

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Средняя общеобразовательная школа д. Нижние Юри

ПРИНЯТА  
Решением Педагогического совета  
Протокол №1 от 26.08.22 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ СОШ д. Нижние Юри  
О.И. Егорова  
Приказ №173-ШК от 28.08.22 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
Туристско-краеведческой направленности  
«Школа безопасности»  
Возраст детей 13-15 лет  
Срок реализации программы 1 год.

Автор – составитель:  
Семёнов Сергей Владимирович  
Учитель ОБЖ

д. Нижние Юри  
2022 год

### Пояснительная записка

**Направленность:** Программа «Школа безопасности» относится к туристско-краеведческой направленности.

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

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

**Новизна** данной Программы заключается в интеграции образовательных программ учреждений общего и дополнительного образования. Программа является логическим, более углубленным продолжением школьного курса «Основы безопасности жизнедеятельности», дающим возможность расширить спектр теоретических вопросов и значительно увеличить практическую подготовку.

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

**Адресат программы.** Программа рассчитана на учащихся 13-15 лет. **Срок реализации** программы «Школа безопасности» - 1 год. Общее количество часов, отводимых на реализацию программы, составляет 34 часа.

**Режим занятий.** Занятия проводятся раз в неделю по 1 часу. Количество детей в группе – до 15 человек.

### Цель и задачи программы:

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

**Задачи программы:**

1. Формирование навыков поведения в экстремальных ситуациях, здорового образа жизни, оказания первой помощи; приобщение к вопросам личной и коллективной безопасности, умелым и быстрым действиям в любой чрезвычайной ситуации;
2. Научить основам пешего туризма.
3. Развитие навыков коллективной творческой деятельности через проведение тренировок в форме сборов и соревнований.
4. Подготовка команды к участию в районных соревнованиях и организации школьных соревнований «Школа безопасности».

**Основные формы занятий:**

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

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

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

**Учебный план**

№	Темы занятий	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение. Инструктаж по ТБ.	1	1		
2	Природа родного края и его история	1	1		
3	Туристский бивак или наш временный «дом» на природе!	1		1	

4	Что такое поход и что взять с собой?	1	1		
5	Безопасность в походе на первом месте! Кто будет главным?	1		1	
6	Что такое компас?	1	1		
7	А вот без карты никуда.... (Ориентирование с помощью карты и компаса)	2	1	1	
8	Способы подачи сигналов бедствия	2	1	1	
9	Общая физическая подготовка.	5	3	2	
10	Если кому-то нужна помощь! (Оказание первой медицинской помощи)	3	2	1	
11	Виды переправ и способы их изготовления.	3	1	2	
12	Ядовитые грибы и растения	1	1		
13	Виды узлов и способы их вязки	4	1	3	
14	Добывание огня, разведение костра	2	1	1	
15	Территория, границы, соседи Удмуртии	1	0,5	0,5	
16	Климат нашей республики, нашего района	1	0,5	0,5	
17	Водоемы нашего края	1	0,5	0,5	
18	Редкие растения	1	0,5	0,5	
19	Животные наших лесов	2	1	1	
20	Наблюдения за погодой. Признаки хорошей и плохой погоды	2	1	1	
21	Итоговое занятие. Участие в районных соревнованиях «школа безопасности» в летний период	2		2	Итоговый тест и участие в ШБ
	<b>Всего</b>	<b>36</b>	<b>19</b>	<b>17</b>	

### Содержание учебного плана

#### 1. Введение.

*Теоретическая часть:* Беседа о туризме и о работе детского объединения, о значении туризма для человека.

**Практическая часть:** показ кинофильма.

## **2. Природа родного края, его история.**

**Теоретическая часть:** Климат, растительность и животный мир родного края, его реки и озера. Охрана природы (Красная книга). Сведения о прошлом края: знаменитые люди, достопримечательности.

**Практическая часть:** Сбор экспонатов и других краеведческих материалов. Подготовка выставки «Как много у нас всего интересного!». Фотографирование в походе.

## **3. Туристский бивак или наш временный «дом» на природе.**

**Теоретическая часть:** Палатка, определение, назначение.

**Практические занятия:** Постройка временных укрытий, виды укрытий в лесу, горах, пустыне.

## **4. Что такое поход и как к нему правильно подготовиться.**

**Теоретическая**

**часть:** Понятие «поход», его виды, личное и групповое снаряжение

**Практические занятия:** Игра «Собери рюкзак».

## **5. Безопасность в походе на первом месте! Кто будет главным? . Теоретическая часть:**

Меры безопасности при обращении с огнём, кипятком, колюще-режущими предметами. Распределение обязанностей в группе.

**Практические занятия:** Инсценировка ситуаций.

## **6. Что такое компас и «с чем его едят»?**

**Теоретическая часть:** История появления компаса, его предназначение и использование в ориентировании на местности.

**Практическое занятие:** Нахождение ориентира по компасу.

## **7. А вот без карты никуда....**

**Теоретическая часть:** Знакомство с элементарными топографическими знаками.

**Практическое занятие:** Викторина по знакам. Составление плана местности в виде групповых творческих проектов.

## **8. Способы подачи сигналов бедствия .**

**Теоретическая часть:** Знакомство с международной системой подачи сигналов бедствия.

**Практическое занятие:** Способы подачи сигналов бедствия в полевых условиях.

## **9. Общая физическая подготовка.**

**Теоретическая часть:** Система упражнений для начинающего туриста.

**Практические занятия:** Подвижные игры на свежем воздухе и в помещении («пятнашки», «мяч в воздухе», «Совушка», «палочка-выручалочка», «перестрелка», «игры-эстафеты»).

## **10. Оказание первой медицинской помощи в походе.**

**Теоретическая часть:** Личная аптечка туриста. Виды травм. Оказание медицинской помощи при различных травмах.

**Практические занятия:** Оказание помощи при вывихах, переломах, кровотечениях, тепловом ударе, обморожениях.

## **11. Виды переправ и способы их изготовления.**

**Теоретическая часть:** Виды переправ, когда и где они применяются.

**Практические занятия:** Натягивание переправ.

#### **12. Съедобные и ядовитые грибы и растения.**

**Теоретическая часть:** Грибы и их разновидности, умение различать съедобные и ядовитые, способы оказания помощи при отравлениях.

**Практические занятия:** Определение грибов по картинкам.

#### **13. Некоторые виды узлов и способы их вязки.**

**Теоретическая часть:** Виды узлов, когда и где они применяются.

**Практические занятия:** Вязка узлов.

#### **14. Добывание огня, разведение костра.**

**Теоретическая часть:** Для чего нужен костер, какие бывают костры, способы добывания огня и разведения костра.

**Практические занятия:** Добывание дров, разведение костра в природе.

#### **15. Территория, границы, соседи Удмуртии .**

**Теоретическая часть:** Особенности географического расположения республики.

**Практические занятия:** Экскурсия по окрестностям деревни.

#### **16. Климат нашей республики, нашего района.**

**Теоретическая часть:** Особенности климата республики.

**Практические занятия:** Ведение дневника наблюдений за погодой.

#### **17. Водоемы нашего края.**

**Теоретическая часть:** Знакомство с водоемами Удмуртии, района, деревни.

**Практические занятия:** Поход по близлежащим водоёмам.

#### **18. Редкие растения.**

**Теоретическая часть:** Редкие растения Удмуртии, района, деревни.

**Практические занятия:** Работа с Красной Книгой

#### **19. Животные наших лесов.**

**Теоретическая часть:** Животный мир Удмуртии.

**Практическое занятие:** Разбор материала из Интернета.

#### **20. Наблюдения за погодой. Признаки хорошей и плохой погоды (4 часа)**

**Теоретическая часть:** Значение погоды в жизни человека.

**Практическое занятие:** Разбор показаний дневника наблюдений.

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

## **Ожидаемый результат**

### ***Предметные:***

#### **Должны знать:**

- стороны горизонта
- лекарственные растения и их способы применения;
- виды костров и способы их разведения;
- знать и уметь различать лекарственные и ядовитые растения и грибы.

#### **Должны уметь:**

- собирать палатку;
- определить свое местонахождение относительно сторон горизонта;
- определять ядовитые и съедобные грибы и растения;
- обеззараживать воду в природных условиях;
- оказывать первую медицинскую помощь при различных видах травм;
- разжечь костер.

### ***Метапредметные:***

#### **Личностные:**

1. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
2. Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
3. Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
4. Умение пользоваться полученными туристскими знаниями, умениями, навыками.

#### **Регулятивные:**

1. Освоение учащимися основ туризма;
2. Овладение техникой и тактикой туризма, приобретение навыков ориентирования на местности. Оказания первой доврачебной помощи;
- 3.Рост мастерства учащихся элементарных навыков самообслуживания и организации туристского быта;
- 4.Воспитание у обучающихся умений и навыков самостоятельного принятия решений.

#### **Коммуникативные:**

- 1.Самостоятельно добывать знания и применять их на практике;
- 2.Работать с литературой, вести дневник наблюдений, грамотно описывать и анализировать полученные данные.

## **Условия реализации программ**

### **Материально – техническое обеспечение программы**

#### **Помещения:**

**1. Учебный кабинет**, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами: столы и стулья для педагога и обучающихся, компьютерное обеспечение, шкафы и стеллажи, стенды для хранения учебной литературы и наглядных пособий.

**2. Лаборантская** – для хранения учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря.

### Методическое обеспечение

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

Материально-техническое обеспечение:

Компасы, топографические карты, веревки для вязки узлов, спички, рюкзак, топор, лупа.

**Календарный учебный график КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

Полугодие	Месяц	Недели обучения	Даты учебных недель	1 год обучения	
1 полугодие	Сентябрь	1	01-05	У, ВА	
		2	06-12	У	
		3	13-19	У	
		4	20-26	У	
		5	27-03	У	
	Октябрь	6	04-10	У	



		7	11-17	У		
		8	18-24	У		
		9	25-31	У		
	Ноябрь	10	01-07	У		
		11	08-14	У		
		12	15-21	У		
		13	22-28	У		
	Декабрь	14	29-05	У		
		15	06-12	У		
		16	13-19	У		
		17	20-26	У		
		18	27-02	У,П		
	2 полугодие	Январь	19	03-09	П	
			20	10-16	У	
			21	17-23	У	
			22	24-30	У	
		Февраль	23	31-06	У	
			24	07-13	У	
25			14-20	У		
26			21-27	У,П		
Март		27	28-06	У		
		28	07-13	У,П		
		29	14-20	У		
		30	21-27	У		
Апрель		31	28-03	У		
		32	04-10	У		
		33	11-17	У		
		34	18-24	У		
		35	25-01	У		
Май		36	02-8	У,П		
		37	09-15	У,П		
	38	16-22	У			
	39	23-29	ПА			
	Всего учебных недель			36		
	Всего часов по программе			36		
	Дата учебного года			01.09.2021г.		
	Дата окончания учебного года			31.05.2022г.		

**. Условные обозначения:**

**У** – учебная неделя

**П** – праздничная неделя

**ВА** – входная аттестация

**ПА** – промежуточная аттестация

**ИА** – итоговая аттестация

## Контрольно-измерительный материал

### *Теоретическая часть:*

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

### Итоговый тест

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

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

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

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

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

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

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

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

В

**5. Укажите признаки внутреннего кровотечения:**

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

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

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

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

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

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

- А. Наложить на поврежденное место холод.
- Б. Наложить на поврежденное место тепло.
- В. Наложить на поврежденное место тугую повязку и обеспечить ему покой.

Г. Доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

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

А. Обеспечить поврежденной конечности покой.

Б. Наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питье.

В. Наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство.

Д. Доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

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

А. Вправить вышедшие наружу кости.

Б. Остановить кровотечение и обработать края раны антисептиком.

В. На рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство.

Г. Провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.

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

А. Провести иммобилизацию места перелома.

Б. Установить искривление конечности.

В. Положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезволивающее средство.

Г. Доставить пострадавшего в медицинское

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

А. Надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой.

Б. На голову пострадавшему наложить теплую грелку.

В. На голову пострадавшему положить холод.

Г. Вызвать врача.

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

А. Положить пострадавшему на спину на твердую ровную поверхность.

Б. Положить пострадавшему на спину на мягкую ровную поверхность.

В. Произвести прекардиальный удар в области грудины.

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

### **Критерии оценивания теоретических знаний**

Высокий уровень – верные ответы на 10- 13 вопросов

Средний уровень – Верные ответы на 6-9 вопросов

Низкий уровень – верные ответы на 1-5 вопроса

### **Практическая часть:**

1. Установка палатки;
2. Работа с компасом (определение сторон горизонта, азимут и времени суток по компасу), ориентирование по карте с помощью компаса;
3. Оказание первой доврачебной помощи (помощь при переломах, обмороках, отравлении);
4. Вязка основных узлов;
5. Натяжение переправ (в одиночку так и командной);
6. Добыча огня без спичек.

### **Критерии оценивания практических умений:**

Высокий уровень – самостоятельное качественное выполнение задания

Средний уровень – выполнение задания с небольшой помощью педагога

Низкий уровень – ребенок не справился с заданием

### **Рабочая программа воспитания**

Цель: воспитание социально-личностных качеств и ценностных ориентиров, необходимых для рационального поведения в сфере экономики.

Задачи: (в соответствии с направлениями воспитательной работы)

Направления воспитательной работы	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения
Естественнонаучное	Природа родного края его история	- формирование ценности знания	Сентябрь 2021 г.
	Растения и животные нашего края		Апрель, май 2022
	Водоемы края		
Художественное	Составление плана местности	-Овладение техникой и тактикой туризма, приобретение навыков ориентирования на местности	В течение всего периода
Социально-гуманитарное	Викторины	Воспитывать самостоятельность в добывании знаний и умению применять их на практике	Ноябрь 2021г.
	Игры		Апрель 2022 г.
Туристско-краеведческое	Участие в районных соревнованиях «школа безопасности» в летний период	- воспитывать умение пользоваться полученными туристскими знаниями, умениями, навыками.	Июнь 2022г.
Спортивно-физкультурное	Преодоление полосы препятствий	-формирование у учащимися навыков основ туризма	В течение всего периода

#### Литература для педагога:

1. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. — М.: ЦДЮТур РФ, 1994.
2. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Программы внеурочной деятельности. Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение: пособие для учителей общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2011.

3. Куликов В.М., Константинов Ю.С. «Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., 2002г.
4. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности». — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.
5. Маслов А. С, Константинов Ю. С, Латчук В.П. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. — М.: Академия, 2004.
6. Маслов АС, Константинов ЮС, Дрогов И.А, Полевые туристские лагеря. — М.:

#### **Литература для учащихся:**

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