

РАССМОТРЕНА

на заседании методического совета

от «24» апреля 2024 г.

Протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ лицея №1

П.В. Воронин

«25» апреля 2024г.

Приказ № Л1-13-261/4

Подписано электронной подписью

Сертификат:

02D0E4FADD448311BC49D208328A26F4

Владелец:

Воронин Павел Владимирович

Действителен: 22.03.2023 с по 14.06.2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
туристско-краеведческой направленности  
«Школа безопасности»

Срок реализации: 1 год  
Возраст обучающихся: 12-13 лет  
Автор-составитель программы:  
Волкова Г.А., педагог  
дополнительного образования

г. Сургут, 2024

## **Аннотация программы.**

Дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Школа безопасности» разработана для учащихся 12-13 лет (6-7 класс), педагог дополнительного образования Волкова Галина Александровна. Срок реализации 1 год/ 34 недели/ 2 час в неделю/ 68 часов в год.

Программа «Школа безопасности» способствует умению детей самостоятельно адаптироваться в экстремальных условиях, она охватывает одновременно несколько образовательных областей, уделяя основное внимание, прежде всего вопросам самовыживания и предотвращения опасных ситуаций. Отличительная особенность программы «Школа безопасности» в том, что благодаря соревнованиям и походам актуализируется процесс достижения целей самым эффективным способом; вырабатывается самостоятельность принятия решений и взятие на себя ответственности за эти решения, необходимость быстрого технического и тактического ориентирования в возникающих ситуациях вырабатывает гибкость и вариативность мышления.

Особенностью программы является то, что содержание программы спланировано по принципу от простого к сложному, чтобы помочь обучающимся постепенно, шаг за шагом освоить основные принципы безопасного поведения.

**ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ**

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения лицея №1

Название программы	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности»
Направленность программы	Туристско-краеведческая
Уровень программы	Базовый
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Волкова Галина Александровна, педагог дополнительного образования, высшая квалификационная категория
Год разработки	2024г.
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Директором МБОУ лицея №1 Приказ № Л1- 13-261/4 «25» апреля 2024г.
Информация о наличии рецензии	отсутствует
Цель	Формирование у обучающихся ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях
Задачи	<b>Обучающие:</b> 1. Сформировать навыки и умения безопасного нахождения в природной среде во время походов, экспедиций, соревнований. 2. Научить рациональными приёмам преодоления естественных препятствий. <b>Развивающие:</b> 1. Способствовать развитию устойчивого интереса к выбранной деятельности. 2. Развивать мышление, внимание, память. <b>Воспитательные:</b> 1. Содействовать созданию коллектива единомышленников. 2. Воспитывать самостоятельность, ответственность.
Планируемые результаты освоения программы	- <b>Личностные</b> результаты: – усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в экстремальных ситуациях, угрожающих здоровью и жизни; – готовность и способность к саморазвитию и

реализации творческого потенциала;

– коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со взрослыми и сверстниками в процессе образовательной, общественно полезной, творческой и других видов деятельности;

**Метапредметные** результаты:

– самостоятельно (с помощью педагога) определять цели обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

– осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в экстремальных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

– определять понятия, самостоятельно выбирать основания и критерии, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы;

**Предметные** результаты:

Обучающиеся должны знать:

- основы топографии;
- устройство и принцип работы компаса и курвиметра;
- способы определения сторон горизонта;
- опасные факторы пожара;
- способы оповещения и алгоритм действий при пожаре;
- основы безопасного поведения на водоёмах;
- назначение и принцип действия средств индивидуальной защиты органов дыхания;
- общие принципы оказания доврачебной помощи при травмах и ранениях;

Обучающиеся должны уметь:

- читать топографические знаки;
- работать с топографической картой и компасом;
- пользоваться курвиметром;
- определять стороны горизонта разными

	<p>способами;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пользоваться подручными средствами пожаротушения и порошковым огнетушителем.</li> </ul>
Срок реализации программы	1 год
Количество часов в неделю/год	2 часа в неделю 68 часов в год
Возраст обучающихся	12-13 лет
Формы занятий	Занятия в объединении проводятся в следующих формах: спортивная тренировка, лекция, практическая работа, консультация, поход, экскурсия, соревнования, собеседование.
Методическое обеспечение	<ul style="list-style-type: none"> <li>-видеофильмы спортивной, туристской направленности;</li> <li>-картографический материал (карты, атласы, схемы);</li> <li>-плакаты, карточки по тематике программы;</li> <li>-инструктаж по технике безопасности при проведении занятий;</li> <li>-учебные материалы;</li> </ul>
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-помещение для занятий группы 12-15 человек;</li> <li>-туристское снаряжение;</li> <li>-спортивный инвентарь;</li> <li>-фотоаппарат;</li> <li>-альпинистское снаряжение</li> <li>-ИКТ</li> </ul>

## Пояснительная записка

### Введение

Туристская деятельность во всех её формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. Вовлечение обучающихся в туристско-краеведческую деятельность позволяет педагогу решать одновременно, в комплексе, вопросы обучения, воспитания, оздоровления, профессиональной ориентации и социальной адаптации подростков, формирования навыков здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Школа безопасности» разработана на основе следующих нормативных документов

1. [Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»](#) (с изменениями).

2. [Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»](#).

3. [Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»](#).

4. [Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»](#).

5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации Утверждено распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403709682/>

6. Региональный проект «Успех каждого ребенка» от 20 июня 2019 года Региональный проект «Успех каждого ребенка» <https://iro86.ru/index.php/component/k2/item/16862-regionalnyj-proekt-uspek-kazhdogorebenka>

7. Письмо Министерства просвещения РФ от 18 августа 2022 г. N 05-1403 "О направлении методических рекомендаций" Письмо Министерства просвещения РФ от 18.08.2022 N 05-1403 "О направлении методических рекомендаций" <https://legalacts.ru/doc/pismo-minprosveshchenija-rossii-ot-18082022-n-05-1403-onapravlenii/>

8. Устав МБОУ лица №1 <http://lic1.admsurgut.ru/storage/app/uploads/public/623/bde/764/623bde7640894895832146.pdf>

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы осуществляется за пределами Федеральных государственных образовательных стандартов и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам.

### **Актуальность программы**

Актуальность данной программы обусловлена её практической значимостью. Дети могут применить полученные знания и практический опыт в походах, выживании в природных условиях, в экстремальных ситуациях, соревнованиях по спортивному туризму, спортивному ориентированию и в соревнованиях образовательных учреждений «Школа безопасности» разных уровней.

### **Направленность программы**

Дополнительная общеразвивающая программа «Школа безопасности» имеет туристско-краеведческую направленность.

**Уровень освоения программы:** базовый.

### **Отличительные особенности данной программы**

Занятия туризмом и спортом немыслимы вне коллектива. Поэтому ребенок в процессе обучения получает практические навыки межличностного общения. В туристско-краеведческой и физкультурно-спортивной деятельности, как ни в какой другой, дети на практике вырабатывают чувство личной ответственности, в том числе и за безопасность - свою личную и коллективную. Таким образом, обучающиеся в объединении дети получают возможность совершенствования навыков общения, поведения в социуме как в обычных, так и в экстремальных условиях. Этим представленный вариант программы отличается от всех предыдущих.

### **Адресат программы**

Программа предназначена для изучения воспитанниками объединения дополнительного образования в возрасте от 12 до 13 лет (6-7 класс), 20 обучающихся в группе.

### **Новизна программы**

В программу обучения введен социально-психологический блок знаний, который призван способствовать осознанному развитию определенных качеств личности, формированию умений и навыков в области коммуникативной компетентности, умения моделировать свое будущее

**Срок реализации программы:** Программа «Школа безопасности» реализуется в течение 1 года.

**Объем программы.** Занятия проводятся из расчёта: 34 учебных недели, 68 часов в год.

**Режим занятий:** 2 часа в неделю

**Формы обучения** Занятия в объединении проводятся в следующих формах: спортивная тренировка, лекция, практическая работа, консультация, поход, экскурсия, соревнования, собеседование. Умения и навыки отрабатываются на занятиях в помещении (класс, спортзал) и на местности (на пришкольном участке, стадионе, в парке «Кедровый лог»).

**Цель** дополнительной образовательной программы «Школа безопасности»: формирование у обучающихся ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях

**Задачи:**

**Образовательные:**

1. Сформировать навыки и умения безопасного нахождения в природной среде во время походов, экспедиций, соревнований.
2. Научить рациональными приёмам преодоления естественных препятствий.

**Развивающие:**

1. Способствовать развитию устойчивого интереса к выбранной деятельности.
2. Развивать мышление, внимание, память.

**Воспитательные:**

1. Содействовать созданию коллектива единомышленников.
2. Воспитывать самостоятельность, ответственность.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ  
УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

№	Тема	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	Всего часов	
1	Вводное занятие. Знакомство с программой. Инструктаж по ТБ.	1	3	4	Беседа
2	Основы гигиены -первая -доврачебная помощь.	2	4	6	Практическое занятие, тестирование
3	Основы туристской подготовки.	4	8	12	Беседа, тестирование
4	Специальная туристская подготовка.	4	8	12	Практическое занятие
5	Топография ориентирование	2	8	10	Тестирование
6	Краеведение	2	8	10	Беседа
7	Игры, тренинги	-	8	8	Игра
8	Контрольные испытания	-	4	4	Слет
9	Итоговое занятие.	-	2	2	Тестирование
	<b>Всего</b>	15	53	68	

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

*1. Вводное занятие.*

Теория: Введение в дополнительную общеобразовательную программу «Школа безопасности»: знакомство с правилами безопасного поведения. Виды туризма,



характеристика каждого вида. Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива. Техника безопасности на занятиях.

Практика: Игра по станциям «Школа безопасности», знакомство в игровой, занимательной форме с «уроками выживания», игры на знакомство и сплочение, Вводное тестирование по основам туристской подготовки, знаний проживания в природной среде, природы и истории родного края.

## *2. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.*

Теория: Возможные опасности в походе. Меры безопасности. Опасности, обусловленные природой Западной Сибири: рельеф, болота, реки, грозы, метели, низкие температуры, Ядовитые грибы, растения. Хищные звери, змеи, насекомые. Опасности, связанные с действиями человека. Основные причины возникновения аварийных ситуаций в походах. Профилактика несчастных случаев.

Личная гигиена туриста. Профилактика заболеваний.

Личная гигиена на занятиях туризмом. Гигиена тела. Одежды и обуви. Меры профилактики характерных для пешего туризма заболеваний. (клещевой энцефалит, туляремия и т.п.).

Состав походной аптечки, назначения лекарств. Хранение, транспортировка и пополнение аптечки. Индивидуальная аптечка туриста. Наиболее распространённые в нашей местности лекарственные травы, их применение.

Практика: Основные приёмы по оказанию первой доврачебной помощи в природных условиях. Помощь при тепловом и солнечном ударе, пищевых отравлениях и их профилактика. Ожоги, обморожения, как их избежать. Первая помощь при укусах клещей. Основные приёмы транспортировки пострадавшего.

## *3. Основы туристской подготовки.*

Теория: История развития туризма в России. Туристские нормативы. Нормативные требования к походам. Классификация походов по степеням сложности. Нормативные требования на значок «Юный турист», «Турист России», разряды по туризму.

Личное и групповое снаряжение. Типы рюкзаков; правила размещения предметов в рюкзаке. Туристские должности в походе.

Требования к туристскому снаряжению. Перечень личного снаряжения. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Уход за снаряжением.

Перечень группового снаряжения. Правила установки палатки. Уход за групповым снаряжением.

Должности в походе постоянные и временные. Костры и их типы. Правила разведения костра. Костровое хозяйство.

Питание в туристском походе. Приготовление пищи на костре. Набор продуктов для приготовления пищи на костре и для перекуса.

Практика: Укладка рюкзака, установка палатки.

## *4. Специальная туристская подготовка.*

Теория: Узлы, применяемые в туризме. Типы узлов. Что такое страховочная система и как ею пользоваться.

Практика: Вязка узлов. Работа с основной веревкой, страховочной системой.

## *5. Топография и ориентирование.*

Теория: Типы компасов и правила работы с ними. Ориентирование на местности по

местным предметам, созданным природой и людьми, по растительности. Топографические карты, их виды, масштаб, топографические знаки. Ориентирование с помощью карты, с компасом и без него.

Практика: Работа с картой и компасом. Ориентирование. Определение расстояний. Игры по топографическим знакам.

#### *6. Краеведение.*

Теория: «От Ханты-Мансийска до Сургута» Когда, где, кем было основано поселение Сургут, значение названия «Сургут», основатели города, основные вехи истории, «Окрестности Сургута» - знакомство детей с окрестностями города.

«Улицы Сургута рассказывают»- знакомство с центральными и историческими улицами города: Республики, Ленина, и др.

Практика: Конкурсная игровая познавательная программа «Сургут – нефтяная столица

#### *7. Игры, тренинги.*

Теория: Значение игры в походе. Основные правила игровой деятельности.

Практика: Игры с разделением на команды и без разделения. Игры на внимание, сообразительность и координацию. Туристские игры, конкурсы, эстафеты.

Психологические игры и тренинги по сплочению коллектива («веревочный курс»).

#### *8. Контрольные испытания.*

Практика

#### *9. Итоговое занятие. Контрольные испытания.*

Практика: игра по станциям «Посвящение в юные туристы», каждая мини-группа проходит станции по своему маршрутному листу, выполняя задания по изученному материалу. Разбор ошибок и подведение итогов.

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### *Личностные* результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в экстремальных ситуациях, угрожающих здоровью и жизни;
- готовность и способность к саморазвитию и реализации творческого потенциала;
- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со взрослыми и сверстниками в процессе образовательной, общественно полезной, творческой и других видов деятельности;

#### *Метапредметные* результаты:

- самостоятельно (с помощью педагога) определять цели обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в экстремальных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- определять понятия, самостоятельно выбирать основания и критерии, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы;

*Предметные* результаты: по итогам освоения программы обучающиеся должны

знать:

- основы топографии;
- устройство и принцип работы компаса и курвиметра;
- способы определения сторон горизонта;
- опасные факторы пожара;
- способы оповещения и алгоритм действий при пожаре;
- основы безопасного поведения на водоёмах;
- назначение и принцип действия средств индивидуальной защиты органов дыхания;
- общие принципы оказания доврачебной помощи при травмах и ранениях;

Обучающиеся должны уметь:

- читать топографические знаки;
- работать с топографической картой и компасом;
- пользоваться курвиметром;
- определять стороны горизонта разными способами;
- пользоваться подручными средствами пожаротушения и порошковым огнетушителем.

#### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

1 полугодие			2 полугодие			итого	
Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Кол-во недель	Кол-во часов
02.09-31.12.2024	16	32	09.01-31.05.2025	18	36	34	68
Сроки организации промежуточного контроля						Формы контроля	
14.12.2024 – 29.12.2024			17.05.2025 – 31.05.2025			игра, соревнование	

#### Условия реализации программы

*Методическое обеспечение программы*

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

- Теория.
- Практика.
- Контрольные нормативы, соревнования.

Средства обучения

- Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения.
- Подготовительные упражнения
- Игры
- Упражнения для обучения технике двигательного действия.

Методы овладения спортивной техникой

Метод слова – беседы, лекции, объяснения, образные объяснения.

Метод показа – демонстрация в целом, по деталям, в целом.

Метод непосредственной помощи тренера-преподавателя  
– обучение исходным положениям, позам, элементам техники.

*Материально-техническое* обеспечение программы:

1. Кабинет: соответствующий санитарно-гигиеническим нормам освещения и температурного режима;

2. Оборудование: столы и стулья для теоретических и практических занятий, аптечка.

3. Технические ресурсы:

- Компьютер

- экран,

- проектор,

- магнитофон.

4 Внешние условия: Сотрудничество со службами безопасности и оказания помощи.

5. Инструменты и приспособления:

- плакаты по ориентированию, выживанию, оказания медицинской помощи;

- аптечка; подручные средства оказания помощи.

**Кадровое** обеспечение: педагог дополнительного образования, соответствующий Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утверждён приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 05.05.201898н).

Ресурсное обеспечение.

Для успешной реализации программы имеется:

– Помещение в соответствии с нормами СанПин, с хорошим естественным и искусственным освещением.

Компьютерное оборудование: экран, проектор, ноутбук.

Учебное оборудование: столы, стулья, магнитная доска (для теоретических знаний), оборудованная площадка для занятий на улице;

компасы, карты; палатки; рюкзаки; страховочные системы; верёвки; страховочные приспособления (карабины, жумары, восьмёрки); котлы.

– видеоматериалы по тематике занятий;

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

*Формы итогового контроля*

Контрольные испытания проводятся в начале и в конце программы в различных формах.

Формы контроля: Наблюдение, опрос;

Вводное тестирование по основам туристской подготовки, знаний проживания в природной среде, природы и истории родного края;

– Игра по станциям «Посвящение в юные туристы», каждая мини-группа проходит станции по своему маршрутному листу, выполняя задания по изученному материалу.

Показатели освоения программы:

уровень теоретических основ туризма, краеведения и первой медицинской помощи;

уровень практических основ туризма, краеведения и первой медицинской помощи; общение и взаимодействие со сверстниками: развитие чувства товарищества, взаимовыручки;

дисциплинированность; самоконтроль.

Критерием оценки является 5-ти балльная шкала.

Критерии оценки по 5 балльной системе:

5 баллов ставится в том случае, если все показатели подтверждены (высокий уровень)

4 балла – все показатели в норме, но есть два-три недочета (средний уровень);

3 балла – если ребенок плохо усвоил программу, не справляется с показателями (низкий уровень).

Методики, позволяющие определить достижение учащимися планируемых результатов: карта личностного роста, индивидуальная карточка учета результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе, схема самооценки «Мои достижения»

Литература для педагога:

1. Бардин К.В. Азбука туризма.- М.Просвещение,2021г.
2. Куликов В.М. Походная туристская игротека. – Сб.№1 – М.ЦРИБ «Турист», 2021г.
3. Основы медицинских знаний учащихся (под ред. Гоголева – М. Просвещение,2021г.)
4. Петрусинский В.В. Игры-обучение, тренинг, досуг: сборник сценариев.- М.: «Новаяшкола», 2022
5. Прутцманн П. Дружный класс как маленькая планета. - СПб.: ООО «Светлячок», 2019
6. Сизанов А. Тесты и психологические игры. Ваш психологический портрет. - Мн.:Полымя, 2020
7. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения:практическое пособие; в 4-х томах. - М.: Генезис, 2019
8. Школьный психолог, 2020
9. Юньев И.С. Краеведение и туризм. М. Знание, 2021г.

Литература для обучающихся:

- 1 Бардин К.В. Азбука туризма.- М.Просвещение, 2021г.
- 2 Берман А.Е. Юный турист. - М. ФиС,2021г.
- 3 Куликов В.М. Походная туристская игротека. – Сб.№1 – М.ЦРИБ «Турист», 2022г.
- 4 Энциклопедия туриста. – М. Большая Российская энциклопедия, 2023г.

Литература для родителей:

- 1 Берман А.Е. Юный турист. - М. ФиС,2021г.
- 2 Энциклопедия туриста. – М. Большая Российская энциклопедия, 2023г.