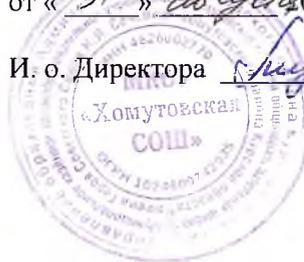


Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Хомутовская средняя общеобразовательная школа
имени Героя Советского Союза Н.И. Сечкина»
Хомутовского района Курской области

Принята решением
педагогического совета
от « 29 » 09 2023 г. протокол № 14
Полу С.А. Пономаренко

Утверждена приказом МКОУ
«Хомутовская СОШ»
от « 31 » августа 2023 г. № 1-248
И. о. Директора С.В. Меркулова С.В. Меркулова



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
технической направленности
«Школа безопасности и основы оказания первой
помощи»
с использованием средств обучения и воспитания
центра образования цифрового и гуманитарного
профиля «Точка роста»**

Стартовый, базовый уровень

Срок реализации - 1 год.
Возраст обучающихся - 10-16 лет
Педагог дополнительного образования
Милютин Алексей Владимирович

п. Хомутовка 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
гуманитарной направленности
«Школа безопасности и основы оказания первой помощи»**

Статус программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа гуманитарной направленности «Школа безопасности и основы оказания первой помощи». Автор программы: Милютин Алексей Владимирович
Направленность	Социально- гуманитарная
Цель программы	Создание условий для формирования личности безопасного типа способной к дальнейшему процессу самопознания, самовоспитания, самосовершенствования, самоспасения и спасения других.
Контингент обучающихся	10-16 лет
Продолжительность реализации программы	1 года
Режим занятий	68 часов, что составляет 2 часа в неделю
Форма организации процесса обучения	Занятия организуются в учебных группах
Краткое содержание	Программа «Школа безопасности» ориентирована на создание у обучающихся правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. В содержание курса «Школа безопасности» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.
Ожидаемый результат	При реализации программы полученные знания позволяют воспитанникам лучше адаптироваться в условиях социальной среды города, а также в экстремальных условиях природной среды, значительно расширить кругозор и углубить знания и представления об окружающем мире.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа разработана на основе методических рекомендаций по содержанию, организации и проведению слета-соревнования Всероссийского детско-юношеского движения «Школа безопасности», программы «Основы безопасности жизнедеятельности» и методических рекомендаций по содержанию и организации работы «Школы экологического выживания» и предназначена для реализации в МКОУ «Хомутовская СОШ».

Данная программа направлена на воспитание смелости, мужества, решительности, самообладания, целеустремленности, трудолюбия, внимательности, самостоятельности; формирование Личности безопасного типа. Образовательная программа предусматривает овладение обучающимися навыками выживания в городской и природной среде, участие в соревнованиях по туризму, достижение спортивных результатов.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности и основы оказания первой помощи» имеет социально-гуманитарную направленность.

Уровень освоения программы: базовый уровень.

Актуальность программы

В настоящее время разительные перемены в государственно-политическом и социально – экономическом устройстве страны преследуют цель создания здорового общества. Это повышает ответственность системы образования не только за духовное, но и за физическое развитие нового поколения, укрепление здоровья учащихся, приобщение их к ценностям здорового образа жизни. Это особенно важно, так как состояние здоровья учащейся молодежи вызывает обоснованную тревогу не только у работников системы образования, но и у всего общества.

Наиболее полно и целенаправленно вопрос повышения уровня здоровья подрастающего поколения можно реализовать в образовательном учреждении через всестороннее рассмотрение вопросов в курсе «Школа безопасности», который помогает формировать и воспитывать ученика как Личность безопасного типа (я не опасен сам себе и тем, кто меня окружает).

Педагогическая целесообразность

Программа курса разработана и изучается с учетом возрастных физиологических и психологических особенностей учащихся, в заявленной возрастной группе.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена возможностью подготовки учащихся к действиям в любой ситуации и ЧС. Программа позволяет развить у учащихся такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность. Содержание программы является доступной формой массового обучения школьников приемам и способам выживания и действия в ЧС. Привлекает детей тем, что у них имеется реальная возможность подготовиться и проверить себя в ситуации приближенных к реальным условиям выживания, что крайне важно для креативных творческих личностей и будущих защитников Отечества.

Отличительные особенности

Ключевой идеей программы является воспитание Личности безопасного типа и подготовка учащихся к реальной жизни.

Комплексность данной программы дает возможность обучающимся осуществлять ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию, которую выбрать, жизненный путь. Строится на следующих педагогических принципах:

- Û гуманистический подход к образованию; осуществление целостного подхода к воспитанию;
- Û соответствие содержания возрастным особенностям обучающихся;
- Û деятельностный подход к обучению;
- Û формирование социально приемлемых интересов и потребностей обучающихся.

Программа разработана с учетом:

- Û использования материальной базы учебного заведения;

Освоение простейших упражнений и навыков, выполнение которых в условиях соревнований дает право на присвоение юношеского разряда.

Программа «Школа безопасности» создана с целью военно-патриотического воспитания детей и подростков, формирования Личности безопасного типа, личного и профессионального самоопределения, творческого досуга.

Адресат программы

Данная программа рассчитана на детей в возрасте 10-16 лет

Условия набора учащихся

Для обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Школа безопасности» принимаются все желающие без предварительного отбора, входящие в основную медицинскую группу, при условии предоставления справки от педиатра установленного образца, независимо от интеллектуальных и физических способностей детей.

Количество учащихся

Технология программы предусматривает проведение занятий по группам (10-15 человек), подгрупповые занятия (5-10 человек).

Объем и срок освоения программы

Занятия проходят 2 раза в неделю по 1 часу. Всего 68 часов, 34 недели.

Формы и режим занятий

Программа рассчитана на 1 год обучения: 68 часов.

Методы обучения и воспитания:

Игровые методы: организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Словесные методы: беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие, возможно в сочетании с демонстрацией видеофильмов.

Эмоциональные методы: поощрение, порицание, создание ярких наглядно-образных представлений, создание ситуаций успеха, стимулирующее оценивание, удовлетворение желаний быть значимой личностью.

Познавательные методы: опора на жизненный опыт, познавательный интерес, создание проблемной ситуации, побуждение к поиску альтернативных решений, выполнение творческих заданий.

Социальные методы: развитие желания быть полезным, создание ситуаций взаимопомощи, поиск контактов и сотрудничества, заинтересованность в результатах, взаимная проверка.

Практические – получение информации на основании практических действий, выполняемых обучающимися. Основные методы работы – тренировки, тренинги, упражнения, творческие задания и показы.

Наглядные – сообщение учебной информации при помощи средств наглядности (просмотр видео – роликов, телевизионные версии пластических и театральных спектаклей).

Педагогические технологии:

Технология развивающего обучения

Технология личностно-ориентированного обучения

Коллективно-творческая деятельность

Здоровьесберегающая технология.

Форма обучения – очная. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть.

Формы организации образовательного процесса

Занятия проходят в разновозрастных группах. Постоянный состав группы. Так как она имеет ряд преимуществ:

Повышается учебная и познавательная мотивация.

Снижается уровень тревожности учащихся, страха
оказаться неуспешным, некомпетентным в решении каких-то задач.

В группе выше обучаемость, эффективность усвоения и актуализации знаний.

Улучшается психологический климат в группе.

Структура занятия

- Организационный момент (1 мин)
- Повторение пройденного материала (5 мин)
- Разбор нового материала (10 мин)
- Физкультминутка (3 мин)
- Практическое занятие (15-20 мин)
- Подведение итогов занятия (1 мин)

По итогам прохождения курса выдаётся справка соответствующего образца.

Алгоритм учебного занятия

Схема построения занятия одинакова на всех этапах обучения:

Вводная часть — подготовительная часть — основная часть — заключительная часть.

Вводную часть входит организационный момент: организация рабочего места, проверка наличия необходимого инвентаря. На вводную часть отводится от 3 до 5 минут.

Подготовительная часть включает себя разминку. На подготовительную часть отводится от 10 до 15 минут.

Основная часть содержит теоретический материал о том или ином явлении или понятии, а также практический материал. Если теоретическая часть предусмотрена только практическая деятельность, теоретический материал сокращается. Если предусмотрено занятие с объяснением теоретического материала, практическая деятельность сводится к минимуму, необходимому для закрепления усвоенного теоретического материала. На основную часть отводится от 40 до 60 минут.

В *заключительную часть* входит подведение итогов. Заключительная часть рассчитана на 5–10 минут.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

В соответствии с потребностями человека и общества, исходя из общих целей образования и воспитания, целями курса «Школа безопасности» являются:

- Û создать условия для обучения учащихся навыкам безопасного поведения в основных сферах жизнедеятельности
- Û пропаганда и популяризация здорового безопасного образа жизни;
- Û воспитание и формирование Личности безопасного типа;
- Û совершенствование и выработка новых форм и методов подготовки молодежи к безопасному поведению в экстремальных ситуациях;
- Û оказание само- и взаимопомощи;
- Û развитие заинтересованности школьников в предотвращении возможных чрезвычайных ситуаций;
- Û подготовка к участию в слете-соревновании Всероссийского детско-юношеского движения «Школа безопасности»;
- Û участие в олимпиадах разного уровня;
- Û участие в походах;
- Û участие в мероприятиях по курсу Основы безопасности жизнедеятельности.

Для приближения к поставленной цели в учебно-воспитательном процессе реализации программы «Школа безопасности» ставятся соответствующие **задачи**:

Обучающие:

- Û формирование культуры личности;
- Û формирование представления об источниках возможной опасности и опасных ситуациях;
- Û формирование представления об эмоциях в экстремальных ситуациях;
- Û формирование представления об основах здорового образа жизни;
- Û формирование представления об опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни;
- Û научить навыкам безопасного поведения дома;
- Û научить навыкам по оказанию помощи в случае возникновения пожара;
- Û формирование представления о терроризме и безопасном поведении в случае теракта;
- Û научить навыкам безопасного поведения на улицах, дорогах, на транспорте и на природе;
- Û формирование представления о чрезвычайной ситуации;
- Û научить навыкам по оказанию первой помощи;
- Û формирование представления о правах и обязанностях несовершеннолетних;
- Û научить навыкам организации свободного времени;
- Û научить навыкам по оказанию первой помощи;

Развивающие:

- Û формирование стимулирования у учащихся самостоятельности в принятии решений;
- Û развитие способностей учащихся;
- Û развитие мотивации к созданию необходимых условий для укрепления физического и нравственного здоровья подростков.
- Û развитие интеллектуальных навыков: образное мышление, активная речь, внимание, все виды памяти;
- Û развитие умения связно выразить мысль;
- Û развитие опыта межличностного общения и решения нестандартных ситуаций в городских и естественных природных условиях;

Воспитательные:

- Û формирование общей культуры, удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом развитии;
- Û формирование культуры здорового и безопасного образа жизни,
- Û формирование экологической культуры;
- Û формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности;
- Û формирование психологической культуры и компетенции для обеспечения эффективного и безопасного взаимодействия в социуме, гражданской позиции, взглядов, убеждений, готовности к достойному служению интересам общества и государства;
- Û воспитание чувства ответственности и взаимовыручки.

Личностные:

- Û содействие гармоничному развитию личности, совершенствованию духовных и физических потребностей;
- Û формирование жизненной самостоятельности и волевых качеств; формирование гуманного отношения к окружающей среде;
- Û выработка организаторских навыков, умение вести себя в коллективе; физическое совершенствование школьников—

развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными
физическими возможностями;

и

ü участие в соревнованиях и походах.

Метапредметные:

ü расширение и углубление знаний обучающихся, дополняющих общеобразовательную программу по географии, экологии, ОБЖ, физической подготовке;

ü расширение и углубление знаний обучающихся по истории родного края области.

Предметные:

ü приобретение умений и навыков в работе с картой и компасом; приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;

ü обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы выстроено по четырем линиям:

- выживаемость человека;
- автономное существование человека в условиях природной среды;
- чрезвычайные ситуации техногенного и социального характера;
- прикладная физическая подготовка.

Учебно-тематический план на 2023-2024 год (10-14 лет)

№ п/п	Название раздела, темы.	Количество часов			Форма организации занятий	Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика		
1	Организация работы в творческом объединении «Школа безопасности.	2	2		Беседа	Опрос
2	Основы здорового образа жизни.	2	2		Лекция	Самостоятельное выполнение упражнений
3	Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни.	4	2	2	Лекция Практическое занятие	Самостоятельное выполнение упражнений.
8	Безопасное поведение дома	4	2	2	Безопасное поведение дома	Самостоятельное выполнение упражнений
5	Защита человека в чрезвычайных ситуациях.	6	4	2	Лекция Практическое занятие	Самостоятельное выполнение упражнений.
6	Пожарная безопасность и поведение при пожаре. (ноутбуки)	6	2	4	Лекция Практическое занятие, экскурсия	Опрос
7	Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера.	4	4		Лекция	Самостоятельное выполнение упражнений.
8	Терроризм и безопасность человека.	4	2	2	Лекция Просмотр видеофильма	Самостоятельное выполнение упражнений.
9	Безопасное поведение на улицах и дорогах.	10	6	4	Лекция Практическое занятие	Самостоятельная творческая работа
10	Безопасное поведение на транспорте. (ноутбуки)	4	2	2	Лекция Практическое занятие, экскурсия	Самостоятельное выполнение упражнений

11	Безопасное поведение на природе	8	4	4	Лекция Практическое занятие. Экскурсия в парк	Самостоятельная творческая работа
12	Основы первой помощи (медицинская птечка, тренажор-маникен для отработки сердечно-легочной ранимации, набор имитаторов травм и поражений, тренажор-маникен для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательны путей, шина складная, воротник шейный)	14	8	6	Лекция Практическое занятие. Экскурсия на станцию «скорой помощи»	Самостоятельное выполнение упражнений.
13	Мои права и обязанности. (ноутбуки)	2	2		Лекция Практическое занятие.	Опрос
14	Подведение итогов за год.	2	2		Лекция Практическое занятие.	Самостоятельное выполнение упражнений
	Итого:	68	42	26		

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Требования к уровню подготовки обучающихся

В результате изучения курса «Школа безопасности» обучающийся должен знать/понимать:

- Û варианты и причины возникновения экстремальных ситуаций;
- Û физиологические резервы человеческого организма;
- Û способы преодоления экстремальных ситуаций;
- Û правила оказания доврачебной помощи;
- Û природные лекарственные средства;
- Û приемы самозащиты

уметь:

- Û определять стороны света;
- Û ориентироваться на местности;
- Û преодолевать препятствия;
- Û добывать огонь;
- Û действовать при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного и социального характера;
- Û производить правильную укладку парашюта;
- Û выполнять специальные комплексы физических упражнений;
- Û защищать себя и окружающих в различных криминогенных ситуациях

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

Û сохранения жизни и здоровья своей и окружающих.

Общеучебные умения, навыки и способы деятельности

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций с учетом возрастных физиологических и психологических особенностей учащихся. В этом направлении приоритетами для курса «Школа безопасности» на этапе основного общего образования являются:

- Û умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
- Û использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
- Û поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;
- Û оценивание и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и в повседневной жизни экологических требований;
- Û умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;
- Û осуществление осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессии.

Планируемые результаты

В процессе овладения программой учащимися должны быть достигнуты следующие результаты:

Предметные:

- Û будут сформированы знания, представления и познавательный интерес к изучаемому предмету;
- Û будет сформирован, устойчивый интерес к понятиям «экстремальные и чрезвычайные» ситуации;
- Û будут сформированы представления об источниках возможной опасности и опасных ситуациях, которые могут возникнуть в быту, правилах безопасного поведения при возникновении ч/с в доме;
- Û будут сформированы представления об опасных ситуациях, которые могут возникнуть при контактах с незнакомыми людьми, о правилах обеспечения сохранности личных вещей;
- Û будут сформированы представления о сущности терроризма и правилах поведения в случаях угрозы и наступлении данной опасной ситуации;
- Û будут сформированы представления о безопасном поведении на улицах и дорогах; при возникновении пожара в общественных местах, в общественном транспорте; при движении по открытой местности: ориентирование, правила поведения во время дождя, грозы, снегопада и др.;
- Û будут сформированы представления о ядовитых растениях, грибах, ягодах;
- Û будут сформированы представления о правилах поведения при встрече с опасными животными и насекомыми;
- Û будут сформированы представления об основных видах травм у детей (порезы, ссадины, царапины, отравления), их причинах и признаках;
- Û учащиеся получают навыки по оказанию первой помощи в ч/с ситуациях;
- Û будет сформирована положительная мотивация к учебной деятельности: «Я хочу учиться!» - самый желаемый планируемый образовательный результат.

Метапредметные:

- Û у учащихся будут сформированы практический навык и общеинтеллектуальные умения познавательных процессов;
- Û учащиеся будут анализировать итоги деятельности, делать выводы, умозаключения;
- Û у учащихся будут сформированы предпосылки учебной деятельности: умение работать по правилу и по образцу, слушать взрослого и выполнять его инструкции;

- Û учащиеся будут ориентироваться в своих знаниях, находить ответы на поставленные вопросы
- Û учащиеся будут проводить самооценку и оценку деятельности;

Личностные

- Û в предложенных ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, учащиеся будут делать выбор, как поступить (при поддержке взрослого);
- Û будут выражать свои эмоции, соблюдая этические нормы;
- Û будут понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

5. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Учебный год по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе базового уровня «Школа безопасности» для учащихся начинается 1 сентября и заканчивается 30 мая.

Календарно-учебный график 1 группа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
Раздел 1: «Организация работы в творческом объединении «Школа безопасности»							
1-2-22				комбинированное	2	Вводное. Школа безопасности. Тема: Инструктаж по технике безопасности.	Беседа, игра
Раздел 2: «Основы здорового образа жизни»							
3-4				теория	2	Двигательная активность	Беседа, выполнение упражнений, презентация
Раздел 3: «Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни»							
5-6				комбинированное	2	Что такое опасная ситуация?	беседа тестирование
Раздел 4: «Безопасное поведение дома»							
7-8				теория	2	Основные правила поведения в квартире или дома: «Острые ножи, источники опасности!», «Электричество», «Газ» «Бытовая химия и лекарства», «Незнакомец стучится в дверь!»	беседа
9-10				практика	2	Обсуждение основных правил поведения в квартире или дома	Выполнение упражнений
Раздел 5: «Защита человека в чрезвычайных ситуациях»							
11-12				теория	2	Что такое ЧС? Виды ЧС? Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Защита населения при ЧС	беседа

13-14				теория	2	Средства защиты людей при ЧС. Разработка команд при ЧС	Беседа Самостоятельная работа
15-16				практика	2	Проведение тренировок «Наводнение»	Самостоятельная работа
Раздел 6: «Пожарная безопасность и поведение при пожаре.»							
17-18				теория комбинированное	2	Пожарная безопасность. (ноутбук)	Беседа, презентация Беседа, выполнение упражнений
19-20				теория комбинированное	2	Средства защиты при пожаре. Огнетушитель, его виды и предназначение. Изготовление марлевой повязки.	Беседа, презентация Беседа, выполнение упражнений
21-22				практика	2	Экскурсия в пожарную часть	Выполнение творческой работы
Раздел 7: «Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера»							
23-24				комбинированное	2	Работа служб экстренной помощи.	Наблюдение, беседа Выполнение упражнений
Раздел 8: «Терроризм и безопасность человека»							
25-26				теория	2	Что такое терроризм? Терроризм в России. Поведение в толпе, при угрозе теракта.	Беседа Демонстрация
27-28				практика	2	Безопасность школы. Подозрительный предмет. Безопасность в транспорте. При захвате в заложники История «Беслана». Показ видеофильма «Беслан».	Беседа Демонстрация
Раздел 9: «Безопасное поведение на улицах и дорогах»							
29-30				теория	2	Зачем нам знать ПДД. Правила движения – закон улиц и дорог.	беседа
31-32				теория	2	Пропагандируем дорожную азбуку. Сигналы светофора.	беседа
33-34				теория	2	Дорожные знаки. Какие опасности нас ждут на улице и дороге?	беседа
35-36				практика	2	Викторина по ПДД	Наблюдение, выполнение упражнений
37-38				практика	2	Работа по карточкам игра «На улице - я в безопасности»	Самостоятельная работа
Раздел 10: «Безопасное поведение на транспорте»							
39-40				теория	2	Правила безопасного поведения в городском общественном транспорте. (ноутбук)	беседа
41-42				практика	2	Игра «Дорожноепутешествие». (ноутбук)	игра

Раздел 11: «Безопасное поведение на природе»							
43-44				теория	2	Правила безопасного поведения в лесу, поле. Правила поведения во время дождя, грозы, снегопада.	беседа
45-46				теория	2	Способы ориентирования. Правила сооружений временных укрытий. Добыча воды и пищи в природных условиях.	беседа
47-48				практика	2	Презентация: «Наши друзья и враги в лесу»	Просмотр, обсуждение
49-50				практика	2	Конкурс рисунков, плакатов, составление буклетов. Или Экскурсия в парк (закрепление правил поведения)	Выполнение творческих заданий Самостоятельная работа
Раздел 12: «Основы первой помощи»							
51-52				теория	2	Что такое ПМП? Первая медицинская помощь при кровотечениях. <i>(ноутбук, аптечка)</i>	беседа
53-54				теория	2	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге. <i>(медицинская птечка, тренажор-маникен для отработки сердечно-легочной ранимации, набор имитаторов травм и поражений,)</i>	беседа
55-56				теория	2	Оказание первой помощи при травмах опорно-двигательного аппарата. <i>(медицинская птечка, шина складная, воротник шейный)</i>	беседа
57-58				практика	2	Оказание первой помощи при отравлении, при укусах насекомых, животных, при мозговой травме и повреждении головы. <i>(медицинская птечка, тренажор-маникен для отработки сердечно-легочной ранимации,)</i>	Выполнение практических упражнений
59-60				практика	2	Отработка на практике навыков: при тепловом и солнечном ударе. <i>(медицинская птечка, тренажор-маникен для отработки сердечно-легочной ранимации,)</i>	Выполнение практических упражнений
61-62				практика	2	Отработка на практике навыков при отморожении и ожоге. <i>(медицинская птечка, набор имитаторов травм и поражений)</i>	Выполнение практических упражнений
63-64				практика	2	Отработка на практике навыков при укусах насекомых, животных. <i>(медицинская птечка, набор имитаторов травм и поражений)</i>	Выполнение практических упражнений
Раздел 13: «Мои права и обязанности»							

65-66				теория	2	Права и обязанности ребенка в школе. Обязанности и ответственность несовершеннолетнего Уголовная ответственность несовершеннолетнего Право детей на информацию. Жизнь ребенка в семье (ноутбук)	Беседа, презентация
Раздел 14: «Подведение итогов за год».							
67-68				комбинированное	2	Обобщение знаний по изученным темам Групповой коллаж «Школа безопасности».	Опрос, выполнение заданий. Выполнение творческой работы

6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-технические и методическое обеспечение программы:

1. Кабинет: соответствующий санитарно-гигиеническим нормам освещения и температурного режима;
2. Оборудование: столы и стулья для теоретических и практических занятий, аптечка, манекен.
3. Технические ресурсы:
 - Компьютер
 - экран,
 - проектор,
 - магнитофон.
4. Внешние условия: Сотрудничество с службами безопасности и оказания помощи.
5. Инструменты и приспособления:
 - плакаты по ориентированию, выживанию, оказания медицинской помощи;
 - аптечка; подручные средства оказания помощи; манекен.

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество экземпляров
Примерные программы основного общего образования по ОБЖ	1
Программа «Школа экологического выживания»	1
Нормативно-правовая база	4
Проектор мультимедийный	1
Презентация «ПМП при кровотечениях»	1
Презентация «ПМП при переломах, вывихах, растяжениях»	1
Презентация «Правила оказания ПМП при ранениях»	1
Презентация «ПМП при травмах»	1
Компьютерное учебное пособие «В 21 век без вредных привычек»	1
Компьютерное учебное пособие «Безопасность на улицах и дорогах»	1
Компьютерное учебное пособие «Школа пешехода»	1
Компьютерное учебное пособие «Основы пожарной безопасности»	1

Средства для отработки элементов «Школа безопасности»	15 комплектов
Стенды	9
Плакаты	2
Оборудование центра «Точка роста»	
- медицинская птечка	1
- тренажер- манекен для отработки сердечно-легочной ранимации	1
- набор имитаторов травм и поражений	
- тренажер- манекен для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательны путей	1
- шина складная	1
- воротник шейный	1

Кадровое обеспечение:

Педагоги, организующие образовательный процесс по данной программе должны иметь высшее или среднее профессиональное образование.

7. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Цель:

- Û отслеживание динамики результатов обучения ребёнка в процессе освоения им дополнительной образовательной программы, повышения успеваемости обучающихся.
- Û обеспечение объективной, достоверной и оперативной информации о качестве результатов освоения образовательной программы

Задачи:

- Û контроль качества образования;
- Û подбор эффективных методов обучения;
- Û выявление результатов педагогического процесса;
- Û получение сведений о личности обучающихся;
- Û индивидуальный подбор методов и приемов воздействия на каждого обучающегося;
- Û самоанализ своего педагогического труда.

Для оценки результативности учебных занятий можно применять:

- предварительный контроль - проводится перед началом изучения учебного материала для определения исходного уровня универсальных учебных действий /анкетирование, тесты, беседы с детьми и родителями/;
- входной контроль – диагностика имеющихся знаний и умений обучающихся/диагностическое анкетирование, устный и письменный опрос, творческие задания, собеседование с обучающимися и родителями;
- текущий - проверка универсальных учебных действий, приобретенных в ходе изучения нового материала, его повторения, закрепления и практического применения - для оценки качества усвоения материала и для выявления трудностей изучаемого материала./текущие тестовые задания, творческие задания, диагностическое анкетирование, собеседование;
- тематический - после изучения темы, раздела для систематизации знаний /тесты, соревнования/;
- периодический – контроль по целому разделу учебного курса /тесты, соревнования/;
- промежуточный – контроль в конце учебного года с учетом результатов периодического контроля /соревнование «Школа безопасности»/
- итоговый контроль/ итоговые тестовые задания, диагностическое анкетирование, практическое задание – поход; участие в соревнованиях «Школа безопасности»

Результаты обучения определяются по трем уровням сформированности коммуникативной компетентности личности:

низкий уровень - репродуктивная компетентность, (наличие знаний при недостаточном умении их применить); **(0-1балл)** - исследуемый параметр неразвит, невыражен или проявляется на низком уровне, редко, навык не сформирован;

средний уровень - деятельностная компетентность; **(2-3балла)**- средне проявление параметра, навык сформирован, присутствуют знания на среднем уровне, результат нестабильный;

высокий уровень - творческая компетентность **(4-5баллов)**- высокое и четко проявление параметра, хорошо сформированный навык, глубокое, устойчивое знание предмета;

Форма контроля результативности программы

Вид контроля	Время проведения контроля	Цель проведения контроля*	Формы и средства выявления результата	Формы фиксации и предъявления результата
Первичный	Сентябрь (год начала реализации программы)	оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединение, ранее не занимающихся по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.	контрольные задания игра наблюдение	Сводная таблица
Текущий	В течение всего учебного года	оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств учащихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного год	Контрольные задания, наблюдение Самостоятельное выполнение упражнений	Сводная таблица
Промежуточный	Декабрь, Май	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Контрольные задания, по вопросам Самостоятельное выполнение упражнений	Сводная таблица
Итоговый (если программа завершается)	В конце учебного года или курса обучения	Итоговый - оценка уровня и качества освоения учащимися программы по завершению всего периода обучения.	Зачет по вопросам. Проект «Школа безопасности»	Протокол промежуточной или итоговой аттестации.

8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Методики, позволяющие определить достижение учащимися планируемых результатов:

карта личностного роста,

индивидуальная карточка учета результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе,

схема самооценки «Мои достижения»

см. Приложение 1

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методическое обеспечение программы

№	Тема программы	Формы занятий	Педагогические методики и технологии	Приемы и методы организации	Дидактический материал
---	----------------	---------------	--------------------------------------	-----------------------------	------------------------

				образовательного процесса	
1	Основы здорового образа жизни	Беседа	Технологии игрового обучения, здоровьесберегающие технологии	Методы: наглядный, словесный	Плакаты, презентация
2	Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни	тестирование	Технологии игрового обучения, здоровьесберегающие технологии	Методы: наглядный, словесный, практический	Тест, карточки с заданием
3	Управление эмоциональным состоянием в опасных ситуациях	Беседа, практикум	Технологии игрового обучения, здоровьесберегающие технологии	Методы: наглядный, игровой, словесный, проблемный, практический	карточки с заданием, плакаты
4	Безопасное поведение дома	Беседа, практикум	Технологии игрового обучения, здоровьесберегающие технологии	Методы: наглядный, игровой, словесный, проблемный, частично-поисковый, практический	Карточки с заданиями, наглядный материал
5	Пожарная безопасность и поведение при пожаре	Беседа, игра, практикум, экскурсия	Технологии игрового обучения, здоровьесберегающие технологии	Методы: наглядный, игровой, словесный, частично-поисковый, практический	Карточки с заданиями, наглядный материал
6	Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера	Беседа, игра, практикум,	Технологии игрового обучения, здоровьесберегающие технологии	Методы: наглядный, игровой, словесный, частично-поисковый, практический	Карточки с заданиями, наглядный материал
7	Терроризм и безопасность человека	Беседа, игра, практикум,	Технологии игрового обучения, здоровьесберегающие технологии	Методы: наглядный, игровой, словесный, частично-поисковый, практический	Карточки с заданиями, наглядный материал, просмотр видеофильма
8	Безопасное поведение на улицах и дорогах.	Беседа, игра, практикум, экскурсия	Технологии игрового обучения, здоровьесберегающие технологии	Методы: наглядный, игровой, словесный, частично-поисковый, практический	Карточки с заданиями, наглядный материал
9	Безопасное движение на транспорте.	Беседа, игра, практикум	Технологии игрового обучения, здоровьесберегающие технологии		
10	Безопасное поведение на природе.	Беседа, игра, практикум	Технологии игрового обучения, здоровьесберегающие технологии		
1	Защита человека в чрезвычайных ситуациях	Беседа, игра, практикум	Технологии игрового обучения, здоровьесберегающие технологии	Методы: наглядный, игровой, словесный, частично-поисковый, практический	Тест, наглядный материал
12	Основы первой помощи	Беседа, игра, практикум, экскурсия	Технологии игрового обучения, здоровьесберегающие технологии	Методы: наглядный, игровой, словесный, практический	Тест, наглядный материал
13	Мои права и обязанности	Беседа, игра, практикум	Технологии игрового обучения,	Методы: наглядный, игровой, словесный,	Карточки с заданиями,

		здоровьесберегающие технологии	частично-поисковый практический	наглядный материал
--	--	--------------------------------	---------------------------------	--------------------

10. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Информационные источники:

Для педагога:

1. Конституция РФ.
2. Федеральный Закон РФ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
3. Федеральный Закон РФ «О гражданской обороне».
4. Федеральный Закон РФ «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей».
5. Федеральный Закон РФ «О пожарной безопасности».
6. Федеральный Закон РФ «Об обороне»
7. Постановление Правительства РФ «О порядке подготовки населения в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций».
8. Справочник спасателя.
9. Гражданская защита: энциклопедический словарь/Под общей редакцией В.А.Пучкова. – М.: ДЭКС-ПРЕСС, 2015
10. Основы безопасности жизнедеятельности, учебник для 6 класса общеобразовательных учреждений под редакцией Ю.Л.Воробьева.
11. Виноградова, Смирнов, Сидоренко: Основы безопасности жизнедеятельности. 5-7 классы. Учебник. ФГОС – М.: Вентана - Граф, 2021
12. Программные и методические материалы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». Под редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Издательство «Русский журнал», 2011
13. Допризывная подготовка и военно-патриотическое воспитание молодежи : учебно-методическое пособие для руководителей образовательных организаций, преподавателей-организаторов ОБЖ и БЖ по организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и военно-патриотического воспитания в организациях среднего общего, среднего профессионального образования и учебных центрах допризывной подготовки и военно-патриотического воспитания молодежи / составители: И.А. Пивоваров, Б.А. Буланов, В.Н. Осипов, А.Н. Пархоменко, В.В. Сидорук, С.И. Мозжилин; под ред. А.И. Пивоварова. – Саратов : ГАУ ДПО «СОИРО», 2017.
14. Медико – санитарная подготовка учащихся, учебник для средних учебных заведений под редакцией П.А.Курцева.
15. Основы военной подготовки: Учебно-методические материалы/ М.М. Жуков, М.И. Нефедьев. - Тула: Типография ТлСВУ, 2020 г
16. Гостюшин «Энциклопедия экстремальных ситуаций».
17. Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах.
18. Цвилюк Г.Е. Пособие по выживанию «Школа безопасности».
19. Арефьев В.Е. Введение в туризм. Барнаул, 2002
20. Гулиев Н.А., Кулагина Е.В. Введение в специальность: Туризм. Омск, 2002.
21. Даншин Н.К. Организация технологии туризма. Донецк, 2006.
22. Квартальнов В.А. Теория и практика туризма. М., 2003.
23. Организация туризма. // Под ред. Н.И. Кабушкина. Мн., 2005.
24. Компьютерная обучающая программа «Школа безопасности».

Интернет-ресурсы для педагога:

1. Современная допризывная подготовка молодёжи [Электронный ресурс] // URL: <http://sodpm.ru>

2. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] // URL: <http://обж.рф>
3. 8. Учебно-методическая литература для учащихся и студентов [Электронный ресурс] // <http://studmed.ru>: Маклаков А.Г. Психология и педагогика. Военная психология URL: http://www.studmed.ru/maklakov-ag-psihologiya-i-pedagogika-voennaya-psihologiya_a6c592abec3.html

Для обучающихся:

1. Радзиевская, Л.И. Ты один дома: Для дошк. и мл.шк. возраста / Л.И.Радзиевская. – М.: Оникс, С-П: ОНИКС-СПб, 2006.
2. Соковня, И. Я не растяпа. «Не трогай меня!»: пособие для работы с мл.школьниками, – М.: Просвещение, 2015. – 24с.: ил. – (Наука быть здоровым). (мл. чит. зал) икс», 2016. – 16с. – (Азбука безопасности).
3. Астахов, П.А. Будь осторожен // Астахов П.А. Я и улица: Для ср. шк. возраста / Павел Астахов. – М.: Эксмо, 2019. – 96с.: ил. – (Детям о праве).
4. Фролов М.П., Спиридонов В.Ф. Безопасность на улицах и дорогах Учебное пособие для М.: ООО «Издательство АСТ-ЛТД», 1997
5. Дмитрук В.П. Правила дорожного движения для школьников. Ростов н/Дону: Феникс, 2005
6. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников/ Из-во: «Просвещение», 2007
7. ОБЖ. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками /авт-сост. Г.П.Попова. Волгоград: Учитель, 2005
8. Идея патриотизма в системе воспитания подрастающего поколения: сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф.(Краснодарский край, с. Сукко; Всероссийский детский центр «Смена», 16–18 апреля 2019 г.). – Пенза: Изд-во ПГУ, 2019 – 260 с.
9. Воспитываем патриотов [Текст]: Методический сборник по организации работы по патриотическому воспитанию обучающихся общеобразовательных организаций. – Уфа, 2016. – 107 с.
10. Технологии патриотического воспитания школьников: Учебно -метод. пособие / Сост. С. А. Даньшина, Р. К. Стерхова - Ижевск: Издательский центр «Удмуртский университет», 2016. - 104 с.
11. Воспитываем патриотов [Текст]: Методический сборник по организации работы по патриотическому воспитанию обучающихся общеобразовательных организаций. – Уфа, 2016. – 107 с.
12. Современная допризывная подготовка молодежи [Электронный ресурс] // URL: <http://sodpm.ru>

Оценочный материал

Тест. «Правила поведения на природе» для проверки знаний у обучающихся

1. Выберите из указанных ниже основные виды экстремальных ситуаций в природе:

- а) резкое изменение природных условий; б) неумение ориентироваться на местности; в) переезд на новое место жительства из одного района города в другой;
 г) вынужденное автономное существование; д) потеря одним из членов туристской группы личного снаряжения; е) смена климатогеографических условий; ж) заболевания и повреждения организма человека, требующие экстренной медицинской помощи; з) автономное существование туристской группы в природных условиях, идущей по разработанному маршруту, имеющей необходимое снаряжение и продукты питания.

2. Причинами вынужденного автономного существования в природных условиях являются:

- а) выпадение осадков; б) авария транспортных средств (автомашин, самолетов, речного и морского транспорта); в) потеря части продуктов питания; г) потеря компаса; д) потеря группы в результате отставания или несвоевременного выхода к месту сбора; е) несвоевременная регистрация группы перед выходом на маршрут;
 ж) потеря ориентировки на местности; з) резкое понижение температуры воздуха.

3. Какая задача при подготовке и проведении туристского похода является главной? Укажите правильный ответ:

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

4. С какой целью руководитель похода обязан сообщить о маршруте туристской группы в поисково-спасательную службу (ПСС)? Укажите правильный ответ:

- а) для того, чтобы от ПСС был выделен представитель для сопровождения группы на маршруте; б) для того, чтобы ПСС могла контролировать прохождение группой населенных пунктов, отмеченных в маршруте; в) для того, чтобы ПСС выделила группе рацию для связи при прохождении маршрута; г) для того, чтобы ПСС могла контролировать прохождение группой маршрута и в случае экстремальной ситуации или несвоевременного завершения маршрута оперативно оказать ей помощь.

5. Из нижеперечисленных объектов, выберите те, которые являются линейными ориентирами:

- а) линии электропередач; б) граница леса; в) летящий самолет; г) автобус, стоящий на остановке; д) овраг; е) дорога; ж) просека; з) трактор в поле.

6. Наиболее удобной обувью в походе являются:

- а) туристические ботинки; б) сапоги резиновые; в) сапоги хромовые; г) кроссовки; д) полуботинки; е) легкие спортивные тапочки; ж) кеды; з) туфли.

7. Как высушить резиновые сапоги в походе? Укажите правильный ответ:

- а) вытащить из сапог стельки и протереть внутри досуха тряпкой; б) набить сапоги сухой травой или бумагой и поставить их недалеко от костра; в) поставить сапоги к теплу, но не к открытому огню; г) вбить в землю около костра

8. Какого цвета должна быть верхняя одежда туриста? Укажите правильный ответ:

- а) однотонного цвета; б) из камуфлированного материала; в) яркая, демаскирующая.

9. Что необходимо знать, если группа попала в экстремальную ситуацию на природе? Укажите правильные ответы:

а) есть ли пострадавшие, уставшие и ослабленные члены группы; б) кого из членов группы можно направить в разведку для определения местонахождения населенного пункта; в) возможно ли определить свое местонахождение; г) сколько имеется продуктов питания; д) имеется ли теплая одежда и личное снаряжение (спички, ножи, компас и т.д.); е) имеется ли специальный инструмент для строительства временного жилища, заготовки дров и разведения костра; ж) имеются ли средства связи; з) какая может быть погода в ближайшее время.

10. Что нужно делать, если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы? Разместите указанные действия в необходимой последовательности:

а) искать следы своих товарищей; б) ждать, когда за вами вернутся; в) не сходить с трассы, лыжни; г) остановиться на развилке тропы; д) построить временное жилище; е) развести костер.

11. Что необходимо предпринять, если во время движения на маршруте вы заблудились и не можете найти свои следы? Укажите в какой очередности вы будете выполнять указанные действия:

а) прислушаться к звукам; б) определить, сколько времени двигались; в) остановиться и оценить ситуацию; г) найти возвышенное место и оглядеться; д) вспомнить свой путь; е) искать тропу или дорогу, ручей или реку; ж) осмотреться, искать затесы или маркировку туристских маршрутов на деревьях; з) выйти на тропу, дорогу, к ручью или реке и определить направление выхода.

13. Приметами хоженной тропы могут быть:

а) высокая трава; б) примятая трава; в) следы от транспорта; г) растущие на тропе грибы, ягоды; д) следы деятельности человека (фантики от конфет, бумага, остатки пищи, окурки и т.д.); е) наличие следов птиц и зверей; ж) сломанные ветки.

16. В солнечный полдень тень указывает направление на:

а) юг; б) север; в) запад; г) восток.

Тесты по ОБЖ на тему: «Правила поведения на природе» Вариант 1

1. Что необходимо знать в походе? (выбрать правильный ответ)

а) правила личной гигиены; б) дисциплину; в) правила личной безопасности.

2. Какая задача при подготовке и проведении похода является главной? Укажите правильный ответ:

а) выполнение целей и задач похода; б) обеспечение безопасности; в) полное прохождение маршрута; г) все верно.

3. Что необходимо предпринять, если во время маршрута вы заблудились?

а) искать тропу или дорогу обратно; б) найти возвышенное место; в) успокоиться и оценить обстановку

4. Наиболее удобной обувью в походе являются:

а) туристические ботинки; б) сапоги резиновые; в) туфли на высокой платформе; г) кроссовки;

5. Как высушить промокшую обувь в походе? Укажите правильный ответ:

а) вытащить из обуви стельки и протереть внутри досуха тряпкой; б) набить обувь сухой травой или бумагой и поставить их недалеко от костра; в) поставить обувь к теплу, но не к открытому огню; г) вбить в землю около костра колышки и повесить на них обувь

6. Обеззараживание воды в походных условиях осуществляется:

а) кипячением; б) очисткой через песочный фильтр; г) очисткой через марлю и вату.

7. Что нужно делать, если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы? Ваши действия в правильной последовательности:

а) искать следы своих товарищей; б) ждать, когда за вами вернутся; в) не сходить с места; д) развести костер.

8. Что необходимо предпринять если во время маршрута на вашем пути встретился дикий зверь?

а) кричать очень громко; б) размахивать руками; в) застыть на месте.

9. При прохождении маршрута в лесу ваша группа попала в экстремальную ситуацию? Выберите из предложенных вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) при наличии в группе пострадавших направить их в сопровождении нескольких человек искать населенный пункт с целью оказания помощи; б) если есть пострадавшие, ослабленные, больные, оказать им первую медицинскую помощь; в) подавать аварийные сигналы поисковым группам; г) при помощи компаса определить направление выхода и послать группу разведки для определения расстояния до ближайшего населенного пункта; д) при отсутствии запаса продуктов питания организовать поиск воды и пищи;

10. В походе ваш товарищ слегка поранил руку. Что вам необходимо сделать?

а) наложить шину; б) обработать рану; в) дать успокоительное.

11. Что делать при укусах насекомых?

а) дать таблетку; б) позвонить близким; в) плакать; г) ничего не делать.

12. Что значит оставаться « один на один с природой»?

а) отдых на море ; б) выезд в другую страну; в) поход в лес.

13. Как правильно разводите костер? Разместите предложенные ниже действия в правильном порядке:

а) положить на почву растопку; б) на растопку положить ветки; в) поджечь костер двумя - тремя спичками; г) приготовить растопку и дрова; д) сверху веток положить поленья, дрова; е) соблюдать правила пожарной безопасности.

14. Назовите, какие растения можно использовать, чтобы заварить чай:

а) листья березы; б) листья малины и земляники; в) волчьих ягоды; г) бузина; д) черника; е) брусника; ж) полынь;

15. Какие главные правила должны соблюдать на природе?

а) громко кричать; б) не разорять гнезда; в) не вырывать растения с корнями .

Правильные ответы на тесты:

12. Что такое необходимые питательные вещества для организма человека?

а) белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества, вода; б) минеральные вещества, вода, витамины, хлеб, мясо, молоко; в) хлеб, мясо, молоко, кисель, компот, суп.

13. Перечислите требования к разведению костра. Назовите и изобразите схематически виды костров.

14. Рассчитайте калорийность продуктов, если:

вес упаковки 0,5 кг, калорийность в 100 гр продукта 398 ккал.

15. Летом в 9 часов утра Солнце было на юго-востоке. На сколько градусов Солнце сместится за 6 часов? И где оно окажется?

16. Какими насекомыми и пресмыкающимися можно утолить голод в условиях вынужденного автономного существования при отсутствии продуктов питания:

а) саранча и кузнечики, ящерицы и змеи; б) колорадские жуки, бабочки, дождевые черви, земляные жабы; в) личинки майского жука, медведка, улитки всех видов, жабы.

17. Какие растения можно использовать, чтобы заварить чай:

а) волчьи ягоды; б) малина; в) бузина; г) иван-чай

18. Какая задача при подготовке и проведении туристского похода является главной:

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

19. Если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы, то:

а) необходимо сойти с трассы и остановиться на развилке тропы; б) можно сойти с трассы, чтобы найти следы товарищей; в) нельзя сходить с трассы, лыжни;

20. Построенное вами зимнее укрытие обогревает и освещает спиртовая или газовая горелка; при каком цвете пламени вам следует беспокоиться:

а) желтом; б) голубом; в) красном;

Ключ к заданиям:

1-Выносливость; Сила; Ловкость; Быстрота. 2- Б Д; 3- А; 4- ВГД; 5- Б; 6- Г; 7- А; 8- Б; 9- А; 10- Б; 11- БВ; 12- А; 13- «КОЛОДЕЦ». «ШАЛАШ», «ТАЕЖНЫЙ», «ЗВЕЗДНЫЙ», «НОДЬЯ»; 14- $100 \times 398 : 2 = 19900$ ккал; 15- НА 90 ЮГО-ЗАПАДЕ; 16- А; 17- БГ; 18- А; 19- В; 20 АВ

При правильном выполнении всех заданий учащийся набирает 33 балла. Оценка «3» ставится, если учащийся набирает 14-17 баллов; «4» - 18-25 и «5» - 25-33 балла.

Вариант 2

1. При наличии велосипедной дорожки...

А) нужно ехать только по ней; Б) ехать только по тротуару; В) ехать по проезжей части; Г) ехать в крайнем левом ряду вместе с автомобилями; Д) верно все вышеуказанное.

2. Чего нельзя делать во время грозы?

А) все ответы верные; Б) купаться в водоёмах; В) касаться металлических сооружений; Г) держать в руках длинные металлические предметы; Д) стоять рядом с высокими деревьями.

3. В какое время года реки и озёра опасны?

А) в любое время года; Б) весной; В) зимой; Г) летом; Д) осенью.

4. Чрезмерное понижение температуры тела человека под воздействием холода – это...

А) переохлаждение; Б) болевой шок; В) отморожение; Г) перелом; Д) обморок.

5. Сколько времени подросткам можно находиться у монитора компьютера?

А) 60 мин; Б) 3 часа; В) 30 мин; Г) 6 часов; Д) сколько хочешь.

6. Что делать если укусил клещ?

А) аккуратно расшатать и потянуть насекомое против часовой стрелки; Б) раздавить насекомое; В) залить кипятком; Г) приложить бинт с бензином; Д) смазать клеща вареньем.

7. Повреждение тканей организма, вызванное действием высокой температуры, называется ...

А) ожогом; Б) отморожением; В) тепловым ударом; Г) ушибом; Д) разрывом связок.

8. Правила поведения на воде.

А) купание в разрешённых местах; Б) плавание во время грозы; В) разрешено глубоко нырять и заплывать за буйки; Г) можно цепляться за судно; Д) можно купаться ночью.

9. Какой должна быть толщина льда, чтобы по нему можно было передвигаться человеку?

А) не менее 10 см.; Б) не менее 15 см.; В) не менее 18 см.; Г) не менее 20 см.; Д) не менее 25 см.

10. Для чего человеку нужны витамины?

А) витамины способствует нормальному росту и развитию организма; Б) это таблетки, стимулирующие бодрость; В) они заменяют еду человеку; Г) чтобы играть; Д) они не нужны.

11. Вечерний приём пищи должен быть за...

А) 2-3 часа до сна; Б) 30 минут до сна; В) 4 часа до сна; Г) 1 час до сна; Д) 5 минут до сна.

12. Ты получил ушиб. При этом:

А) появилась боль; Б) появилась сыпь на коже; В) видны кости на месте повреждения; Г) продолжаешь активно двигаться; Д) ничего не происходит.

13. Чтобы остановить кровь и для обеззараживания раны на улице можно использовать:

А) подорожник; Б) листья тополя; В) листья берёзы; Г) плоды яблони; Д) плоды рябины.

14. Что делать при укусах насекомых:

А) дать таблетку от аллергии и промыть ранку раствором марганцовки; Б) позвонить родителям; В) громко кричать; Г) ничего не делать; Д) позвонить в службу спасения.

15. Назови признак теплового удара у детей:

А) сухая горячая кожа, учащенный пульс; Б) ведёт себя активно; В) кожные покровы холодные; Г) появление сыпи по всему телу; Д) у детей не может быть теплового удара.

16. Что делать при ожоге в домашних условиях?

А) убрать с повреждённого участка тела горячий предмет; Б) проколоть появившийся волдырь иглой; В) обработать сам ожог зеленкой; Г) смазать обожженную кожу маслом; Д) вызвать пожарных.

18. С какого возраста можно ездить на велосипеде по краю проезжей части?

А) с 14 лет; Б) с 10 лет; В) с 16 лет; Г) с 18 лет; Д) с любого возраста.

19. Назовите международный сигнал бедствия.

А) SOS; Б) DOS; В) KOS; Г) SOC; Д) KOS;

20. Что делать, если пристаёт незнакомый человек?

А) кричать: «Я вас не знаю! Я никуда с вами не пойду!»; Б) сесть в машину к незнакомому человеку; В) пойти с ним за гаражи, в подвал; Г) позовёте его играть; Д) поведёте его к себе домой.

Ключ к тесту: 1-А; 2-А; 3-А; 4-А; 5-А; 6-А; 7-А; 8-А; 9-А; 10-А; 11-А; 12-А; 13-А; 14-А; 15-А; 16-А; 17-А; 18-А; 19-А; 20-А.

Вариант 3. Итоговая контрольная работа (тестирование)

Часть 1. Эта часть работы содержит задания с выбором одного (несколько) вариантов ответа. К каждому заданию дается несколько вариантов ответа, один из которых верный. Внимательно прочитайте каждое задание и все варианты ответов. Впишите правильный вариант в бланк ответов.

1. Управлять велосипедом на дорогах Правилами дорожного движения, а также участвовать в туристических походах разрешается:

А) с 12 лет; Б) с 13 лет; В) с 14 лет; Г) с 15 лет.

2. При аварийной посадке самолета необходимо:

А) выполнять указания командира корабля и экипажа; Б) покинуть самолет до его полной остановки и отойти от самолета на расстояние не менее 100 метров;
В) перечитать инструкцию об использовании аварийно-спасательного оборудования, расположении и обозначении аварийных выходов.

3. Что необходимо сделать потерпевшему бедствие при аварии транспортного средства в первую очередь?

А) не следует что-либо предпринимать до приезда спасателей; Б) перебраться в безопасное место. А также оказать первую медицинскую помощь пострадавшему;
В) покидая транспортное средство, взять с собой имущество, которое может пригодиться для автономного существования; Г) Сориентироваться на местности и уточнить своё местонахождение, а при неблагоприятных климатических условиях соорудить временное укрытие.

4. Как определить стороны света, находясь в лесу в безлунную ночь?

А) по часам; Б) по луне; В) по полярной звезде.

5. Какие известны основные способы ориентирования на местности?

А) по памяти; Б) по растениям; **В) по небесным светилам; Г) По компасу; Д) по местным признакам.**

6. Какие факторы необходимо учесть при оборудовании временного жилища (укрытия)?

А) наличие по близости населённого пункта, где можно взять материалы и инструменты; Б) температуру воздуха и насекомых; В) наличие материалов, необходимых для строительства укрытия, и продолжительность предполагаемой стоянки; Г) количество и физическое состояние потерпевших бедствие.

7. Как обеспечить себе питание в автономном существовании?

А) ничего предпринимать не надо, пищу доставят спасатели; Б) разделить запасы продовольствия на части, оставь неприкосновенный запас (НЗ); В) обеспечить питание резервов природы (дикорастущие съедобные растения, мясо животных, рыба)

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

А) сделаю сушилку из жердей недалеко от костра; Б) сделаю навес над костром; В) буду сушить на себе; Г) буду сушить одежду и обувь в руках над костром

9. Укажите последовательность разведения костра.

А) в любой последовательности; Б) заготовить растопку (мелкие сухие веточки, дрова); В) поджечь костер 2-3 спичками; Г) проложить на растопку ветки потолще, поверх веток положить поленья.

10. При укусе человека ядовитой змеей необходимо:

А) выдавливать из ранки в течение 4 - 5 мин. несколько капель крови; Б) промыть ранку под сильной струей воды; В) отсосать яд из ранки ртом; Г) приложить к ранке холод.

11. Приспособление человека к новым для него условиям жизни называется:

А) интоксикацией; Б) акклиматизацией; В) реакклиматизацией.

12. К ядовитым растениям относятся:

а) ландыш; б) малина; в) крапива; г) купена; д) подорожник

13. Правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походе:

А) закаливание и солнечные ванны; Б) мыть руки перед едой, чистить зубы, обтирать тело, купаться; В) купаться, загарать, мыть руки, умываться.

14. При оказании первой медицинской помощи при обморожении, необходимо:

А) перенести пострадавшего в прохладное место, в тень; Б) уложить не спину, приподнять голову и повернуть ее набок; В) напоить горячим чаем.

15. Через какой промежуток времени необходимо менять холодные примочки при ушибах?

А) через 1-2 мин.; Б) через 10-15 мин.; В) через 1,5-2 часа; Г) не рекомендуется менять.

16. Назовите приемы первой медицинской помощи, которые необходимо выполнить при наличии у пострадавшего сильного кровотечения (выберите ответ):

А) наложить шину для обеспечения неподвижности конечности; Б) наложить жгут на конечность; В) наложить давящую повязку; Г) продезинфицировать рану.

17. Одной из составляющих здорового образа жизни является:

А) малоподвижный образ жизни; Б) небольшие и умеренные физические нагрузки; В) оптимальный уровень двигательной активности; Г) курение и употребление алкоголя в небольших количествах.

18. Укажите, какие из приведенных ниже названий привычек человека являются вредными потому, что они разрушают его здоровье:

А) систематическое соблюдение правил личной и общественной гигиены; Б) систематическое курение; В) систематические занятия физической культурой; Г) систематическое употребление пива; Д) употребление наркотиков.

19. Найдите среди приведенных ниже названий элементов образа жизни те, которые соответствуют здоровому образу жизни:

- А) длительное нахождение в постели, в том числе и чтение книг в постели;
- Б) ежедневная утренняя зарядка; В) ежедневное выполнение гигиенических процедур; Г) применение в пищу большого количества пирожных, мороженого, конфет; Д) систематическое участие в подвижных играх (футбол, горелки и т.п.);
- Е большое увлечение играми в карты, домино, лото; Ж) систематическое курение;
- З) использование в пищу оптимального количества разнообразных растительных, рыбных и мясных продуктов.

Часть II.

В этой части содержатся задания, которые требуют письменно дополнить информацию или на месте многоточия должно стоять название термина (слово или словосочетание), определение

1. Повреждение тканей тела из-за высокой температуры –
2. Любое повреждение кожи -
3. Повреждение тканей и органов без нарушения целостности кожи и костей
4. Чем обрабатывают (дезинфицируют) рану?
5. Дополните фразу: «Многочисленное воздействие на поверхность тела разных температур посредством водных или воздушных ванн, вызывающее появление приспособленности организма к неблагоприятному воздействию низких и высоких температур, называется _____».

Ключ к тесту

Часть I

1-В; 2-А; 3-БВГ; 4-В; 5-ВГ; 6-ДБВГ; 7-Б; 8-А; 9-БВГ; 10-В; 11-Б; 12-Г; 13Б; 14В; 15-А; 16-БГВ; 17-В; 18-БГ; 19-Д; 20-БВДЗ

Часть II.

Ожог; рана; ушиб; йод, зеленка, марганцовка, перекись водорода; закаливание

При правильном выполнении всех заданий учащийся набирает 24 балла. Оценка «3» ставится, если учащийся набирает 14-17 баллов; «4» - 18-22 и «5» - 23-24 балла.

Вариант 4 Проверочная работа.

Выберите из указанных ниже экстремальные ситуации в природе:

- а) резкое изменение природных условий, смена климатогеографических условий;
- б) неумение ориентироваться на местности, переезд на новое место жительства из одного района города в другой, потеря одним из членов туристской группы личного снаряжения;
- в) автономное существование в природных условиях туристской группы, идущей по разработанному маршруту, имеющей необходимое снаряжение и продукты питания.

2. Какая задача при подготовке и проведении туристского похода является главной:

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

3. Наиболее удобной обувью в походе считаются:

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

4. Какого цвета должна быть верхняя одежда туриста:

- а) однотонного цвета; б) яркая; в) из камуфлированного материала.

5. Если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы, то:

а) необходимо сойти с трассы и остановиться на развилке тропы; б) можно сойти с трассы, чтобы найти следы товарищей; в) нельзя сходить с трассы, лыжни;

6. Если во время движения на маршруте вы заблудились и не можете найти свои следы, то следует:

а) остановиться и оценить ситуацию, искать тропу или дорогу, ручей или реку;
б) прислушаться к звукам, чтобы потом двигаться подальше от дорог или рек;
в) найти возвышенное место и оглядеться, а затем двигаться в направлении захода солнца.

7. Приметами хоженной тропы могут быть:

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

8. В солнечный полдень тень указывает направление на:

а) север; б) юг; в) запад; г) восток.

9. Полярная звезда указывает направление на:

а) север; б) юг; в) запад; г) восток.

10. Каковы требования к месту сооружения временного жилища:

а) недалеко дорога или наезженная тропа, вблизи много грибов и ягод; б) место среди сухостоя, который можно использовать для костра, на берегу реки на уровне воды; в) ровная возвышенная продуваемая площадка, возлеисточник воды и достаточно топлива, вблизи поляна для подачи сигналов бедствия.

11. При устройстве шалаша крышу следует накрывать:

а) снизу — вверх; б) сверху — вниз; в) справа — налево; г) безразлично как.

12. Что запрещается делать при разведении костра:

а) использовать для костра сухую траву; б) разводить костер возле водоисточников; в) использовать для костра сухой; г) разводить костер на торфяных болотах.

13. Каким должно быть место разведения костра:

а) место разведения костра необходимо очистить от травы, листьев, неглубокого снега; б) место разведения костра должно быть не далее 10 метров от водного источника; в) в ненастную погоду надо разводить костер под деревом, крона которого должна превышать основание костра на 6 м.

14. Какими насекомыми и пресмыкающимися можно утолить голод в условиях вынужденного автономного существования при отсутствии продуктов питания:

а) саранча и кузнечики, термиты, ящерицы и змеи; б) колорадские жуки, бабочки, дождевые черви, земляные жабы; в) личинки майского жука, медведка, улитки, жабы.

15. Какие растения можно использовать, чтобы заварить чай:

а) волчьи ягоды; б) бузина; в) иван-чай.

16. Обеззараживание воды в полевых условиях осуществляется:

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

17. При преодолении болот необходимо:

а) вооружиться шестом, настелить гать (настил) из жердей, идти, наступая на кочки или корневища кустов; б) идти осторожно, но широким шагом, предварительно обвязав друг друга страховочной веревкой; в) идти друг за другом, держась за руки, стараясь наступать между кочками.

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

а) борщевик; б) сок медуницы; в) вороний глаз.

19. Причиной несчастного случая на воде может стать:

а) купание в запрещенных и незнакомых местах; б) длительное пребывание на солнце; в) ненастная погода и сильный ветер.

20. Что нельзя делать при ожогах:

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

Ключи к итоговому тесту:

1а. 2а. 3а. 4б. 5в. 6а. 7б. 8а. 9а. 10в. 11а. 12г. 13а. 14а. 15в. 16а. 17а. 18б. 19а. 20б.

Зачетное занятие - вариант

Поход по маршруту или поход стоянка, где отрабатываются индивидуальные и коллективные действия по выживанию в природной среде и оцениваются действия каждого участника похода.