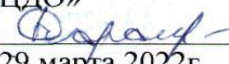


Отдел образования администрации Новоторъяльского муниципального
района Республики Марий Эл
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Новоторъяльский центр дополнительного образования»

ПРИНЯТО
педагогическим советом МБУДО
«Новоторъяльский ЦДО»
от 29 марта 2022г. протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО «Новоторъяльский
ЦДО»
 О.В. Торошина
29 марта 2022г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа «Школа безопасности»**

ID программы: 6291
Направленность программы: туристско-краеведческая
Уровень программы: базовый
Категория и возраст обучающихся: 12-18 лет
Срок освоения программы: 1 год
Объем часов: 216 часов.
Разработчик программы: педагог дополнительного образования Бирюков
Сергей Васильевич

пгт. Новый Торъял
2022 г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» (далее программа) имеет социально-педагогическую направленность.

Актуальность программы

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

Программа кружка «Школа безопасности» ориентирована на создание у воспитанников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях. В содержание курса «Школа безопасности» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизируют знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения, и способствует выработке у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

Отличительной особенностью программы является то, что по сравнению с другими образовательными программами военно-патриотического направления, в программе больше внимания уделено таким темам как «Автономное существование в природе», куда вошли блоки по туризму и ориентированию. Умения и навыки, полученные при изучении темы «Автономное существование в природе», необходимы для участия в большинстве соревнований направления «Школа безопасности», а их отработка является наиболее сложной и трудоемкой. Участие в соревнованиях, которые проводятся во всех районах республики, позволяет отработать приобретенные навыки. Кроме того, большое количество стартов, как соревновательных, так и тренировочных, дает возможность уверенней выступать на соревнованиях муниципального и регионального уровней.

конструктивному взаимодействию друг с другом – необходимо понимание того, что такое команда, как ее создавать и как в ней работать. Для решения подобной задачи подходят специально подобранные обучающие игры (тем более, они очень привлекательны для подростков) с обязательным последующим разбором (рефлексия). Кроме того, анализируются действия команды и после прохождения отдельных этапов на тренировках, и после соревнований. Поэтому одной из важных задач программы является развитие сплоченности данной группы, обучение решению конфликтов внутри команды, развитие навыков принятия командных решений.

Преимущество занятий по данной программе состоит в том, что здесь могут заниматься все желающие, а не только те, кого выбрали по тем или иным причинам в школе.

И у всех есть возможность выступать в основном составе команды – в первую очередь это будет зависеть от личного трудолюбия и настойчивости. И даже если ребята в дальнейшем не будут участвовать в подобных соревнованиях, с ними останутся основы знаний о спортивной тренировке, о своем здоровье, опыт командной работы, опыт систематических тренировок.

В процессе освоения образовательной программы учащиеся знакомятся с различными профессиями и сферами деятельности, связанными с обеспечением безопасности населения и обороноспособности страны, что в дальнейшем влияет на профессиональный выбор учащихся.

Адресат программы

Настоящая программа разработана для учащихся среднего и старшего школьного возраста (11-17 лет), имеющих интерес и желающих участвовать в детско-юношеской оборонно-спортивной игре «Зарница» и соревнованиях направления «Школа безопасности».

Срок освоения программы – 1 года.

Форма обучения – очная.

Уровень освоения программы – базовый.

Особенности организации образовательного процесса – формы реализации образовательного процесса с использованием технологий дистанционного обучения. Организационные формы обучения - теоретические занятия, практические занятия, походы, экскурсии, участие в соревнованиях и конкурсах. На занятиях используются групповые и индивидуальные формы работы.

Режим занятий – 3 занятия в неделю по 2 часа.

1.2. Цель и задачи программы

Цели образовательной программы:

- развитие у учащихся знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- выработка необходимых навыков и умений, безопасного поведения в повседневной жизни и в случае возникновения чрезвычайных ситуаций;
- формирование готовности учащихся к отношениям в обществе и преодолению жизненных трудностей, проверка своих сил и возможностей, самовоспитание;

Задачи образовательной программы:

Воспитательные:

- воспитание морально – волевых качеств;
- воспитание ответственности за личную безопасность, ответственного отношения к своему здоровью;

- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды;
- воспитание патриотизма, гражданственности;
- выработка правильного поведения в экстремальных ситуациях;

Обучающие:

- сформировать знания и умения по спортивному туризму и ориентированию;
- сформировать навыки выживания в различных природных условиях; -сформировать навыки здорового образа жизни;

Образовательные:

- получение знаний о безопасном поведении человека в чрезвычайных ситуациях;
- формирование умений оценивать ситуации опасные для жизни и здоровья;

Развивающие:

- укрепление физического, психологического и нравственного здоровья обучающихся;
- развитие волевых качеств, умения принимать решения, брать на себя ответственность не только за себя, но и за других;

Виды предполагаемой деятельности:

игровая;
 организаторская;
 учебная;
 аналитическая.

1.3. Объём программы – общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения – 216 ч.

1.4. Содержание программы

1. Основы туристской подготовки

1.1. Техника безопасности и правила поведения на занятиях.

Соблюдение правил поведения – основа безопасности. Правила поведения и соблюдение техники безопасности на занятиях в учебном зале, спортивном классе, на спортивной площадке, в парке, в лесу, на слётах и соревнованиях по спортивному туризму и ориентированию. Техника безопасности при проведении туристских походов. Охрана природы.

Соблюдение правил дорожного движения; поведения при переездах группы на транспорте; пожарной безопасности; поведения на воде. Меры личной безопасности в нестандартных ситуациях.

1.2. Личное и групповое туристское снаряжение.

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних походов. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры и пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др.

Определение мест пригодных для привалов и ночлегов, Развёртывание и свёртывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

1.3. Туристские узлы.

Виды туристских узлов, их назначение, способы вязания.

Практические занятия.

Вязание туристских узлов в классе и применение их на практике.

1.4. Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях.

Естественные и искусственные препятствия. Освоение техники прохождения (преодоления) различных этапов. Технические этапы дистанции 1 класса: характеристики и параметры этапов, способы их прохождения.

Практические занятия.

Оборудование этапов, разметка дистанции. Личное прохождение дистанции. Отработка умений и навыков прохождения этапов без специального туристского снаряжения: подъём и спуск по склону спортивным способом, переправа по верёвке с перилами (параллельная переправа), переправа по бревну с использованием перил, наведённых судьями, «бабочка», навесная переправа.

1.5. Основы скалолазания.

Изучение способов подъёма, спуска и страховки в скалолазании.

Практические занятия.

Занятия на искусственном скалодроме и в природных условиях.

1.6. Подготовка к походу.

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

Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчётов о походах, запросы в местные учреждения, получение сведений от людей, прошедших планируемый маршрут.

Разработка маршрута, составление плана – графика движения.

Подготовка личного и группового снаряжения.

Составление меню и списка продуктов для 1 – 2 дневного похода. Фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки и проведения похода.

1.7. Участие в туристских походах, слётах и соревнованиях.

Участие в районных и республиканских соревнованиях по «Школе безопасности», спортивному туризму и спортивному ориентированию. Совершение похода 1-2 категории сложности.

2. Топография и ориентирование

2.1. Понятие о топографической и спортивной карте.

Назначение топографической карты. Масштаб. Понятие о генерализации.

Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка. Старение карт.

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

Назначение спортивной карты, её отличие от топографической карты. Масштабы. Способы и правила копирования карт.

Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Практические занятия

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

2.2. Условные знаки.

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

Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщённые, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика

местности по рельефу.

Практические занятия.

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

2.3. Работа с компасом, азимут.

Компас. Типы компасов. Правила обращения с компасом

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

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

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

Практические занятия.

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

Ориентир. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

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

Практические занятия.

Ориентирование карты по компасу. Упражнение на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальные построения (треугольники, "бабочки" и т.п.).

2.4. Измерение расстояний.

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, как его измерить. Таблица перевода шагов в метры.

Глазомерный способ измерения расстояний. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

Практические занятия.

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

2.5. Техника ориентирования.

Ориентирование с помощью карты в походе. виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные ситуации). составление абрисов. Определение скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе.

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

Ориентирование в парке по дорожно - тропиной сети.

Практические занятия.

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

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

3. Пожарно – прикладная подготовка

3.1. Индивидуальные средства пожаротушения.

Причины возникновения пожаров, индивидуальные средства пожаротушения, действия в случае возникновения пожара.

Практические занятия.

Отработка действий во время пожара на практике.

3.2. Комбинированная пожарная эстафета.

Изучение правил и порядка выполнения комбинированной пожарной эстафеты.

Практические занятия.

Тренировки на полосе препятствий, одевание боевого костюма пожарного, вязание двойного спасательного узла.

3.3. Пожарно – тактическая полоса.

Изучение правил и порядка действий на пожарно – тактической полосе.

Практические занятия.

Практическая отработка действий на пожарно – тактической полосе.

4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

4.1. Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний.

Понятие о гигиене: гигиена режима учёбы и отдыха, физических упражнений и спорта, её значение и основные задачи. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, значение водных процедур.

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

Закаливание - его значение для повышения работоспособности и увеличения сопротивляемости человека к простудным заболеваниям.

Практические занятия.

Изучение комплекса гимнастических упражнений. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса.

4.2 Походная медицинская аптечка.

Личная аптечка туриста: её состав, перечень и назначение лекарственных препаратов. Индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

Практические занятия.

Формирование походной медицинской аптечки.

4.3. Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, при обморожениях и поражениях электрическим током. укусы насекомых и пресмыкающихся. пищевые отравления и желудочные заболевания.

Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, шин, обработка ран, промывание желудка.

Практические занятия.

Обеззараживание питьевой воды. Способы оказания первой помощи условно пострадавшему.

4.4. Приёмы транспортировки пострадавшего.

Зависимость способа транспортировки пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния. Способы транспортировки пострадавшего при травмах различной локализации.

Практические занятия.

Изготовление носилок, волокуш, изучение различных способов транспортировки пострадавшего.

5. Общая физическая подготовка

5.1. Общая физическая подготовка

Практические занятия.

Занятия физической культурой в спортивном зале и на стадионе.

6. Основы самозащиты

Освоение и совершенствование приёмов самообороны.

1.5. Планируемые результаты

По окончании программы обучающиеся приобретут знания о своём крае, основы туристской подготовки и основы ориентирования. Научатся оказывать первую доврачебную помощь. Укрепят физическое здоровье. Приобретут навыки межличностного общения. Обучатся безопасному поведению в природной среде, а также поведению в экстремальных ситуациях.

Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Учебный план

№	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Основы туристской подготовки.	78	12	66
1.1.	Техника безопасности на занятиях	2	2	
1.2.	Личное и групповое туристское снаряжение.	10	2	8
1.3.	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания.	16	6	10
1.4.	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях.	38	2	36
1.5.	Основы скалолазания	12	2	10
1.6.	Подготовка к походу	2		2
1.7.	Участие в туристских походах, туристских слётах и соревнованиях			
2.	Топография и ориентирование.	38	8	30

2.1.	Понятие о топографической и спортивной карте.	4	2	2
2.2.	Условные знаки.	6	2	4
2.3.	Компас. Азимут.	6	2	4
2.4.	Измерение расстояний.	2		2
2.5.	Техника ориентирования.	20	2	18
3.	Пожарно-прикладная подготовка.	18	9	9
3.1.	Индивидуальные средства пожаротушения	6	3	3
3.2.	Комбинированная пожарная эстафета	6	2	4
3.3.	Пожарно - тактическая полоса	6	2	4
4.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	18	6	12
4.1.	Личная гигиена. Профилактика заболеваний.	2	2	
4.2.	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.	14	4	10
4.3.	Приёмы транспортировки пострадавших.	2		2
5.	Общая физическая подготовка.	64	2	62
5.1.	Общая физическая подготовка.	34		34
5.2.	Основы самообороны	30		30
6.	Участие в соревнованиях «Юный спасатель»			
		216	14	180

Примечание: возможно проведение занятий с применением дистанционной формы обучения, посредством социальной сети «В контакте» <https://vk.com/id590766236>, сообщество «Школа безопасности» <https://vk.com/club193980935>

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Количество часов	Тема Занятий	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь		15-00	Беседа	2	Техника безопасности	Каб. ОБЖ	Опрос
2	Сентябрь		15-00	Лекция	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
3	Сентябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
4	Сентябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение

5	Сентябрь		15-00	Лекция Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
6	Сентябрь		15-00	Практик	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
7	Сентябрь		15-00		2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
8	Сентябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
9	Сентябрь		15-00	Практика	2	Лёгкая атлетика	Школьный стадион	Тестирование
10	Сентябрь		15-00	Лекция	2	Личная гигиена, Профилактика заболеваний	Каб. ОБЖ	Наблюдение
11	Сентябрь		15-00	Лекция	2	Индивидуальные средства пожаротушения	Каб. ОБЖ	Тестирование
12	Сентябрь		15-00	Практика	2	Лёгкая атлетика	Школьный стадион	Тестирование
13	Октябрь		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
14	Октябрь		15-00	Лекция Практика	2	Индивидуальные средства	Каб. ОБЖ	Наблюдение

				ка		пожаротушения		
15	Октябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
16	Октябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
17	Октябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
18	Октябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
19	Октябрь		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
20	Октябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
21	Октябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
22	Октябрь		15-00	Теория	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
23	Октябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных	Каб. ОБЖ	Наблюдение

						дистанциях		
24	Октябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
25	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
26	Ноябрь		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Тестирование
27	Ноябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
28	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
29	Ноябрь		15-00	Теория	2	Понятие о топографической и спортивной карте	Каб. ОБЖ	Тестирование
30	Ноябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
31	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
32	Ноябрь		15-00		2	Основы спортивного	Каб. ОБЖ	Наблюдение

						туризма на пешеходных дистанциях		ение
33	Ноябрь		15-00	Практи ка	2	Общеразвив ающие упражнения	Спортивны й зал	Тестиро вание
34	Ноябрь		15-00	Практи ка	2	Понятие о топографиче ской и спортивной карте	Каб. ОБЖ	Тестиро вание
35	Ноябрь		15-00	Теория	2	Условные знаки	Каб. ОБЖ	Тестиро вание
36	Ноябрь		15-00	Практи ка	2	Основы самооборон ы	Спортивны й зал	Наблюд ение
37	Декабрь		15-00	Практи ка	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюд ение
38	Декабрь		15-00	Практи ка	2	Условные знаки	Каб. ОБЖ	Тестиро вание
39	Декабрь		15-00	Практи ка	2	Общеразвив ающие упражнения	Спортивны й зал	Тестиро вание
40	Декабрь		15-00	Практи ка	2	Условные знаки	Каб. ОБЖ	Тестиро вание
41	Декабрь		15-00	Теория	2	Компас. Азимут	Каб. ОБЖ	Тестиро вание
42	Декабрь		15-00	Практи ка	2	Основы самооборон ы	Спортивны й зал	Наблюд ение
43	Декабрь		15-00	Практи ка	2	Компас. Азимут	Каб. ОБЖ	Тестиро вание

44	Декабрь		15-00	Теория	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
45	Декабрь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
46	Декабрь		15-00	Практика	2	Измерение расстояний	Каб. ОБЖ	Тестирование
47	Декабрь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
48	Декабрь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
49	Январь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
50	Январь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
51	Январь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
52	Январь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
53	Январь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
54	Январь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
55	Январь		15-00	Теория	2	Основные приемы оказания	Каб. ОБЖ	Тестирование

						первой доврачебной помощи		
56	Январь		15-00	Практи ка	2	Приёмы транспортир овки пострадавши х	Каб. ОБЖ	Наблю дение
57	Январь		15-00	Практи ка	2	Основы самооборон ы	Спортивны й зал	Наблю дение
58	Январь		15-00	Практи ка	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Тестиро вание
59	Январь		15-00	Практи ка	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Наблю дение
60	Январь		15-00	Практи ка	2	Основы самооборон ы	Спортивны й зал	Наблю дение
61	Февраль		15-00	Практи ка	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблю дение
62	Февраль		15-00	Практи ка	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Наблю дение

63	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
64	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	
65	Февраль		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
66	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
67	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	
68	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	
69	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
70	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
71	Февраль		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение

72	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
73	Март		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
74	Март		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
75	Март		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
76	Март		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
77	Март		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
78	Март		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
79	Март		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
80	Март		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на	Каб. ОБЖ	Наблюдение

						пешеходных дистанциях		
81	Март		15-00	Практи ка	2	Общеразвив ающие упражнения	Спортивны й зал	Тестиро вание
82	Март		15-00	Практи ка	2	Техника ориентирова ния	Каб. ОБЖ	Наблюд ение
83	Март		15-00	Практи ка	2	Техника ориентирова ния	Каб. ОБЖ	Наблюд ение
84	Март		15-00	Практи ка	2	Основы самооборон ы	Спортивны й зал	Наблюд ение
85	Апрель		15-00	Практи ка	2	Техника ориентирова ния	Каб. ОБЖ	Наблюд ение
86	Апрель		15-00	Практи ка	2	Основы скалолазани я	Каменный карьер	Наблюд ение
87	Апрель		15-00	Практи ка	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Наблюд ение
88	Апрель		15-00	Практи ка	2	Основы скалолазани я	Каменный карьер	Наблюд ение
89	Апрель		15-00	Практи ка	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи		Наблюд ение

90	Апрель		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Тестирование
91	Апрель		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
92	Апрель		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
93	Апрель		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
94	Апрель		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
95	Апрель		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
96	Апрель		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
97	Май		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
98	Май		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение

99	Май		15-00	Практика	2	Подготовка к походу	Каб. ОБЖ	Наблюдение
100	Май		15-00	Теория	2	Комбинированная пожарная эстафета	Спортивная площадка	Наблюдение
101	Май		15-00	Практика	2	Комбинированная пожарная эстафета	Спортивная площадка	Наблюдение
102	Май		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивная площадка	Тестирование
103	Май		15-00	Практика	2	Комбинированная пожарная эстафета	Спортивная площадка	Тестирование
104	Май		15-00	Теория	2	Пожарно-тактическая полоса	Спортивная площадка	Тестирование
105	Май		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
106	Май		15-00	Практика	2	Пожарно-тактическая полоса	Спортивная площадка	Тестирование
107	Май		15-00	Практика	2	Пожарно-тактическая полоса	Спортивная площадка	Тестирование
108	Май		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование

2.3. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации

По итогам реализации программы предусмотрено проведение различных форм контроля:

Текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности)

осуществляется педагогом в форме наблюдения, опроса, практических и тестовых заданий. Проводится на протяжении всего учебного года. В процессе текущего контроля проверяются теоретические знания (тестирование знание правил по спортивному туризму) и практические (итоги участия в соревнованиях).

Промежуточный контроль (за подготовленностью и функциональным состоянием обучающихся) проводится один раз в полугодие в форме тестирования, участия в соревнованиях и выполнение спортивных разрядов в течение года обучения. В конце каждого года обучения воспитанники должны выполнять требования контрольных нормативов, а также показывать соответствующие году обучения результаты в соревнованиях. Оценка получаемых результатов проверяется тестированием. См. Приложение 1 и Приложение 2.

2.4. Оценочные материалы

ФИО обучающегося

	0-1 баллов	2 баллов	3 балла
Знает о природе родного края			
Умеет пользоваться туристским снаряжением			
Принимал участие в соревнованиях по спортивному туризму или спортивному ориентированию			
Владеет приёмами оказания первой доврачебной помощи			
Владеет навыками необходимыми в туристском походе			
Общее количество баллов:			

0 – 1 низкий уровень; 2 – средний уровень; 3 – высокий уровень

Нормативы физической подготовки

№ п/п	Ф.И.О.	год рождения	год обучения	Бег (30м/	Бег 6 мин	Подтягивание на	Сгибание рук в	Приседания на одной	Баллы
-------	--------	--------------	--------------	-----------	-----------	-----------------	----------------	---------------------	-------

				сек.)		перекладине	упоре лѐжа	ноге	

2.5. Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение: наличие зала для тренировок, туристский полигон, альпинистское снаряжение, компасы, топографические карты, средства пожаротушения, медицинская аптечка, манекен для СЛР.

Информационное обеспечение: специальная литература, видео-, фотоматериалы, интернет-источники.

2.6. Методические материалы

Правила вида спорта «Спортивный туризм», 2021г.;

Правила вида спорта «Спортивное ориентирование», 2019;

2.7. Список литературы и электронных источников:

Константинов Ю. С. Детский туризм в России. Очерки истории:1918 – 1998гг. М., 1998.

Детско – юношеский туризм и краеведение в России. М. №1 – 2012.

Маслов А. Г. Юные инструкторы туризма. М. 2002.

Лукашов Ю. В., Ченцов В. А. Спортивное ориентирование. М. 2001.

Захаров Ф. Г. Учебное пособие для санитарных дружинниц. М. 1974.

Маслов А. Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М. 2000.

Правила соревнований по спортивному туризму. М. ТССР. 2021.

Отдел образования администрации Новоторъяльского района Республики Марий Эл
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Новоторъяльский центр дополнительного образования»

ПРИНЯТО

Утверждаю

педагогическим советом
Новоторъяльский ЦДО
от «__» _____ 20__ г.
Протокол № _____

Директор МБУДО

_____ О.В.Торощина

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Школа безопасности»

ID программы: 247

Направленность программы: социально-педагогическая

Уровень программы: базовый

Категория и возраст обучающихся: 12-18 лет

Срок освоения программы: 2 год

Объем часов: 216

Разработчик программы: Бирюков Сергей Васильевич, педагог дополнительного образования

п.г.т. Новый Торъял

2021г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» (далее программа) имеет социально-педагогическую направленность.

Актуальность программы

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

Программа кружка «Школа безопасности» ориентирована на создание у воспитанников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях. В содержание курса «Школа безопасности» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизируют знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения, и способствует выработке у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

Отличительной особенностью программы является то, что по сравнению с другими образовательными программами военно-патриотического направления, в программе больше внимания уделено таким темам как «Автономное существование в природе», куда вошли блоки по туризму и ориентированию. Умения и навыки, полученные при изучении темы «Автономное существование в природе», необходимы для участия в большинстве соревнований направления «Школа безопасности», а их отработка является наиболее сложной и трудоемкой. Участие в соревнованиях, которые проводятся во всех районах республики, позволяет отработать приобретенные навыки. Кроме того, большое количество стартов, как соревновательных, так и тренировочных, дает возможность уверенней выступать на соревнованиях муниципального и регионального уровней.

конструктивному взаимодействию друг с другом – необходимо понимание того, что такое команда, как ее создавать и как в ней работать. Для решения подобной задачи подходят специально подобранные обучающие игры (тем более, они очень привлекательны для подростков) с обязательным последующим разбором (рефлексия). Кроме того, анализируются действия команды и после прохождения отдельных этапов на тренировках, и после соревнований. Поэтому одной из важных задач программы является развитие сплоченности данной группы, обучение решению конфликтов внутри команды, развитие навыков принятия командных решений.

Преимущество занятий по данной программе состоит в том, что здесь могут заниматься все желающие, а не только те, кого выбрали по тем или иным причинам в школе.

И у всех есть возможность выступать в основном составе команды – в первую очередь это будет зависеть от личного трудолюбия и настойчивости. И даже если ребята в дальнейшем не будут участвовать в подобных соревнованиях, с ними останутся основы знаний о спортивной тренировке, о своем здоровье, опыт командной работы, опыт систематических тренировок.

В процессе освоения образовательной программы учащиеся знакомятся с различными профессиями и сферами деятельности, связанными с обеспечением безопасности населения и обороноспособности страны, что в дальнейшем влияет на профессиональный выбор учащихся.

Адресат программы

Настоящая программа разработана для учащихся среднего и старшего школьного возраста (11-17 лет), имеющих интерес и желающих участвовать в детско-юношеской оборонно-спортивной игре «Зарница» и соревнованиях направления «Школа безопасности».

Срок освоения программы – 3 года.

Форма обучения – очная, заочная..

Уровень освоения программы – базовый.

Особенности организации образовательного процесса – формы реализации образовательного процесса с использованием технологий дистанционного обучения. Организационные формы обучения - теоретические занятия, практические занятия, походы, экскурсии, участие в соревнованиях и конкурсах. На занятиях используются групповые и индивидуальные формы работы.

Режим занятий – 3 занятия в неделю по 2 часа.

1.2. Цель и задачи программы

Цели образовательной программы:

- развитие у учащихся знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- выработка необходимых навыков и умений, безопасного поведения в повседневной жизни и в случае возникновения чрезвычайных ситуаций;
- формирование готовности учащихся к отношениям в обществе и преодолению жизненных трудностей, проверка своих сил и возможностей, самовоспитание;

Задачи образовательной программы:

Воспитательные:

- воспитание морально – волевых качеств;
- воспитание ответственности за личную безопасность, ответственного отношения к своему здоровью;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды;
- воспитание патриотизма, гражданственности;

- выработка правильного поведения в экстремальных ситуациях;

Обучающие:

- сформировать знания и умения по спортивному туризму и ориентированию;
- сформировать навыки выживания в различных природных условиях; -сформировать навыки здорового образа жизни;

Образовательные:

- получение знаний о безопасном поведении человека в чрезвычайных ситуациях;
- формирование умений оценивать ситуации опасные для жизни и здоровья;

Развивающие:

- укрепление физического, психологического и нравственного здоровья обучающихся;
- развитие волевых качеств, умения принимать решения, брать на себя ответственность не только за себя, но и за других;

Виды предполагаемой деятельности:

игровая;
организаторская;
учебная;
аналитическая.

1.3. Объём программы – общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения – 144 ч.

1.4. Содержание программы – представлено в виде реферативного описания разделов и тем, заданной в соответствии с последовательностью заданной учебным планом.

1.5. Планируемые результаты

По окончании программы обучающиеся приобретут знания о своём крае, основы туристской подготовки и основы ориентирования. Научатся оказывать первую доврачебную помощь. Укрепят физическое здоровье. Приобретут навыки межличностного общения. Обучатся безопасному поведению в природной среде, а также поведению в экстремальных ситуациях.

По итогам реализации программы предусмотрено проведение различных форм контроля:

Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Учебный план

№	Наименование раздела, модуля, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/текущего контроля
		Всего	Теория	Практика	
		216	36	180	
1.	Основы туристской подготовки	78	14	66	Текущий контроль
1.1.	Техника безопасности на занятиях	2	2		Текущий контроль
1.2.	Личное и групповое туристское снаряжение.	10	2	8	Текущий контроль
1.3.	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания.	16	6	10	Текущий контроль
1.4.	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях.	38	2	36	Текущий контроль
1.5.	Основы скалолазания	12	2	10	Текущий контроль
1.6.	Подготовка к походу	2		2	Текущий контроль
1.7.	Участие в туристских походах, туристских слётах и соревнованиях				Текущий контроль
2.	Топография и ориентирование.	38	8	30	Текущий контроль
2.1.	Понятие о топографической и спортивной карте.	4	2	2	Текущий контроль
2.2.	Условные знаки.	6	2	4	Текущий контроль
2.3.	Компас. Азимут.	6	2	4	Текущий контроль
2.4.	Измерение расстояний.	2		2	Текущий контроль
2.5.	Техника ориентирования.	20	2	18	Текущий контроль
3.	Пожарно-прикладная подготовка.	18	7	11	Текущий контроль
3.1.	Индивидуальные средства пожаротушения	6	3	3	Текущий контроль
3.2.	Комбинированная пожарная эстафета	6	2	4	Текущий контроль
3.3.	Пожарно - тактическая полоса	6	2	4	Текущий контроль
4.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	18	4	14	Текущий контроль
4.1.	Личная гигиена. Профилактика заболеваний.	2	2		Текущий контроль

4.2.	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.	12	2	10	Текущий контроль
4.3.	Приёмы транспортировки пострадавших.	4		4	Текущий контроль
5.	Общая физическая подготовка.	64	2	59	Текущий контроль
5.1.	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм.	2	2		Текущий контроль
5.2.	Общая физическая подготовка.	32	1	29	Текущий контроль
5.3.	Основы самообороны	30		30	Текущий контроль
6.	Участие в соревнованиях «Юный спасатель»				Текущий контроль
	Итого объём программы	216	36	180	

Примечание: возможно проведение занятий с применением дистанционной формы обучения, посредством социальной сети «В контакте» <https://vk.com/id590766236>, сообщество «Школа безопасности» <https://vk.com/club193980935>

1.1 <https://youtu.be/Lq4fLxHnmUg>

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=4603608559017345366&from=tabbar&parent-reqid=1599637309710491-1620263401907085220000280-production-app-host-man-web-yp-323&text=Техника+безопасности+и+правила+поведения+туристов>

1.3 <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16243489552302221011&from=tabbar&parent-reqid=1599637456755876-1069705840242461956903946-prestable-app-host-sas-web-yp-47&text=Личное+и+групповое+туристское+снаряжение>

1.4 <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2002180818325025457&from=tabbar&parent-reqid=1599637555076473-896194208293763950000280-production-app-host-vla-web-yp-181&text=Туристские+узлы.+Виды+узлов+в%2C+техника+вязания>

1.5 <https://youtu.be/XaKcpzH34Cs>

1.6 <https://youtu.be/jDJGinwLb0M>

2.1 <https://youtu.be/2ihgRnovZIk>

2.2 https://youtu.be/X_axfDi7FJU

2.3 <https://youtu.be/1G-X-RmhhA4>

2.4 <https://youtu.be/1wEmnwtxhaM>

2.5 https://youtu.be/W_BCE8LyG9w

3.1 https://youtu.be/5o-_IIt5y1U

3.2 <https://youtu.be/mNfOOUm5H40>

3.3 <https://youtu.be/nyj-hyqQMmQ>

4.1 <https://youtu.be/LJ4fekVNQRQ>

4.2 <https://youtu.be/UcmFnfTioiE>

4.3 <https://youtu.be/SyAhdSz8vvk>

5.2 https://youtu.be/ySh_nUatAwA

6 <https://youtu.be/de2KtgWeRt>

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Количество часов	Тема Занятий	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь		15-00	Беседа	2	Техника безопасности	Каб. ОБЖ	Опрос
2	Сентябрь		15-00	Лекция	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
3	Сентябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
4	Сентябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
5	Сентябрь		15-00	Лекция Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение

6	Сентябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
7	Сентябрь		15-00		2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
8	Сентябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
9	Сентябрь		15-00	Практика	2	Лёгкая атлетика	Школьный стадион	Тестирование
10	Сентябрь		15-00	Лекция	2	Личная гигиена, Профилактика заболеваний	Каб. ОБЖ	Наблюдение
11	Сентябрь		15-00	Лекция	2	Индивидуальные средства пожаротушения	Каб. ОБЖ	Тестирование
12	Сентябрь		15-00	Практика	2	Лёгкая атлетика	Школьный стадион	Тестирование
13	Октябрь		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
14	Октябрь		15-00	Лекция Практика	2	Индивидуальные средства пожаротушения	Каб. ОБЖ	Наблюдение
15	Октябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие	Спортивный зал	Тестирование

						упражнения		
16	Октябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
17	Октябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
18	Октябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
19	Октябрь		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
20	Октябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
21	Октябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
22	Октябрь		15-00	Теория	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
23	Октябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
24	Октябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие	Спортивный зал	Тестирование

						упражнения		
25	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
26	Ноябрь		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Тестирование
27	Ноябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
28	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
29	Ноябрь		15-00	Теория	2	Понятие о топографической и спортивной карте	Каб. ОБЖ	Тестирование
30	Ноябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
31	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
32	Ноябрь		15-00		2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение

33	Ноябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
34	Ноябрь		15-00	Практика	2	Понятие о топографической и спортивной карте	Каб. ОБЖ	Тестирование
35	Ноябрь		15-00	Теория	2	Условные знаки	Каб. ОБЖ	Тестирование
36	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
37	Декабрь		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
38	Декабрь		15-00	Практика	2	Условные знаки	Каб. ОБЖ	Тестирование
39	Декабрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
40	Декабрь		15-00	Практика	2	Условные знаки	Каб. ОБЖ	Тестирование
41	Декабрь		15-00	Теория	2	Компас. Азимут	Каб. ОБЖ	Тестирование
42	Декабрь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
43	Декабрь		15-00	Практика	2	Компас. Азимут	Каб. ОБЖ	Тестирование
44	Декабрь		15-00	Теория	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение

45	Декабрь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
46	Декабрь		15-00	Практика	2	Измерение расстояний	Каб. ОБЖ	Тестирование
47	Декабрь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
48	Декабрь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
49	Январь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
50	Январь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
51	Январь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
52	Январь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
53	Январь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
54	Январь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
55	Январь		15-00	Теория	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Тестирование

56	Январь		15-00	Практика	2	Приёмы транспортировки пострадавших	Каб. ОБЖ	Наблюдение
57	Январь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
58	Январь		15-00	Практика	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Тестирование
59	Январь		15-00	Практика	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Наблюдение
60	Январь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
61	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
62	Февраль		15-00	Практика	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Наблюдение
63	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение

64	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	
65	Февраль		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
66	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
67	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	
68	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	
69	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
70	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
71	Февраль		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
72	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение

73	Март		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
74	Март		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
75	Март		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
76	Март		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
77	Март		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
78	Март		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
79	Март		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
80	Март		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
81	Март		15-00	Практика	2	Общеразвив	Спортивный	Тестирование

				ка		ающие упражнения	й зал	вание
82	Март		15-00	Практи ка	2	Техника ориентирова ния	Каб. ОБЖ	Наблю ение
83	Март		15-00	Практи ка	2	Техника ориентирова ния	Каб. ОБЖ	Наблю ение
84	Март		15-00	Практи ка	2	Основы самооборон ы	Спортивны й зал	Наблю ение
85	Апрель		15-00	Практи ка	2	Техника ориентирова ния	Каб. ОБЖ	Наблю ение
86	Апрель		15-00	Практи ка	2	Основы скалолазани я	Каменный карьер	Наблю ение
87	Апрель		15-00	Практи ка	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Наблю ение
88	Апрель		15-00	Практи ка	2	Основы скалолазани я	Каменный карьер	Наблю ение
89	Апрель		15-00	Практи ка	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи		Наблю ение
90	Апрель		15-00	Практи ка	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника	Каб. ОБЖ	Тестиро вание

						вязания		
91	Апрель		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
92	Апрель		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
93	Апрель		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
94	Апрель		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
95	Апрель		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
96	Апрель		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
97	Май		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
98	Май		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
99	Май		15-00	Практика	2	Подготовка к походу	Каб. ОБЖ	Наблюдение

100	Май		15-00	Теория	2	Комбинированная пожарная эстафета	Спортивная площадка	Наблюдение
101	Май		15-00	Практика	2	Комбинированная пожарная эстафета	Спортивная площадка	Наблюдение
102	Май		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивная площадка	Тестирование
103	Май		15-00	Практика	2	Комбинированная пожарная эстафета	Спортивная площадка	Тестирование
104	Май		15-00	Теория	2	Пожарно-тактическая полоса	Спортивная площадка	Тестирование
105	Май		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
106	Май		15-00	Практика	2	Пожарно-тактическая полоса	Спортивная площадка	Тестирование
107	Май		15-00	Практика	2	Пожарно-тактическая полоса	Спортивная площадка	Тестирование
108	Май		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование

2.3. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации

По итогам реализации программы предусмотрено проведение различных форм контроля:

Текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности)

осуществляется педагогом в форме наблюдения, опроса, практических и тестовых заданий. Проводится на протяжении всего учебного года. В процессе текущего контроля проверяются теоретические знания (тестирование знание правил по спортивному туризму) и практические (итоги участия в соревнованиях).

Промежуточный контроль (за подготовленностью и функциональным состоянием обучающихся) проводится один раз в полугодие в форме тестирования, участия в соревнованиях и выполнение спортивных разрядов в течение года обучения. В конце каждого года обучения воспитанники должны выполнять требования контрольных нормативов, а также показывать соответствующие году обучения результаты в соревнованиях. Оценка получаемых результатов проверяется тестированием. См. Приложение 1 и Приложение 2.

2.4. Оценочные материалы

Приложение 1

ФИО обучающегося

	0-1 баллов	2 баллов	3 балла
Знает о природе родного края			
Умеет пользоваться туристским снаряжением			
Принимал участие в соревнованиях по спортивному туризму или спортивному ориентированию			
Владеет приёмами оказания первой доврачебной помощи			
Владеет навыками необходимыми в туристском походе			
Общее количество баллов:			

0 – 1 низкий уровень; 2 – средний уровень; 3 – высокий уровень

№ п/п	Ф.И.О.	год рождения	год обучения	Бег (30м/ сек.)	Бег 6 мин	Подтягивание на перекладине	Сгибание рук в упоре лёжа	Приседания на одной ноге	Баллы

2.5. Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение: наличие зала для тренировок, туристский полигон, альпинистское снаряжение, компасы, топографические карты, средства пожаротушения, медицинская аптечка, манекен для СЛР.

Информационное обеспечение: специальная литература, видео-, фотоматериалы, интернет-источники.

2.6. Методические материалы

Правила вида спорта «Спортивный туризм», 2021г.;

Правила вида спорта «Спортивное ориентирование», 2019;

2.7. Список литературы и электронных источников

Константинов Ю. С. Детский туризм в России. Очерки истории:1918 – 1998гг. М., 1998.

Детско – юношеский туризм и краеведение в России. М. №1 – 2012.

Маслов А. Г. Юные инструкторы туризма. М. 2002.

Лукашов Ю. В., Ченцов В. А. Спортивное ориентирование. М. 2001.

Захаров Ф. Г. Учебное пособие для санитарных дружинниц. М. 1974.

Маслов А. Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М. 2000.

Правила соревнований по спортивному туризму. М. ТССР. 2021.

Отдел образования администрации Новоторьяльского района Республики Марий Эл
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Новоторьяльский центр дополнительного образования»

ПРИНЯТО
педагогическим советом
Новоторьяльский ЦДО
от «__» _____ 20__ г.
Протокол № _____

Утверждаю
Директор МБУДО
_____ О.В.Торощина

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Школа безопасности»

ID программы: 247

Направленность программы: социально-педагогическая

Уровень программы: базовый

Категория и возраст обучающихся: 12-18 лет

Срок освоения программы: 3 год

Объем часов: 216

Разработчик программы: Бирюков Сергей Васильевич, педагог дополнительного образования

п.г.т. Новый Торъял
2021г

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» (далее программа) имеет социально-педагогическую направленность.

Актуальность программы

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

Программа кружка «Школа безопасности» ориентирована на создание у воспитанников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях. В содержание курса «Школа безопасности» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизируют знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения, и способствует выработке у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

Отличительной особенностью программы является то, что по сравнению с другими образовательными программами военно-патриотического направления, в программе больше внимания уделено таким темам как «Автономное существование в природе», куда вошли блоки по туризму и ориентированию. Умения и навыки, полученные при изучении темы «Автономное существование в природе», необходимы для участия в большинстве соревнований направления «Школа безопасности», а их отработка является наиболее сложной и трудоемкой. Участие в соревнованиях, которые проводятся во всех районах республики, позволяет отработать приобретенные навыки. Кроме того, большое количество стартов, как соревновательных, так и тренировочных, дает возможность уверенней выступать на соревнованиях муниципального и регионального уровней.

конструктивному взаимодействию друг с другом – необходимо понимание того, что такое команда, как ее создавать и как в ней работать. Для решения подобной задачи подходят специально подобранные обучающие игры (тем более, они очень привлекательны для подростков) с обязательным последующим разбором (рефлексия). Кроме того, анализируются действия команды и после прохождения отдельных этапов на тренировках, и после соревнований. Поэтому одной из важных задач программы является развитие сплоченности данной группы, обучение решению конфликтов внутри команды, развитие навыков принятия командных решений.

Преимущество занятий по данной программе состоит в том, что здесь могут заниматься все желающие, а не только те, кого выбрали по тем или иным причинам в школе.

И у всех есть возможность выступать в основном составе команды – в первую очередь это будет зависеть от личного трудолюбия и настойчивости. И даже если ребята в дальнейшем не

будут участвовать в подобных соревнованиях, с ними останутся основы знаний о спортивной тренировке, о своем здоровье, опыт командной работы, опыт систематических тренировок.

В процессе освоения образовательной программы учащиеся знакомятся с различными профессиями и сферами деятельности, связанными с обеспечением безопасности населения и обороноспособности страны, что в дальнейшем влияет на профессиональный выбор учащихся.

Адресат программы

Настоящая программа разработана для учащихся среднего и старшего школьного возраста (11-17 лет), имеющих интерес и желающих участвовать в детско-юношеской оборонно-спортивной игре «Зарница» и соревнованиях направления «Школа безопасности».

Срок освоения программы – 3 года.

Форма обучения – очная, заочная..

Уровень освоения программы – базовый.

Особенности организации образовательного процесса – формы реализации образовательного процесса с использованием технологий дистанционного обучения. Организационные формы обучения - теоретические занятия, практические занятия, походы, экскурсии, участие в соревнованиях и конкурсах. На занятиях используются групповые и индивидуальные формы работы.

Режим занятий – 3 занятия в неделю по 2 часа.

1.2. Цель и задачи программы

Цели образовательной программы:

- развитие у учащихся знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- выработка необходимых навыков и умений, безопасного поведения в повседневной жизни и в случае возникновения чрезвычайных ситуаций;
- формирование готовности учащихся к отношениям в обществе и преодолению жизненных трудностей, проверка своих сил и возможностей, самовоспитание;

Задачи образовательной программы:

Воспитательные:

- воспитание морально – волевых качеств;
- воспитание ответственности за личную безопасность, ответственного отношения к своему здоровью;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды;

- воспитание патриотизма, гражданственности;
- выработка правильного поведения в экстремальных ситуациях;

Обучающие:

- сформировать знания и умения по спортивному туризму и ориентированию;
- сформировать навыки выживания в различных природных условиях; -сформировать навыки здорового образа жизни;

Образовательные:

- получение знаний о безопасном поведении человека в чрезвычайных ситуациях;
- формирование умений оценивать ситуации опасные для жизни и здоровья;

Развивающие:

- укрепление физического, психологического и нравственного здоровья обучающихся;
- развитие волевых качеств, умения принимать решения, брать на себя ответственность не только за себя, но и за других;

Виды предполагаемой деятельности:

игровая;
организаторская;
учебная;
аналитическая.

1.3. Объём программы – общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения – 144 ч.

1.4. Содержание программы – представлено в виде реферативного описания разделов и тем, заданной в соответствии с последовательностью заданной учебным планом.

1.5.Планируемые результаты

По окончании программы обучающиеся приобретут знания о своём крае, основы туристской подготовки и основы ориентирования. Научатся оказывать первую доврачебную помощь. Укрепят физическое здоровье. Приобретут навыки межличностного общения. Обучатся безопасному поведению в природной среде, а также поведению в экстремальных ситуациях.

Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Учебный план

№	Наименование раздела, модуля, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/текущего контроля
		Всего	Теория	Практика	
		216	36	180	
1.	Основы туристской подготовки	78	14	64	Текущий контроль
1.1.	Техника безопасности на занятиях	2	2		Текущий контроль
1.2.	Личное и групповое туристское снаряжение.	8	2	6	Текущий контроль
1.3.	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания.	16	6	10	Текущий контроль
1.4.	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях.	38	2	36	Текущий контроль
1.5.	Основы скалолазания	12	2	10	Текущий контроль
1.6.	Подготовка к походу	2		2	Текущий контроль
1.7.	Участие в туристских походах, туристских слётах и соревнованиях				Текущий контроль
2.	Топография и ориентирование.	38	8	30	Текущий контроль
2.1.	Понятие о топографической и спортивной карте.	4	2	2	Текущий контроль
2.2.	Условные знаки.	6	2	4	Текущий контроль
2.3.	Компас. Азимут.	6	2	4	Текущий контроль
2.4.	Измерение расстояний.	2		2	Текущий контроль
2.5.	Техника ориентирования.	20	2	18	Текущий контроль
3.	Пожарно-прикладная подготовка.	18	7	11	Текущий контроль
3.1.	Индивидуальные средства пожаротушения	6	3	3	Текущий контроль
3.2.	Комбинированная пожарная эстафета	6	2	4	Текущий контроль
3.3.	Пожарно - тактическая полоса	6	2	4	Текущий контроль
4.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	18	4	14	Текущий контроль
4.1.	Личная гигиена. Профилактика заболеваний.	2	2		Текущий контроль

4.2.	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.	12	2	10	Текущий контроль
4.3.	Приёмы транспортировки пострадавших.	4		4	Текущий контроль
5.	Общая физическая подготовка.	64	2	59	Текущий контроль
5.1.	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм.	2	2		Текущий контроль
5.2.	Общая физическая подготовка.	32	1	29	Текущий контроль
5.3.	Основы самообороны	30		30	Текущий контроль
6.	Участие в соревнованиях «Юный спасатель»				Текущий контроль
	Итого объём программы	216	36	180	

Примечание: возможно проведение занятий с применением дистанционной формы обучения, посредством социальной сети «В контакте» <https://vk.com/id590766236>, сообщество «Школа безопасности» <https://vk.com/club193980935>

1.2 <https://youtu.be/Lq4fLxHnmUg>

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=4603608559017345366&from=tabbar&parent-reqid=1599637309710491-1620263401907085220000280-production-app-host-man-web-yp-323&text=Техника+безопасности+и+правила+поведения+туристов>

1.3 <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16243489552302221011&from=tabbar&parent-reqid=1599637456755876-1069705840242461956903946-prestable-app-host-sas-web-yp-47&text=Личное+и+групповое+туристское+снаряжение>

1.4 <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2002180818325025457&from=tabbar&parent-reqid=1599637555076473-896194208293763950000280-production-app-host-vla-web-yp-181&text=Туристские+узлы.+Виды+узлов%2C+техника+вязания>

1.5 <https://youtu.be/XaKcpzH34Cs>

1.6 <https://youtu.be/jDJGinwLb0M>

2.1 <https://youtu.be/2ihgRnovZIk>

2.2 https://youtu.be/X_axfDi7FJU

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Количество часов	Тема Занятий	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь		15-00	Беседа	2	Техника безопасности	Каб. ОБЖ	Опрос
2	Сентябрь		15-00	Лекция	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
3	Сентябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
4	Сентябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
5	Сентябрь		15-00	Лекция Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
6	Сентябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
7	Сентябрь		15-00		2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
8	Сентябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
9	Сентябрь		15-00	Практика	2	Лёгкая	Школьный	Тестирование

				ка		атлетика	стадион	вание
10	Сентябрь		15-00	Лекция	2	Личная гигиена, Профилактика заболеваний	Каб. ОБЖ	Наблюдение
11	Сентябрь		15-00	Лекция	2	Индивидуальные средства пожаротушения	Каб. ОБЖ	Тестирование
12	Сентябрь		15-00	Практика	2	Лёгкая атлетика	Школьный стадион	Тестирование
13	Октябрь		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
14	Октябрь		15-00	Лекция Практика	2	Индивидуальные средства пожаротушения	Каб. ОБЖ	Наблюдение
15	Октябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
16	Октябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
17	Октябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
18	Октябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование

19	Октябрь		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
20	Октябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
21	Октябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
22	Октябрь		15-00	Теория	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
23	Октябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
24	Октябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
25	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
26	Ноябрь		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Тестирование
27	Ноябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование

						упражнения		
28	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
29	Ноябрь		15-00	Теория	2	Понятие о топографической и спортивной карте	Каб. ОБЖ	Тестирование
30	Ноябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
31	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
32	Ноябрь		15-00		2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
33	Ноябрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
34	Ноябрь		15-00	Практика	2	Понятие о топографической и спортивной карте	Каб. ОБЖ	Тестирование
35	Ноябрь		15-00	Теория	2	Условные знаки	Каб. ОБЖ	Тестирование
36	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы самооборон	Спортивный зал	Наблюдение

						ы		
37	Декабрь		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
38	Декабрь		15-00	Практика	2	Условные знаки	Каб. ОБЖ	Тестирование
39	Декабрь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
40	Декабрь		15-00	Практика	2	Условные знаки	Каб. ОБЖ	Тестирование
41	Декабрь		15-00	Теория	2	Компас. Азимут	Каб. ОБЖ	Тестирование
42	Декабрь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
43	Декабрь		15-00	Практика	2	Компас. Азимут	Каб. ОБЖ	Тестирование
44	Декабрь		15-00	Теория	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
45	Декабрь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
46	Декабрь		15-00	Практика	2	Измерение расстояний	Каб. ОБЖ	Тестирование
47	Декабрь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
48	Декабрь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение

49	Январь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
50	Январь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
51	Январь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
52	Январь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
53	Январь		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
54	Январь		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
55	Январь		15-00	Теория	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Тестирование
56	Январь		15-00	Практика	2	Приемы транспортировки пострадавших	Каб. ОБЖ	Наблюдение
57	Январь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
58	Январь		15-00	Практика	2	Основные приемы оказания первой	Каб. ОБЖ	Тестирование

						доврачебной помощи		
59	Январь		15-00	Практика	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Наблюдение
60	Январь		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
61	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
62	Февраль		15-00	Практика	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Наблюдение
63	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
64	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	
65	Февраль		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
66	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение

67	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	
68	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	
69	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
70	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
71	Февраль		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
72	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самообороны	Спортивный зал	Наблюдение
73	Март		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
74	Март		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
75	Март		15-00	Практика	2	Основы	Спортивный	Наблюдение

				ка		самооборон ы	й зал	ение
76	Март		15-00	Практи ка	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюд ение
77	Март		15-00	Практи ка	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюд ение
78	Март		15-00	Практи ка	2	Основы самооборон ы	Спортивны й зал	Наблюд ение
79	Март		15-00	Практи ка	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюд ение
80	Март		15-00	Практи ка	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюд ение
81	Март		15-00	Практи ка	2	Общеразвив ающие упражнения	Спортивны й зал	Тестиро вание
82	Март		15-00	Практи ка	2	Техника ориентирова ния	Каб. ОБЖ	Наблюд ение
83	Март		15-00	Практи ка	2	Техника ориентирова ния	Каб. ОБЖ	Наблюд ение
84	Март		15-00	Практи ка	2	Основы самооборон	Спортивны й зал	Наблюд ение

						ы		
85	Апрель		15-00	Практика	2	Техника ориентирования	Каб. ОБЖ	Наблюдение
86	Апрель		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
87	Апрель		15-00	Практика	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Наблюдение
88	Апрель		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
89	Апрель		15-00	Практика	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи		Наблюдение
90	Апрель		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Тестирование
91	Апрель		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
92	Апрель		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
93	Апрель		15-00	Практика	2	Основы самооборон	Спортивные	Наблюдение

				ка		ы	й зал	ение
94	Апрель		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
95	Апрель		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
96	Апрель		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
97	Май		15-00	Практика	2	Основы скалолазания	Каменный карьер	Наблюдение
98	Май		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
99	Май		15-00	Практика	2	Подготовка к походу	Каб. ОБЖ	Наблюдение
100	Май		15-00	Теория	2	Комбинированная пожарная эстафета	Спортивная площадка	Наблюдение
101	Май		15-00	Практика	2	Комбинированная пожарная эстафета	Спортивная площадка	Наблюдение
102	Май		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивная площадка	Тестирование

103	Май		15-00	Практика	2	Комбинированная пожарная эстафета	Спортивная площадка	Тестирование
104	Май		15-00	Теория	2	Пожарно-тактическая полоса	Спортивная площадка	Тестирование
105	Май		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование
106	Май		15-00	Практика	2	Пожарно-тактическая полоса	Спортивная площадка	Тестирование
107	Май		15-00	Практика	2	Пожарно-тактическая полоса	Спортивная площадка	Тестирование
108	Май		15-00	Практика	2	Общеразвивающие упражнения	Спортивный зал	Тестирование

2.3. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации

По итогам реализации программы предусмотрено проведение различных форм контроля:

Текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности)

осуществляется педагогом в форме наблюдения, опроса, практических и тестовых заданий. Проводится на протяжении всего учебного года. В процессе текущего контроля проверяются теоретические знания (тестирование знание правил по спортивному туризму) и практические (итоги участия в соревнованиях).

Промежуточный контроль (за подготовленностью и функциональным состоянием обучающихся) проводится один раз в полугодие в форме тестирования, участия в соревнованиях и выполнение спортивных разрядов в течение года обучения. В конце каждого года обучения воспитанники должны выполнять требования контрольных нормативов, а также показывать соответствующие году обучения результаты в соревнованиях. Оценка получаемых результатов проверяется тестированием. См. Приложение 1 и Приложение 2.

2.3. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации

ФИО обучающегося

	0-1 баллов	2 баллов	3 балла
Знает о природе родного края			
Умеет пользоваться туристским снаряжением			
Принимал участие в соревнованиях по спортивному туризму или спортивному ориентированию			
Владеет приёмами оказания первой доврачебной помощи			
Владеет навыками необходимыми в туристском походе			
Общее количество баллов:			

0 – 1 низкий уровень

2 – средний уровень

3 – высокий уровень

Нормативы физической подготовки

[illegible]

2.4. Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение: наличие зала для тренировок, туристский полигон, альпинистское снаряжение, компасы, топографические карты, средства пожаротушения, медицинская аптечка, манекен для СЛР.

Информационное обеспечение: специальная литература, видео-, фотоматериалы, интернет-источники.

2.5. Оценочные материалы

По итогам реализации программы предусмотрено проведение различных форм контроля:

Текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности)

осуществляется педагогом в форме наблюдения, опроса, практических и тестовых заданий. Проводится на протяжении всего учебного года. В процессе текущего контроля проверяются теоретические знания (тестирование, знание правил по спортивному туризму) и практические (итоги участия в соревнованиях).

Промежуточный контроль (за подготовленностью и функциональным состоянием обучающихся) проводится один раз в полугодие в форме тестирования, участия в соревнованиях и выполнение спортивных разрядов в течение года обучения. В конце каждого года обучения воспитанники должны выполнять требования контрольных нормативов, а также показывать соответствующие году обучения результаты в соревнованиях. Оценка получаемых результатов проверяется тестированием. См. Приложение 1 и Приложение 2.

2.6. Методические материалы

Правила вида спорта «Спортивный туризм», 2021г.;

Правила вида спорта «Спортивное ориентирование», 2019;

2.7. Список литературы и электронных источников:

Константинов Ю. С. Детский туризм в России. Очерки истории: 1918 – 1998гг. М., 1998.

Детско – юношеский туризм и краеведение в России. М. №1 – 2012.

Маслов А. Г. Юные инструкторы туризма. М. 2002.

Лукашов Ю. В., Ченцов В. А. Спортивное ориентирование. М. 2001.

Захаров Ф. Г. Учебное пособие для санитарных дружинниц. М. 1974.

Маслов А. Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М. 2000.

Правила соревнований по спортивному туризму. М. ТССР. 2021.

