

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ
ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ»

СОГЛАСОВАНО
Методическим советом
ГАУ ДПО ИРО ОО
Протокол № 71 от 25.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора ГАУ ДПО ИРО ОО
_____ Н.Б. Макарец
Приказ № 236 от 25.08.2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ И ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ»

Направленность программы: туристско-краеведческая

Уровень программы: базовый
Адресат программы: 10-16 лет
Срок освоения программы: 3 года

Автор-составитель:
Буданцев Дмитрий Владимирович,
педагог дополнительного образования
высшая категория

Оренбург, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

I.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1.1.	Направленность программы	3
1.1.2.	Уровень освоения программы	5
1.1.3.	Актуальность программы	5
1.1.4.	Отличительные особенности программы	5
1.1.5.	Адресат программы	5
1.1.6.	Объем и сроки освоения программы	6
1.1.7.	Формы организации образовательного процесса	6
1.1.8.	Режим занятий	7
1.2.	ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	7
1.3.	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	7
1.3.1.	Учебно-тематический план	7
1.3.2.	Содержание учебно-тематического плана	8
1.4.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	16
II.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	20
2.1.	КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	20
2.2.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	20
2.2.1.	Условия набора в творческое объединение	20
2.2.2.	Условия формирования групп	20
2.2.3.	Кадровое обеспечение	21
2.2.4.	Материально-техническое обеспечение	21
2.2.5.	Рабочая программа	22
2.2.6.	Рабочая программа воспитания	22
2.2.7.	Календарный план воспитательной работы	23
2.3.	ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ	24
2.4.	ОЦЕНОЧНЫЕ И ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ	25
2.5.	МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	28
	ЛИТЕРАТУРА И ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ	30
	ПРИЛОЖЕНИЯ	32
	<i>Приложение 1. Оценочные и диагностические материалы</i>	32

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1.1. Направленность программы

Программа имеет туристско-краеведческую направленность.

Она ориентирована на:

- содействие формированию у обучающихся знаний, умений и навыков, связанных с безопасным пребыванием в условиях природной и городской среды;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся;
- создание условий для воспитания и развития личности, а также для социализации обучающихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения обучающихся;
- содействие формированию у обучающихся знаний, умений и навыков, связанных с безопасным пребыванием в условиях природной и городской среды;

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989);
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства» (2018-2027 годы);
- Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Приказ Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.04.2017 № ВК01232/09 «О направлении методических рекомендаций (Методические рекомендации по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей)»;
- Письмо Министерства просвещения РФ от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 № 1642 «Государственная Программа Российской Федерации «Развитие образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 № 61573);
- Постановление Главного Государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи);
- Закон Оренбургской области от 6 сентября 2013 г. № 1698/506-V-ОЗ «Об образовании в Оренбургской области»;
- Постановление Правительства Оренбургской области от 29.12.2018 г. № 921-пп «Об утверждении государственной программы «Развитие системы образования Оренбургской области»;
- Приказ Министерства спорта России от 22.04.2021 № 255 «Об утверждении правил вида спорта "спортивный туризм"».

1.1.2. Уровень освоения программы

Программа имеет базовый уровень усвоения.

1.1.3. Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена ее практической значимостью.

Компетентность подростка в различных областях обеспечения собственной безопасности, готовность к действию при встрече с экстремальными ситуациями и грамотные решения при их возникновении – одни из составляющих обеспечения его успешной, безопасной и благополучной жизни.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности и юный спасатель» ориентирована на повышение безопасности жизни обучающихся путем их соответствующей теоретической и практической подготовки.

1.1.4. Отличительные особенности программы

Отличительные особенности программы заключаются в организации практической деятельности обучающихся преимущественно на местности, в непосредственном контакте с природной средой во время занятий и соревнований.

Программа построена по принципу «расширяющейся и углубляющейся спирали»: обучающиеся будут периодически возвращаться к ранее изученным темам, тем самым основательнее изучат вопрос.

Форма организации содержания программы – интегрированная (интегрирует с учебными предметами: «основы безопасности жизнедеятельности», «физическая культура», «окружающий мир»).

1.1.5. Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности и юный спасатель» предназначена для обучения детей в возрасте 10-16 лет.

Программа учитывает психологические закономерности формирования общих спортивных и специальных знаний и умений, а также возрастные особенности обучающихся.

В возрасте 10-11 лет формируется навык самостоятельности. Ведущим видом деятельности становится учебная. Преобладает авторитет педагога. Дети способны под руководством взрослого определять цель задания, планировать алгоритм его выполнения, это дает возможность доводить дело до конца, добиваться поставленной цели. На данном этапе внимание педагога должно привлекать не самостоятельность сама по себе, а отношение ребенка к заданию, умение использовать имеющиеся знания и опыт для выполнения той или иной работы.

В 12-14 лет ведущим видом деятельности становится общение (со сверстниками), характерным является стремление найти свое место среди сверстников, подростки пытаются утвердиться в новой социальной роли,

стараятся выйти за рамки школы в другую сферу, имеющую социальную значимость. Поэтому на данном этапе характерно свободное применение знаний в знакомой, стандартной ситуации, что характерно для активно-поискового уровня развития самостоятельности. Педагог побуждает и направляет ребенка, помогает организовать работу, довести начатое до конца.

В 13-16 лет имеются благоприятные условия для развития силовых качеств у юношей и девушек, т.к. мышцы у них эластичны, имеют хорошую нервную регуляцию, их сократительная способность и способность к расслаблению велики. Опорно-двигательный аппарат способен выдержать значительные статические и динамические нагрузки. Следует уделять большое внимание упражнениям на развитие скоростно-силовых качеств и развитие силовой выносливости, как статического, так и динамического характера.

Принимаются обучающиеся, проявляющие интерес к туристской деятельности и активным формам отдыха.

Обязательным условием для обучающихся является отсутствие медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой, спортом и активными формами туризма.

1.1.6. Объем и сроки освоения программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности и юный спасатель» рассчитана на 3 года обучения – 648 учебных часов:

- 1 год обучения «Основы поисково-спасательной деятельности» – 216 часов;
- 2 год обучения «Базовая подготовка поисково-спасательной деятельности» – 216 часов.
- 3 год обучения «Школа безопасности и юный спасатель. Подготовка к соревнованиям» – 216 часов.

1.1.7. Формы организации образовательного процесса

Форма обучения – очная-заочная.

При необходимости реализация программы возможна с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Форма организации образовательного процесса – индивидуальные и групповые занятия.

Формы организации занятий – практические и комбинированные занятия, выполнение самостоятельной работы, соревнования; онлайн-практикумы, видеолекции, видеомастер-классы, чат-занятия, чат-беседа и др.

1.1.8. Режим занятий

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа с перерывом 10 минут.

Еженедельная нагрузка на одного обучающегося составляет 6 часов.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: формирование у обучающихся культуры безопасного и правильного поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

Задачи программы:

Воспитывающие:

- формировать активную гражданскую позицию подростков, посредством обеспечения личной и коллективной безопасности;
- формировать мотивацию обучающихся к предотвращению чрезвычайных ситуаций, оказанию само- и взаимопомощи, умелым и быстрым действиям в любой ситуации;
- формировать чувство коллективизма, коммуникабельности, ответственности, самодисциплины.

Развивающие:

- развивать волевые качества: целеустремленность, настойчивость и инициативу, ответственность, товарищество и взаимовыручку;
- развивать мотивацию к регулярным занятиям физической культурой и спортом, сохранению и укреплению своего здоровья, выработке умений и навыков здорового образа жизни, осознанию каждым обучающимся собственной ответственности за свое здоровье;
- развивать способность быстро адаптироваться в различных условиях окружающей среды, грамотно действовать в экстремальных ситуациях.

Обучающие:

- формировать знания, умения и навыки, направленные на снижение индивидуальных и коллективных рисков;
- формировать знания, умения и навыки поведения и автономного существования в условиях природной среды.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1. Учебно-тематический план

Название (год обучения)	Название раздела	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
Основы поисково-спасательной деятельности (1 год обучения)	Вводное занятие	2	1	1	Входная диагностика (тестирование)
	1. Туристская подготовка. Основы выживания	98	57	41	Опрос, практическая работа, наблюдение, беседа, поход, опрос,

					тестирование, зачет
	2. Поисково-спасательные работы	114	52	62	Опрос, практическая работа, наблюдение
	Итоговое занятие	2	-	2	Промежуточная аттестация (тестирование)
ИТОГО:		216	110	106	
Базовая подготовка поисково-спасательной деятельности (2 год обучения)	Вводное занятие	2	1	1	Входная диагностика (тестирование)
	1. Туристская подготовка	53	6	47	Опрос, выполнение практических заданий, наблюдение
	2. Оказание первой помощи	28	6	22	Опрос, практическая работа, наблюдение
	3. Специальная подготовка спасателя	77	15	62	Опрос, практическая работа, наблюдение
	4. Специальная и физическая подготовка	54	-	54	Практическая работа
	Итоговое занятие	2	-	2	Промежуточная аттестация (тестирование)
ИТОГО:		216	28	188	
Школа безопасности и юный спасатель. Подготовка к соревнованиям (3 год обучения)	Вводное занятие	2	1	1	Входная диагностика (тестирование)
	1. Специальная туристская подготовка	45	18	27	Опрос, практическая работа, наблюдение, зачет, тестирование
	2. Подготовка к соревнованиям	167	13	154	Промежуточная аттестация (тестирование), практическая работа, зачет, тестирование, беседа, опрос
	Итоговое занятие	2	-	2	Итоговая аттестация (тестирование)
ИТОГО:		216	32	184	
ВСЕГО:		648	170	478	

1.3.2. Содержание учебно-тематического плана

«ОСНОВЫ ПОИСКОВО-СПАСАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (1 ГОД ОБУЧЕНИЯ) (216 ЧАСОВ)

Вводное занятие (2 часа)

Теория (1 час): знакомство с целями и задачами программы первого года обучения «Основы поисково-спасательной деятельности». Порядок и содержание работы творческого объединения. Правила техники безопасности.

Практика (1 час): входная диагностика (тестирование).

РАЗДЕЛ 1. «ТУРИСТСКАЯ ПОДГОТОВКА. ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ» (98 Ч.)

Тема 1.1. Чрезвычайные и экстремальные ситуации (18 часов)

Теория (17 часов): геологические, геофизические, метеорологические, гидродинамические чрезвычайные ситуации (ЧС), природные пожары, техногенные аварии и катастрофы, взрывы, обрушения, экологические аварии и катастрофы.

Практика (1 час): тестирование.

Самостоятельное изучение: ЧС бактериологического характера.

Тема 1.2. Основы выживания в автономных условиях (30 часов)

Теория (26 часов): вынужденная и добровольная автономия. Способы добычи и приготовления пищи, способы добычи и обеззараживания воды. Сигналы бедствия и способы их подачи. Виды укрытий и способы их изготовления.

Практика (4 часа): подача сигналов бедствия, установка бивуака, приготовление пищи, изготовление укрытий.

Тема 1.3. Основы туристской подготовки (32 часа)

Теория (8 часов): экипировка туриста. Специальное оборудование. Способы движения по пересеченной местности.

Практика (24 часа): организация и прохождение этапов «Подъем», «Спуск», «Траверс», «Навесная переправа», «Переправа по бревну и параллельным периллам»; прохождение дистанции.

Тема 1.4. Основы ориентирования на местности (18 часов)

Теория (6 часов): ориентирование по карте, по местным признакам. Топографическая карта, топографические знаки, определение расстояния по карте, приемы чтения карты.

Практика (12 часов): движение по карте и по легенде, прохождение заданных маршрутов по компасу и карте; упражнение «Ориентирование на местности».

РАЗДЕЛ 2. «ПОИСКОВО-СПАСАТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ» (114 Ч.)

Тема 2.1. Основы оказания первой помощи (22 часа)

Теория (12 часов): аптечка. Правила комплектования. Лекарственные препараты и растения. Признаки отравления. Первая помощь при отравлениях. Виды, признаки, действия при укусах, травмах и кровотечениях

Практика (10 часов): оказание первой помощи при травмах, кровотечениях; просмотр видеокурса «Оказание первой помощи», выполнение практических заданий. Соревнование-тестирование: «Первая помощь».

Тема 2.2. Физическая подготовка (32 часа)

Практика (32 часа): выполнение комплексов упражнений ОФП; подвижные игры.

Тема 2.3. Основы поисково-спасательных работ (52 часа)

Теория (40 часов): поисково-спасательное дело в России. Правила проведения. Соревнования по поисково-спасательным работам. Сигналы бедствия: международные знаки аварийной сигнализации: жестовые, кодовые. Виды сигналов. ПСР в условиях химического, радиоактивного заражения, при пожарах, в горной местности, на воде, в подвальных помещениях.

Практика (12 часов): выкладка сигналов, определение пеленга; работа с рациями, метание спасательного конца и спасательного круга; тестирование «Основы поисково-спасательных работ».

Тема 2.4. Подготовка и участие в соревнованиях (8 часов)

Практика (8 часов): подготовка и участие в соревнованиях.

Итоговое занятие (2 часа)

Практика (2 часа): промежуточная аттестация (тестирование).

«БАЗОВАЯ ПОДГОТОВКА ПОИСКОВО-СПАСАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (2 ГОД ОБУЧЕНИЯ) (216 ЧАСОВ)

Вводное занятие (2 часа)

Теория (1 час): знакомство с целями и задачами программы второго года обучения «Базовая подготовка поисково-спасательной деятельности». Порядок и содержание работы творческого объединения. Правила техники безопасности.

Практика (1 час): входная диагностика (тестирование).

РАЗДЕЛ 1. «ТУРИСТСКАЯ ПОДГОТОВКА» (53 Ч.)

Тема 1.1. Туристская подготовка (53 часа)

Теория (6 часов): переправы, способы натяжения, выбор переправ. Организация переправ с пострадавшим. Командная страховка при прохождении переправ, ее значимость.

Практика (47 часов): выполнение технических этапов; прохождения этапов «Спуск», «Подъем», «Траверс», «Навесная переправа», «Параллельные перила», «Наклонные перила», «Вертикальный подъем», «Вертикальный спуск», «Болото по жердям», «Болото по кочкам», «Брод стенкой», «Брод с наведением перил», «Брод с промером альпенштока». Укладка бревна, наведение перил, переправа спасателей и пострадавшего с само- и командной страховкой, наведение навесной переправы, наведение параллельной переправы, наведение «спуска» и «подъема». Наведение «траверса». Наведение переправ через реку (брод). Наведение «вертикального спуска» и «вертикального подъема». Преодоление заболоченных участков. Прохождение блок – этапов.

РАЗДЕЛ 2. «ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ» (28 Ч.)

Тема 2.1. Оказание первой помощи (28 часов)

Теория (6 часов): теоретические основы оказания первой помощи при неотложных состояниях. Способы вязки носилок в природных и экстремальных условиях.

Практика (22 часа): оказание первой помощи при сердечной недостаточности, инсульте и других неотложных состояниях; обучающий видеокурс «Реанимационные мероприятия», выполнение практических действий. Изготовление веревочных носилок. Изготовление носилок из полотна. Изготовление волокуш. Переноска пострадавшего в разрушенном здании. Транспортировка пострадавшего в завалах. Транспортировка пострадавшего в горной местности. Спуск пострадавшего с крыши многоэтажного дома на носилках. Соревнование-тестирование «Оказание первой помощи», «Способы изготовления носилок».

РАЗДЕЛ 3. «СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА СПАСАТЕЛЯ» (77 Ч.)

Тема 3.1. Специальная подготовка спасателя (77 часов)

Теория (15 часов): химически опасные объекты (ХОО). Аварийно химически опасные вещества (АХОВ), средства индивидуальной защиты (СИЗ). Организация ПСР в закрытом пространстве, в условиях риска разрушения здания. Спасательные работы на акватории, в условиях риска затопления или подтопления. Организация ПСР в природной среде. Современная пожарная техника, огнетушители.

Практика (62 часа): работа с СИЗ, отработка оказания первой помощи и транспортировки в зоне заражения АХОВ, эвакуация пострадавшего. Организация радиообмена. Работа с гидроинструментами. Снятие пострадавшего с зависания. Траверс несущей стены. Спасательные работы при завалах. Подъем пострадавших из колодцев, впадин. Спуск пострадавшего с крыши многоэтажного дома на носилках. Метание спасательного конца Александра. Метание спасательного конца типа «Морковь». Траверс водного потока. Отработка приемов, снятие утопающего с льдины. Спасательные работы при затоплении автомобиля. Наведение перил, переправа спасателей и пострадавшего с само- и командной страховкой, наведение навесной переправы, наведение параллельной переправы, наведение «спуска» и «подъема». Преодоление заболоченных участков. Прохождение блок – этапов. Организация переправы пострадавшего на плавсредствах; преодоление бум. Вязка двойной спасательной петли. Работа с пожарными рукавами. Преодоление щита. Одевание пожарной боевки. Преодоление 100-метровой полосы препятствий.

Самостоятельное изучение: история создания пожарной техники.

РАЗДЕЛ 4. «СПЕЦИАЛЬНАЯ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»

(54 Ч.)

Тема 4.1. Специальная и физическая подготовка (54 часа)

Практика (54 часа): выполнение комплексов упражнений ОФП. Подвижные игры. Выполнение комплексов упражнений СФП.

Итоговое занятие (2 часа)

Практика (2 часа): промежуточная аттестация (тестирование).

**«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ И ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ.
ПОДГОТОВКА К СОРЕВНОВАНИЯМ»
(3 ГОД ОБУЧЕНИЯ) (216 ЧАСОВ)**

Вводное занятие (2 часа)

Теория (1 час): знакомство с целями и задачами программы третьего года обучения «Школа безопасности и юный спасатель. Подготовка к соревнованиям». Порядок и содержание работы творческого объединения. Правила техники безопасности. Положение об областных и межрегиональных соревнованиях «Школа безопасности», «Юный спасатель».

Практика (1 час): входная диагностика (тестирование).

РАЗДЕЛ 1. «СПЕЦИАЛЬНАЯ ТУРИСТСКАЯ ПОДГОТОВКА» (45 Ч.)

Тема 1.1. Специальная туристская подготовка (25 часов)

Теория (7 часов): правила вида «Спортивный туризм», условия соревнований, постановка дистанций и судейство соревнований. Туристское многоборье как вид спорта, физической культуры. Виды туристского многоборья: пешее, горное, лыжное, водное, велосипедное; их краткая характеристика. История развития соревнований и слетов туристов, становление туристского многоборья - вида спортивно-туристских соревнований. Современное состояние туристского многоборья и перспективы развития. Федерация спортивного туризма, Туристско-спортивный союз России. Туристские клубы. Типы и классы дистанций соревнований туристского многоборья. Перечень группового снаряжения. Требования к современному снаряжению. Личное снаряжение, требования к нему. Типы обвязок, карабинов, жумаров, спусковых. Поляна соревнований. Требования к технике безопасности. Штабная палатка, медпункт, охрана, забор воды, туалеты, мусорные баки. Порядок размещения лагеря с условиями СанПиН. Документы, регламентирующие безопасность участников соревнований.

Практика (18 часов): подготовка командного и личного снаряжения для соревнований. Размещение лагеря. Постановка дистанций и судейство городских соревнований.

Самостоятельное изучение: история создания пожарной техники.

Тема 1.2. Основы гигиены и первой помощи (11 часов)

Теория (7 часов): краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Опорно-двигательная система. Костно-связочный аппарат. Группы мышц, их строение, функционирование, взаимодействие, развитие и укрепление. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Изменения сердца под влиянием физических нагрузок различной интенсивности и объемов. Дыхание и газообмен. Жизненный объем легких. Значение постановки дыхания в процессе занятий туристским многоборьем и туристскими походами. Виды кровотечений и необходимая первая помощь. Обработка ран. Помощь при переломах конечностей, вывихах и растяжениях связок. Виды переломов и необходимая первая помощь. Обработка ран. Помощь при вывихах, ушибах и растяжениях связок. Медицинская аптечка туристской группы. Лекарственные растения.

Практика (4 часа): оказание первой помощи условно пострадавшему. Овладение навыками оказания помощи при кровотечениях, ранах, переломах конечностей; обработки и обеззараживания ран; наложения жгутов, повязок. Овладение навыками оказания помощи при переломах конечностей; обработки и обеззараживания ран; наложения жгутов, повязок, фиксация конечностей. Разбор лекарственных трав.

Тема 1.3. Топография и ориентирование (9 часов)

Теория (4 часа): международная кодовая система подачи сигнала бедствия. Понятие «рельеф». Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезов вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу. Понятие «профиль рельефа». Способы изображения рельефа. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практика (5 часов): передача сигналов из подручных средств. Топографические диктанты, рисовка топографических знаков, упражнения на запоминание знаков, игры. Копирование непротяженных участков (ниток) маршрутов с топографических карт. Построение профиля рельефа. Нахождение места своего стояния на карте, движение по местности и карте.

РАЗДЕЛ 2. «ПОДГОТОВКА К СОРЕВНОВАНИЯМ» (167 Ч.)

Тема 2.1. Областные и межрегиональные соревнования «Школа безопасности и юный спасатель» (52 часа)

Теория (10 часов): руководство проведением соревнований. Требования к участникам и условия их допуска. Обеспечение безопасности на соревнованиях. Программа соревнований. Определение результатов. Порядок и сроки подачи заявок и документов. Короткая дистанция «Полоса препятствий»; дистанция «Маршрут выживания» с элементами поисково-спасательных работ; поисково-спасательные работы на акватории; комбинированная пожарная эстафета; комплексное силовое упражнение; организация быта в полевых условиях; конкурсная программа. Понятие «технический этап», «прохождение этапа», «время работы на этапе», «контрольное время работы на этапе», «рабочая зона этапа» и др. Характеристика и параметры препятствий (этапов) и способы их преодоления (прохождения). Штрафные санкции судей и типичные ошибки, совершаемые при прохождении (работе) на технических этапах. Оборудование дистанции. Разметка дистанции, этапов. Границы этапов, контрольные линии.

Практика (42 часа): организация работы команды на технических этапах. Знакомство с приемами разработки тактических схем преодоления технических этапов, применения различных специальных средств (снаряжения) на этапах. Рисовка схем этапов по техническим параметрам (техническая информация дистанции) и планирование способов их прохождения (преодоления). Выбор оптимальных вариантов работы на этапе (наиболее скоростном, при минимально возможных штрафах). Отработка навыков работы на дистанциях по заранее разработанным тактическим схемам прохождения дистанции командой (последовательность преодоления каждым участником отдельных этапов). Работа в парах, отработка страховки и само страховки. Отработка навыков судейства соревнований. Оборудование и разметка дистанции. Судейство на этапах. Заполнение протоколов. Подсчет результатов и рангов. Подготовка снаряжения. Условия соревнований и техническая информация о дистанции. Разработка схемы преодоления технического этапа. Составление графика (расписания) работы команды на этапе, дистанции. Тактика личного прохождения (преодоления) различных этапов. Тактика работы на технических этапах (лидирующий, замыкающий, наблюдатель). Тактика сквозного прохождения дистанций. Взаимодействие команды на дистанции, роль лидера, капитана и замыкающего участника, взаимозаменяемость, взаимопомощь и взаимовыручка при работе на этапе (дистанции). Контрольное время на дистанции.

Промежуточная аттестация (тестирование).

Тема 2.2. Воспитательная работа. Походы. Соревнования (30 часов)

Практика (30 часов): участие в городских и областных соревнованиях по спортивному ориентированию в личном и командном зачете, на дистанциях: по выбору, в заданном направлении, кросс, маркированная дистанция. Участие в городском слете юных туристов с выездом за пределы города в палаточный лагерь. Участие в городском слете «Школа

безопасности» и соревнования ПСР в природной среде. Судейство городских соревнований по спортивному туризму.

Организация всесторонней подготовки участников похода, проверка наличия необходимых знаний и навыков, обеспечивающих безопасность, умения плавать; организация подготовки и подбора необходимого снаряжения и продуктов питания; оформление необходимой документации; утверждение маршрута в МКК.

Деятельность по подготовке похода совместно с членами группы: изучение района похода; подготовка картографического материала и разработка маршрута и графика похода; принятие необходимых мер, направленные на обеспечение безопасности участников в связи с возникшими опасными природными явлениями и другими обстоятельствами, мер по доставке травмированных или заболевших участников похода в ближайшее медицинское учреждение; представление отчета в МКК и оформление справок участникам группы о совершенном походе.

Создание видеопрезентации, оформление стенда.

Тема 2.3. Психологическая подготовка (6 часов)

Теория (3 часа): важность роли психологической подготовки в комплексе мероприятий по физическому, морально-нравственному, патриотическому воспитанию. Сущность проблемы: пребывание в полевых условиях, соприкосновение с нестандартными ситуациями. Резкое изменение привычного образа жизни и его дестабилизирующее воздействие на психику обучающегося. Основные свойства темперамента: сенситивность (повышенная чувствительность), реактивность (эмоциональность), эмоциональная устойчивость (тревожность), резистентность (сопротивляемость неблагоприятным условиям в походе), ригидность (негибкость приспособления к внешним условиям похода) – пластичность (гибкость приспособления к смене обстановки), экстравертированность – интравертированность, биологическая регуляция, психологическая регуляция.

Практика (3 часа): обучение естественным методам саморегуляции. Физические методы саморегуляции в полевых условиях. Проведение теста «Шкала поиска острых ощущений» или «Что вы хотите от жизни». Тренинг «Развитие внутренних ресурсов личности».

Тема 2.4. Общая физическая подготовка (53 часа)

Практика (53 часа): упражнения на развитие скорости. Подвижная игра «Флаги». Игры с мячами. Упражнения на развитие координации. Игра «Пионербол». Развитие силы. Упражнения на шведской стенке. Развитие гибкости. Упражнения на гимнастических снарядах. Упражнения на развитие координации и силы. Подвижная игра «Перестрелка». Развитие гибкости. Игры в парах со скакалкой. Упражнения на матах. Развитие равновесия. Упражнения на гимнастических снарядах и в парах. Игра «Футбол». Комплекс общеразвивающих упражнений. Упражнения на развитие

выносливости. Равномерный медленный бег. Развитие скорости и выносливости. Игра «Баскетбол». Развитие координации. Игра в настольный теннис. Упражнения на развитие силы. Броски мяча на дальность. Круговая тренировка по ОФП. Тестирование уровня физической подготовленности по ОФП.

Тема 2.5. Специальная физическая подготовка (26 часов)

Практика (26 часов): скользящий шаг на лыжах до 3 км. Попеременно одношажный и двухшажный ход на лыжах. Бесшажный ход на лыжах. Лыжная эстафета. Ходьба на лыжах с грузом. Преодоление препятствий на лыжах. Смешанный ход на лыжах. Бег по пересечённой местности 2 км. Бег с препятствиями. Бег на короткие дистанции. Круговая тренировка по СФП.

Итоговое занятие (2 часа)

Практика (2 часа): итоговая аттестация (тестирование).

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

При освоении программы отслеживаются три вида результатов: *личностный, метапредметный, предметный*, что позволяет определить динамическую картину развития обучающихся.

Планируемые результаты первого года обучения

Личностные

В результате обучения по программе обучающийся:

- имеет активную гражданскую позицию;
- проявляет интерес к вопросам личной и коллективной безопасности;
- проявляет патриотические чувства.

Метапредметные

В результате обучения по программе обучающийся:

- проявляет чувства ответственности за свою жизнь и жизнь окружающих;
- демонстрирует наличие волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и инициативы, ответственности, товарищества и взаимовыручки;
- мотивирован к регулярным занятиям физической культурой и спортом, сохранению и укреплению своего здоровья, к здорового образа жизни;
- осознает собственную ответственность за свое здоровье.

Предметные

В результате обучения по программе обучающийся:

знает:

- способы поведения для снижения индивидуальных и коллективных рисков;

- правила поведения и автономного существования в условиях природной среды;
- перечень личного и группового снаряжения для похода выходного дня с учетом погоды;
- состав медицинской (групповой и личной) аптечки на поход выходного дня и многодневный поход;

умеет:

- укладывать рюкзак;
- подгонять снаряжение и ухаживать за ним, ремонтировать;
- выбирать место для привала, бивуака;
- устанавливать палатку, размещать в ней вещи;
- преодолевать несложные естественные препятствия;
- использовать самостраховку при преодолении несложных естественных препятствий;
- читать и изображать топографические знаки, определять рельеф по карте;
- ориентироваться по карте и по компасу;
- измерять расстояния на карте и на местности;
- определять направление выхода в случае потери ориентировки;
- применять медицинские препараты и оказывать первую помощь;
- изготавливать транспортировочные средства и транспортировать пострадавшего.

Планируемые результаты второго года обучения

Личностные

В результате обучения по программе обучающийся:

- мотивирован к предотвращению чрезвычайных ситуаций, оказанию само- и взаимопомощи, умелым и быстрым действиям в любой ситуации;
- адаптирован в различных условиях окружающей среды, грамотно действует в экстремальных ситуациях;
- демонстрирует чувство гордости за свою Родину, российский народ, историю своей страны;
- способен себя идентифицировать гражданином.

Метапредметные

В результате обучения по программе обучающийся:

- имеет навык контроля и рефлексии;
- умеет согласовывать свои действия с общими задачами коллектива;
- умеет устанавливать деловые отношения со сверстниками для решения спортивных задач;
- в ходе поиска информации использует различные средства коммуникации;
- имеет собственную позицию и мнение, учитывает мнение других.

Предметные

В результате обучения по программе обучающийся:

знает:

- правила безопасного поведения в природных и соревновательных условиях;
- технику безопасности при преодолении естественных препятствий;
- тактико-технические приемы прохождения дистанции;

умеет:

- преодолевать различные естественные препятствия;
- работать с гидравлическими инструментами;
- применять СИЗ;
- рисовать и читать топографические знаки, двигаться по легенде;
- использовать перевязочные средства, лекарственные растения;
- накладывать жгут, ватно-марлевую повязку; обрабатывать раны, мозоли; промывать желудок;
- изготавливать транспортные средства из подручных материалов, транспортировать условного пострадавшего по пересеченной местности;
- строить укрытия в неблагоприятных погодных условиях.

Планируемые результаты третьего года обучения

Личностные

В результате обучения по программе обучающийся:

- понимает причины успешности в спортивной деятельности;
- стремится к здоровому образу жизни, росту спортивного мастерства;
- проявляет дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.

Метапредметные

В результате обучения по программе обучающийся:

- осуществляет контроль техники и тактики в поисково-спасательной технике;
- проводит самоанализ выполненных упражнений на основе знаний;
- предупреждает конфликтные ситуации во время совместных занятий, разрешает спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим;
- умеет вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений

Предметные

В результате обучения по программе обучающийся:

знает:

- правила вида «Спортивный туризм», условия соревнований, постановки дистанций и судейство соревнований;

- историю развития соревнований и слетов туристов, становление туристского многоборья - вида спортивно-туристских соревнований;
 - порядок размещения лагеря с условиями СанПиН;
 - командное и личное снаряжения для соревнований;
- умеет:**
- оказывать первую помощь условно пострадавшему;
 - строить профиля рельефа;
 - организовывать работу команды на технических этапах;
 - применяет приемы разработки тактических схем преодоления технических этапов;
 - применять различные специальные средства (снаряжение) на этапах;
 - принимать участие на городских и областных соревнованиях по спортивному туризму и ориентированию.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Название (год обучения)	Дата начала занятия	Дата окончания занятия	Количество учебных недель	Количество учебных занятий	Количество учебных часов
«Основы поисково-	01.09.	31.05.	36	108	216

спасательной деятельности» (1 год обучения)					
«Базовая подготовка поисково-спасательной деятельности» (2 год обучения)	01.09.	31.05.	36	108	216
«Школа безопасности и юный спасатель. Подготовка к соревнованиям» (3 год обучения)	01.09.	31.05.	36	108	216

Праздничные неучебные дни: 4 ноября, 1-8 января, 8 марта, 23 февраля, 1 мая, 9 мая.

Каникулы: 1 июня-31 августа.

Срок проведения промежуточной аттестации для 1-го года обучения – в период с 22 по 31 мая.

Срок проведения промежуточной аттестации для 2-го года обучения – с 22 по 31 мая.

Срок проведения промежуточной аттестации для 3-го года обучения – с 20 по 30 декабря.

Срок проведения итоговой аттестации – с 22 по 31 мая.

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.2.1. Условия набора в творческое объединение

Набор обучающихся в творческое объединение свободный, не зависит от национальной и половой принадлежности, социального статуса родителей (или законных представителей). Принимаются обучающиеся, проявляющие интерес к туристской деятельности и активным формам отдыха. Принимаются обучающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом.

2.2.2. Условия формирования групп

Обучение проходит в разновозрастных группах с использованием дифференцированного подхода.

Группа 1-го года обучения формируется из обучающихся преимущественно одной возрастной группы, но возможен разновозрастной состав.

Группы 2-го года обучения комплектуются из обучающихся, освоивших программу 1-го года обучения. В группу второго года обучения могут поступать вновь прибывающие обучающиеся, имеющие необходимые знания и умения, либо опыт занятий в объединениях по данному направлению.

Группы 3-го года обучения комплектуются из обучающихся, освоивших программу 2-го года обучения. В группу третьего года обучения могут поступать вновь прибывающие обучающиеся, имеющие необходимые знания и умения, либо опыт занятий в объединениях по данному направлению.

2.2.3. Кадровое обеспечение

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования (учитель физической культуры, ОБЖ), имеющий опыт участия в соревнованиях по спортивному туризму и спортивному ориентированию.

Педагог должен обладать знаниями в области возрастной психологии, дидактики, методики преподавания и воспитания, владеть знаниями и умениями в рамках программы, уметь строить отношения с обучающимися на принципах сотрудничества.

2.2.4. Материально-техническое обеспечение

Для эффективности образовательного процесса необходимы:

1. Помещение: учебный кабинет, спортивный зал.
2. Оснащение кабинета: мебель – стол для педагога, ученические парты и стулья, шкафы, стеллажи. Техническое оборудование – компьютер, принтер, проектор, флеш-карты, диктофоны, экран, доска и другое специальное оборудование для работы.
3. Оснащение спортивного зала: скамейки гимнастические, шведская стенка, опоры для организации перил и страховки, брусья, гимнастические маты, мячи, прыгалки.
4. Инструменты и материалы для занятий:
 - дидактический материал: карты топографические, карты спортивные, условные топографические и спортивные знаки, специальное туристское снаряжение и инвентарь согласно списку:
 - минимальный перечень учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря:
 - перевязочные средства;
 - кровоостанавливающие жгуты (2 разновидности);
 - бинты марлевые;
 - устройство – маска для искусственной вентиляции легких;
 - средства иммобилизации;
 - аптечка туристическая (1 шт.);
 - пакет индивидуальный перевязочный (4 шт.);
 - пакет индивидуальный противохимический ИПП-11;
 - огнетушитель порошковый;
 - пожарный рукав;
 - стволы пожарные;
 - боевая одежда пожарного (боевка, каска, ремень, краги);
 - карабины туристические;

- веревка;
- индивидуальная страховочная система (15 шт.);
- изолирующий противогаз с патроном ИП-4м (1 шт);
- ватно-марлевые повязки (2 образца);
- противопылевая тканевая маска (1 шт.);
- противогаз фильтрующий (ГП-5, ГП-7, ПДФ-7);
- общевойсковой защитный комплект ОЗК (6 шт.);
- общевойсковой защитный комплект Л-1(1 шт.);
- самоспасатель изолирующий учебный (1 шт.);
- носилки тканевые МЧС.

Для реализации программы с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения:

- персональный компьютер педагога с установленными приложениями, необходимыми для организации онлайн-занятий;
- персональные компьютеры для выхода обучающихся в интернет с установленными приложениями, необходимыми для участия в онлайн-занятиях.

2.2.5. Рабочая программа

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности и юный спасатель» включает в себя рабочие программы: «Основы поисково-спасательной деятельности» (1 год обучения), «Базовая подготовка поисково-спасательной деятельности» (2 год обучения), «Школа безопасности и юный спасатель. Подготовка к соревнованиям» (3 год обучения).

2.2.6. Рабочая программа воспитания

1. Цель воспитания - создание условий для формирования у обучающихся высокого уровня духовно-нравственного развития, чувства патриотизма, привитие навыков здорового образа жизни.

Особенности организуемого воспитательного процесса

Туристско-краеведческая деятельность — это средство гармоничного развития детей, реализуемая в форме отдыха и общественно полезной деятельности, характерным компонентом которого является путешествие (экскурсия, прогулка, поход, экспедиция). Это определение, прежде всего, указывает на то, что в данной программе должны интегрироваться все основные стороны воспитания: идейно-нравственная, трудовая, эстетическая, физическая, патриотическая и интеллектуальная и др.

Исходя из истории развития туристско-спасательной деятельности, познавательная функция в той или иной мере присуща любому туристскому мероприятию, поэтому познание для детей нового и необычного на экскурсиях, в походах, экспедициях, полевых лагерях базируется на одной из основных составляющих туристской деятельности. Данная форма организации учебно-воспитательного процесса базируется, кроме вышеназванного, на теоретических основах исследовательского

метода обучения в походах, который определяет деятельность руководителя детской группы при подготовке и проведении учебных мероприятий и участников похода.

2. Виды, формы и содержание деятельности

Работа с коллективом обучающихся:

- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала ребят в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу (селу, поселку и т.п.).

Работа с родителями:

- организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность творческого объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей в течение года, приглашение на праздники, соревнования и т.д.).
- оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.

3. Планируемые результаты и формы их демонстрации

Результат воспитания – сформированность духовно-нравственного развития, чувства патриотизма, навыка здорового образа жизни, что прослеживается через активное участие в мероприятиях.

2.2.7. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Планируемый результат
1	Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия	Участие в мероприятиях, посвященных Дню туризма	Сентябрь	Привлечение внимания обучающихся и их родителей к деятельности учреждения и творческого объединения
		Участие в городском слёте «Школа безопасности»	Октябрь	Привлечение внимания обучающихся и их родителей к деятельности учреждения и творческого объединения
		Участие в городских соревнованиях «ПСР в природных условиях»	Ноябрь	Привлечение внимания обучающихся и их родителей к деятельности учреждения и творческого объединения
2	Гражданское и патриотическое воспитание	Пешеходный спортивный поход, посв. Победе в ВОВ - «Победа входит в каждый двор»	Май	Воспитание у обучающихся чувства уважения, внимания, чуткости к ветеранам ВОВ

3	Ценности научного познания	Участие в учебно-тренировочных сборах «Школа безопасности и юный спасатель»	Сентябрь-май	Повышение мастерства обучающихся
		Участие в слете юных туристов	Июнь-июль	Повышение мастерства обучающихся
		Участие в учебно-тренировочных сборах	Сентябрь - май	Повышение мастерства обучающихся

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

Входная диагностика проводится с целью выявления первоначального уровня знаний, умений и возможностей детей.

Формы:

- тестирование.

Текущий контроль осуществляется для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств обучающихся.

Формы:

- индивидуальный, письменный, устный опрос, фронтальный опрос;
- практическая работа;
- педагогическое наблюдение;
- беседа;
- поход;
- тестирование;
- зачет.

Промежуточная аттестация (промежуточный контроль) предусмотрен с целью выявления уровня освоения программы обучающимися и корректировки процесса обучения.

Формы:

- тестирование.

Итоговая аттестация (итоговый контроль) с целью оценки уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (всего периода обучения по программе).

Формы:

- тестирование.

Для отслеживания и фиксации образовательных результатов используются:

для текущего контроля:

- видео- и фотоматериалы;
- материалы тестирования;

для промежуточной и итоговой аттестации:

- протоколы аттестации.

2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ И ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценка уровня достижения результатов по программе обеспечивается комплексом согласованных между собой оценочных средств.

Оценка уровня освоения программы осуществляется по следующим показателям:

Личностное развитие;

Метапредметные умения и навыки;

Предметные умения и навыки;

Теоретическая и практическая подготовка детей.

По каждому из показателей выделены критерии и определены уровни результативности: высокий, средний, низкий. Они занесены в таблицу ниже.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
Предметные результаты			
1. Теоретическая подготовка: 1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	- низкий уровень (овладел менее чем ½ объема знаний)	Тестирование
		- средний уровень (овладел более ½ объема знаний)	
		- высокий уровень (освоил практически весь объем знаний данной программы)	
1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования	- низкий уровень (избегает употреблять спец. термины)	Тестирование
		- средний уровень (сочетает специальную терминологию с бытовой)	
		- высокий уровень (термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	
2. Практическая подготовка: 2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	низкий уровень (овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков);	Соревнования внутри ТО по спортивному туризму, спортивному ориентированию и по профилю
		- средний уровень (овладел более ½ объема освоенных умений и навыков);	
		- высокий уровень (овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой)	
2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании	- низкий уровень (испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием)	Наблюдение
		- средний уровень (работает с помощью педагога)	
		- высокий уровень (работает самостоятельно)	

2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	- низкий (начальный - элементарный, выполняет лишь простейшие практические задания)	Наблюдение
		- средний (репродуктивный - задания выполняет на основе образца)	
		- высокий (творческий - выполняет практические задания с элементами творчества)	
Метапредметные результаты			
3. Метапредметные умения и навыки: 3.1. Учебно-интеллектуальные умения: 3.1.1. Умение подбирать и анализировать спец. литературу	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	- низкий (испытывает серьезные затруднения, нуждается в помощи и контроле педагога)	Наблюдение
		- средний (работает с литературой с помощью педагога и родителей)	
		- высокий (работает самостоятельно)	
3.1.2. Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в пользовании	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - низкий -средний -высокий	Наблюдение
3.1.3. Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (рефераты, исследования, проекты)	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - низкий	Наблюдение
		-средний	
		-высокий	
3.2. Учебно - коммуникативные умения: 3.2.1. Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - низкий	Наблюдение
		-средний	
		-высокий	
3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи подготовленной информации	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - низкий	Наблюдение
		-средний	
		-высокий	
3.3. Учебно-организационные умения и навыки: 3.3.1. Умение организовать свое рабочее (учебное) место	Самостоятельная подготовка и уборка рабочего места	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - низкий	Наблюдение
		-средний	
		-высокий	
3.3.2. Навыки соблюдения ТБ в процессе	Соответствие реальных навыков соблюдения ТБ программным	- низкий уровень (овладел менее чем ½ объема навыков соблюдения ТБ);	Наблюдение
		- средний уровень (овладел более ½ объема освоенных навыков)	

деятельности	требованиям	- высокий уровень (освоил практически весь объем навыков)	
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	- низкий уровень - средний уровень - высокий уровень	Наблюдение
Личностные результаты			
4. Личностное развитие 4.1. Организационно-волевые качества: Терпение, воля, самоконтроль	Способность выдерживать нагрузки, преодолевать трудности. Умение контролировать свои поступки	- низкий (терпения хватает меньше чем на ½ занятия, волевые усилия побуждаются извне, требуется постоянный контроль извне)	Наблюдение
		- средний (терпения хватает больше чем на ½ занятия, периодически контролирует себя сам)	
		- высокий (терпения хватает на все занятие, контролирует себя всегда сам)	
4.2. Ориентационные качества: 4.2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	- низкий уровень (не умеет оценивать свои способности в достижении поставленных целей и задач, преувеличивает или занижает их)	Тесты на определение самооценки https://disk.yandex.ru/i/kkzc5HI_986Jig
		- средний уровень (умеет оценивать свои способности, но знает свои слабые стороны и стремится к самосовершенствованию, саморазвитию)	
		- высокий уровень (адекватно оценивает свои способности и достижения)	
4.2.2. Мотивация, интерес к занятиям в ТО	Осознанное участие детей в освоении программы	- низкий уровень (интерес продиктован извне)	Модифицированный вариант анкеты мотивации Н.Г. Лускановой https://disk.yandex.ru/i/6ECcq09_LQjSLO
		- средний уровень (интерес периодически поддерживается самим)	
		- высокий уровень (интерес постоянно поддерживается самостоятельно)	
4.3. Поведенческие качества: 4.3.1. Конфликтность	Отношение детей к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия	- низкий уровень (периодически провоцирует конфликты)	Наблюдение
		- средний уровень (в конфликтах не участвует, старается их избегать)	
		- высокий уровень (пытается самостоятельно уладить конфликты)	
4.3.2. Тип сотрудничества (отношение детей к общим делам д/о)	Умение воспринимать общие дела, как свои собственные	- низкий уровень (избегает участия в общих делах)	Наблюдение
		- средний уровень (участвует при побуждении извне)	
		- высокий уровень (инициативен в общих делах)	

2.5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методы обучения по программе

Для реализации программы «Школа безопасности и юный спасатель» применяются методы общей педагогики, в частности методы использования слова (словесные методы) и методы обеспечения наглядности (наглядные методы).

Словесные методы:

- **дидактический рассказ** – представляет собой изложение учебного материала в повествовательной форме. Его назначение – обеспечить общее, достаточно широкое представление о каком-либо объекте, двигательном действии;
- **описание** – это способ создания у занимающихся представлений о действии, детям сообщается фактический материал, говорится, что надо делать, применяется при изучении относительно простых действий;
- **объяснение** – последовательное, строгое в логическом отношении изложение преподавателем сложных вопросов, понятий, правил;
- **беседа** – вопросно-ответная форма взаимного обмена информацией между преподавателем и обучающимися;
- **инструктирование** – точное, конкретное изложение преподавателем предлагаемого задания;
- **распоряжения, команды, указания** – основные средства оперативного управления деятельностью на занятиях.

Методы обеспечения наглядности способствуют зрительному, слуховому и двигательному восприятию выполняемых заданий. К ним относятся:

- **метод непосредственной наглядности** – предназначен для создания правильного представления о технике выполнения двигательного действия;
- **метод опосредованной наглядности** – создает дополнительные возможности для восприятия двигательных действий с помощью предметного изображения.

Педагогические технологии

При реализации программы используются следующие педагогические технологии:

- технология группового обучения – для организации совместных действий, коммуникаций, общения, взаимопонимания и взаимопомощи;
- технология дифференцированного обучения – применяются задания различной сложности в зависимости от интеллектуальной подготовки обучающихся;
- технология эдьютейнмент – для воссоздания и усвоения обучающимися изучаемого материала, общественного опыта и образовательной деятельности;

- технология проблемного обучения – для творческого усвоения знаний, поэтапного формирования умственных действий, активизации различных операций мышления;

- информационно-коммуникационные технологии – применяются для расширения знаний, выполнения заданий, создания и демонстрации презентаций на занятиях, проведения диагностики и самодиагностики.

Информационные, дидактические материалы к занятиям

Информационные материалы: видеофильмы и презентации, фотографии, отражающие работу работников МЧС, действия в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, историю, приёмы оказания первой доврачебной помощи, прохождение этапов и соревнований.

Дидактические материалы: карты топографические, карты спортивные, условные топографические и спортивные знаки, маршрутные документы, отчеты о походах, правила соревнований, положения и условия соревнований, план-конспекты, рефераты.

Техника безопасности

Изучение вопросов безопасности труда организуется и проводится на всех стадиях образовательного процесса с целью формирования у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих.

Обучение обучающихся в виде инструктажей с регистрацией в журнале учета работы педагога дополнительного образования в творческом объединении по правилам безопасности проводится перед началом всех видов деятельности:

- теоретические и практические занятия;
- занятия общественно-полезным трудом;
- экскурсии, походы;
- соревнования;
- массовые мероприятия.

ЛИТЕРАТУРА И ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ

Список дополнительной литературы

1. Арустамов, Э.А. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студентов учреждений средних профессиональных образования / Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Г.В. Гуськов. — М.: ИЦ Академия, 2010. — 176 с.
1. Акимов, В.А. Безопасность жизнедеятельности. Безопасность в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера: Учебное пособие / В.А. Акимов, Ю.Л. Воробьев, М.И. Фалеев и др. Издание 2 – е, переработанное – М.: Высшая школа, 2017. — 592 с.
2. Алиева, С.В. Социальная педагогика: Учебное пособие / А.В. Иванов, С.В. Алиева. – М.: Дашков и К, 2013. – 236 с.
3. Аронова, Т.В. Педагогика физической культуры: Учебник для студентов высших учебных заведений / С.Д. Неверкович, Т.В. Аронова, А.Р. Баймурзин. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 188 с.
4. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта: Учебное пособие / Г.Д. Горбунов. – М.: Советский спорт, 2014. – 168 с.
5. Горелов, А.А. Безопасность человека в природных условиях / – СПб, СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2014. – 98 с.
6. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: Учебное пособие / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Е.Л. Побежимова. – М.: Академия. – 2018. – 352 с.
7. Куликов, В.М., Константинов, Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М. ЦДЮТиК МО РФ ISBN. – 2001 г. – 72 с.
8. Латчук, В.Н., Марков, В.В. Словарь – справочник по основам безопасности жизнедеятельности. – М.; "Дрофа", 2015 г. – 254 с.
9. Мерников, А.Г. Безопасность дома своими руками / А.Г. Мерников. – 2013. – 188 с.
10. Мастрюков, Б.С. Безопасность в чрезвычайных ситуациях / Б.С. Мастрюков. – Изд. 5-е, перераб. – М.: академия, 2016. – 334 с.
11. Международное руководство по первой помощи и реанимации, 2016 г.
12. Методические рекомендации МЧС России «Временные правила проведения по виду спорта МЧС России «Многоборье спасателей ПСФ». – 2014 г.
13. Онищенко, В. Словарь туриста, 2015.
14. Основы туристской деятельности / Е.И.Ильина. – М.:2010. –150 с.
15. «Справочник спасателя», книга № 14. – 2015 г.
16. Селуянов, В.Н. Биологические основы оздоровительного туризма / – М.: СпортАкадемПресс, 2010. – 123 с.
17. Солодков, А.С., Сологуб, Е.Б. Физиология человека Общая. Спортивная. Возрастная: Учебное пособие / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб,

Советский спорт. – М.: 2012. – 620 с.

18. Сычев, Ю.Н. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие / Ю.Н. Сычев. — М.: ФиС, 2014. – 224 с.

19. Федотов, Ю.Ф. Спортивно-оздоровительный туризм: Учебное пособие / Ю.Ф.Федотов. – Советский спорт: 2014. – 364 с.

20. Фефилова, Л.К. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф: Учебник / Л.К. Фефилова. — М.: Миклош, 2015. – 382 с.

21. Черныш, И.В. Энциклопедия выживания. Учебное пособие / И.В. Черныш. – М.: Айрис-Пресс, 2002. – 415 с.

22. Ястребов, Г.С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф: Учебное пособие / Г.С. Ястребов; Под ред. Б.В. Кабарухин. — Рн/Д: Феникс, 2013. – 397 с.

Список цифровых ресурсов

1. Авторские интерактивные задания и тренировочные упражнения [электронный ресурс]. – Режим доступа: https://turist.edu.yar.ru/eor/eor_topografiya.html - (Дата обращения 22.05.2023 г.).

2. Спортивное ориентирование — что это за вид спорта: виды, правила, экипировка, история [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://provyzhivanie.ru/orientirovanie/sportivnoe-orientirovanie>. - (Дата обращения 22.05.2023 г.).

3. Тесты и упражнения по спортивному ориентированию [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://learningapps.org/index.php?category=78&subcategory=38421&s=> - (Дата обращения 22.05.2023 г.).

4. Туризм спортивный в Москве и России [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tnmoscow.ru/>. - (Дата обращения 22.05.2023 г.).

5. Федерация спортивного туризма России [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tssr.ru/> - (Дата обращения 22.05.2023 г.).

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Оценочные и диагностические материалы

Тест для входной диагностики (1 год обучения)

1. Какая задача при подготовке и проведении туристского похода является главной...

- а) обеспечение безопасности
- б) выполнение целей и задач похода
- в) полное прохождение маршрута

2. Наиболее удобной обувью в походе считаются...

- а) туристические ботинки, кеды, кроссовки
- б) сапоги резиновые или хромовые, легкие спортивные тапочки
- в) полуботинки, сапоги, туфли

3. Какого цвета должна быть верхняя одежда туриста...

- а) однотонного цвета
- б) яркая

4. Приметами хоженной тропы могут быть...

- а) высокая трава, наличие следов птиц и зверей
- б) примятая трава, следы от транспорта, следы деятельности человека
- в) растущие на тропе грибы, ягоды, сломанные ветки

5. Полярная звезда указывает направление на...

- а) север
- б) юг
- в) запад
- г) восток

6. Что запрещается делать при разведении костра...

- а) использовать для костра сухую траву
- б) разводить костер возле водоемов
- в) использовать для костра сухостой
- г) разводить костер на торфяных болотах

7. Каким должно быть место разведения костра...

- а) место разведения костра должно быть очищено от травы, листьев и находиться недалеко от воды
- б) место разведения костра должно быть в густом лесу
- в) в ненастную погоду надо разводить костер под деревом

8. Какие растения можно использовать, чтобы заварить чай...

- а) волчьи ягоды
- б) бузина
- в) смородина, малина

9. Обеззараживание воды в полевых условиях осуществляется...

- а) кипячением
- б) очисткой через песочный фильтр
- в) очисткой через фильтр из глины, ваты и материи

10. Первую помощь при порезе пальца в случае отсутствия аптечки можно оказать, используя...

- а) борщевик
- б) подорожник
- в) вороний глаз

11. Алгоритм действий при оповещении о наводнении...

- а) включить телевизор, радио, выслушать сообщения и рекомендации
- б) ждать на улице
- в) выкидывать из окна ценные вещи
- в) начать панику

12. Компас нужен для...

- а) ориентирования на местности
- б) измерения температуры
- в) измерения давления
- г) измерения длины

13. Алгоритм действий пассажиров при крушении самолёта...

- а) принять безопасную позу: согнуться и сцепить руки под коленями; голову наклонить к коленям; ноги упереть в пол
- б) попытаться выбить окно иллюминатора
- в) бегать по салону

14. Причиной несчастного случая на воде может стать...

- а) купание в запрещенных и незнакомых местах
- б) ненастная погода и сильный ветер

15. Ошибочные действия при ожогах...

- а) охлаждать поврежденную конечность
- б) вскрывать волдыри, отдирать корки
- в) накладывать стерильную повязку

16. Управлять велосипедом на дорогах правилами дорожного движения разрешается...

- а) с 12 лет
- б) с 13 лет
- в) с 14 лет
- г) с 15 лет

17. Как обеспечить себе питание в автономном существовании?

- а) ничего предпринимать не надо, пищу доставят спасатели
- б) разделить запасы продовольствия на части, оставить неприкосновенный запас (НЗ)

18. Как сушить одежду и обувь на привале после дождя?

- а) на сушилке из жердей недалеко от костра
- б) под навесом над костром
- в) на себе

19. Приспособление человека к новым для него условиям жизни называется...

- а) интоксикацией
- б) акклиматизацией
- в) реакклиматизацией

20. К ядовитым растениям относятся...

- а) ландыш
- б) малина
- в) крапива
- г) подорожник

21. Правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походе...

- а) закаливание и солнечные ванны
- б) мыть руки перед едой, чистить зубы, обтирать тело, купаться
- в) купаться, загорать, мыть руки, умываться

22. Одной из составляющих здорового образа жизни является...

- а) малоподвижный образ жизни
- б) закаливание, правильное питание, соблюдение режима дня, занятие спортом
- в) курение и употребление алкоголя в небольших количествах

23. Какие из приведенных ниже названий привычек человека являются вредными?

- а) бег по утрам
- б) курение, потребление спиртных напитков, наркомания
- в) занятие спортом

24. Каковы требования к месту сооружения временного жилища...

- а) недалеко дорога или наезженная тропа
- б) ровная возвышенная продуваемая площадка, возле источника воды и достаточно
- в) топлива, вблизи поляна для подачи сигналов бедствия

25. При устройстве шалаша крышу следует накрывать...

- а) снизу – вверх
- б) сверху – вниз
- в) справа – налево

Правильные ответы к тесту:

1-А, 2- А, 3- Б, 4- Б, 5- а, 6- Г, 7- А, 8- В, 9- А, 10- Б, 11- А, 12- А, 13- А, 14- А, 15- Б, 16- В, 17- Б, 18- А, 19- Б, 20- А, 21- Б, 22- Б, 23- Б, 24- Б, 25- А.

Критерии оценивания:

низкий уровень знаний – 1-9 баллов;
средний уровень знаний – 10-19 баллов;
высокий уровень знаний – 20-25 баллов.

Тест для входной диагностики (2 год обучения)

1. Неконтролируемое горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью граждан – это...

- а) взрыв
- +б) пожар
- в) смог
- г) тление

2. Какая причина пожара относится к неисправности и неправильной эксплуатации электрооборудования?

- а) разведение костров во дворах жилых домов
- б) небрежное хранение горючих жидкостей
- +в) перегрузка электросети включением нескольких электроприборов в одну розетку
- г) игра со спичками

3. При пожаре запрещено...

- +а) спускаться на лифте
- б) тушить легковоспламеняющиеся жидкости песком
- в) обесточить электроприбор перед тушением
- г) передвигаться на четвереньках в задымленном помещении

4. Какие источники опасности в помещении?

- +а) возгорание

- б) отсутствие телефона, кондиционера
- +в) затопление

5. Если вы обнаружили, что ранее включенная газовая конфорка потухла, необходимо...

- +а) перекрыть кран подачи газа и проветрить кухню
- б) зажечь снова огонь
- в) выключить газ, через несколько минут снова включить и зажечь огонь
- г) открыть окна и снова зажечь газ

6. В путешествии необходимо...

- +а) брать воду только в проверенных источниках
- б) воду, взятую в непроверенном источнике отфильтровать через марлю или носовой платок
- +в) воду обязательно дезинфицировать, например, с помощью перманганата калия или кипячения

7. Что запрещается делать при пожаре в квартире?

- +а) выходить через задымление к лифту и на нем спускаться вниз
- +б) при небольшой этажности (до 8 этажа) выпрыгивать из окна, спускаться при помощи связанных между собой простыней
- в) при сильном задымлении передвигаться, пригнувшись или ползком
- г) гасить включённые в сеть электроприборы
- +д) открывать окна и двери
- е) сообщить о пожаре в пожарную охрану

8. Во время купания следует...

- а) заплывать на фарватер только при отсутствии в пределах видимости судов
- б) купаться только в местах, обозначенных знаком «купаться запрещено»
- +в) купаться только в строго отведённых для этого местах
- г) купаться в местах наибольшего скопления водоплавающих птиц

9. При попадании в водоворот нужно...

- а) нырнуть в водоворот, воронка вынесет на берег
- б) как можно громче звать на помощь и пытаться не двигаться
- +в) погрузиться в воду, сделать сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность
- г) нырнуть под воду и как можно дольше остаться под водой

10. При тушении домашней электропроводки необходимо...

- а) залить очаг возгорания водой
- +б) применить углекислотный огнетушитель

в) применить химический пенный огнетушитель

11. При разведении костров в лесу необходимо...

- а) по возможности разводить костер как можно ближе к деревьям, чтобы дождь не залил огонь
- +б) по возможности разводить костер в отведённых для этого местах
- +в) окапывать костры во избежание возгорания лесной подстилки

12. Основными источниками опасности в многоэтажном доме являются...

- а) засор канализации
- +б) разрушение конструкций
- в) безответственный провайдер интернета
- г) ремонтные работы после 23.00

13. Чего не следует делать при спасении утопающего?

- +а) искусственное дыхание рот в рот или рот в нос
- б) подплывать к утопающему со стороны лица, так, чтобы он мог заметить, что его спасают
- в) протягивать руку, чтобы утопающий мог за неё ухватиться
- г) бросать утопающему спасательный круг

14. В каком положении должен находиться пострадавший от утопления человек для освобождения его лёгких от воды?

- +а) лёжа на колене спасателя лицом вниз
- б) лёжа на спине голова повернута в сторону
- в) лёжа на боку
- г) лёжа на спине

15. Если вы заблудились в лесу, то..

- а) необходимо идти туда, откуда, как вам кажется, вы пришли
- +б) попытаться сориентироваться на местности по известным природным признакам и двигаться в нужную вам сторону
- в) оставаться на месте, попытаться обустроить место для ночлега и развести сигнальный костёр
- г) не привлекая диких животных, негромко звать на помощь

Критерии оценивания:

- низкий уровень знаний – 1-6 баллов;
- средний уровень знаний – 7-11 баллов;
- высокий уровень знаний – 12-15 баллов.

Тест для входной диагностики (3 год обучения)

1. Повреждение целостности тканей и нарушение функций, сопровождающееся местной или общей реакцией организма, вызванное воздействием на человека одного или одновременно нескольких факторов внешней среды механических, тепловых, холодных, химических, радиационных, это...

- а) рана
- б) травма
- в) ушиб

2. К закрытым повреждениям относятся...

- а) вывихи
- б) растяжения
- в) царапины
- г) ушибы
- д) закрытые переломы
- е) порезы

В приведенной цепочке допущены ошибки, найдите их.

3. К открытым повреждениям относятся...

- а) сдавление мягких тканей
- б) раны, сопровождаемые кровотечениями
- в) разрывы связок и сухожилий
- г) открытые переломы
- д) порезы

В приведенных примерах допущены ошибки, найдите их

4. Открытое повреждение кожи или глубоколежащих тканей и внутренних органов, это...

- а) растяжение связок
- б) открытый перелом
- в) рана

5. Все ранения имеют общие признаки...

- а) боль
- б) кровотечение
- в) потеря памяти
- г) видимое или скрытое разрушение тканей

В приведенной цепочке допущена ошибка, найдите ее

6. Признаки закрытых повреждений...

- а) болезненность
- б) открытое кровотечение
- в) изменение цвета кожи она становится синей

- г) появление большой шишки припухлость
В приведенной цепочке допущена ошибка, найдите ее.

7. В зависимости от характера повреждения кровотечение бывает...

- а) венозное
- б) внезапное
- в) артериальное
- г) спокойное
- д) капиллярное

В приведенных примерах допущены ошибки, найдите их.

8. Если кровь изливается на поверхность тела, то такое кровотечение называется...

- а) открытым
- б) закрытым
- в) наружным
- г) внутренним

9. Если кровотечение сопровождается излиянием крови во внутренние органы, полости и ткани, то оно называется...

- а) полостным
- б) внутренним
- в) закрытым
- г) наружным

10. Из приведенных примеров выберите те, которые характеризуют венозное и артериальное кровотечения...

- а) кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей
- б) кровь сочится по всей поверхности тела и ее трудно остановить
- в) кровь имеет темный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно

11. Артериальное кровотечение возникает...

- а) при поверхностном ранении в случае повреждения сосуда
- б) при неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов
- в) при повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении

12. При несчастных случаях, стихийных бедствиях и катастрофах чаще всего имеют место...

- а) артериальные кровотечения
- б) капиллярные кровотечения
- в) смешанные кровотечения
- г) венозные кровотечения

13. К серьезным последствиям для организма человека приводит потеря крови в количестве...

- а) около 1 литра
- б) более 1 литра
- в) 1 литр

14. Назовите, сколько в организме взрослого человека содержится крови. Выберите правильный ответ...

- а) около 3 литров
- б) около 4 литров
- в) около 5 литров
- г) около 6 литров

15. Временную остановку кровотечения можно осуществить несколькими способами. Выберите из приведенных ответов правильные...

- а) пальцевым прижатием артериального сосуда ниже места ранения
- б) наложением асептической повязки на место кровотечения
- в) наложением жгута на 3-5 см выше раны
- г) пальцевым прижатием артериального сосуда выше раны
- д) максимальным разгибанием конечности
- е) наложением давящей повязки на место кровотечения
- ж) наложением жгута на 3-5 см ниже раны
- з) максимальным сгибанием конечности
- и) возвышенным несколько выше грудной полости положением поврежденной конечности
- к) минимальным сгибанием конечности

16. Самым надежным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является...

- а) наложение давящей повязки
- б) пальцевое прижатие
- в) наложение жгута
- г) максимальное сгибание конечности

17. Из приведенных ответов выберите те, которые определяют максимальное время наложение жгута летом и зимой...

- а) не более 30 минут
- б) не более 60 минут
- в) не более 90 минут
- г) не более 120 минут
- д) не более 150 минут

18. Назовите, какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к жгуту...

- а) фамилию, имя, отчество пострадавшего
- б) дату и время получения ранения
- в) место, где пострадавший получил ранение
- г) дату и точное время часы и минуты наложения жгута
- д) время наложения жгута часы, минуты и секунды
- е) фамилию, имя и отчество наложившего жгут

19. Давящая повязка – простой и надежный способ...

- а) остановки кровотечения
 - б) уменьшения боли
 - в) снижения температуры
 - г) создания покоя поврежденной части тела
- В приведенных ответах допущена ошибка, найдите ее.

20. Назовите, какой метод можно использовать для остановки кровотечения из сосудов кисти или предплечья. Выберите правильный вариант ответа...

- а) максимально отвести плечи пострадавшего назад и зафиксировать их за спиной широким бинтом
- б) поместить в локтевой сустав валик из скатанной материи, согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать предплечье к плечу

21. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки? Выберите правильный вариант ответа...

- а) промыть рану водой и обработать ее зеленкой
- б) обработать рану йодом
- в) обработать рану перекисью водорода или слабым раствором марганцовки

22. Способ остановки кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется...

- а) при любых ранениях конечности
- б) при смешанном кровотечении
- в) при поверхностных ранениях в случае венозного кровотечения

23. Пострадавшего необходимо направить в медицинское учреждение, если носовое кровотечение не удастся остановить в течение...

- а) 1 часа
- б) 20-30 мин.
- в) 30-40 мин.

24. Как правильно оказать помощь другу подруге при кровотечении из носа? Выберите из предлагаемых вариантов ответов ваши дальнейшие действия и определите их очередность...

- а) сказать другу, чтобы он стоял, запрокинув голову назад, и не шевелился
- б) усадить друга, наклонив его туловище вперед
- в) измерить температуру и дать обезболивающее
- г) смочить кусочки ваты раствором перекиси водорода и ввести их в носовые ходы
- д) положить на спинку носа холод
- е) плотно прижать крылья носа к перегородке на 5-10 минут

25. Как правильно оказать помощь при глубоком и обширном ранении? Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность...

- а) успокоить пострадавшего, дать ему успокоительное лекарство
- б) продезинфицировать рану
- в) обеспечить неподвижность поврежденной части тела
- г) измерить температуру
- д) остановить кровотечение
- е) наложить стерильную повязку
- ж) доставить пострадавшего в травматологический пункт
- з) перед отправкой в травматологический пункт дать пострадавшему обезболивающее средство

Правильные ответы к тесту:

1. б) 2. в; е) 3. а; в) 4. в) 5. в) 6. б) 7. б; г) 8. в) 9. б) 10. венозное - в, артериальное - а) 11. в) 12. в) 13. б) 14. в) 15. в; г; е; з; и) 16. в) 17. летом - г, зимой - б) 18. г) 19. в) 20. б) 21. в) 22. в) 23. в) 24. б; д; е; г) 25. д; б; е; в; з; ж)

Критерии оценивания:

низкий уровень знаний – 1-12 баллов;
средний уровень знаний – 13-20 баллов;
высокий уровень знаний – 21-25 баллов.

Задания для текущего контроля

«Топография и ориентирование»

Определите:

- стороны горизонта;
- место старта и финиша;
- количество КП в карте;
- с помощью компаса определить расстояние от старта до первого КП;
- прочитать легенду КП.

Работа с картой и компасом

1. Чтение карты.
2. Чтение местности.
3. Найти местоположение на карте.
4. Найти на карте север.
5. Выбрать порядок прохождения КП.
6. Выбрать способы ориентирования.
7. Выбрать рациональный путь движения.

Тесты для промежуточной аттестации (1 год обучения)

1. Чем нельзя тушить горящий бензин?

- а) песком
- б) водой
- в) огнетушителем пенным

2. Почему нельзя вешать комнатные цветы на стенку над телевизором?

- а) неудобно поливать
- б) цветам будет жарко от работающего телевизора
- в) вода при поливе может попасть в телевизор, и тогда он загорится

3. Можно ли при пожаре пользоваться лифтом?

- а) можно, только надо проверить, работает ли он;
- б) ни в коем случае нельзя;
- в) можно, если на лестничной площадке еще нет дыма.

4. Алгоритм действий, если захлопнулась дверь...

- а) попытаетесь залезть домой через балкон соседей
- б) позвоните родителям
- в) попросите открыть дверь рабочих с соседней стройки

5. Если вы почувствовали запах газа. Взрослых нет дома. Что ты сделаешь?

- а) зажгу спичку, чтобы проверить, где утечка газа
- б) открою окна и перекрою основной газовый вентиль
- в) выбегу во двор и буду ждать родителей

6. Если вы чувствуете, что здание рушится, возможности выбраться из него нет, выберите из перечисленного наиболее безопасные места...

- а) угол между капитальными стенами
- б) у окна
- в) ближе к лестнице

7. Если в общественном транспорте вы обнаружили забытую сумку, то вы...

- а) откроете сумку, чтобы поинтересоваться ее содержимым
- б) выбросите сумку на тротуар
- в) сообщу о находке водителю

8. Выбери из перечисленного правила поведения на железной дороге для избегания травм и других ситуаций...

- а) можно ходить по путям, если рядом нет приближающегося поезда
- б) переходи железную дорогу только в установленном месте
- в) можно стоять у края платформы

9. Что делать, если тебя хватает с непонятными целями в твоём подъезде неизвестный мужчина или женщина?

- а) молчать и выполнять все, что он скажет
- б) закричать: «пожар!», а потом, когда двери откроются и выглянут соседи, просить о помощи

10. Если вас захватили террористы, необходимо...

- а) попытаться убежать
- б) выполнять требования террористов, спрашивайте разрешения на все действия
- в) создать конфликтную ситуацию

11. Что такое экстренная ситуация?

- а) ситуация, угрожающая жизни, здоровью, имуществу человека или природной среде
- б) занятие экстремалов

12. Что относится к чрезвычайным ситуациям природного характера?

- а) терроризм, ограбление, угоны
- б) наводнения, землетрясение, ураганы
- в) похищения, убийства, аварии на автотранспорте, другие происшествия криминального характера

13. Может ли неправильная планировка города порождать опасные ситуации?

- а) да
- б) нет

14. Как влияет многолюдье города на преступность?

- а) положительно
- б) отрицательно

15. Что нужно сделать, услышав сигнал «внимание всем!»?

- а) бежать
- б) включить телевизор, радио и прослушать сообщение
- в) закрыть окна и двери

16. Можно ли тушить водой горящий телевизор?

- а) да
- б) нет

17. Как нужно передвигаться по задымленному коридору?

- а) бегом
- б) шагом
- в) ползком

18. К какому виду систем оповещения относится сирена?

- а) речевые
- б) звуковые
- в) световые

19. Можно ли нюхать, трогать руками, пробовать на язык неизвестные вещества?

- а) да
- б) нет

20. Как нужно двигаться при отсутствии тротуара?

- а) по обочине по левой стороне навстречу движущемуся транспорту
- б) по обочине против движения
- в) по разделительной полосе

21. На какой сигнал светофора нужно переходить дорогу?

- а) красный
- б) желтый
- в) зеленый

22. Стоит ли открывать дверь незнакомцу?

- а) да
- б) нет

23. Можно ли садиться в автомобили к незнакомым людям?

- а) да
- б) нет

24. Вредят ли экологии заводы?

- а) да
- б) нет

25. Телефон скорой помощи?

- а) 101
- б) 102
- в) 103

Ответы к тесту: Б, 2- В, 3- Б, 4- Б, 5- Б, 6- А, 7- В, 8- Б, 9- Б, 10- Б, 11- А, 12- Б, 13- А, 14- Б, 15- Б, 16- Б, 17- В, 18- Б, 19- Б, 20- А, 21- В, 22- Б, 23- В, 24- А, 25- В.

Критерии оценивания:

низкий уровень знаний – 1-9 балла;
средний уровень знаний – 10-19 баллов;
высокий уровень знаний – 20-25 баллов.

Тесты для промежуточной аттестации (2 год обучения)

1. Назовите чрезвычайную ситуацию экологического характера, связанную с изменением атмосферы...

- 1) деградация, засоление, заболачивание почв
- 2) истощение водных ресурсов, резкая нехватка питьевой воды
- 3) опасные концентрации вредных веществ в атмосфере
- 4) гибель растительности на большой территории

2. Авария – это чрезвычайная ситуация...

- 1) связанная с угрозой выброса опасного вещества
- 2) возникшая по техническим причинам, а также из-за случайных внешних воздействий на промышленном предприятии
- 3) повлекшая за собой человеческие жертвы, ущерб
- 4) возникшая по причине воздействия молнии

3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера – это...

- 1) эпидемии
- 2) внезапное обрушение зданий и сооружений, аварии на очистных сооружениях
- 3) землетрясения
- 4) моретрясения

4. Опасное происшествие на предприятии или на транспорте, создающее угрозу жизни и здоровью людей, приводящее к ущербу в производстве или в окружающей среде, – это...

- 1) чрезвычайная ситуация
- 2) чрезвычайное положение
- 3) авария
- 4) происшествие

5. Потенциальная опасность как явление – это...

- 1) деградация окружающей среды, вызванная расточительной деятельностью человека
- 2) возможность воздействия на человека неблагоприятных или несовместимых с жизнью факторов
- 3) совокупность факторов, воздействующих на человека в процессе его деятельности
- 4) увеличение количества вредных воздействий на человека

6. Основным способом оповещения населения о ЧС является...

- 1) вой сирен, частые гудки автомобилей
- 2) передача речевого сообщения по радио
- 3) гудки промышленных предприятий
- 4) телевизионные и радиоприемники

7. Чем характеризуется взрыв?

- 1) большой скоростью химического превращения
- 2) большим количеством газообразных продуктов
- 3) резким повышением температуры
- 4) сильным звуковым эффектом (грохот, громкий звук, шум, сильный хлопок)

8. Процесс горения протекает при наличии определенных условий. Назовите их...

- 1) наличие горючего вещества, наличие окислителя, наличие источника воспламенения
- 2) наличие горючего вещества, наличие окислителя, наличие условий для теплообмена
- 3) наличие условий для теплообмена, наличие горючего вещества
- 4) наличие условий для теплообмена, наличие окислителя, наличие источника воспламенения

9. Химическое вещество, применяемое в промышленности, которое при проливе или выбросе может привести к заражению воздуха с поражающими концентрациями называется...

- 1) химически опасное вещество
- 2) ядовитое вещество
- 3) аварийно химически опасное вещество
- 4) опасное вещество

10. При аварии на химически опасном объекте произошла утечка хлора. Вы можете оказаться в зоне заражения, живете на 1-м этаже девятиэтажного дома. Как вы поступите?

- 1) укроетесь в подвале здания
- 2) подниметесь на верхние этажи

- 3) останетесь в своей квартире
- 4) будете ждать сообщения по телевидению

Ответы к тесту:

№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8	№9	№10
2	4	4	1	1	2	2	2	3	1

Критерии оценивания:

- низкий уровень знаний – 1-4 балла;
- средний уровень знаний – 5-8 баллов;
- высокий уровень знаний – 9-10 баллов.

Тесты для промежуточной аттестации (3 год обучения)

1. Что из этого относится к ЧС техногенного характера?

- а) гроза
- б) лесные пожары
- в) ураганы
- г) аварии с выбросом АХОВ

2. Что необходимо делать, когда услышали предупредительный сигнал «Внимание всем!»?

- а) собрать запас продуктов на 3 дня, документы и следовать на пункт эвакуации
- б) включить радиоприемник, телевизор и слушать дальнейшие указания
- в) провести герметизацию помещения
- г) продолжать повседневные дела

3. Сколько зон действия взрывов?

- а) 1
- б) 2
- в) 3
- г) 4

4. Среди перечисленных ниже поражающих факторов укажите тот, который характерен для пожара...

- а) открытый огонь
- б) разрушение зданий из-за смещения поверхностных слоев земли
- в) ударная волна
- г) осколочные поля

5. Где следует носить зимой аптечку АИ – 2?

- А) в кармане брюк
- Б) в руках

- В) во внутреннем кармане верхней одежды
- Г) во внешнем кармане верхней одежды

6. Среди перечисленных поражающих факторов выберите тот, который характерен для химических аварий с выбросом АХОВ?

- а) высокая температура окружающей среды
- б) поражение людей опасными веществами через кожные покровы
- в) лучистый поток энергии

7. Какие вещества определяет капсула с тремя зелеными полосками войскового прибора химической разведки?

- а) синильная кислота, фосген
- б) зарин, заман
- в) иприт
- г) ничего из перечисленного

8. В зависимости от расположения источники излучения бывают...

- а) внешние и внутренние
- б) дальние и ближние
- в) северные и южные
- г) скрытые и открытые

9. К радиационно-опасным объектам относят...

- а) предприятия по изготовлению ядерного топлива
- б) предприятия по изготовлению АХОВ
- в) космические станции
- г) ничего из перечисленного

10. Из чего состоит прибор ДП-24?

- а) корпус, насос, набор ампул для определения веществ, фильтр
- б) корпус, зарядное устройство, индивидуальные дозиметрические приборы
- в) корпус, шкала измерения частоты излучения, щуп, головной телефон
- г) корпус, стержни с содержанием мельчайших частиц урана, зарядное устройство

11. Общие признаки пищевого отравления?

- а) рвота, расстройство желудка, боли в животе, зрительное расстройство
- б) сонливость, слабость, отдышку, несвязанная речь, отсутствие глазных рефлексов
- в) ожог губ, слизистой оболочки рта, гортани, пищеварительного тракта, сильная боль по ходу пищеварительного тракта, рвота
- г) сильный запах алкоголя, глубокое дыхание, частый пульс

12. Острые отравления делятся на...

- а) легкие, средние, повышенной тяжести
- б) бытовые и производственные
- в) внутренние и внешние
- г) безвредные, несущие паралич, летальные

13. Что необходимо делать, если на вас загорелась одежда?

- а) бежать и срывать с себя одежду
- б) надо остановиться, упасть и катиться, сбивая пламя
- в) завернуться в одеяло или обмотаться плотной тканью

14. Что понимают под средствами коллективной защиты?

- а) защитные инженерные сооружения гражданской обороны
- б) средства защиты, которыми могут пользоваться люди в случае заражения лучевой болезнью
- в) любое помещение имеющее крышу и находящееся на открытом воздухе
- г) медицинские препараты

15. Определите по внешним признакам вид пожара, если из окон здания идет дым, огня не видно...

- а) низовой
- б) внешний
- в) верховой
- г) внутренний

16. Среди перечисленных ниже поражающих факторов укажите тот, который характерен для взрыва...

- а) высокая температура
- б) осколочные поля
- в) волна прорыва
- г) сильная загазованность местности

17. Как классифицируются вещества и материалы по группам возгораемости?

- а) горючие вещества, негорючие вещества
- б) опасные, неопасные, чрезвычайно опасные
- в) негорючие вещества, слабо горючие вещества, горючие вещества, чрезвычайно горючие вещества
- г) негорючие вещества, трудногорючие вещества, горючие вещества

18. К естественным источникам излучения относятся...

- а) излучение от АЭС
- б) космическое излучение
- в) радиационный фон на территории РОО

19. Порядок проведения искусственной вентиляции легких способом «рот в нос»...

20. Порядок оказания ПП при отравлении лекарствами...

Ответы к тесту: 1-Г, 2- Б, 3- В, 4- А, 5- В, 6- Б, 7- А, 8- А, 9- А, 10- Б, 11- А 12- Б, 13- Б, 14- А, 15- Г, 16- Б, 17- Г, 18- Б, 19- в ответе должны быть освещены основные этапы: очистка ротовой полости от посторонних предметов и рвотных масс, предание пострадавшему правильное положение тела, зажатие рта и выдох в нос, 20- в ответе должны быть освещены основные этапы: выведение лекарств из желудка и кишечника, напоить чаем, вызвать скорую помощь.

Критерии оценивания:

низкий уровень знаний – 1-9 баллов;

средний уровень знаний – 10-17 баллов;

высокий уровень знаний – 18-20 баллов.

Тест для итоговой аттестации (3 год обучения)

<p>1. Бытовым газом в квартире (доме) можно отравиться в результате...</p> <p>а) полного сгорания газа б) неполного сгорания газа в) отключения электроэнергии в квартире</p>	<p>7. Наибольшее число детей попадают в дорожно-транспортные происшествия в возрасте...</p> <p>а) от 5 до 7 лет б) от 7 до 14 лет в) от 14 до 16 лет</p>
<p>2. Что необходимо сделать в первую очередь при поражении человека электрическим током в квартире?</p> <p>а) немедленно приступить к оказанию первой помощи б) отключить в доме электричество в) позвать взрослых</p>	<p>8. Можно ли начинать переход проезжей части дороги при мигающем зелёном сигнале светофора?</p> <p>а) нельзя б) можно, но осматриваясь по сторонам в) можно, если идёшь с кем-то вдвоём</p>
<p>3. Что необходимо сделать в первую очередь при обнаружении грабителей в своей квартире?</p> <p>а) кричать, звать на помощь б) расспросить грабителей о цели их пребывания в) быстро уйти, захлопнуть дверь, закрыть на ключ</p>	<p>9. К поражающим факторам взрыва относятся...</p> <p>а) высокая температура и волна прорыва б) осколочные поля и ударная волна в) сильная загазованность местности</p>
<p>4. При устройстве шалаша крышу следует накрывать...</p> <p>а) сверху – вниз б) снизу - вверх в) безразлично как</p>	<p>10. Хлор – это...</p> <p>а) зеленовато – жёлтый газ с резким запахом, тяжелее воздуха б) парообразное вещество с запахом горького миндаля в) бесцветный газ с резким запахом (нашатырного спирта)</p>
<p>5. Допустимая толщина льда при передвижении по нему людей должна быть...</p> <p>а) не менее 5 см.</p>	<p>11. К индивидуальным средствам защиты относятся...</p> <p>а) убежища и противорадиационные</p>

б) не менее 15 см. в) не менее 10 см.	укрытия (ПРУ) б) противогазы, респираторы и защитные костюмы в) средства защиты кожи и защитные каски
6. Действие цунами не опасно... а) на равнинных побережьях б) в открытом океане в) на побережьях с пологим берегом	12. Что должно быть по пожарной безопасности в кабинетах физики, химии, труда, информатики? а) пожарный рукав и водяной гидрант б) топор, ведро и багор в) огнетушитель, песок и вода
13. От чего возникает болевой шок? а) от страха, сильных переживаний б) от сильных, нестерпимых болей в) от высокой температуры тела	16. Здоровье человека на 50% зависит от... а) экологических факторов б) индивидуального образа жизни в) состояния медицинского обслуживания населения
14. Что такое экстренная реанимационная помощь? а) это помощь при простудных заболеваниях б) оживление пострадавшего, если он впал в терминальное состояние в) помощь при сильном нервном расстройстве человека	17. Признаки наркотического отравления – это... а) насморк, горечь во рту, залиvistый беспричинный смех, пожелтение кожи б) тошнота и рвота, головокружение, кровотечение из носа, кашель, насморк в) повышение мышечного тонуса, сужение зрачков и ослабление их реакции на свет, покраснение кожи
15. Что необходимо сделать при ожогах кожи кислотой? а) смазать поражённое место растительным маслом б) промыть поражённое место водой, наложить примочку с раствором питьевой соды в) промыть рану спиртом	18. Признаки, указывающие на наличие взрывчатого вещества в данном месте... а) голос кукушки, цветные нити и запах одеколona б) скрежет металла, запах ванилина в) тиканье часов, торчащие проводки, запах несвойственный данному месту

Ответы к тесту:

1	б	10	а
2	б	11	б
3	в	12	в
4	б	13	б
5	в	14	б
6	б	15	б
7	б	16	б
8	а	17	в
9	б	18	в

Критерии оценивания:

низкий уровень знаний – 1-9 баллов;
 средний уровень знаний – 10-14 баллов;
 высокий уровень знаний – 15-18 баллов.