведение спасательных работ. Спасение парашютиста, оказание первой помощи при переломах и кровотечениях, транспортировка пострадавшего, изготовление носилок. | 3 | Практическое занятие | соревнование |
| 101. | 14.05.25г | | Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление носилок «Кокон». Спуск пострадавшего с сопровождающим с организацией командной страховки. | 3 | Практическое занятие | практическое задание |
| 102. | 16.05.25г | | Преодоление полосы препятствий, комбинированная пожарная эстафета, боевое развертывание | 3 | Практическое занятие | соревнование, зачет |
| 103. | 19.05.25г | | Способы ориентирования на местности. Определение | 3 | Практическое | соревнование, |

| | | | расстояний на карте и на местности. | | занятие | зачет |
|------|-----------|--|---|---|----------------------|-------------------------------|
| 104. | 21.05.25г | | Отработка навыков по отдельным техническим приемам. | 3 | Практическое занятие | индивидуальная беседа, зачеты |
| 105. | 23.05.25г | | Отработка навыков по отдельным техническим приемам. | 3 | Практическое занятие | индивидуальная беседа, зачеты |
| 106. | 26.05.25г | | Спортивное ориентирование по координатам. Оказание помощи пострадавшему | 3 | Практическое занятие | соревнование, зачеты |
| 107. | 28.05.25г | | Маршрут выживания. Подготовка к соревнованиям. | 3 | Итоговое занятие | соревнование, зачеты |
| 108. | 30.05.25г | | Подведение итогов. Меры безопасности во время летних каникул. | 3 | Итоговое занятие | беседа |

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Условия реализации образовательной программы

Практические занятия в зависимости от темы могут проводиться в учебном кабинете, на открытом воздухе, в спортзале, в тренажерном зале.

Материально-техническое оснащение.

Для реализации программы необходимы **технические средства обучения:**

- Мультимедийный компьютер
- Цифровая фотокамера
- Мультимедиа проектор
- Экран настенный
- Палатки
- Рюкзаки
- Рафт, катамаран, лодка
- Спальные мешки
- Пенополиуретановые коврики и сидушки
- Альпинистские веревки Д10, Д8
- Карабины
- Жумары
- Альпинистские системы
- Тренажер для отработки реанимационных действий «Гоша»
- Аптечка, носилки
- Перчатки, рукавицы

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И КОНТРОЛЯ

Формы подведения итогов реализации программы

В процессе обучения учащихся по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе отслеживаются два вида результатов:

- текущие (выявление ошибок и успехов в работах обучающихся);
- итоговые (определяется уровень знаний, умений, навыков обучающегося по окончании всего курса обучения в целом).

Для выявления уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения корректировки в образовательный процесс проводится *текущий контроль* в виде контрольного среза знаний освоения образовательной программы.

Для контроля знаний, умений, навыков используется тестирование, выставки, конкурсы.

Отслеживаются уровень знаний теоретического материала, степень овладения приемами работы, умение анализировать и решать технические задачи, сформированность интереса обучающихся к занятиям.

Итоговый контроль проводится в виде итоговой аттестации (по окончании освоения программы).

Итоговая аттестация обучающихся проводится в конце года обучения в виде открытых занятий для родителей, тестирования, участия обучающихся в викторинах, конкурсах, соревнованиях по туризму, по «Школе безопасности».

**Результаты диагностического контроля
объединения « _____ » 20__/20__ уч. год**

| № п/п | Ф.И.О учащегося | Первичный контроль | | | | Итоговый контроль | | | |
|-----------|--------------------|------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|------------------------------------|
| | | Уровень мотивации и интереса | Уровень теоретически х знаний | Уровень воспитанност и | Уровень практических навыков | Уровень мотивации и интереса | Уровень теоретически х знаний | Уровень воспитанност и | Уровень практических навыков |
| 1. | | | | | | | | | |
| ито го | высокий | % | % | % | % | % | % | % | % |
| | средний | % | % | % | % | % | % | % | % |
| | низкий | % | % | % | % | % | % | % | % |

Примечание. Уровень развития обучающихся оценивается на основании разработанных авторских контрольно-измерительных материалов.

Диагностические результаты навыков и умения классифицируются в такой логической последовательности, в какой изучаются:

***Первоначальные знания, умения и навыки.**

Их диагностика проводится в начале учебного года для определения "входных" способностей обучающихся.

*** Итоговые** навыки и умения, приобретенные на всех этапах образовательного процесса. Итоговый контроль проводится по завершении всего учебного процесса, чтобы определить качество обученности, в соответствии с поставленными на этих этапах целями и задачами.

АНКЕТА

для изучения мотивации (первичной) обучающихся к занятиям в объединении

1) Как вы узнали о виде деятельности, которым занимаетесь?

- a. От педагога учреждения;
- b. От друзей;
- c. От классного руководителя;
- d. От родителей (родственников);
- e. По объявлению в школе;
- f. Ваш вариант ответа _____

- 2) Почему вы выбрали именно этот вид деятельности?
- Впервые решил попробовать;
 - Всегда нравился этот вид деятельности;
 - Начал посещать из-за друзей, которые здесь занимаются;
 - По просьбе родителей;
 - Это занятие входит в школьное расписание;
 - Ваш вариант ответа _____
- 3) Почему вы занимаетесь этим видом деятельности (выберите 5 вариантов и пронумеруйте их по степени важности для вас):
- Хочу научиться делать это сам(а);
 - Хочу быть интересным человеком в глазах сверстников;
 - Хочу достичь успеха в этой деятельности;
 - Хочу самостоятельно выбрать себе дело по душе;
 - Мне важно признание моих успехов родителями и педагогами;
 - Хочу в будущем заниматься этим делом профессионально;
 - Посоветовали друзья;
 - Родители для меня выбрали это занятие;
 - Хочу общаться со сверстниками после уроков в школе;
 - Мне уютно и хорошо в объединении, мне здесь нравится
- 4) Интересно ли вам на занятиях?
- Да;
 - Нет;
 - Не всегда;
 - Ваш вариант ответа _____
- 5) Планируете ли вы в следующем году заниматься этим видом деятельности?
- Да;
 - Нет;
 - Не знаю;
 - Ваш вариант ответа _____

Высокий уровень – четко выраженный интерес, устойчивая мотивация. Стремление к овладению профессией, связанной с творческой деятельностью; интерес на уровне профильной подготовки.

Средний уровень – мотивация неустойчивая, связанная с «престижностью вида деятельности». Интерес иногда поддерживается самостоятельно.

Низкий уровень – мотив случайный, кратковременный. Неосознанный интерес, навязанный извне или на уровне любознательности.

Уровень воспитанности

Обеспечивается наблюдением в процессе учебно-воспитательной работы:

- За поведением в группе детей - сверстников, отношением к взрослым (вежливость, доброжелательность и т.д.);

- За посещением занятий и активностью участия в жизни объединения;
- За внешним видом и проявлениями соблюдения правил гигиены;
- За проявлениями отношения к предметной среде (аккуратность, бережливость);
- За активностью детей в добывании новой информации, для формирования банка идей по совершенствованию жизнедеятельности в объединении;
- За проявлением готовности к преобразованию поставленной задачи и поисковой, экспериментальной работе (в учебной и организаторской деятельности);

Механизм оценивания образовательных результатов

Уровень теоретических знаний

Обеспечивается в форме тестирования, собеседования в зависимости от программы и возраста обучающихся (проверка образно-логического мышления)

- *Низкий уровень.* Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.
- *Средний уровень.* Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.
- *Высокий уровень.* Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

Уровень практических навыков

Обеспечивается в форме наблюдения за выполнением практической работы с анализом и пояснением самим обучающимся, устных опросов, выполнение заданий по разделам и темам программы, учитываются результаты участия в конкурсах.

Работа с инструментами, техника безопасности

- *Низкий уровень.* Требуется контроль педагога за выполнением правил по технике безопасности.
- *Средний уровень.* Требуется периодическое напоминание о том, как работать с инструментами.
- *Высокий уровень.* Четко и безопасно работает инструментами.

Способность изготовления моделей

- *Низкий уровень.* Не может изготовить модель по схеме без помощи педагога.
- *Средний уровень.* Может изготовить модель по схеме при подсказке педагога.
- *Высокий уровень.* Способен самостоятельно изготовить модель по заданным схемам.

Степень самостоятельности изготовления моделей

- *Низкий уровень.* Требуется постоянные пояснения педагога при проектировании.
- *Средний уровень.* Нуждается в пояснении последовательной работы, не способен после объяснения к самостоятельным действиям.
- *Высокий уровень.* Самостоятельно выполняет операции при сборке.

Определение результативности:

1. Участие в соревнованиях «Школа безопасности», а также по туризму, проверки по преодолению полосы препятствий (практические занятия).
2. Решение тестовых задач.
3. Совокупность полученных знаний по программе является фундаментом для успешного участия в соревнованиях «Школа безопасности» разного уровня.

Формы подведения итогов программы:

Итоговая аттестация учащихся определяет уровень освоения программы, проводится по окончании обучения по данной образовательной программе:

- для оценки теоретических знаний применяется тестирование;
- оценка практических навыков проходит на основе:
 - составление фотоальбома;
 - проведение результатов за весь год – итоговое конкурсно-спортивное мероприятие «Кто лучше»;
 - участие в соревнованиях.

2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

для оценки усвоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа безопасности»

Начальная диагностика

1. Прибор, который помогает определить стороны света?

- термометр
- компас
- часы
- тонометр

2. Как называется местность, изображенная условными знаками на листе бумаги?

- рисунком
- планом
- шарадой
- картой.

3. На сколько кольшков ставится палатка на соревнованиях?

- 8
- 10
- 14
- 5.

4. Спички можно защитить, опустив их головки в:

- бензин
- керосин
- парафин
- майонез.

5. На какой стороне стволов сосен выступает смола?

- с любой
- с Восточной
- с Южной
- смола не выступает.

6. Назовите 3 вида костра

- «Берлога»
- «Шалаш»
- «Звездный»
- «Колодец»
- «Рыбацкий»
- «Москитный»

7. Прежде всего, человек испытывает потребность в:

- Пище
- Огне
- Воде
- Деньгах.

8. Туризм – это:

- активный способ познания окружающего мира,
- увеселительная прогулка по интересным местам,
- выезд на отдых.

9. К туристскому снаряжению относятся:

- сумка;
- чемодан;
- рюкзак.

10. Узел Прусика-это

- схватывающий узел

- захватывающий узел
- прихватывающий узел.

Итоговая диагностика

1. Назвать факторы выживания в экстремальных ситуациях.

- готовность к действиям в аварийной ситуации;
- навыки выживания;
- общая физическая подготовка;
- правильная организация спасательных работ;
- все ответы правильные.

2. Алгоритм действий человека в автономной ситуации.

- преодоление страха и возможного стрессового состояния;
- добыча воды и огня;
- построение временного убежища;
- спасение и поиск имущества и запасов продовольствия, приготовление пищи;
- подача сигналов бедствия;
- ориентирование в пространстве и времени;
- оказание помощи и самопомощи в случае травмы и ранения;
- все ответы верные.

3. Практически оказать первую помощь при кровотечении головы, при переломе голени, при обмороке, наложение кровоостанавливающего жгута, проведение искусственной вентиляции легких.

4. На указанной местности провести замеры и составить схему. Определить стороны света по часам. Определить расстояние до объекта и его высоту.

5. Практически осуществить порядок надевания противогаза, защитного комплекта Л-1, ОЗК.

6. Практически показать вязку узлов: прямой, встречный, грейпвайн, шкотовый, проводник восьмерка, штык, булинь, прусика, стремя, австрийский проводник. сбухтовать веревку.

7. Продемонстрировать как правильно пользоваться огнетушителем. Преодолеть пожарную полосу препятствий: забор, надевание одежды пожарного, бум, тушение протвня.

8. Преодолеть туристическую веревочную полосу препятствий: параллельные перила, горизонтальная и вертикальная паутинка, бабочка, навесная переправа, маятник, ромб, куб.

9. В специальном снаряжении осуществить спуск и подъем по крутому спуску, организовать наведение навесной переправы и ее преодоление.

10. Практически в составе команды установить каркасную и бескаркасную палатку.

2.5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Занятия в объединении должны отвечать следующим требованиям:

- четкая образовательная цель каждого занятия, определяемая педагогом;
- правильный подбор учебного материала с учетом содержания темы и поставленных задач;
- четкая организация и эффективное использование времени: тщательная подготовка педагога к занятию (в том числе подбор материала, рабочих мест);
- сочетание коллективной и индивидуальной работы обучающихся;
- использование разнообразных методов работы с учетом темы, уровня подготовки обучающихся и материальной базы.

Учебный процесс построен таким образом, что обучающиеся с первых же занятий учатся творчески подходить к поставленной задаче. На занятиях в объединении применяются разнообразные **методы обучения**, которые обеспечивают получение обучающимися необходимых знаний, умений и навыков, активизируют их мышление, развивают и поддерживают интерес к знаниям в целом.

Выбор метода обучения зависит от содержания занятий, уровня подготовки и опыта обучающихся. На занятиях преобладает метод рассказа и показа.

Основной метод проведения занятий – практический. Это закрепление и углубление полученных теоретических знаний обучающимися, приобретение и формирование соответствующих знаний и умений. Теоретический материал сочетается с демонстрацией наглядных пособий, действующих приборов и устройств, проведением экспериментов, приведением примеров из жизни и быта.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;

- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);

- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;

- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

Организация деятельности объединения «Школа безопасности» базируется на следующих принципах:

-принцип индивидуализации воспитания - требует учета индивидуальных особенностей каждого воспитанника, раскрытия потенциалов личности, а также предоставление возможностей каждому воспитаннику для самореализации и самораскрытия;

-принцип сотрудничества - предполагает определение общих целей педагога и учащихся, организацию их совместной деятельности на основе взаимопонимания и взаимопомощи;

-принцип развития самостоятельности и инициативы детей - требует активного участия учащихся в решении вопросов деятельности объединения, создания ситуаций для принятия детьми самостоятельных решений и ответственности за их выполнение, поддержки различных инициатив, направленных на достижение значимых целей.

2.6. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Цель: создание условий для формирования у учащихся гражданственности через единство патриотического, правового, спортивно-оздоровительного, нравственно-эстетического, экологического направлений воспитательного процесса.

Задачи:

1. Развивать чувства взаимопонимания, организованности.
2. Воспитывать патриотические чувства молодых граждан, формировать правовую культуру, мотивацию к осознанному, ответственному и активному участию в общественной жизни страны.
3. Организовать и провести коллективные дела, направленные на нравственное воспитание школьников, развитие их творческих способностей.
4. Создать условия для всестороннего и гармоничного развития личности.

Основные воспитательные мероприятия:

- просмотр обучающимися тематических материалов и их обсуждение;
- тематические диспуты и беседы;
- участие в конкурсах различного уровня;
- музеи, выставки и др.

Результат воспитания – в процессе воспитания происходят изменения в личностном развитии обучающихся, в процессе общения со своими сверстниками по достижению общих целей, у ребят формируются такие качества как взаимопомощь, самостоятельность, ответственность за порученное дело.

| № | Дата проведения | Название мероприятия |
|----|-------------------------|---|
| 1 | сентябрь | Экскурсии по историческим и памятным местам города. |
| 2 | октябрь | Мини поход к Заповедному роднику в районе Юшинского озера. |
| 3 | ноябрь | Урок-викторина «Мы к опасностям готовы!», посвященный Дню гражданской обороны. |
| 4 | декабрь | День Государственного герба Российской Федерации – круглый стол. |
| 5 | декабрь | «Мой выбор – нет наркотикам!» - тематический беседа, посвященная– Дню борьбы с наркоманией. |
| 6 | январь | «Уроки мужества» в музее ЦВР. |
| 7 | январь | Встреча с участником специальной военной операции. |
| 8 | февраль | Веселые старты, состязания ко Дню защитника Отечества |
| 9 | март | Викторина «Как я знаю свой край». |
| 10 | март | Видео- поздравление : «Моя мама лучше всех!» |
| 11 | март | День воссоединения Крыма и России – 18 марта. Работа в интернет-ресурсах, поиск актуальной справочной и исторической информации по заданной теме. |
| 12 | апрель | Беседа «Терроризм – заложники». Как вести себя в экстремальной ситуации. |
| 13 | апрель | Беседы и лекции по здоровому образу жизни «О вреде курения», «Детский алкоголизм» |
| 14 | В течение учебного года | Участие в городских и республиканских конкурсах, |

| | | |
|----|-------------------------|--|
| | | олимпиадах. |
| 15 | апрель | Урок безопасности «Как выжить в чрезвычайной ситуации». |
| 16 | В течение учебного года | Тренировочные эвакуации из здания. |
| 17 | май | Однодневный экскурсионный поход на гору Крака (воспитание коллективизма, взаимовыручки, взаимодействия, оздоровительный эффект). |
| 18 | май | Акция «Окна победы» |
| 19 | май | Участие в туристическом слете, прохождение всех этапов |
| 20 | май | Коллективный просмотр художественного фильма. |

2.7. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы, использованной педагогом

1. Смирнов А.Т. Б. О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности»: учебник для учащихся 5- 9 классов ОУ. Издательство М., «Просвещение», 2009.
2. Программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» комплексная программа 5 – 11 классы. Под общей редакцией А. Т. Смирнова, М., «Просвещение» 2011 год.
3. Волович В. Г. Как выжить в экстремальной ситуации / В. Г. Волович - М: Знание, 2008.
4. Поляков, В. В. Безопасность человека в экстремальных ситуациях / В. В. Поляков, Е. А. Сербаринов– М., 2009.
5. Правила дорожного движения Российской Федерации, с изменениями от 01.09.16года, Москва, изд. «Мир автокниг», 2016.
6. Бутенко И. Уроки безопасности и уроки без опасности/И. Бутенко //Основы безопасности жизнедеятельности, 2006, №9
7. Гринин А. С. Пожарная и взрывная безопасность/ Безопасность жизнедеятельности: Учеб. пособие/ А. С. Гринин, В. Н. Новиков -М., 2002.
8. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся - М., ЦДЮТиК МО РФ, 2003.
9. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии - М., ЦДЮТиК МО РФ, 2003.
10. Энциклопедия туриста- М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.
11. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря- М., Гуманитарный издательский центр «Владос», 2000.

12. Маслов В.Г., Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности. Учебно-методическое пособие – М., Гуманитарный центр «Владос», 2000.

Перечень нормативных документов, регламентирующих образовательную деятельность педагога

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;
2. Закон «Об образовании в Республике Башкортостан» от 1 июля 2013 года № 696-з;
3. Конституция Российской Федерации (12.12.1993);
4. Конституция Республики Башкортостан (24.12.1993);
5. Конвенция о правах ребенка (утверждена Генеральной ассамблеей ООН 20.11.1989г.);
6. ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.06.1998 г. № 124-ФЗ;
7. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 (с изменениями от 02.02.2021г.);
8. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678 – р.;
9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 629 от 27.08.2022 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (зарегистрировано в Минюсте Российской Федерации 18.09.2017 г. № 48226);
12. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 05.05.2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

13. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
14. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
15. Приказы, распоряжения, письма Министерства просвещения Российской Федерации, Министерства образования Республики Башкортостан, ООКМПИС Администрации ЗАТО Межгорье Республики Башкортостан;
16. Устав и локальные акты МБУДО ЦВР ЗАТО Межгорье Республики Башкортостан.

Список литературы, рекомендованной учащимся и родителям

1. Как уберечься от пожара. Оренбург, 2003г.
2. «Основы безопасности жизни», научно-методический и информационный журнал.
3. Мультимедийные презентации ресурсов Интернета.
4. Смирнов А.Т. и др. «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-11 кл. Москва, «Просвещение», 2005 г.
5. Сценарий для проведения массовых мероприятий со школьниками по пожарной безопасности.
6. Педагогам и родителям о пожарной безопасности. Учебное пособие, Москва, 2004г.
7. Энциклопедия школьника «Чрезвычайные ситуации» под редакцией Шойгу С.К.

