

Департамент образования администрации Города Томска
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №37

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»**

Направленность: естественнонаучная

Возраст учащихся: 11-15 лет

Срок реализации: 1 год (68 час.)

В неделю: 2 часа

Автор-составитель:
Толочко О.М.,
педагог дополнительного
образования

Томск 2024

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Программа «школа безопасности» разработана для обучающихся 5-9 классов МАОУ СОШ №37 г. Томска на основе городской программы дополнительного образования «школа безопасности» МАОУ ДО Дом детства и юношества «КЕДР».

Программа рассчитана на 68 часов в год, 2 часа в неделю. Дополнительная общеобразовательная программа имеет туристско-краеведческую направленность и носит оздоровительно-образовательный характер. Туристско-краеведческая деятельность сочетает в себе активный отдых и оздоровление, способствует всестороннему развитию личности ребенка, является активным средством нравственного, духовного и патриотического воспитания, содействует социализации и развитию коммуникативных качеств учащихся.

Рабочая программа «школа безопасности» для 5-9 классов разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статья 75 «Дополнительное образование детей и взрослых»);
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р);
- Приказ министерства просвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНОДПО «Открытое образование», 2015 г.);
- Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. N 09-3242 "Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Санитарно-эпидемиологические правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14 (Зарегистрировано в Минюсте России 20 августа 2014 г. N 33660);
- Устав МАОУ СОШ № 37 г. Томска.

Актуальность программы

Безопасность жизнедеятельности – знание особенно актуальное в любые времена, обеспечение собственной безопасности и безопасности окружающих – базовый навык любого человека, гарантирующий ему здоровье и возможность выживания.

Сегодня в обществе ставится задача не только обучения детей основам безопасной жизнедеятельности, но и формирования у них культуры безопасной жизнедеятельности, которая сопровождается формированием здоровой, самостоятельной, активной, ответственной личности, способной к социально значимым преобразованиям в обществе. Поэтому детям необходимо дать представление о том, какие опасности могут подстерегать их, как надо вести себя, чтобы их избежать, что делать для сохранения своей жизни и здоровья, а также жизни и здоровья окружающих людей, стимулировать к получению знаний и умений, направленных на снижение индивидуальных и коллективных рисков. Необходимо прививать умения и навыки, позволяющие в условиях экстремальных ситуаций осуществлять грамотные действия по спасению и оказывать помощь попавшим в беду людям.

Естественно, что для достижения результата такая деятельность должна происходить как в школе, на уроках курса “Основы безопасной жизнедеятельности”, так и во внеурочное время, в системе дополнительного образования детей.

Участие ребенка в данной общеразвивающей образовательной программе подразумевает не только изучение теоретических основ безопасной жизнедеятельности, но и практические занятия по преодолению трудных (в том числе экстремальных) ситуаций. Его необходимо учить, не только избегать опасностей, но и смело решать жизненные проблемы, умело действовать при их возникновении.

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

Программа направлена на раскрытие индивидуальных психологических особенностей учащихся, реализацию интеллектуальных, творческих и физических способностей учащихся, овладение туристскими навыками, позволяющими свободно жить и ориентироваться в природе, что ставит ее в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения.

Цель программы

Развитие, личностных качеств, овладение системой знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья.

Задачи программы

Обучающие:

Познакомить учащихся с системой знаний по основным видам спасательных действий человека в экстремальной ситуации

Обучить приемам оказания доврачебной помощи

Познакомить с разными видами туризма, обучить приемам и способам преодоления естественных препятствий

Дать представление о личном, групповом и специальном снаряжении, организации привалов и питания в походе

Познакомить с различными видами аварийных укрытий

Обучить приемам работы с компасом и картой, ориентированию на местности

Содействовать приобщению детей к вопросам личной и коллективной безопасности

Развивающие:

Создать условия для развития физической силы, координации движений и выносливости

Развивать наблюдательность, быстроту мышления, память

Содействовать развитию коммуникативных умений и навыков

Воспитательные:

Воспитывать патриотизм, бережное отношение к традициям, культуре и истории Отечества

Акцентировать понимание важности коллективных усилий для достижения командного результата

Формировать потребность в здоровом образе жизни

Воспитывать бережное отношение к природе

Адресат программы

Данная программа многопрофильна и предназначена для ребят, готовых развиваться сразу в нескольких направлениях деятельности. Она включает в себя: краеведение, туризм, ориентирование, медицину, действия в условиях ЧС природного, техногенного и криминогенного характера, поисково-спасательные работы и т. д.

В этих условиях особенно актуальным становится знакомство с правилами безопасного существования в окружающей действительности. Поэтому необходимо привитие умений и навыков, позволяющих в условиях экстремальных ситуаций осуществлять грамотные действия по обеспечению безопасности, оказывать помощь попавшим в беду людям.

Учебный план и его содержание

	Раздел	Количество часов
1	«Основы туристской подготовки»	24
2	«Основы гигиены и первая доврачебная помощь»	24
3	«Специальная подготовка»	20
	Итого часов	68

Содержание программы

1.1. Вводное занятие. Техника безопасности в туристском походе и на занятиях. Виды спортивного туризма и маршруты Томской области.

Теория: Дисциплина в походе и на занятиях - основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. История развития туризма. Туристы-спасатели. Виды спорта.

Практика: Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях. Составление маршрута.

1.2. Техника движения и безопасное преодоление естественных препятствий, организация страховки.

Теория: Порядок движения группы на маршруте. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня, темп. Туристские узлы и их применение. Виды переправ и способы их преодоления.

Практика: Движение по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам. Подъем и спуск по вертикальным перилам. Передвижение по горизонтальным перилам. Переправы. Вязание и использование узлов по назначению.

1.3. Организация туристского быта. Туристский бивак.

Теория: Привалы и ночлеги в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Охрана природы, соблюдение правил экологической безопасности при выборе места привала и бивака. Питание в походе. Составление меню. Типы костров и их назначение. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров.

Практика: Организация туристического быта. Определение места для привала и ночлега (бивака). Установка палаток. Изготовление укрытия из подручных материалов. Приготовление пищи на костре. Заготовка дров. Разведение костров. Зачетные соревнования по разжиганию костра.

1.4. Понятие о топографической и спортивной карте. Действия в случае потери ориентировки. Условные знаки.

Теория: Понятие о топографической и спортивной карте и их отличия. Топографические знаки. Виды ориентирования (ориентирование на местности с использованием топографических карт и компаса, технических средств и др.), способы ориентирования при различных условиях. Действия в случае потери ориентировки. Измерение расстояния.

Практика: Измерение расстояний. Прохождение различных участков местности разной сложности и разной рельефности. Местные ориентиры. Понятие легенды карты. Ориентирование в городских условиях. Действия в случае потери ориентировки. Рассмотрение видов ориентирования. Тактика прохождения трассы различного вида. Игры на движение по карте.

2. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

2.1. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Теория: Основные принципы оказания доврачебной помощи. Травмы. Виды кровотечений, способы их остановки. Ожоги и обморожения.

Практика: Наложение давящих повязок при кровотечениях. Иммобилизация сломанной конечности с помощью подручных средств. Повязки.

2.2. Приемы транспортировки пострадавшего

Теория: Правила и способы транспортировки пострадавшего.

Практика: Приемы транспортировки пострадавшего, положение тела пострадавшего при транспортировке для различных видов травм.

3. Специальная подготовка

3.1. Психологические особенности людей в экстремальных ситуациях. Правила поведения с дикими животными

Теория: Дружба и взаимовыручка в команде. Значение психологической подготовки, реакция людей на стрессовые ситуации. Страх и способы его преодоления. Волевые усилия и их значения в походах и тренировках. Внимание, память и мышление – необходимые факторы выживания. Самоконтроль. Правила поведения с дикими животными.

Практика: Способы снятия эмоционального напряжения. Игры, развивающие психические функции (К ним относят: память, внимание, мышление, восприятие, воображение и речь, психологическую устойчивость). Психотехнические игры и упражнения. Просмотр видеофильмов о спасателях, альпинистах и оказании помощи при ЧС. Встречи с профессиональными спасателями. Лиза Аллерт.

3.2. Способы добычи и обеззараживания воды.

Теория: Способы добычи и обеззараживания воды естественным способом с помощью подручных средств.

Практика: Добыча и обеззараживание воды.

3.3. Выживание в различных ЧС. Причины их возникновения и вероятные последствия. Противопожарная подготовка.

Теория: Окружающая среда: природная, производственная и бытовая, причины возникновения ЧС и вероятные последствия. Выживание в природной среде. Жизнедеятельность при отсутствии пищи, воды, при замерзании, при нехватке кислорода. Возможные последствия для организма человека, пребывающего в экстремальных условиях. Классификация пожаров. Средства пожаротушения. Пожары в жилых помещениях, производственных помещениях. Средства индивидуальной защиты. Характеристика поражающих факторов. Способы прекращения горения.

Практика: Создание условно чрезвычайных ситуаций, действия в них, разбор и исправление ошибок. Организация спасательных работ. Знакомство с пожарной частью. Преодоление полосы препятствий.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий: Календарный учебный график

Сроки реализации программы. Данная программа рассчитана на 1 год обучения. Общий объём программы – 68 часов.

Формы организации занятий

В ходе реализации программы используются следующие формы организации занятий:

- Теоретические занятия (объяснение, демонстрация, обсуждение, проблемная ситуация);
- Практические занятия (тренировки, упражнения)
- Игровые занятия (дидактические игры, подвижные игры, квесты).
- Экскурсии
- Походы
- участие в мероприятиях городских программ воспитания и дополнительного образования «Начало большого пути», «Моя Родина – Сибирь», фестивалях, слётах, соревнованиях.

Основными педагогическими приемами, которые используются в ходе изучения тем данной программы, являются:

- Активизирующие
- Коммуникативные
- Практико- и личностно ориентированные

Участие в мероприятиях городских программ, фестивалях, слётах, соревнованиях вынесено за сетку часов.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Результаты реализации программы соответствуют её цели, задачам и содержанию. К концу обучения, по программе учащиеся:

- имеют представление о разных видах туризма;
- знают способы и умеют преодолевать естественные препятствия;
- знают правила организации привалов и ночлегов;
- знают правила организации питания в походе;
- умеют организовать различные виды укрытий из подручных материалов;
- знают приемы работы с компасом и картой, умеют ориентироваться на местности;
- умеют оказать доврачебную помощь;
- ответственно относятся к вопросам личной и коллективной безопасности;
- имеют представления о действиях в экстремальных ситуациях;
- знают основы предотвращения последствий ЧС в природной и техногенной среде;
- бережно относятся к природе;
- умеют работать в команде.

В течение учебного года применяются следующие виды диагностики:

- беседа, опрос;
- теоретическое тестирование для определения уровня знаний;
- контрольные упражнения;
- ситуационные задачи и ситуативные игры;
- соревнования;
- учебно-тренировочный поход.

Качественными показателями обучения служат результаты выступлений учащихся в мероприятиях городских программ, фестивалей, слётах, соревнованиях и участие в зачетных учебно-тренировочных походах.

Материально-техническое обеспечение

- Спортивная площадка для занятий общей и специальной физической подготовкой, отработки приемов начальных туристских навыков;
- кабинет для теоретических и тактических занятий;
- специальное туристское снаряжение (веревки, карабины, палатки, костровые принадлежности);
- наличие методической и специальной туристской литературы, дидактического обеспечения:
- комплект топографических карт и карт спортивного ориентирования;
- подборка тематических тестовых заданий и карточек;
- тематические информационные стенды и таблицы.

Список литературы:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996
2. Аппенянский А.И. Физическая подготовка туристов. – М.: ЦРИБ "Турист", 1985
3. Арефьев В. Е. Введение в туризм. – Барнаул, 2002
4. Балабанов И.В. Узлы. – М., 2012
5. Выживание в экстремальных условиях. – М.: ИПЦ «Русский раритет», 1993
6. Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. – М.: Знание, 1990
7. Ганопольский В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода. – М.: ЦРИБ «Турист», 1986
8. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа естественно-научной направленности «Школа безопасности». Гвоздева Е.А. – Кирсанов, 2017
9. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Юный спасатель». Басов Л.М. – ГАНОУ СО, 2020
10. Квартальнов В. А. Теория и практика туризма. М., 2003
11. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. – М.: Профиздат, 1987
12. Крутецкая В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи. – СПб.: Изд. Дом «Литера», 2008
13. Краткий справочник туриста. – М.: Профиздат, 1985
14. Куликов БМ., Константинов Ю. С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М.: ЦДЮТур Минобразования России, 2003
15. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности»: Методическое пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.

