


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Можгинского района
«Черемушкинская средняя общеобразовательная школа»

Согласовано

Зам.директора по ВР

 О.А. Борисова

Принято

на заседании

педагогического совета

протокол № 10

от «30» 08 2023г.

Утверждаю

Директор МБОУ «Черемушкинская СОШ»

 Г.Д. Старкова

Приказ № 163 от 30.08 2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

"Школа безопасности"

Направленность – туристско-краеведческая

для обучающихся 10-15 лет.

Бодалева Татьяна Николаевна

педагога дополнительного
образования

село Черёмушки

2023-2024 учебный год

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» реализуется в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» и составлена на основании сборника дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ туристско-краеведческой направленности.

Предлагаемая программа разработана в соответствии с:

- Перечнем программ, утвержденным приказом Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 05.03.2022 № 350 «О реализации мероприятий по созданию в Удмуртской Республике в 2022 году новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей» (с изменениями, внесенными приказом Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 04.04.2022 № 559);

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- с учетом положений Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 марта 2022 г. № 678-р) и методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242); и на основе опыта работы педагога, а так же методических рекомендаций по содержанию, организации и проведению слета-соревнования Всероссийского детско-юношеского движения «Школа безопасности» и примерных программ по учебным предметам.

Направленность (профиль) программы - туристско-краеведческая.

Обобщенные ориентиры направленности: развитие познавательных исследовательских навыков учащихся по изучению природы, истории, культуры родного края, привлечение учащихся к социальным инициативам по охране природы, памятников культуры, среды проживания, поиск малоизвестных фактов из истории родного края, экскурсионная, музейная, архивная и экспедиционная работа.

Приоритетные направления: Социальный туризм, культурно-познавательный туризм, обеспечение безопасности в природной и городской среде, служебно-прикладные виды профессиональной деятельности (спасатели, пожарные, силовые структуры), воспитание и развитие личности, активный туризм, познавательный и образовательный туризм, медийная грамотность, социальные технологии.

Актуальность программы заключается в том, что укрепление физического, духовного и нравственного здоровья подрастающего поколения – является одной из ведущих задач в системе дополнительного образования. Эти задачи перед нами ставит сама жизнь.

Уровень программы – базовый.

Данная программа *актуальна* тем, что помимо общей туристской подготовки, направленной на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, удовлетворения индивидуальных потребностей в занятиях туристско-краеведческой деятельностью и спасательными работами, ориентирована на подготовку и участие детей в районных и республиканских соревнованиях «Школа безопасности».

Новизна и отличительная особенность программы заключается в том, что она предусматривает подготовку детей к соревнованиям «Школа безопасности», содержит разделы «Спасательные работы», «Выживание в природных условиях», «Основы пожарно-прикладного спорта». 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.

Адресат программы – дети 10-15 лет, интересующиеся туризмом, спасательными работами, способные выполнять соответствующие физические нагрузки.

Объем и срок освоения программы – 108 часов (36 недель).

Количество человек в группе – 15 человек.

Формы организации образовательного процесса – очная, с применением дистанционных образовательных технологий.

Виды занятий по программе лекции, практические занятия, соревнования, походы.

Режим занятий – 3 раза в неделю по 1 часу.

Виды и периодичность контроля: промежуточный (собеседование) и итоговый (участие в походе, соревнованиях).

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: обучение учащихся основным туристским умениям и навыкам безопасного нахождения и проведения спасательных работ в естественной природной среде.

Задачи

1. Познакомить обучающихся с понятием туризма, туристский поход
2. Дать основные навыки для участия в туристском походе
3. Познакомить обучающихся со спасательными работами и оборудованием, научить проводить спасательные работы
4. Соблюдать технику безопасности и личную гигиену в походе, ориентироваться на местности.
5. Научить оказывать первую помощь
6. Научить ориентироваться в информационном пространстве и работать в команде
7. Развить критическое мышление через организацию познавательной и творческой деятельности.

Содержание программы

Учебный план

| № п/п | Название темы | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|----------|--|------------------|------------|------------|---------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Психология поведения людей в экстремальных ситуациях. | 3 | 2 | 1 | Беседа |
| 1.1 | Вводное занятие. Инструктаж. | 1 | 1 | - | |
| 1.2 | Психология поведения людей в экстремальных ситуациях. Психика человека в экстремальных ситуациях | 2 | 1 | 1 | |
| 2 | Первая помощь | 15 | 5,5 | 9,5 | Зачет |
| 2.1 | Личная гигиена. | 2 | 1 | 1 | |
| 2.2 | Общий порядок оказания первой помощи. | 1 | 0,5 | 0,5 | |
| 2.3 | Первая помощь при ушибах, укусах, ожогах, отравлениях. | 2 | 1 | 1 | |
| 2.4 | Кровотечение. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений | 3 | 1 | 2 | |
| 2.5 | Перелом, виды переломов. Первая помощь при переломах. | 3 | 1 | 2 | |
| 2.6 | Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление носилок. | 4 | 1 | 3 | |
| 3 | Пожарная безопасность | 9 | 3 | 6 | Зачет |
| 3.1 | Пожар. Виды пожаров. | 1 | 1 | - | |
| 3.2 | Средства пожаротушения и их виды. | 2 | 1 | 1 | |
| 3.3 | Действия во время пожара. Действия пожарного расчета. | 6 | 1 | 5 | |
| 4 | Топография | 28 | 8 | 20 | Зачет |
| 4.1 | Понятие о топографии. Значение топографии в хозяйстве и военном деле. Топографические условные знаки. Топографические карты. | 6 | 2 | 4 | |
| 4.2 | Масштаб. Номенклатура. Рельеф местности и его изображение на картах. | 5 | 2 | 3 | |
| 4.3 | Приборы для ориентирования на местности. | 2 | 1 | 1 | |
| 4.4 | Азимут. | 5 | 1 | 4 | |

| | | | | | |
|----------|---|-----------|-----------|-----------|-------|
| | Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту. | | | | |
| 4.5 | Ориентирование на местности. Определение сторон горизонта по местным признакам. | 4 | 1 | 3 | |
| 4.6 | Определение расстояний на местности и на карте. | 6 | 1 | 5 | |
| 5 | Автономное существование | 24 | 8 | 16 | Зачет |
| 5.1 | Понятие об автономном существовании человека. План действия. Сигналы бедствия. | 7 | 2 | 5 | |
| 5.2 | Добыча воды. Растительная пища. Животная пища. Ядовитые растения и грибы. | 10 | 3 | 7 | |
| 5.3 | Добыча огня. Типы костров. Убежища. | 5 | 2 | 3 | |
| 5.4 | Встреча с дикими животными. Следы и следопытство. Снаряжение и необходимый аварийный запас. | 2 | 1 | 1 | |
| 6 | Туристский маршрут с элементами спасательных работ | 29 | 10 | 19 | Зачет |
| 6.1 | Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма. Спасательные работы. | 1 | 1 | - | |
| 6.2 | Инструктаж. Этапы маршрута. Правила соревнований. | 1 | 1 | - | |
| 6.3 | Экипировка, снаряжение личное и групповое | 2 | 1 | 1 | |
| 6.4 | Узлы Страховка и самостраховка | 4 | 1 | 3 | |
| 6.5 | Подготовка к походу, путешествию | 3 | 1 | 2 | |
| 6.6 | Питание в туристском походе | 2 | 1 | 1 | |
| 6.7 | Туристские должности в группе | 2 | 1 | 1 | |
| 6.8 | Переправы (навесная, параллельная и т.д.) Обычный и спортивный способ спуска, траверс склона. Способы переправы по бревну с перилами. Способы переправы по болоту. | 5 | 1 | 4 | |
| 6.9 | Правила движения в походе. Преодоление туристских препятствий | 5 | 1 | 4 | |

| | | | | | |
|------|---|------------|-------------|-------------|--|
| 6.10 | Виды туристских соревнований. Соревнования юных спасателей. Подготовка к соревнованиям. | 1 | 1 | - | |
| 6.11 | Участие в соревнованиях, походе | 3 | - | 3 | |
| | ИТОГО | 108 | 36,5 | 71,5 | |

1.3 Содержание учебного плана.

Раздел 1: Психология поведения людей в экстремальных ситуациях- 3ч.

Теория. Вводное занятие. Инструктаж. Теория. Дисциплина в походе и на занятиях - основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением. Психика человека в экстремальных ситуациях.

Раздел 2. Первая помощь — 15 ч.

Теория. Общий порядок оказания первой помощи. Личная гигиена. Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание). Гигиена обуви и одежды. Первая помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Зависимость способа переноски и транспортировки пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

Практика. Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи)

Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных способов транспортировки пострадавшего.

Прохождение дистанции «поисково-спасательные работы»

Раздел 3: Пожарная безопасность — 9 ч.

Теория. Пожар. Виды пожаров. Средства пожаротушения. Действия во время пожара. Действия пожарного расчета. Основные понятия пожарно-прикладного

спорта (ППС). Поисково-спасательные работы (ПСР) при пожарах. Помощь пострадавшим от пожара. Предотвращение пожаров в походе.

Практика. Отработка навыков пользования первичными средствами пожаротушения и порядка действий при пожаре. Работа с пожарными рукавами. Преодоление щита. Одевание пожарной боевки. Прохождение пожарно-тактической полосы

Раздел 4: Топография - 28 ч.

Теория. Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов.

Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации.

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

Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты. Масштабы спортивной карты.

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

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

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Способы и правила копирования карт.

Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Ориентирование по горизонту, азимут

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

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

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

Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

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

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Измерение среднего шага. Таблица перевода шагов в метры.

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

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

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

Протокол движения.

Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки

Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута по Солнцу в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, ее нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Выход на крупные ориентиры, к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

Практика

Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования. Копирование на кальку участка топографической карты.

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

Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка), нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки» и т.п.).

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

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

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

Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон

горизонта по местным предметам, Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по восстановлению местонахождения.

Раздел 5: Автономное существование — 24 ч.

Теория. Понятие об автономном существовании человека. План действия. Сигналы бедствия. Добыча воды. Растительная пища. Животная пища. Ядовитые растения и грибы. Добыча огня. Типы костров. Убежища. Встреча с дикими животными. Следы и следопытство. Снаряжение и необходимый аварийный запас.

Практика. Поиск воды и пищи. Обеззараживание. Добыча огня и топлива. Подача сигналов бедствия. Сооружение временного жилища. Выбор направления выхода к людям. Прохождение маршрута выживания.

Раздел 6: Туристский маршрут с элементами спасательных работ – 29 ч.

Теория. Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Подготовка личного снаряжения к походу.

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

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров.

Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилон при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов.

Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт).

Организация ночлегов в помещении.

Правила купания.

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе.

Составление плана подготовки похода.

Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные образовательные и другие учреждения, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.

Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Подготовка личного и общественного снаряжения.

Должности в группе постоянные и временные. Доверие группы и ответственность за выполнение порученных обязанностей.

Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе.

Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д.

Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды).

Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня.

Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Практика. Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Установка палаток. Разжигание костра.

Составление плана подготовки 1-3-дневного похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана-графика движения в 1-3-дневном походе. Подготовка личного и общественного снаряжения.

Составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: лес, густой кустарник, завалы, заболоченная местность.

Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

Составление отчета о походе. Ремонт и сдача инвентаря.

1.4 Планируемые результаты реализации программы.

Предметные результаты:

- умение подготовиться и сходить в поход, принять участие в туристских соревнованиях;
- умение ориентироваться на местности, оказать первую доврачебную помощь, использовать самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий, проходить полосы препятствий. Умение работать со снаряжением, с оборудованием при поисково-спасательных работах, наводить переправы и преодолевать природные препятствия без пострадавших.

Метапредметные результаты:

- умение ориентироваться в информационном пространстве, работать в команде;
- навыки работы с картами и схемами.

Личностные результаты:

- развитие критического мышления;
- развитие творческой инициативы, самостоятельности, способности выдерживать нагрузки.

В конце учебного года обучающиеся должны:

- совершить туристский поход;
- принять участие в районном этапе конкурса «Школа безопасности»;
- организовать и провести общешкольное мероприятие для учащихся начального и среднего звена «Школа безопасности» в рамках Месячника безопасности.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 Календарный учебный график

| № п/п | Тема занятия | Кол ичес тво часо в | Дата проведения занятия (план.) | Дата проведения занятия (факт.) |
|----------|--|---------------------------------|--|--|
| 1 | Психология поведения людей в экстремальных ситуациях. | 3 | | |
| 1.1 | Вводное занятие. Инструктаж. | 1 | 06.09.2023г. | |
| 1.2 | Психология поведения людей в экстремальных ситуациях. Психика человека в экстремальных ситуациях | 2 | 06.09., 07.09. | |
| 2 | Первая помощь | 15 | | |
| 2.1 | Личная гигиена. | 2 | 13.09, 13.09. | |
| 2.2 | Общий порядок оказания первой помощи. | 1 | 14.09 | |
| 2.3 | Первая помощь при ушибах, укусах, ожогах, отравлениях. | 2 | 20.09., 20.09 | |
| 2.4 | Кровотечение. Виды кровотечений. | 3 | 21.09., 27.09.,27.09. | |

| | | | | |
|----------|--|-----------|--|--|
| | Способы остановки кровотечений | | | |
| 2.5 | Перелом, виды переломов. Первая помощь при переломах. | 3 | 28.09., 04.10., 04.10. | |
| 2.6 | Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление носилок. | 4 | 05.10., 11.10., 11.10., 12.10 | |
| 3 | Пожарная безопасность | 9 | | |
| 3.1 | Пожар. Виды пожаров. | 1 | 18.10 | |
| 3.2 | Средства пожаротушения и их виды. | 2 | 18.10., 19.10 | |
| 3.3 | Действия во время пожара. Действия пожарного расчета. | 6 | 25.10., 25.10., 26.10., 01.11, 01.11., 02.11 | |
| 4 | Топография | 28 | | |
| 4.1 | Понятие о топографии. Значение топографии в хозяйстве и военном деле. Топографические условные знаки. Топографические карты. | 6 | 08.11., 08.11., 09.11., 15.11., 15.11., 16.11. | |
| 4.2 | Масштаб. Номенклатура. Рельеф местности и его изображение на картах. | 5 | 22.11., 22.11., 23.11, 29.11., 29.11. | |
| 4.3 | Приборы для ориентирования на местности. | 2 | 30.11., 06.12. | |
| 4.4 | Азимут. Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту. | 5 | 06.12., 07.12., 13.12., 13.12., 14.12. | |
| 4.5 | Ориентирование на местности. Определение сторон горизонта по местным признакам. | 4 | 20.12., 20.12., 21.12., 27.12. | |
| 4.6 | Определение расстояний на местности и на карте. | 6 | 27.12., 28.12., 10.01.2024г., 10.01., 11.01., 17.01. | |
| 5 | Автономное существование | 24 | | |
| 5.1 | Понятие об автономном существовании человека. План действия. Сигналы бедствия. | 6 | 17.01., 18.01., 24.01., 24.01., 25.01., 31.01. | |
| 5.2 | Добыча воды. Растительная пища. Животная пища. Ядовитые растения и грибы. | 10 | 31.01., 01.02., 07.02., 07.02., 08.02., 14.02., 14.02., 15.02., 21.02., 21.02. | |
| 5.3 | Добыча огня. Типы костров. Убежища. | 6 | 22.02., 28.02., 28.02., 29.02., 06.03., 06.03. | |
| 5.4 | Встреча с дикими животными. Следы и следопытство. Снаряжение и | 2 | 07.03., 13.03. | |

| | | | | |
|----------|---|-----------|--|--|
| | необходимый аварийный запас. | | | |
| 6 | Туристский маршрут с элементами спасательных работ | 29 | | |
| 6.1 | Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма. Спасательные работы. | 1 | 13.03. | |
| 6.2 | Инструктаж. Этапы маршрута. Правила соревнований. | 1 | 14.03. | |
| 6.3 | Экипировка, снаряжение личное и групповое | 2 | 20.03., 20.03. | |
| 6.4 | Узлы Страховка и самостраховка | 4 | 21.03., 27.03., 27.03.,28.03. | |
| 6.5 | Подготовка к походу, путешествию | 3 | 03.04., 03.04., 04.04. | |
| 6.6 | Питание в туристском походе | 2 | 10.04., 10.04. | |
| 6.7 | Туристские должности в группе | 2 | 11.04., 17.04. | |
| 6.8 | Переправы (навесная, параллельная и т.д.) Обычный и спортивный способ спуска, траверс склона. Способы переправы по бревну с перилами. Способы переправы по болоту. | 5 | 17.04., 18.04., 24.04., 24.04., 25.04. | |
| 6.9 | Правила движения в походе. Преодоление туристских препятствий | 5 | 08.05., 08.05., 15.05., 15.05., 16.05. | |
| 6.10 | Виды туристских соревнований. Соревнования юных спасателей. Подготовка к соревнованиям. | 1 | 22.05. | |
| 6.11 | Участие в соревнованиях, походе | 3 | 22.05., 23.05., 29.05. | |

| Год обучения | I полугодие | | II полугодие | | Всего учебных недель |
|--------------|-----------------------------|-----------|--------------|--------------------------------|----------------------|
| | Начало учебного года (дата) | 16 недель | 20 недель | Окончание учебного года (дата) | |
| 1 год | 1 сентября | У П | У И | 31 мая | 36 |

Условные обозначения:

У – учебные занятия по расписанию

П – промежуточная аттестация

И – итоговая аттестация

2.2 Условия реализации программы
Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации программы необходимы оборудованные места проведения занятий:

- учебный кабинет;
- спортивный зал;
- учебный природный полигон с пересеченным характером местности;
- учебный природный полигон с наличием спортивной карты местности;

Объединение дополнительного образования должно быть обеспечено необходимым снаряжением и оборудованием:

Перечень группового оборудования и снаряжения (на объединение):

| № | наименование | количество |
|-----|---|------------|
| 1. | Палатка с тентом | 5 |
| 2. | Тент кухонный | 1 |
| 3. | Котлы (комплект) | 1 |
| 4. | Таганок | 1 |
| 5. | Топор | 2 |
| 6. | Пила | 1 |
| 7. | Медаптечка | 1 |
| 8. | Ремнабор | 1 |
| 9. | Веревка основная 20 м. | 4 |
| 10. | Веревка основная 30 м | 4 |
| 11. | Веревка основная 40 м. | 3 |
| 12. | Веревка основная 60 м | 2 |
| 13. | Локальная петля | 10 |
| 14. | Карабин | 30 |
| 15. | Носилки | 1 |
| 16. | Волокуши | 1 |
| 17. | Проектор | 1 |
| 18. | Контрольные пункты, компостеры | 20 |
| 19. | Тренажер для отработки реанимационных действий «Гоша» | 1 |

Перечень личного оборудования и снаряжения (на 1 учащегося):

| №№ | наименование | количество |
|-----|---|------------|
| 1. | Рюкзак с вкладышем | 1 |
| 2. | Спальник | 1 |
| 3. | Коврик туристский | 1 |
| 4. | Личный набор посуды (кружка, ложка, миска, нож) | 1 |
| 5. | Компас | 1 |
| 6. | Страховочная система | 1 |
| 7. | Репшнур | 2 |
| 8. | Ус самостраховки | 2 |
| 9. | Карабин | 4 |
| 10. | Спусковое устройство | 1 |
| 11. | Жумар | 1 |
| 12. | Каска | 1 |
| 13. | Рукавицы брезентовые | 1 |
| 14. | Лыжи, лыжные ботинки, лыжные палки | 1 |
| 15. | Бахилы | 1 |

| | | |
|-----|---------------------|---|
| 16. | Маска ветрозащитная | 1 |
| 17. | Планшет для карты | 1 |

Кадровое обеспечение

Уровень образования педагога: педагог дополнительного образования, прошедший переподготовку по направлению «Инструктор детско-юношеского туризма», имеющий профильное образование.

2.3 Формы аттестации/контроля. Оценочные материалы.

Формы аттестации

Для оценки результативности обучения по дополнительной общеобразовательной программе «Школа безопасности» применяется входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

– Входной контроль (тест, беседы): определение исходного уровня знаний и умений.

– Текущий контроль (опрос, контроль за качеством выполненных изделий на практических занятиях): определение уровня усвоения изучаемого материала по темам.

– Промежуточный и итоговый контроль (выходное тестирование, выполнение практических заданий по изученным темам): Определение результатов работы и степени усвоения теоретических и практических знаний, умений и навыков, а также сформированности личностных качеств.

Оценочные материалы

По каждому показателю определено содержательное (словесное) описание градаций, соответствующее количественному выражению (высокий уровень, средний уровень, низкий уровень).

| Показатель | Уровни достижения | | |
|--|---|---|--|
| | Высокий – 3 балла | Средний – 2 балла | Низкий – 1 балл |
| Сформированность системы знаний по различным видам туризма | познакомился на практике с "дистанцией пешеходной" и "пешеходным маршрутом" (походом выходного дня), знает, чем отличаются, может перечислить этапы дистанции | познакомился на практике с "дистанцией пешеходной" и "пешеходным маршрутом" (походом выходного дня) | познакомился на тренировке с "дистанцией пешеходной" и "пешеходным маршрутом" в теории |
| Знания туристских возможностей и достопримечательностей | посещал и может рассказать и показать на карте Можгинского района более 2-х туристских объектов | посещал и может назвать 1-2 туристских объекта Можгинского района | посещал 1-2 туристских объекта Можгинского района |

| | | | |
|---|--|--|--|
| Умения, необходимые для организации безопасного совершения туристских мероприятий | всегда выполняет требования руководителя, знает и соблюдает правила техники безопасности | умеет выполнять требования руководителя, соблюдает правила техники безопасности | не всегда выполняет требования руководителя, соблюдает правила техники безопасности |
| Техника и тактика прохождения пешеходных дистанций | умеет разворачивать карту по компасу, ориентироваться по дорожной сети, справляется с прохождением всех этапов пешеходной дистанции | умеет разворачивать карту по компасу, справляется с прохождением всех этапов пешеходной дистанции | не может следить за ориентацией карты, испытывает затруднения на некоторых этапах пешеходной дистанции |
| Знание правил соревнований по спортивному туризму | не допускает нарушений правил старта и финиша | знает правила старта и финиша, но допускает ошибки на практике | плохо знает правила старта и финиша |
| Уровень физического развития | при выполнении упражнений следит за техникой даже на фоне усталости | старается правильно выполнять упражнения, но временами теряет самоконтроль | при выполнении упражнений отсутствует самоконтроль, выполняет только если на него смотрит педагог |
| Бережное отношение к природе | активно участвует в уборке леса, проявляет инициативу | участвует в уборке стоянки, полигона по первому требованию | отлынивает от уборки стоянки, полигона |
| Сформированность здорового образа жизни | понимает взаимосвязь между: здоровьем, активным движением, свежим воздухом, погодными условиями, соответствующей одеждой и действует правильно | выполняет требования педагога к форме одежды и поведению на занятии, как в помещении, так и на природе | неправильно одевается, мерзнет или мокнет из-за невыполнения указаний педагога, нарушения дисциплины |
| Самооценка | адекватно себя оценивает | в большинстве случаев адекватно | не умеет себя адекватно |

| | | | |
|--|--|----------------|-----------|
| | | себя оценивает | оценивать |
|--|--|----------------|-----------|

Примечания:

23-27 баллов – высокий уровень;

14-23 балла – средний уровень;

13-9 баллов – низкий уровень.

2.4 Методические материалы

Отличительной особенностью данной программы является ориентация на компетентный подход, позволяющий обучающимся развивать и наращивать предметные и межпредметные компетенции, необходимые для решения задач в туристско-краеведческой направленности.

Программой предусматриваются следующий методический инструментарий:

Формы организации учебной деятельности:

- групповая;
- индивидуальная (самостоятельная).

Формы занятий:

- практическое занятие;
- беседа, лекция.

Используемые методы в рамках занятий: кейс-метод, проектный метод, проблемное обучение, ТРИЗ-метод.

Виды учебной деятельности в рамках занятий:

- поиск и анализ информации;
- анализ и решение проблемных ситуаций;
- просмотр презентаций и видеороликов;
- участие в соревнованиях, походе;
- публичное выступление и защита.

В процессе выполнения самостоятельной работы можно выделить следующие уровни:

- познавательная деятельность обучающегося проявляется в узнавании, осмыслении, запоминании. Цель такого рода работ - закрепление знаний, формирование умений, навыков.
- реконструктивные самостоятельные работы. В ходе таких работ происходит перестройка решений, составление плана, тезисов, аннотирование.
- творческая самостоятельная работа требует анализа проблемной ситуации, получения новой информации. Обучаемый самостоятельно производит выбор средств и методов решения.

Рабочая программа воспитания.

Календарный план воспитательной работы

Гражданско-правовое воспитание

Основные задачи:

- Познакомить учащихся с правами и обязанностями школьников;
- Способствовать пониманию школьниками истинных духовных ценностей Отечества;
- Воспитание правовой культуры;
- Знакомство с правовыми нормами и процедурами;

- Выработка правовой культуры;
- Развитие отрицательного отношения к правонарушениям и изучение символики России, края, города, школы;
- Проведение мероприятий и акций, посвященных памятным и знаменательным датам российского, краевого и городского значения;
- Организация встреч с выпускниками школы, ветеранами воин, передовиками производства;

| № | Мероприятие | Задачи | Форма проведения | Дата |
|---|--|--|---------------------|----------|
| 1 | День солидарности в борьбе с терроризмом | Воспитание патриотизма, гражданственности, активной жизненной позиции | Беседа, презентация | Сентябрь |
| 2 | «Имею права» | Определить степень понимания подростками правовых терминов, уровень знания своих прав и свобод | Беседа | Декабрь |
| 3 | Беседа «Права и обязанности ребёнка» | Ознакомление детей с Конвенцией о правах ребенка. Определить степень понимания подростками правовых терминов | Беседа | Февраль |
| 4 | «Знаешь ли ты трудовое законодательство» | Выяснить с помощью компетентность в вопросах трудоустройства | Игра | Апрель |

Гражданско-патриотическое воспитание

Основные задачи:

- Создать условий комфортной среды, способствующей развитию культуры подрастающего поколения, его познавательной деятельности;
- Формировать у учащихся ключевых компетенций гражданско-патриотического воспитания: правовое самосознание, гражданственность и патриотические чувства и др.;
- Обучать школьников использованию ключевых компетенций гражданско-патриотического воспитания в социуме;
- Изучение истории России, символики, геральдики;
- Формировать гражданскую позицию учащихся

| № | Мероприятие | Задачи | Форма проведения | Дата |
|---|-------------|--------|------------------|------|
|---|-------------|--------|------------------|------|

| | | | | |
|---|---|--|--------------------------------------|---------|
| 1 | День народного единства России (день согласия и примирения) | Воспитание гражданско-патриотических начал в детях, расширение кругозора | Беседа, презентация | Ноябрь |
| 2 | Символика Российского государства | Формировать гражданскую позицию учащихся, любовь к Родине | Беседа, оформление уголка символики; | Декабрь |
| 3 | День защитника Отечества | Воспитание гражданско-патриотических начал в детях | Игры, конкурсы | Февраль |
| 4 | День Победы | Воспитание гражданско-патриотических начал в детях, уважение к ветеранам | Акция | Май |

Нравственно-этическое воспитание

Задачи:

- Воспитание культуры общения;
- Укреплять благоприятный климат в детском коллективе;
- Формировать представление учащихся об основных правилах поведения в обществе
- Ознакомление учащихся с общечеловеческими ценностями, с социальными нормами поведения;

| № | Мероприятие | Задачи | Форма проведения | Дата |
|---|---------------------------------------|--|---|----------|
| 1 | «Простые нормы нравственности» | воспитывать у детей понимание сущности сознательной дисциплины и культуры поведения. | Беседа | Сентябрь |
| 2 | День Учителя и день пожилого человека | Укрепление отношений между старшим и младшим поколениями | Концертная программа для ветеранов гимназии | Октябрь |

| | | | | |
|---|-------------------------|---|---------------------------------|--------|
| 3 | День отца и День Матери | Укрепление взаимоотношений в семье, повышение роли матери | Праздничная программа, чаепитие | Ноябрь |
|---|-------------------------|---|---------------------------------|--------|

Художественно-эстетическое воспитание

Основные задачи:

- Формировать художественно-эстетический вкус учащихся;
- Воспитывать у школьников чувство прекрасного, развивать их творческое мышление, художественные способности, формировать эстетические вкусы, идеалы;
- Стремление формировать свою среду, свои действия по эстетическим, культурным критериям;
- Ознакомление с поэзией, научить видеть прекрасное в повседневной жизни.
- Предполагаемый результат деятельности: умение видеть прекрасное в окружающей жизни, занятие детей одним из видов искусства в кружках художественного цикла, участие в художественной самодеятельности.

| № | Мероприятие | Задачи | Форма проведения | Дата |
|---|--------------------------------------|--|-------------------|----------|
| 1 | Некоторые правила хорошего тона | Учить детей хорошим манерам | Беседа | Сентябрь |
| 2 | «Как встречают Новый год на Востоке» | Способствовать развитию у детей познавательного интереса к традициям и обрядам встречи Нового года в странах Востока | Творческая работа | Декабрь |
| 3 | Беседа. Имидж делового человека. | Развивать умение оценивать себя со стороны, оценивать собственную значимость, свои личностные качества | Беседа | Март |

Экологическое воспитание.

Основные задачи:

- Формировать широкое экологическое мировоззрение школьников;
- Воспитывать убежденность в приоритете экологических ценностей над эгоистическими интересами отдельных личностей и групп;
- Сохранение окружающей среды как одного из важнейших факторов культурно-этического развития
- воспитание и развитие потребности в здоровом образе жизни, через формирование активной социальной позиции;

| № | Мероприятие | Задачи | Форма проведения | Дата |
|---|-------------|--------|------------------|------|
|---|-------------|--------|------------------|------|

| | | | | |
|---|---|---|-----------------------------------|---------|
| 1 | Мои друзья – витамины. | Дать понятие о пользе витамина для организма | Тест «Что ты знаешь о витаминах?» | Октябрь |
| 2 | «Береги родную природу» | Привлечение внимания учащихся бережному отношению к бережному | Беседа, конкурс рисунков | Декабрь |
| 3 | Формирование экологических традиций. 1 апреля – Международный день птиц | Формировать широкое экологическое мировоззрение школьников | Выставка рисунков | Апрель |
| 4 | «День Земли» | Развитие у детей эмоциональной отзывчивости, расширение кругозора | Беседа | Май |

Работа по профилактике и вредных привычек и пропаганда ЗОЖ

Основные задачи:

- Укрепление здоровья, повышение уровня физического развития и физической подготовленности учащихся;
- Формирование физических качеств, умений и навыков;
- Осознание здоровья как одной из главных жизненных ценностей

| № | Мероприятие | Задачи | Форма проведения | Дата |
|---|--------------------------------|---|--|-------------------|
| 1 | День здоровья школьников | Укрепление здоровья, повышение уровня физического развития и физической подготовленности учащихся | Беседа | Октябрь |
| 2 | «НЕТ – вредным привычкам» | Проводить профилактические мероприятия по предупреждению безнадзорности, табакокурения и других вредных привычек; | Беседа Конкурс рисунков по профилактике вредных привычек. Просмотр видеороликов. | Ноябрь Декабрь |
| 3 | День профилактики гриппа и ОРЗ | Пропаганда ЗОЖ, соблюдение правил личной гигиены | Беседа | Январь |

| | | | | |
|---|-------------------------|--|-------------------------------|--------|
| 4 | Всемирный день здоровья | Выработать потребность учащихся в постоянном пополнении своих знаний, в укрепление своего здоровья | Игры, викторины, соревнования | Апрель |
|---|-------------------------|--|-------------------------------|--------|

Работа с родителями

Задачи:

- Привлечь родителей к совместной организации досуга детей;
- Обсуждать с родителями проблему преступности среди несовершеннолетних;
- Выявление учет и работа социально незащищенных категорий
- Проведение культурно-массовых, спортивных мероприятий совместно с родителями;
- Формировать уважение к членам семьи;
- Организация работы с родителями.

| № | Мероприятие | Задачи | Форма проведения | Дата |
|---|---|---|---|-----------------|
| 1 | Родительское собрание. | Включенность родителей в дополнительное образование и жизнь гимназии, участие в работе родительского комитета, интересных встреч; | Родительское собрание | Октябрь |
| 2 | Индивидуальная работа с родителями | Привлечь родителей к совместной организации досуга детей; | Беседа | В течение года |
| 3 | Анкетирование. | Опрос. Формирование банка данных о детях и семьях, ведение социальных паспортов семей | Анкета, договор с родителями, заявление | Октябрь, ноябрь |
| 4 | Индивидуальная работа с неблагополучным и семьями и детьми асоциальными поведением. | Обсуждать с родителями проблему преступности среди несовершеннолетних; | Беседа | В течение года |

2.5 Список литературы

1. *Алексеев А.Л.* Питание в туристском походе. - М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. *Алешин В.М., Серебренников А.В.* Туристская топография. - М., Про-физдат, 1985.
3. *Амундсен Р.* Собрание сочинений. 1-5 том. Ленинград, изд. Главсев-морпути, 1937.
4. *Антропов К., Расторгуев М.* Узлы. - М., ЦДЮТур РФ, 1994.
5. *Аппенянский А.И.* Физическая тренировка в туризме. - М., ЦРИБ «Турист», 1989.
6. *Арсеньев В.К.* В дебрях Уссурийского края. - М.: Моск. рабочий, 1956.

7. *Баленко С.В.* Школа выживания. /Приложение к журналу «Зарубежное военное обозрение». - М., часть 1 - 1992, часть 2- 1994 г.
8. *Бардин К.В.* Азбука туризма. - М.: Просвещение, 1981.
9. *Березина Н., Лисе О., Самсонов С.* Мир зеленого безмолвия. - М.: Мысль, 1983.
10. *Берман А.Е.* Путешествия на лыжах. - М.: ФиС, 1968.
11. *Бринк И.Ю., Бондарец М.П.* Ателье туриста. - М.: ФиС, 1990.
12. *Варламов В.Г.* Основы безопасности в пешем походе. - М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
13. *Волков Н.Н.* Спортивные походы в горах. - М.: ФиС, 1974.
14. *Воловик В.Г.* Академия выживания. - М.: ТОЛК, 1996.
15. *Волович В.Г.* Как выжить в экстремальной ситуации. - М.: Знание, 1990.
16. *Выживание в экстремальных условиях.* - М.: ИПЦ «Русский раритет», 1993.
17. *Выживание /Сост. С.И.Коледа, П.Н. Драчев.* - Минск, 000 «Лазу-рак», 1996.
18. *Ганиченко Л.Г.* Котелок над костром. - М.: ИД «Вокруг света», 1994.
19. *Ганопольский В.И.* Организация и подготовка спортивного туристского похода. - М.: ЦРИБ «Турист», 1986.
20. *Григорьев В.Н.* Водный туризм. - М.: Профиздат, 1990.
21. *Губанов И.Л., Крылова И.Л., Тихонова В.Л.* Дикорастущие полезные растения СССР. - М.: Мысль, 1976.
22. *Захаров П.П.* Инструктору альпинизма. - М.: ФиС, 1988.
23. *Зорина Т.Г.* Школьникам о лесе. - М.: Лесная промышленность, 1971.
24. *Иванов Е.И.* Судейство соревнований по спортивному ориентированию. - М.: ФиС, 1978.
25. *Казанцев А.Л.* Организация и проведение соревнований школьников
26. по спортивному ориентированию на местности. - М.: ЦДЭТС МП РСФСР, 1985.
27. *Клан Я., Ванчур Б.* Грибы. - Прага, Артия, 1984.
28. *Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.Л.* Туристские слеты и соревнования. - М.: Профиздат, 1984.
29. *Константинов Ю.С.* Туристские слеты и соревнования учащихся. Изд. 2-е. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003.
30. *Константинов Ю.С.* Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей. - М.: ЦДЮТиК, 2001.
31. *Константинов Ю.С.* Детско-юношеский туризм. - М.: ФЦДЮТиК, 2006.
32. *Константинов Ю.С., Глаголева О.Л.* Уроки ориентирования. - М.: ФЦДЮТиК, 2005.
33. *Константинов Ю.С., Куликов В.М.* Педагогика школьного туризма. Изд. 2-е. - М.: ФЦДЮТиК, 2006.
34. *Коструб А.Л.* Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат, 1997.
35. *Кошельков С.Л.* Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
36. *Краткий справочник туриста.* - М.: Профиздат, 1985.
37. *Кублицкий Г.* Весь шар земной. - М.: Детская литература, 1986.
38. *Кук Ф.* Мое обретение полюса. - М.: Мысль, 1987.
39. *Куликов В.М.* Походная туристская игротка. Сборники №1, 2. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994.

40. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТур Минобразования России, 1997.
41. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
42. Лондон Д. Любовь к жизни. - Архангельск, Северо-Западное книжное издательство, 1977.
43. Лукоянов П.И. Лыжные спортивные походы. - М.: ФиС, 1988.
44. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
45. Обеспечение безопасности в водных путешествиях. - М.: ЦРИБ «Турист», 1976.
46. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности». - М.: Гуманит.-изд.центр ВЛАДОС, 2000.
47. Маслов А.Г. Организация работы и финансирование туристско - краеведческих объединений учащихся. - М.: ЦДЮТур Минобразования России, 1999.
48. Маслов А.Г., Константинов Ю.С. Программа обучения жизненным
49. навыкам в системе дополнительного образования. - М.; МТО-ХОЛ-ДИНГ, 2001.
50. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И А. Полевые туристские лагеря. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2000.
51. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. - М.: Академия, 2004.
52. Нурмиаа В. Спортивное ориентирование. - М.: ФСО РФ, 1997.
53. Огородников Б.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. - М.: ФиС, 1989.
54. Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристской группы. - М.: ЦРИБ «Турист», 1981.
55. Основы медицинских знаний учащихся /Под ред. М.И.Гоголева. - М.: Просвещение, 1991.
56. Параметры риска /Сост. Л.Репин. - М.: Молодая гвардия, 1987.
57. Пармузин Ю.Л. Тайга СССР. - М.: Мысль, 1985.
58. Попчиковский В.К). Организация и проведение туристских походов. - М.гПрофиздат, 1987.
59. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
60. Ропштейн Л.М. Школьный туристский лагерь. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1993.
61. Рыж.авский Г.Я. Биваки. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
62. Самодельное туристское снаряжение /Сост. П.И. Лукоянов. - М.: ФиС, 1986.
63. Словарь юного туриста /Сост. В.М.Куликов, Л.М.Ротштейн, Ю.В.Константинова. - М.: ФЦДЮТиК. 2004.
64. Справочник путешественника и краеведа /Под. ред. Обручева СВ. Том 1 и 2. - Гос. издательство географической литературы, 1949-50.
65. Столяренко А.М. Экстремальная психопедагогика. - М.: 2002.
66. Стрижев И.ОА. Тт/ристу о природе. - М.: Профиздат, 1986.
67. Туристская игротка. Вып. 3, 4. /Сост. Л.М.Ротштейн. - М.: ЦДЮ-ТиК, 2001,2003.
68. Туризм и краеведение. Сборник программ. - М.; Советский спорт, 2005.
69. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник для институтов и техникумов физической культуры. /Сост. Ганопольский В.И. - М.: ФиС, 1987.

70. *Тыкул В.И.* Спортивное ориентирование. Пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений. - М.: Просвещение, 1990.
71. *Усыскин Г.С.* В классе, в парке, в лесу. ~ М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
72. *Уховский Ф.С.* Уроки ориентирования. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
73. *Федоров Ф.В.* Дикорастущие пищевые растения. - Чебоксары, Чувашское книжное издательство, 1989.
74. *Федосеев Г.* Смерть меня подождет. - М.: Молодая гвардия, 1964.
75. *Шибяев Л.В.* В горах. Программированные задания. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
76. *Шибяев А.В.* Переправа. Программированные задания. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
77. *Шибяев А.В.* Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени? Умеете ли вы предсказывать погоду? - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
78. Школа альпинизма. - М.: ФиС, 1989.
79. *Штюрмер ЮЛ.* Общественно полезная работа самодеятельных туристов. - М.: ЦРИБ «Турист», 1990.
80. *Штюрмер ЮЛ.* Опасности в туризме, мнимые и действительные. - М.: ФиС, 1983.
81. *Штюрмер ЮЛ.* Профилактика туристского травматизма. - М.: ЦРИБ «Турист», 1992.
82. Энциклопедия туриста. - М.: Научное издательство «Большая Российская энциклопедия», 1993.
83. Интернет-ресурсы:
84. 1. <http://window.edu.ru/> единое окно доступа к образовательным ресурсам (информация о подготовке к урокам, стандарты образования, информация о новых учебниках и учебных пособиях).
85. 2. <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).
86. 3. <http://www.1september.ru> веб-сайт «Объединение педагогических изданий «Первое сентября» (статьи по основам безопасности жизнедеятельности в свободном доступе, имеется также архив статей).
87. 4. <http://www.school-obz.org/> – информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности. 34
88. 5. <http://www.km-school.ru/> Мультипортал компании «Кирилл и Мефодий».
89. 6. <http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях.
90. 7. <http://www.spas-extreme.ru/> Портал детской безопасности.
91. 8. www.rosolymp.ru. Всероссийская олимпиада школьников, в т.ч. по основам безопасности жизнедеятельности.

92. Список образовательных сайтов, используемых при подготовке и проведении занятий

93.

Название сайта

Совет безопасности РФ
 Министерство внутренних дел РФ
 МЧС России
 Министерство здравоохранения и соцразвития РФ
 Министерство обороны РФ
 Министерство образования и науки РФ

Электронный адрес

<http://www.scrf.gov.ru>
<http://www.mvd.ru>
<http://www.emercom.gov.ru>
<http://www.minzdrav-rf.ru>

<http://www.mil.ru>
<http://mon.gov.ru/>

| | |
|---|---|
| Министерство природных ресурсов РФ | http://www.mnr.gov.ru |
| Федеральная служба железнодорожных войск РФ | http://www.fsgv.ru |
| Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды | http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm |
| Федеральная пограничная служба | http://www.fps.gov.ru |
| Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности | http://www.gan.ru |
| Русский образовательный портал | http://www.gov.ed.ru |
| Федеральный российский общеобразовательный портал | http://www.school.edu.ru |
| Федеральный портал «Российское образование» | http://www.edu.ru |
| Портал компании «Кирилл и Мефодий» | http://www.km.ru |
| Образовательный портал «Учеба» | http://www.uroki.ru |
| Журнал «Курьер образования» | http://www.courier.com.ru |
| Журнал «Вестник образования» | http://www.vestnik.edu.ru |
| Издательский дом «Профкнига» | http://www.profkniga.ru |
| Издательский дом «1 сентября» | http://www.1september.ru |
| Издательский дом «Армпресс» | http://www.armpress.info |
| Издательство «Просвещение» | http://www.prosv.ru |
| Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября») | http://festival.1september.ru |
| Энциклопедия безопасности | http://www.opasno.net |
| Личная безопасность | http://personal-safety.redut-7.ru |
| Образовательные ресурсы Интернета | http://www.alleng.ru |
| Безопасность жизнедеятельности | |
| «Мой компас» (безопасность ребёнка) | http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det |

