

Государственное автономное учреждение дополнительного образования
Мурманской области
«Мурманский областной центр дополнительного образования
«Лапландия»

ПРИНЯТА
методическим советом
Протокол
от «29» 05.2017 № 7
Председатель О. А. Бережняк

УТВЕРЖДЕНА
Приказом ГАОУ ДО МО
«МОЦДОД «Лапландия»
от «05» 06.2017 № 333
Директор С. В. Кулаков



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ. РЕГИОНАЛЬНЫЙ РЕЗЕРВ»

Возраст учащихся: **13-16 лет**

Срок реализации программы: **1 год**

Составители:

Брокарев Иван Анатольевич,
педагог-организатор,

Медведенко Денис Александрович,
педагог дополнительного образования

Чеховская Ирина Ивановна,
заведующая региональным координационным центром
по развитию дополнительного естественнонаучного образования
и детского туризма

Мурманск
2017

Пояснительная записка

Направленность - туристско-краеведческая.

Уровень программы - продвинутый.

Актуальность программы

В современном, стремительно развивающемся обществе, большое внимание уделяется вопросам безопасности, что обусловлено многими факторами, оказывающими влияние на жизнедеятельность личности, общества и государства в целом. Так, согласно данным главного управления МЧС России за 2012, 2013 и 2014 год, большое количество людей ежегодно гибнет в результате транспортных аварий, пожаров, криминальных проявлений, а так же иных негативных социальных, техногенных и природных факторов.

Актуальность программы обусловлена государственной программой «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы», утвержденной Постановлением Правительства Российской Федерации от 30.12.2015 № 1493 и направлена на формирование у молодежи морально-психологической и физической готовности к защите Отечества, верности конституционному и воинскому долгу в условиях мирного и военного времени, высокой гражданской ответственности.

Отличительные особенности программы: обучение сочетает очные учебно-тренировочные сборы и заочно-дистанционное обучение. Занятия ведут педагоги дополнительного образования ГАУДО МО «МОЦДО «Лапландия» и МБУ ДО г. Мурманска ЦДЮТ, практическая часть программы реализуется при использовании ресурсов Главного управления МЧС России по Мурманской области, Государственного областного казенного учреждения «Управление по делам гражданской обороны, защите населения от чрезвычайных ситуаций и пожарной безопасности Мурманской области», Мурманского муниципального бюджетного учреждения «Единая дежурно-диспетчерская служба», Мурманского регионального отделения общероссийской общественной организации «Российский красный крест».

Адресат программы: программа предназначена для учащихся 13-16 лет, активно занимающихся спортом, ведущих здоровый образ жизни, имеющих базовые знания, умения и навыки по основам туристской подготовки, работы с альпинистским снаряжением.

Объем программы: программа рассчитана на 144 часа.

Формы организации образовательного процесса: очно-заочные индивидуальные и групповые занятия (учебно-тренировочные сборы).

Виды занятий: практические занятия, учебно-тренировочные сборы, соревнования, мастер-классы, лекции.

Срок освоения программы: пять месяцев.

Режим занятий:

Заочные занятия проводятся один раз в неделю по 2 академических часа.

Очные занятия проводятся в форме учебно-тренировочных сборов:

- февраль: учебно-тренировочные сборы продолжительностью 3 дня (24 часа);
- март: учебно-тренировочные сборы продолжительностью 3 дня (24 часа);
- май/июнь: учебно-тренировочные сборы продолжительностью 7 дней (54 часа).

Цели и задачи программы

Цель: удовлетворение образовательных потребностей учащихся средствами туристско-краеведческой деятельности.

Задачи:**1.Обучающие.****Познакомить:**

- с историей изучения и освоения, заселения, географическим положением, природно-климатическими особенностями Мурманской области;
- с главными отраслями промышленного производства, особенностями сельского хозяйства, транспорта Мурманской области и перспективами их развития на современном этапе;
- с особо охраняемыми природными территориями, памятниками истории и культуры и туристскими возможностями Кольского полуострова;
- с личным и групповым туристским снаряжением, организацией питания в туристском походе, туристского быта с правилами и организацией проведения туристских и спортивных соревнований;
- с техникой и тактикой пешеходного туризма, лыжного туризма;
- с основами общей и специальной физической подготовкой;
- с организацией туристского быта в экстремальных ситуациях, с основами выживания в условиях автономного существования и обеспечением безопасности в туристском походе;
- с основными принципами оказания первой помощи в экстремальных условиях;
- с основами ориентирования по местным признакам и в условиях ограниченной видимости;
- с историей создания единой государственной спасательной службы на территории России и основами безопасного ведения спасательных работ;
- с видами соревнований по спортивному ориентированию и с подготовкой к участию в них.

Научить:

- пользоваться личным и групповым туристским снаряжением, организовывать питание и туристский быт, а также в экстремальных ситуациях во время туристского похода, выживать в условиях автономного существования;
- владеть техникой и тактикой пешеходного и лыжного туризма;
- владеть основными принципами оказания первой помощи в экстремальных ситуациях;
- владеть основами топографии и ориентирования на местности на различных типах местности и при плохой видимости;
- выполнять необходимые упражнения физической и специальной подготовки, преодолевать полосу туристских и естественных препятствий;
- вести аварийно-спасательные работы при ликвидации аварий, катастроф и стихийных бедствий и уметь пользоваться спасательными различными приборами, оборудованием, СИЗ и средствами связи;
- работать со справочной и специальной литературой и владеть способами поиска необходимой информации.

2. Развивающие.**Развивать:**

- выносливость, скоростно-силовые качества, гибкость, ловкость, координацию

движений в соответствии с возрастными и физическими возможностями учащихся;

- внимание, память, скорость реакции и эффективность мышления в условиях умеренных и больших умственных и физических нагрузок;
- самостоятельность, целеустремленность, настойчивость, самоконтроль и самодисциплину.

Способствовать развитию:

- потребности в непрерывном самообразовании и самосовершенствовании, творческих и интеллектуальных способностей;
- ответственного отношения к своей жизни и здоровью, а также к жизни и здоровью окружающих;
- познавательного интереса об историко-культурном и природном наследии Кольского полуострова.

3. Оздоровительные.

Способствовать:

- сохранению и укреплению здоровья учащихся;
- формированию потребности в систематических занятиях физической культурой.

4. Воспитательные.

Воспитывать:

- силу воли, смелость, решительность, мужество, терпение, трудолюбие, сопереживания;
- коммуникабельность, чувства коллективизма, сотрудничества и взаимовыручки;
- экологически - нравственное поведение в природе и социальной среде;
- чувство ответственности и уважительное отношение к результатам своих достижений и успехам других.

Формировать активную жизненную позицию и чувство патриотизма на основе интереса к природному, историческому и культурному наследию своего края.

Содержание программы
Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов						Формы аттестации / контроля
		Всего		Теория		Практика		
		О	З	О	З	О	З	
1	Вводное занятие	-	2	-	2	-	-	Тест, зачет
1. Туристская подготовка								
1.1.	Личное и групповое снаряжение	-	2	-	2	-	-	Тест, зачет
1.2.	Подготовка к походу	-	2	-	2	-	-	Тест, зачет
1.3.	Установка лагеря	-	2	-	2	-	-	Тест, зачет
1.4.	Безопасность в походе	2	-	2	-	-	-	Тест, зачет
ИТОГО		8		8		-		
2. Ориентирование								
2.1.	Введение в ориентирование	-	2	-	2	-	-	Тест, зачет
2.2.	Ориентирование на местности	2	2	-	2	2	-	Тест, зачет
		6		4		2		
3. Краеведение								
3.1.	История родного края	-	2	-	2	-	-	Тест, зачет
3.2.	Географические и экономические особенности родного края	-	2	-	2	-	-	Тест, зачет
3.3.	Флора и фауна родного края	-	2	-	2	-	-	Тест, зачет
ИТОГО:		6		6		-		
4. Первая помощь								
4.1.	Введение	2	2	2	2	-	-	Тест, зачет
4.2.	Техника безопасности при оказании первой помощи	2	2	-	2	2	-	Тест, зачет
4.3.	Первая помощь при различных повреждениях	10	4	-	4	10	-	Тест, зачет
4.4.	Первая помощь при неотложных состояниях	4	2	-	2	4	-	Тест, зачет
4.5.	Транспортировка пострадавшего	4	2	-	2	4	-	Тест, зачет
ИТОГО:		34		16		20		
5. Специализированная подготовка								
5.1.	Поисково-спасательные работы в условиях ЧС природного характера	14	2	4	2	10	-	Тест, зачет
5.2.	Поисково-спасательные работы в условиях ЧС техногенного характера	14	2	4	2	10	-	Тест, зачет
5.3.	Правила дорожного движения	6	-	-	2	4	-	Тест, зачет
5.4.	Поисково-спасательный работы на акватории	14	-	2	2	10	-	Тест, зачет
5.5.	Основы противопожарной	12	-	2	-	10	-	Тест, зачет

	подготовки							
		64		20		44		
6. Физическая подготовка								
6.1.	Упражнения на развитие силы	8	-	2	-	6	-	Тест, зачет
6.2.	Упражнения на развитие выносливости	8	-	2	-	6	-	Тест, зачет
6.3.	Упражнения на развитие ловкости	6	-	2	-	4	-	Тест, зачет
7	Заключительное занятие	-	2	-	2	-	-	Тест, зачет
ИТОГО:		22		6		16		
ИТОГО:		144		62		82		

Содержание программы заочного обучения

(36 часов)

Вводное занятие

Теория (2 ч.)

Знакомство с планом работы объединения, целями и задачами программы.
Инструктаж по технике безопасности. Анкетирование.

1. Туристская подготовка

1.1. Личное и групповое снаряжение

Теория (2 ч.)

Основное групповое и личное снаряжение, его характеристики, возможности использования во время соревнований, похода.

1.2. Подготовка к походу

Теория (2 ч.)

Подготовка к походу. Разработка маршрута движения, выбор снаряжения согласно маршруту, распределение ролей в группе, составление меню похода.

1.3. Установка лагеря

Теория (2 ч.)

Выбор места для установки лагеря. Установка палаток. Виды костров.

2. Ориентирование

2.1. Введение в ориентировании

Теория (2 ч.)

Виды ориентирования. Правила соревнований по спортивному ориентированию.

2.2. Ориентирование на местности

Теория (2ч.)

Ориентирование при помощи карты и компаса. Ориентирование по местным признакам. Ориентирование в условиях ограниченной видимости.

3. Краеведение

3.1. История родного края

Теория (2 ч.)

История Мурманской области.

3.2. Географические и экономические особенности родного края

Теория (2 ч.)

Географические особенности Мурманской области. Развитие туризма в Мурманской области.

3.3. Флора и фауна родного края

Теория (2 ч.)

Флора и фауна родного края. Съедобные растения и грибы Мурманской области.

4. Первая помощь

4.1. Введение

Теория (2 ч.)

Первая помощь пострадавшим. Красный крест. Основные принципы красного креста.

4.2. Техника безопасности при оказании первой помощи

Теория (2 ч.)

Техника безопасности при оказании первой помощи. Средства индивидуальной защиты при оказании первой помощи.

4.3. Первая помощь при различных повреждениях

Теория (4 ч.)

Раны, классификация ран. Травмы, классификация травм. Ожоги, кровотечения, переломы, обморожения – первая помощь.

4.4. Первая помощь при неотложных состояниях

Теория (2 ч.)

Первая помощь при непроходимости дыхательных путей (взрослый, младенец). Проведение реанимационных мероприятий.

4.5. Транспортировка пострадавшего

Теория (2 ч.)

Различные способы транспортировки пострадавшего.

5. Специализированная подготовка

5.1. Поисково-спасательные работы в условиях ЧС природного характера

Теория (2 ч.)

Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Действия населения при возникновении ЧС природного характера.

5.2. Поисково-спасательные работы в условиях ЧС техногенного характера

Теория (2 ч.)

Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Действия населения при возникновении ЧС техногенного характера.

5.3. Правила дорожного движения

Теория (2 ч.)

Правила дорожного движения. Общие положения. Правила для пешеходов. Движение организованной группой.

5.4. Поисково-спасательные работы на акватории

Теория (2 ч.)

Чрезвычайные и опасные ситуации на акватории. Помощь пострадавшим на акватории.

Заключительное занятие

Теория (2 ч.)

Подведение итогов. Задания на лето.

Содержание программы очного обучения (108 часов)

1. Туристская подготовка

1.3. Установка лагеря

Теория (2 ч.)

Выбор места установки лагеря. Виды костров. Виды палаток. Правила постановки бивуака.

1.4. Безопасность в походе

Теория (2 ч.)

Организация движения группой. Правила движения по пересеченной местности.

2. Ориентирование

2.2. Ориентирование на местности

Практика (2 ч.)

Ориентирование по местным признакам. Движение в заданном направлении. Ориентирование по выбору. Ориентирование в условиях недостаточной видимости.

4. Первая помощь

4.1. Введение

Теория (2 ч.)

Виды помощи пострадавшим. Сортировка пострадавших. Состав аптечки.

4.2. Техника безопасности при оказании первой помощи

Практика (2 ч.)

Использование средств индивидуальной защиты при проведении мероприятий по оказанию помощи пострадавшим.

4.3. Первая помощь при различных повреждениях

Теория (2 ч.)

Раны. Виды ран. Травмы. Виды травм. Ожоги, кровотечения, переломы, обморожения. Первая помощь.

Практика (10 ч.)

Отработка навыков оказания первой помощи при ожогах, кровотечениях, обморожениях, переломах.

4.4. Первая помощь при неотложных состояниях

Практика (4 ч.)

Отработка навыков оказания первой помощи при непроходимости дыхательных путей (взрослый, младенец). Отработка навыков проведения сердечно-легочной реанимации (взрослый, младенец).

4.5. Транспортировка пострадавшего

Практика (4 ч.)

Отработка навыков транспортировки пострадавшего различными способами. Изготовление носилок из подручных средств.

5. Специализированная подготовка

5.1. Поисково-спасательные работы в условиях ЧС природного характера

Теория (4 ч.)

Особенности проведения разведки при организации поисково-спасательных работ в условиях ЧС. Способы поиска пострадавшего в условиях ЧС природного характера.

Практика (10 ч.)

Организация и наведение переправ. Переправа пострадавшего через сухой овраг и водную преграду. Подъем и спуск по крутому склону. Подъем и спуск пострадавшего по крутому склону. Движение с пострадавшим по пересеченной местности. Отработка навыков поиска пострадавшего на местности.

5.2. Поисково-спасательные работы в условиях ЧС техногенного характера

Теория (4 ч.)

Особенности проведения разведки при организации поисково-спасательных работ в условиях ЧС. Способы поиска пострадавшего в разрушенном здании.

Практика (10 ч.)

Отработка навыков поиска пострадавших в завале. Извлечение пострадавших из-под завала при помощи ГАСИ. Помощь пострадавшему с СДС. Эвакуация пострадавшего с верхних этажей здания. Помощь пострадавшему застрявшему в шахте лифта.

5.3. Правила дорожного движения

Практика (4 ч.)

Отработка навыков движения группой вдоль проезжей части с соблюдением правил дорожного движения.

5.4. Поисково-спасательные работы на акватории

Теория (2 ч.)

Особенности ведения поисково-спасательных работ на акватории. Поиск пострадавшего на воде.

Практика (10 ч.)

Поиск пострадавшего на воде. Совершенствование навыков пользования спасательным кругом и спасательным линем. Извлечение пострадавшего из воды. Оказание помощи пострадавшему при утоплении. Управление плавсредством.

5.5. Основы противопожарной подготовки

Теория (2 ч.)

История противопожарной службы России. Основное пожарно-техническое оборудование.

Практика (10 ч.)

Отработка навыков одевания боевой одежды пожарных. Преодоление короткой полосы препятствий. Преодоление пожарного бугра. Техника преодоления забора. Совершенствование навыков развертывания пожарных рукавов.

6. Физическая подготовка

6.1. Упражнения на развитие силы

Практика (8 ч.)

Упражнения на перекладине. Упражнения с отягощениями и с массой собственного тела. Упражнения с сопротивлением. Команды на управление группой.

6.2. Упражнения на развитие выносливости

Практика (8 ч.)

Кроссовый бег. Лыжная подготовка. Плавание. Спортивные игры.

6.3. Упражнения на развитие ловкости и быстроты

Практика (8 ч.)

Подвижные игры и эстафеты. Бег с ускорением, с гандикапом. Челночный бег. Скоростные упражнения с применением дополнительных предметов. Прыжки с места,

многоскоки, подскоки вверх. Упражнения на координацию. Выполнение акробатических элементов.

Планируемые результаты

Личностные:

Сформировать:

- активную жизненную позицию и чувство патриотизма на основе интереса к природному, историческому и культурному наследию своего края
- чувство ответственности и уважительное отношение к результатам своих достижений и успехам других.

Метапредметные.

Знать:

- историю развития туристского движения в России особенности различных видов туризма законы, правила, нормы и традиции туризма;
- историю изучения и освоения, историю заселения, географическое положение, природно-климатические особенности Мурманской области;
- главные отрасли промышленного производства, особенности сельского хозяйства, транспорта Мурманской области и перспективами их развития на современном этапе;
- особо охраняемые природные территории, памятники истории и культуры, и туристские возможности Кольского полуострова;
- о чрезвычайных ситуациях природного характера об опасностях в повседневной жизни и их меры предосторожности;

Уметь:

- работать со справочной и специальной литературой и владеть способами поиска необходимой информации.
- оказывать первую медицинскую помощь при различных видах травм и переломах, кровотечениях, заболеваниях, при обморожениях, поражении электрическим током, укусах ядовитых насекомых и опасных животных, чрезвычайных ситуациях, транспортировать пострадавших при различных видах травм

Предметные.

Знать:

- историю создания и основы единой государственной спасательной службы на территории России
- историю создания Всероссийского движения учащихся «Школа безопасности», основные разделы правил и виды соревнований учащихся «Школа безопасности» - о чрезвычайных ситуациях природного характера об опасностях в повседневной жизни и их меры предосторожности;
- правила проведения видов соревнований, порядок определения результатов соревнований учащихся «Школа безопасности» и обеспечение их безопасности и подготовку к участию в них.
- основное групповое и личное туристское снаряжение, основные туристские узлы, их применение и назначение, организацию питания в туристском походе, основные требования к выбору места для организации бивака группы, туристских соревнований;

- основы топографии и ориентирования на местности;
- основы первой помощи (краткие сведения о строении и функциях организма человека, понятия личной гигиены и закаливание организма, оказание первой медицинской помощи при ушибах, растяжении и разрыве связок и вывихов, при пищевых отравлениях и желудочно-кишечных заболеваниях, медицинская аптечка и т.д.);
- исторические достопримечательности родного края;

Уметь:

- владеть техникой и тактикой пешеходного и лыжного туризма;
- оказывать первую помощь при различных видах травм и переломах, кровотечений, заболеваниях, при обморожениях, поражении электрическим током, укусах ядовитых насекомых и опасных животных, чрезвычайных ситуациях, транспортировать пострадавших при различных видах травм и переломах;
- ориентироваться на различных типах местности и при плохой видимости на местности и в ночное время;
- организовать туристский быт в экстремальных ситуациях и в туристском походе, выживать в условиях автономного существования;

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график заочных занятий

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Февраль	03.02	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Личное и групповое снаряжение		Тест
2	Февраль	10.02	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Разработка маршрута движения		Тест
3	Февраль	17.02	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Установка лагеря. Установка палатки.		Тест
4	Февраль	22.02	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Ориентирование. Виды ориентирования.		Тест
5	Март	03.03	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Ориентирование по местным признакам.		Тест
6	Март	10.03	17:00-19:00	Заочная, теория	2	История Мурманской области		Тест
7	Март	17.03	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Географические и экономические особенности Мурманской области		Тест
8	Март	20.03	17:00-19:00	Заочная,	2	Съедобные и		Тест

				теория		несъедобные растения и грибы		
9	Март	24.03	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Классификация видов помощи. Первая помощь.		Тест
10	Апрель	07.04	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Средства индивидуальной защиты при оказании ПП.		Тест
11	Апрель	14.04	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Перелом. Первая помощь при переломах.		Тест
12	Апрель	21.04	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Синдром длительного сдавливания. Первая помощь.		Тест
13	Апрель	28.04	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Алгоритм проведения реанимационных мероприятий.		Тест
14	Май	05.05	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Способы транспортировки пострадавшего.		Тест
15	Май	12.05	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Классификация ЧС природного характера.		Тест
16	Май	19.05	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Классификация ЧС техногенного характера.		Тест
17	Май	22.05	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Правила дорожного движения. Основные положения.		Тест
18	Май	26.05	17:00-19:00	Заочная, теория	2	Средства спасения на воде.		Тест

Комплекс организационно-педагогических условий
Календарный учебный график очных учебно-тренировочных сборов
Февраль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Очная, практика	2	Основы туристской подготовки		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Основы первой помощи		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Классификация ЧС природного и техногенного		Зачет, сдача нормативов

						характера		
				Очная, практика	2	Общая физическая подготовка: контрольные нормативы, входной контроль.		Зачет, сдача нормативов
2.				Очная, практика	2	Раны и травмы. Классификация ран и травм.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Синдром длительного сдавливания. Первая помощь.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Изготовление носилок из подручных средств.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Оказание помощи пострадавшим при ДТП.		Зачет, сдача нормативов
3.				Очная, практика	2	Ориентирование в условиях ограниченной видимости		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Основы противопожарной безопасности		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Средства индивидуальной защиты		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Общая физическая подготовка: кроссовая подготовка, развитие физических качеств.		Зачет, сдача нормативов
4.				Очная, практика	2	Основы физической подготовки: зачетное мероприятие по итогам сборов.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Зачетные мероприятия по итогам сборов.		Зачет, сдача нормативов

Март

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Очная, практика	2	Поисково-спасательные работы на акватории.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Наведение переправ: навесная переправа.		Зачет, сдача нормативов

				Очная, практика	2	Наведение переправ: параллельная переправа.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Общая физическая подготовка: эстафета с элементами спортивного ориентирования.		Зачет, сдача нормативов
2.				Очная, практика	2	Переломы, вывихи, растяжения.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Первая помощь при неотложных состояниях.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Подъем, спуск по крутому склону.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Транспортировка пострадавшего по наведенным перилам.		Зачет, сдача нормативов
3.				Очная, практика	2	Передвижение группой вдоль проезжей части.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Фигурное вождение велосипеда		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Общая физическая подготовка: упражнения на развитие силы.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Общая физическая подготовка: упражнения на развитие выносливости.		Зачет, сдача нормативов
4.				Очная, практика	2	Зачетные мероприятия по итогам сборов.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Зачетные мероприятия по итогам сборов.		Зачет, сдача нормативов

Май

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Очная, практика	2	Безопасность при проведении похода.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Управление плавсредством.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Ожоги. Первая помощь при ожогах.		Зачет, сдача нормативов
2.				Очная, практика	2	Основы физической подготовки:		Зачет, сдача нормативов

						команды для управления группой.		
				Очная, практика	2	Основы физической подготовки: упражнения на различные группы мышц.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Разведка и пути эвакуации пострадавших.		Зачет, сдача нормативов
3.				Очная, практика	2	Подготовка и проведение спасательных работ при ЧС.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Кровотечения. Способы остановки кровотечений.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Непроходимость дыхательных путей. Взрослый.		Зачет, сдача нормативов
4.				Очная, практика	2	Прохождение комбинированной пожарной эстафеты.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Непроходимость дыхательных путей. Младенец.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Состав медицинской аптечки туристской группы.		Зачет, сдача нормативов
5.				Очная, практика	2	Прохождение комбинированной пожарной эстафеты.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Транспортировка пострадавшего на длительные расстояния различными способами.		Зачет, сдача нормативов
				Очная, практика	2	Зачетные мероприятия по итогам сборов.		Зачет, сдача нормативов

В рамках курса предусмотрен зачетный поход вне сетки часов.

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимы следующие условия:

1. Помещение:

- 1.1. Учебный класс;
- 1.2. Спортивный зал (возможна замена на занятие на местности);
- 1.3. Скалодром;

2. Оборудование:

- 2.1. Веревка основная, диаметр не менее 10 мм – 4 шт. по 40 м.
- 2.2. Веревка основная, диаметр не менее 10 мм – 1 шт. по 20 м.
- 2.3. Веревка вспомогательная, диаметр не менее 7 мм. – 1 шт. по 50 м.
- 2.4. Пруси́к, диаметр не менее 7 мм. – 10 шт.
- 2.5. Ус страховочный – 10 шт.
- 2.6. Петля станционная – 4 шт.
- 2.7. Зажим ручной «Жумар» - 8 шт.
- 2.8. ФСУ «Восьмерка» или «Stop» - 8 шт.
- 2.9. Каска – 10 шт.
- 2.10. Рюкзак туристский – 10 шт.
- 2.11. Спальный мешок – 10 т.
- 2.12. Коврик термоизоляционный (пенка) – 10 шт.
- 2.13. Костровое – 1 шт.
- 2.14. Котелок (не менее 5л.) – 2 шт.
- 2.15. Спасательный линь (конец Александрова) – 1 шт.
- 2.16. Компас – 8 шт.
- 2.17. Манекен-тренажер – 1 шт.

3. Информационные ресурсы:

- 3.1. Карта топографическая;
- 3.2. Карта авиационная;
- 3.3. Спортивная карта;

4. Приборы:

- 4.1. Компьютер с доступом в сеть «Интернет».

Формы аттестации/контроля

Программа предусматривает следующие формы контроля:

1. Зачет – позволяет определить теоретический и практический уровень освоения материала как на любом этапе обучения. Дает объективное представление об уровне подготовки учащихся;

2. Тест – позволяет определить теоретический уровень подготовки обучающегося при дистанционном обучении;

3. Опрос, беседа, наблюдение – используется как форма текущего контроля и рефлексии при проведении как теоретических, так и практических занятий. Позволяет выявить необходимые для доработки элементы программы;

В процессе обучения осуществляется контроль за уровнем сформированности знаний, умений и навыков.

Система контроля за усвоением учащимися программы складывается из следующих элементов: опрос, зачеты, самостоятельные работы, соревнования (где можно определить уровень каждого игрока и команды), конкурсы, тесты. Результаты проверки уровня усвоения программы фиксируются педагогом в специально разработанных листах учебных достижений.

В течении учебного года по определению уровня усвоения программы учащимися осуществляется три диагностических среза:

– **входная диагностика** посредством бесед, анкетирования, тестов, где выясняется начальный уровень знаний, умений и навыков учащихся, а так же выявляются их творческие способности.

– **промежуточная диагностика** позволяет выявить достигнутый на данном этапе уровень ЗУН учащихся, в соответствии с пройденным материалом программы. Предлагаются контрольные тесты, выполнение практических заданий.

– **итоговая диагностика** проводится в конце учебного года (по результатам учебно-тренировочных сборов и участия в соревнованиях) и предполагает комплексную проверку образовательных результатов по всем ключевым направлениям. Данный контроль позволяет проанализировать степень усвоения программы учащимися.

Результаты контроля фиксируются в диагностической карте.

Виды контроля

Виды контроля	Содержание	Методы	Сроки контроля
Входящий	Начальный уровень подготовки учащихся, имеющиеся знания, умения и навыки, связанные с предстоящей деятельностью.	Анкетирование, тестирование.	Сентябрь
Текущий	Освоение учебного материала по темам.	Зачетные задания, сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях	Октябрь-апрель
Промежуточный	Освоение учебного материала за полугодие	Опросы, практические задания, участие в соревнованиях	Декабрь-январь

Итоговый	Освоение учебного материала за весь период обучения	Участие в соревнованиях и зачетном многодневном походе, сдача контрольных нормативов. Участие в соревнованиях СЗ ФО «Юный спасатель – 2017»	Май-июнь
----------	---	---	----------

Диагностическая карта учащегося
Входной контроль
Наличие у учащихся навыков базового уровня

№ п/п	Ф.И.О. учащегося	Первая помощь (1-5 б.)	Тур. Подготовка (1-5 б.)	Ориентирование и топография (1-5 б.)
1				
2				
3				
4				
5				
6				

3-8 баллов – низкий уровень.

9-12 баллов – средний уровень

13-15 баллов – высокий уровень.

Формы и методы диагностики результатов в течение учебного года:

- собеседование;
- наблюдение;
- устный и письменный опрос: задачи и задания, зачетные задания, тестовые задания и вопросы;
- выполнение практических заданий, упражнений, учебно-тренировочных походов;
- конкурсы, викторины, соревнования, турслеты.

Формы демонстрации результатов программы:

- открытые учебные занятия;
- презентабельные результаты (участие в конкурсах, олимпиадах, научно-практических, учебно-исследовательских конференциях, фестивалях, в соревнованиях по туризму, спортивному ориентированию и в соревнованиях «Школа безопасности», «Юный спасатель» различного уровня).

Методические материалы

Создавая оптимальные условия для организации учебной деятельности, педагог использует различные формы и методы проведения занятий **по источникам знаний:**

1. Словесный метод (рассказ, объяснение, беседа, диалог, дискуссия, лекция, консультация и т.д.)

2. Наглядный метод (фото-, кино- и видеоматериалы, мультимедийные средства, схемы, иллюстрации, таблицы, рисунки, фотографии), приборы, объекты живой природы, географические карты, топографические и спортивные карты, экспонаты музеев, экскурсионные объекты, спортивно-туристский инвентарь.

3. Практический метод: практические задания (ведение дневника наблюдений, описаний, составление таблиц, схем, диаграмм, фотографирование и зарисовки, сбор гербария); сбор материала для написания реферативных (исследовательских) работ; выполнение упражнений туристско-спортивной и по специальной начальной подготовке, практических заданий в помещении, на местности, в природных условиях, во время туристских походов, участие в туристско-краеведческих мероприятиях и т.д.

Словесные, наглядные и практические методы всегда применяются в определенных сочетаниях, выбор наилучшего варианта этого сочетания всегда является важнейшей задачей оптимизации методов обучения. Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, современного туристского снаряжения, с использованием новейших методик.

Для эффективного усвоения учебного материала, развития жизненных навыков необходимо организовывать практическую деятельность занимающихся преимущественно на местности, в непосредственном контакте с природной средой во время учебно-тренировочных походов, сборов, соревнований, лагерей, экспедиций и путешествий.

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, при проведении каждого занятия, тренировки, мероприятия, похода. Программа предполагает углубленное изучение вопросов выживания и деятельности туриста, спортсмена в экстремальных условиях природной среды и непосредственно на дистанциях (этапах) соревнований. Однако при этом со стороны педагогов, судей должны быть предприняты все меры для исключения случайностей, которые могут привести к травме. Дети, в свою очередь, должны четко знать и выполнять правила безопасного поведения во время учебных мероприятий.

По характеру познавательной деятельности – объяснительно иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский метод и метод проблемного изложения.

Методика проведения занятия.

В большинстве случаев, занятия строятся по следующей схеме:

1. Мотивационно-ориентировочный этап:

Организация начала занятия, постановка задач, сообщение темы и плана занятия. Выявление имеющихся у детей знаний и умений для подготовки к изучению новой темы (повторение).

Создание ориентировочной схемы действия (планирование).

2. Исполнительный этап:

Упражнения на усвоение и закрепление знаний, умений и навыков, выполнение практических упражнений по заданию педагога.

3. Рефлексивно-оценочный этап:

Подведение итогов занятия, формулирование выводов, выражение эмоционального отношения к результатам деятельности.

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№ п/п	Содержание	Сроки
1.	Организация экскурсий учащихся в пожарные части и части МЧС;	Февраль, Май 2017 г.

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА

№ п/п	Содержание	Сроки
1.	Разработка наглядных пособий и тестовых заданий по разделам программы «Ориентирование и топография», «Основы туристской подготовки», «Основы первой помощи», «Краеведение»	февраль-май 2017 г.
2.	Изучение календаря спортивно-массовых мероприятий Всероссийского движения «Школа безопасности» на 2017 год	февраль-май 2017

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

№ п/п	Содержание	Сроки
1.	Индивидуальная работа с родителями с целью повышения мотивации к обучению, развития творческих способностей учащихся.	В течение всего учебного года

Список литературы

1. Аюбов, Э.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 8 класса общеобразовательных учреждений [Текст]/ Д.З. Прищепов, М.В. Муркова. – 2-е изд. – М.: ООО «Русское слово – учебник», 2013. – 224 с.
2. Афанасьев, Ю.Г., Сборник задач по курсу "Безопасность жизнедеятельности": Методические рекомендации к практическим работам по курсу "Безопасность жизнедеятельности" для студентов всех специальностей заочной формы обучения [Текст]/ Афанасьев Ю.Г., Овчаренко А.Г. - Бийск: Изд-во Алт. гос. техн. ун-та, 2003. - 27 с.
3. Берсенева, Т.С., Инновационные технологии в преподавании курса «ОБЖ» [Текст]/ Берсенева Т.С. – М.: Просвещение, 2011. – 313 с.
4. Волокитин, А.А., Основы безопасности жизнедеятельности. Патриотическое воспитание и военно-профессиональная ориентация учащихся. 10-11 классы. [Текст]/ Волокитин А.А. – М.: Дрофа, 2009, - 254 с.
5. Ефремов, С.В., Безопасность в чрезвычайных ситуациях [Текст]/ Ефремов С.В., - СПб., - 2011. – 296 с.
6. Коротков, Б. П., Однотомное издание. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф. учебное пособие. [для студентов среднего профессионального образования] [Текст]/ Коротков Б. П., -М.: Наука-Пресс. – 2007, - 430 с.
7. Латчук, В.Н., Рабочая программа. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы : учебно-методическое пособие [Текст]/ С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. – 2-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2013. – 106 с.
8. Латчук, В.Н. Учебно-методический комплекс как средство подготовки школьников по основам безопасности жизнедеятельности в условиях детско-юношеского движения «Школа безопасности» [Текст] : дис. Учебно-методический комплекс как средство подготовки школьников по основам безопасности жизнедеятельности в условиях детско-юношеского движения «Школа безопасности» канн. педаг. наук : 13.00.08 / Латчук Владимир Николаевич, Москва., 2001. – 182 с.
9. Лях, В.И. Тесты в физическом воспитании школьников [Текст]/ В.И. Лях. - М.: АСТ, 1998. – 272 с.
10. Матвеев, А.П. Оценка качества подготовки выпускников основной школы по физической культуре [Текст]/ А.П. Матвеев, Т.В. Петрова. - М.: Дрофа, 2000. - 160 с.
11. Сапронов В.В., Педагогика и безопасность жизнедеятельности // Педагогика безопасности: наука и образование [Текст]: материалы всероссийской научной конференции с международным участием, Екатеринбург, 12 декабря 2011 г. : в 2 ч. / сост. и общ. ред. В. В. Гафнера ; ФГБОУ ВПО «Урал. гос. пед. ун-т». – Екатеринбург, 2012. – Ч.
12. Сергеев, В. С. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях : учеб. пособие [Текст]/ В. С. Сергеев ; Мос. открытый социальный ун-т. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М. : Академический проект, 2003. - 432 с. - (Gaudeamus). - Библиогр.: с. 422-425.
13. Тен, Е.Е. Основы медицинских знаний. [Текст]/ Тен Е.Е., - М.: Академия, 2011, 256 с.
14. Топоров, И.К., Методика преподавания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных учреждениях. [Текст]/ Топоров И.К. – М.: Норма, 2010, - 173 с.
15. Фролов, А.В., Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда: Учебное пособие для ВУЗов [Текст]/ Фролов А.В., Бакаева Т.Н. – Ростов-на-Дону.: Высшее образование, 2008 – 750с.
16. Хромов, И.И., Преподавание ОБЖ в школе и среднем специальном образовательном учреждении. [Текст]/ Хромов И.И. – М.: Айрис-Пресс, 2011. – 288 с.
17. Чумаков, Н. А. Безопасность жизнедеятельности. Медицина катастроф [Текст]/ Чумаков Н.А., -СПб.: НП «Стратегия будущего», - 2006. – 247 с.

18. Шершнева Л.И., Значение общеобразовательного курса ОБЖ с позиций национальной и международной безопасности – 2000 [Электронный ресурс]. URL: <http://обж.пф/daa/documents/Shershnev-Znachenie-kursa-OBZh.pdf> (дата обращения 03.10.2017).
19. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов [Текст]/ С.В. Белов, В.А. Девисилов, А.В. Ильинская и др.; Под общей редакцией С.В. Белова. 8-е издание, стереотипное – М.: Высшая школа, 2009. – 616 с.: ил.
20. Безопасность жизнедеятельности: Учебник [Текст]/ Под ред. проф. Э.А.Арустамова. - М.: Издательский Дом «Дашков и К», 2000. - 678 с.
21. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011-2015 годы» [Электронный ресурс]/ URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_153152/?frame=4 (дата обращения – 03.10.2017).
22. Конституция Российской Федерации.
23. Концепция развития Всероссийского детско-юношеского движения «Школа безопасности» до 2020 года – 2015 [Электронный ресурс]. URL: <http://www.ruor.org/school-of-safety/dokumenty/> (дата обращения 03.10.2017).
24. Образовательные программы для системы дополнительного образования детей «Туризм и краеведение» [Текст]/ под общ. ред. Константинова Ю.С., Маслова Г.А., - М.: Советский спорт, - 2005, - 324 с.
25. Постановление правительства от 21 мая 2007 г. № 304 «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
26. Федеральный закон от 21.12.1994 N 68-ФЗ (ред. от 08.03.2015) "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера".

Оценочные материалы
Зачетный летний поход (двухдневный или трехдневный поход)

Движение группы по маршруту протяженностью до 10 и более км с использованием плана местности (легенды) или организация должностного самоуправления в походе. Выполнение обязанностей в группе. Организация групп разведки маршрута движения. Организация и разбивка лагеря, бивака туристской группы. Установка тента, палаток (организация ночлегов). Заготовка дров и оборудование кострища. Приготовление пищи на костре под руководством педагога или родителей. Ориентирование на местности по легенде. Туристские игры и конкурсы («Лучшая команда», «Туристская полоса препятствий», «Организация быта в полевых условиях» и пр.), соревнования «Маршрут выживания», соревнования по виду «Поисково-спасательные работы», соревнования по виду «Спортивное ориентирование». Отчет о походе.

Практическое задание: заполните таблицу «Чрезвычайные ситуации природного характера».

Классификация ЧС природного характера	Чрезвычайные ситуации природного характера
геофизический	
геологический	
метеорологический	
Морской гидрологический	
гидрологический	
природные пожары	

Чрезвычайные ситуации: наводнения, лавины, извержения вулканов, сели, ураганы, пожары лесные и торфяные, смерчи, землетрясения, оползни, бури, цунами, циклоны, половодья, заторы, обвалы.

Комплекс контрольных упражнений к разделу « Общая и специальная физическая подготовка»

Контрольные нормативы общей физической подготовленности

- скоростной бег 30 метров (секунд) с одной попытки;
- 6-ти минутный бег (м);
- прыжок в длину с места (см), фиксируется лучший результат из трех попыток;
- челночный бег 3 по 10 метров (секунд), выполняется с одной попытки;
- подтягивание на перекладине на двух руках из положения виса выполняется максимальное количество раз (количество раз в минуту, мальчики);
- подтягивание из положения, лёжа (раз, девочки);
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется максимальное количество раз;
- наклоны вперед из положения стоя (см).

Физические способности	Контрольные упражнения (тест)	Возраст (лет)	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Скоростные	Бег 30м (сек)	13	6.5	6.0 – 5.2	4. 7	6. 8	6.1 – 5.5	5. 1
		14	6.3	6.0 – 5.4	5. 1	6. 7	6.3 – 5.7	5. 3
		15	5.7	5.5-5.1	4.9	6.7	6.1-5.5	5.1
		16	5.3 и ниже	5.2	4.9 и выше	6.7 и ниже	6.3-5.7	5.3 и выше
Координационные	Челночный бег 3x10 м/сек.	13	9.3	8.9 – 8.1	7.7	9.4	9.1 – 8.5	8. 2
		14	8 9	8.6 – 8.0	7.7	9.5	9.2-8.6	8. 3
		15	8.8	8.5-7.9	7.6	9.3	9.0-8.4	8.1
		16	8.6	8.3-7.7	7.4	9.4	9.1-8.5	8.2
Выносливость	6-ти минутный бег,(м)	13	1000	1250-1350	1400	800	1100-1200	1300
		14	1100	1300-1400	1500	900	1200-1250	1350
		15	1150	1400-1500	1550	950	1250-1300	1400
		16	1175	1300-1500	1625	975	1100-1300	1425
	Наклон	13	-2	1-7	10	-2	2 - 10	14
		14	1	3 - 8	11	1	4-10	13

Гибкость	вперёд из положения стоя (см)	15	4	6 -10	12	6	8-12	14
		16	6	8 -12	14	8	11-17	20
Силовые	Подтягивание в висе (раз, мальчики), подтягивание из положения лёжа (раз, девочки)	13	0	2 - 8	13	2	4 - 8	10
		14	0	3 -9	12	2	5-11	14
		15	2	5 -9	12	4	7-13	16
		16	4	7 -11	13	4	8-15	19
	Прыжок в длину с места	13	139	161 - 181	193	132	145 - 167	180
		14	156	174 -192	209	133	150 -178	195
		15	165	182-210	220	143	158-182	197
		16	178	199-219	231	151	163-183	195

Тестовые и практические задания к разделу «Основы туристской подготовки»**Тема: «Личное и групповое туристское снаряжение».**

Время выполнения – 10 минут

Устный опрос в форме игры.

Участники делятся на три команды по классификации снаряжения:

- Личное
- Групповое
- Специальное

Каждой команде дается задание, на выполнение которого дается не более 7 мин.:

1. Назовите из общего перечня несколько пунктов вашего вида снаряжения?
2. Опишите с учетом каких требований подбирается ваш вид снаряжения?
3. В чем особенности вашего вида снаряжения в лыжном походе?

Далее каждая команда задают по три дополнительных вопроса друг другу (за каждый правильный ответ и за каждый правильно заданный вопрос команды получают дополнительно по одному балу). Возможные вопросы:

- Какую посуду рекомендуется брать с собой в поход?
- В качестве чего можно использовать кусок полиэтилена в походе?
- Требования к походной обуви?

Тест по теме «Организация туристского быта»

1. Какие привалы вы знаете?
 - а) малый привал
 - б) обеденный привал
 - в) ночлег
 - г) дневка
2. Какие требования предъявляются при выборе места для привала?
 - а) наличие питьевой воды
 - б) ровная площадка для установки палаток
 - в) наличие сухого топлива
 - г) наличие магазина
3. Расшифруйте понятие «Бивак»?
 - а) полевая стоянка для воинов
 - б) столовая
 - в) гостиница
 - г) палаточный лагерь туристов
4. Выше или ниже по течению должен быть оборудован лагерь, если группа останавливается на реке, вдоль которой имеются населенные пункты?
 - а) выше
 - б) ниже
 - в) в населенном пункте
 - г) не имеет значения
5. Какой тип костра не существует?
 - а) шалаш
 - б) колодец
 - в) звездный
 - г) пирамида
6. Зарисуйте известные вам виды костров, подпишите их названия, напишите их назначение.

Вид костра	Рисунок	Назначение

7. Где не рекомендуется разжигать костры?
 - а) на торфяниках
 - б) на берегу рек
 - в) на участках с любым сухостоем
 - г) в лесу под кронами деревьев
8. Какие требования предъявляются к походным продуктам?
 - а) сбалансированность
 - б) пригодность в течение всего похода
 - в) транспортабельность

Задания по теме «Тактика и техника пешеходного туризма»

Время выполнения - 25 мин.

Практическая работа

1. Каждый участник вытягивает карточку с названием узла и завязывает его на время. Участники, показывающие лучший результат, вяжут узлы на время и качество с завязанными глазами. Варианты узлов предлагают остальные участники.

2. Всем участникам предлагается взяться за веревку. Не расцепляя рук, завязать названный ведущим узел.

3. Командам выдаются иллюстрации с заданием.

4. Участники делятся на 2 команды. Каждой команде выдается по страховочной системе. Задание: на время и на качество всей командой правильное надевание страховочной системы одному из участников команды.

Задания по теме «Туристские должности в группе».

Время выполнения – 15 минут

Устный опрос

Каждый участник вытягивает карточку, на которой написана походная должность. На подготовку дается 3 минут. Задача каждого рассказать о своих должностных обязанностях и правах.

Тема: «Условные знаки»

Время выполнения – 10 минут

Письменный опрос.

Членам команды показываются на карточках условные обозначения. Они должны написать их значение.

Тема: «Техника безопасности».

Время выполнения – 25 минут.

Письменный опрос (с выбором правильного ответа)

1. Назовите узлы для страховки?

- а) булинь
- б) простой проводник
- в) восьмерка
- г) схватывающий

2. Какое минимальное количество участников могут транспортировать пострадавшего по пересеченной местности?

- а) 1 человек
- б) 2 человека
- в) 3 человека
- г) 4 человека

3. Необходимо ли становиться на самостраховку при сопровождении участника группы, выполняющего переправу через реку?

- а) да
- б) нет
- в) разрешено, но не обязательно
- г) разрешено, только веревкой, диаметр которой не менее 12мм.

4. Как транспортируются острые и режущие инструменты?

- а) в чехлах
- б) в отдельных рюкзаках
- в) не имеет значения

г) в открытом виде

5. Назовите узлы для связывания веревок одинакового диаметра?

а) прямой

б) академический

в) встречный

г) брамшкотовый

6. Какое из перечисленных устройств относится к спусковым устройствам?

а) карабин

б) жумар

в) восьмерка

7. Как производится транспортировка пострадавшего по навесной переправе?

а) вперед головой

б) вперед ногами

в) не имеет значения

Практическая работа

Участники делятся на 4 команды. Каждой команде выдается по атрибуту: нож, пила, топор, веревка.

Задача каждой команды. Рассказать правила обращения с данным предметом. Показать способы их использования. Рассказать, как нельзя обращаться с предметом (показывать не обязательно!). Должен быть задействован каждый учащийся.

Тема: «Основные приемы оказания первой доврачебной помощи»

Устный опрос в форме игры.

Участники делятся на команды, каждая из которых получает конкретное задание.

Каждой команде на подготовку дается задание, на выполнение которого дается не более 7 минут:

1 задание:

Первая помощь при порезах, ссадинах и ушибах:

1. Расскажите правила оказания ПМП при данных видах повреждения.

2. Покажите их на практике.

3. Перечислите случаи, требующие доставки пострадавшего к врачу.

4. Назовите виды кровотечений.

5. Назовите аптечные медикаменты, которые применяются при данном виде повреждений.

2 задание:

Оказание первой помощи при травмах и переломах костей:

1. Расскажите правила оказания ПМП при данных видах повреждения.

2. Покажите их на практике.

3. Что должно быть в аптечке на случай переломов и вывихов.

4. Назовите аптечные медикаменты, которые применяются при данном виде повреждений.

3 задание:

Первая помощь утопающему, при обморожениях, ожогах.

1. Расскажите правила оказания ПМП при данных видах повреждения.

2. Основные способы искусственного дыхания. Назовите их. Покажите на практике.

3. Назовите аптечные медикаменты, которые применяются при данном виде повреждений.

4 задание:

Первая помощь при отсутствии дыхания, потере сознания.

1. Расскажите правила оказания ПМП при отсутствии дыхания, потери сознания.
2. Назовите аптечные медикаменты, которые применяются при данном виде повреждений.

5 задание:

Первая помощь при отравлении.

1. Расскажите правила оказания ПМП при отравлении.
2. Перечислите виды отравлений.
3. Назовите способы профилактики отравлений в походе.
4. Назовите аптечные медикаменты, которые применяются при данном виде повреждений.

Тема: «Приемы транспортировки пострадавшего»

Все задания выполняются на практике

Из общего состава участников выбираются 3 человека - эксперта, остальные делятся на 2 команды и выполняют задания. Эксперты оценивают. Действия.

Выполнить следующие задания (по ситуации).

Ситуация 1.

Транспортировка в одиночку. Человек без сознания на дороге.

Ситуация 2.

Перевернуть пострадавшего при повреждении шейных позвонков.

Ситуация 3.

Импровизированные носилки. Способы изготовления.

Тестовые вопросы и задания к разделу «Специальная подготовка»

Задание 1 «Чрезвычайные ситуации природного характера»

Заполните правую колонку таблицы «Чрезвычайные ситуации природного характера» в соответствии с классификацией чрезвычайных ситуаций природного характера.

Классификация ЧС природного характера	Чрезвычайные ситуации природного характера
Геофизический	
Геологический	
Метеорологический	
Морской гидрологический	
Гидрологический	
Природные пожары	

Чрезвычайные ситуации: наводнения, лавины, извержения вулканов, сели, ураганы, пожары лесные и торфяные, смерчи, землетрясения, оползни, бури, цунами, циклоны, половодья, заторы, обвалы

Задание 2. Карточки- задания «Составляющие подготовки спасателей и перечень соответствующих умений».

Учащимся выдаются карточки с составляющими подготовки спасателей, в которых необходимо дописать перечень соответствующих умений.

<p style="text-align: center;">Медицинская подготовка</p> <p>Спасатель должен уметь:</p>
<p style="text-align: center;">Противопожарная подготовка</p> <p>Спасатель должен уметь:</p>
<p style="text-align: center;">Специальная (техническая подготовка)</p> <p>Спасатель должен уметь:</p>
<p style="text-align: center;">Радиационная, химическая и биологическая защита</p> <p>Спасатель должен уметь:</p>
<p style="text-align: center;">Подготовка по связи</p> <p>Спасатель должен уметь:</p>
<p style="text-align: center;">Подготовка по топографии</p> <p>Спасатель должен уметь:</p>
<p style="text-align: center;">Тактико-специальная подготовка</p> <p>Спасатель должен уметь:</p>
<p style="text-align: center;">Физическая подготовка</p> <p>Спасатель должен:</p>
<p style="text-align: center;">Психологическая подготовка</p> <p>Спасатель должен уметь:</p>