

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. СТАРАЯ ПОРУБЁЖКА  
ПУГАЧЕВСКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ ИМЕНИ ГЕРОЯ  
СОВЕТСКОГО СОЮЗА И.И. ЛОБОДИНА»**

<p>«РАССМОТРЕНО» на заседании педагогического совета Протокол от № <u>10</u> от <u>30.12.22</u></p>	<p>«УТВЕРЖДАЮ» директор МОУ «СОШ с. Старая Порубёжка им. И.И. Лободина» _____ М.В. Артёмова Приказ от <u>30.12.22</u> № <u>129</u></p> 
---	---

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ МЧС»  
Возраст обучающихся 14-17 лет.  
Срок реализации – 2 года.**

**Автор-составитель:  
педагог дополнительного образования  
Никитина Наталия Анатольевна**

**2022 г**

Данная программа социально-педагогической направленности

### **Пояснительная записка.**

**Актуальность и новизна программы** обусловлена необходимостью формировать профильный уровень культуры безопасности жизнедеятельности, в рамках реализации федерального проекта «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» (срок реализации проекта 01.01.2021 - 31.12.2024 г.) и на основе программы первоначальной подготовки спасателей МЧС России.

Программа направлена на формирование поведенческих навыков, обеспечивающих защиту жизни и здоровья обучающегося.

Подготовка обучающегося к встрече с экстремальными ситуациями и грамотным действиям при их возникновении - одна из составляющих обеспечения его успешной, благополучной и безопасной жизни.

Новизна программы заключается в сочетании практико - ориентированных занятий с психологическими тренингами.

### **Педагогическая целесообразность**

Предполагается, что обучающиеся овладеют знаниями и навыками сохранения и укрепления здоровья, правилам оказания первой доврачебной помощи, участия в мероприятиях гражданской обороны при ЧС и ЧП.

Определению и закреплению профориентационных склонностей направленных на освоение в дальнейшем профессий профиля МЧС, медицинских специальностей.

### **Цель программы:**

Сформировать у детей сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности, практических навыков и умений поведения в экстремальных ситуациях, стремления к здоровому образу жизни, совершенствование морально-психологического состояния и физического развития.

### **Задачи:**

- выработать и совершенствовать новые формы и методы подготовки молодежи к безопасному поведению в экстремальных ситуациях, развития ее заинтересованности в предотвращении возможных ЧС;
- пропагандировать и популяризировать среди молодежи здоровый образ жизни;

- формировать общественное мнение в поддержку движений: «Юный инспектор дорожного движения», «Школа безопасности», «Юный спасатель» и вовлекать в них возможно большее число детей и подростков.

### Организационно-педагогические основы обучения

Содержание, структура программы соответствует возрастным особенностям обучающихся 14-17 лет.

Программа рассчитана на 2 года (136 часов) обучения, занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа, с общим охватом 68 часов в год.

### Планируемые результаты

Результаты	<i>Планируемые результаты (характеристики) ООП</i>
<b>Личностные</b>	<p><b>Самоопределение:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;</li> <li>- экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;</li> <li>- осознание ответственности человека за общее благополучие,</li> <li>- гуманистическое сознание,</li> <li>- социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам,</li> <li>- начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.</li> </ul> <p><b>Смыслообразование:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий,</li> <li>- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.</li> </ul> <p><b>Нравственно-этическая ориентация:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций,</li> <li>- этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость,</li> </ul>
<b>Познавательные УУД</b>	<p><b>Общеучебные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать общие приёмы решения задач;</li> <li>- выбирать наиболее эффективные способы решения задач;</li> <li>- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;</li> <li>- ставить и формулировать проблемы;</li> <li>- самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</li> <li>- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера;</li> <li>- узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов.</li> </ul>

	<p><b>Знаково-символические:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для решения задач;</li> </ul> <p><b>Информационные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах (текст, рисунок, таблица, диаграмма, схема);</li> <li>- обработка информации</li> <li>- анализ информации;</li> <li>- передача информации (устным, письменным, цифровым способами);</li> <li>- оценка информации (критическая оценка, оценка достоверности).</li> </ul> <p><b>Логические:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков;</li> <li>- синтез;</li> <li>- сравнение,</li> <li>- классификация по заданным критериям;</li> <li>- установление аналогий;</li> <li>- установление причинно-следственных связей;</li> <li>- построение рассуждения;</li> <li>- обобщение.</li> </ul> <p><b>Оценка:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, определять качество и уровня усвоения;</li> <li>- устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели;</li> </ul> <p><b>Саморегуляция:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- активизация сил и энергии, к волевому усилию в ситуации мотивационного конфликта;</li> </ul>
<p><b>Коммуникативные УУД</b></p>	<p><b>Инициативное сотрудничество:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач,</li> <li>- ставить вопросы,</li> <li>- обращаться за помощью,</li> <li>- формулировать свои затруднения;</li> <li>- предлагать помощь и сотрудничество;</li> </ul> <p><b>Планирование учебного сотрудничества:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять цели, функции участников, способы взаимодействия;</li> <li>- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;</li> <li>- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;</li> </ul> <p><b>Взаимодействие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формулировать собственное мнение и позицию;</li> <li>- задавать вопросы;</li> <li>- строить понятные для партнёра высказывания;</li> <li>- строить монологичное высказывание;</li> <li>- вести устный и письменный диалог в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка;</li> <li>- слушать собеседника;</li> </ul>

	<p><b>Управление коммуникацией:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять общую цель и пути ее достижения;</li> <li>- осуществлять взаимный контроль,</li> <li>- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих,</li> <li>- оказывать в сотрудничестве взаимопомощь;</li> <li>- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.</li> </ul>
--	--

### **Формы диагностики**

Аттестация учащихся проходит в форме защиты и презентации индивидуальных и групповых проектов.

#### ***Оценочные материалы***

- Демонстрация результата участие в проектной деятельности в соответствии взятой на себя роли;
- экспертная оценка материалов, представленных на защиту проектов;
- тестирование;
- фотоотчеты и их оценивание;
- подготовка мультимедийной презентации по отдельным проблемам изученных тем и их оценивание.

#### ***Методические материалы***

Образовательный процесс по данной программе предполагает очное обучение.

#### ***Методы обучения и воспитания***

*Методы обучения:*

1. Кейс-метод.
2. Проектно-конструкторские методы.
3. Метод проблемного обучения.
4. Наглядный метод.

*Методы воспитания:*

1. Стимулирование.
2. Мотивация.
3. Метод дилемм.

#### **Формы организации образовательного процесса**

Программа разработана для группового обучения.

#### ***Формы организации учебного занятия***

Занятия предполагают теоретическую и практическую часть.

- на этапе изучения нового материала – лекция, объяснение, рассказ, демонстрация, игра;

- на этапе практической деятельности – учебно – тренировочные занятия;
- на этапе освоения навыков – практическая работа;
- на этапе проверки полученных знаний – публичное выступление с демонстрацией результатов работы, рефлексия;
- встречи с представителями ГИБДД, государственной противопожарной службы МЧС России, МВД, ГО и ЧС города, комитета по здравоохранению;
- соревнования, походы;
- взаимосоотрудничество старших и младших ребят;
- инструкторская и судейская практика.

### ***Педагогические технологии***

Данная программа основывается на решении кейс-технологии и технологии проектной деятельности, которые подразумевают коллективную работу в малых группах.

### ***Алгоритм учебного занятия***

1. Организационный момент.
2. Объяснение задания.
3. Практическая часть занятия.
4. Подведение итогов.
5. Рефлексия.

### **Содержание программы Учебно-тематический план.**

№п\п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
<b>1. Основы туристской подготовки- 22 часа</b>				
1.1.	Туристские путешествия, история мирового развития туризма	2	2	
1.2.	Личное и групповое туристское снаряжение	2		2
1.3.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	2		2
1.4.	Подготовка к походу, путешествию	2		2
1.5.	Организация питания в туристском многодневном походе.	2		2
1.6.	Техника и тактика в туристском походе	2		2
1.7.	Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях рекомендуемых МЧС	2		2
1.8.	Туристские слеты и соревнования	2		2
1.9.	Ликвидация аварийных ситуаций в	2	3	

	походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе			
1.10.	Действия группы ликвидации аварийных ситуаций	2		2
1.11.	Судейство туристского слёта	2	1	1
<b>2. Топография и ориентирование - 20 часов</b>				
2.1.	Топографическая и спортивная карта	4	2	2
2.2.	Компас. Работа с компасом	4		4
2.3.	Измерение расстояний	4		4
2.4.	Способы ориентирования	2		2
2.5.	Ориентирование по местным приметам. Действия в случае потери ориентировки	4		4
2.6.	Соревнования по ориентированию, организация и судейство.	2		2
<b>3. Краеведение-5 часов</b>				
3.1.	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	2	2	
3.2.	Изучение района путешествия	1		1
3.3.	Общественно-полезная работа в социально значимых мероприятиях охраны природы и памятников культуры	2	2	
<b>4. Основы медицинских знаний- 38 часов</b>				
4.1.	Профилактика травматизма и заболеваний – проведение мероприятий данной тематики в младших классах	10	4	6
4.2.	Средства оказания первой медицинской помощи	4	4	
4.3.	Первая медицинская помощь при травмах	8	2	6
4.4.	Первая медицинская помощь при острых состояниях и несчастных случаях	10	4	6
4.5.	Психологическая помощь людям в экстремальных ситуациях	6	2	4
<b>5. Основы противопожарной подготовки - 36 часов</b>				
5.1.	Средства пожаротушения	10	4	6
5.2.	Изолирующие противогазы и дыхательные аппараты	8	2	6
5.3.	Первая помощь при ожогах и отравлении угарным газом	8	2	6
5.4.	Пожарные автомобили ипожарное оборудование. Организация эвакуации из горящего здания.	10	4	6
<b>6. Начальная специальная подготовка-15 часов</b>				
6.1.	Чрезвычайные ситуации природного и	2	2	

	техногенного характера			
6.2.	Человек и окружающая среда. Факторы риска в современной техногенной среде	2	2	
6.3.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС	2	2	
6.4.	Организация оказания помощи людям в условиях природной среды	7	2	5
6.5.	Спасательные работы МЧС.	2	2	
	<b>Итого: 136 часа</b>			

## Содержание учебно-тематического плана

### 1. Основы туристской подготовки

#### 1.1. Туристские путешествия. История развития туризма.

Роль туристских походов, путешествий, экскурсий в формировании характера человека, воспитании патриотизма, углублении знаний, полученных в школе, приобретении трудовых навыков, воспитании самостоятельности, чувства коллективизма.

История развития туризма в России. Влияние государства и общественных организаций на развитие туризма. Современная организация туризма в стране. История развития детско–юношеского туризма в стране и в родном городе, районе. Туристские традиции своего коллектива. Знакомство с туристами–земляками.

Виды туризма: пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида туризма.

#### 1.2. Личное и групповое снаряжение

Требования к туристскому снаряжению; прочность, легкость, безопасность и удобство в эксплуатации, гигиеничность, эстетичность. Групповое и личное снаряжение туриста. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода. Обеспечение влагонепроницаемости рюкзака, палатки. Обувь туриста и уход за ней. Сушка и ремонт одежды и обуви в походе. Кухонное оборудование для летних и зимних условий.

Снаряжение для краеведческой работы. Специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабины, репшнуры,

#### Практические занятия

Комплектование личного и общественного снаряжения. Подгонка личного снаряжения. Изготовление, усовершенствование и ремонт снаряжения.

#### 1.3. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги

Требования к месту бивака:

— жизнеобеспечение — наличие питьевой воды, дров;



— безопасность — удаленность от населенных пунктов, расположение на высоких берегах рек, отсутствие на территории бивака сухих и гнилых деревьев;

— комфортность — продуваемость поляны, освещенность утренняя солнцем, красивая панорама.

Организация бивака в безлесной зоне, в горах.

Установка палатки в различных условиях.

Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания. Разведение костра в сырую погоду, при сильном ветре, в сильном тумане.

Хранение кухонных и костровых принадлежностей, топора, пилы.

Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды.

Правила работы дежурных по кухне.

### ***Практические занятия***

Выбор места бивака. Самостоятельная работа по разворачиванию и свертыванию лагеря. Установка палаток в различных условиях. Заготовка дров — работа с пилой и топором.

### **1.4. Подготовка к походу, путешествию**

Подбор группы и распределение обязанностей.

Оформление походной документации. Утверждение маршрутов многодневных походов в МКК. Смотр готовности группы, его цели.

Подготовка снаряжения.

Смета расходов на подготовку и проведение похода.

### ***Практические занятия***

Изучение маршрутов учебно–тренировочных и зачетного (летнего) походов.

Составление подробного плана–графика похода. Заполнение маршрутной документации. Составление сметы расходов.

### **1.5. Питание в туристском походе**

Значение, режим и особенности питания в многодневном походе.

Калорийность, вес и нормы дневного рациона.

Способы уменьшения веса дневного рациона: использование сухих и сублимированных продуктов, ягод, грибов, свежей рыбы, съедобных растений.

Изменение режима питания в зависимости от условий дневного перехода.

Норма закладки продуктов. Составление меню, списка продуктов на день, на весь поход.

### ***Практические занятия***

Составление меню и списка продуктов. Приготовление пищи на костре.

### **1.6. Техника и тактика в туристском походе**

Понятие о тактике в туристском походе.

Тактика планирования нитки маршрута. Разработка плана–графика похода. Маршруты линейные и кольцевые. Радиальные выходы. Разработка запасных вариантов маршрута. Дневки. Заброска продуктов и переноска «челноком».

Основные формы горного рельефа. Передвижение по травянистым склонам, осыпям различной величины, скалам. Правила ходьбы в горах (темпы движения в зависимости от рельефа местности, правильная постановка стопы, правило трех точек опоры, исключение рывков и прыжков, интервал, движение серпантинном и «в лоб», самостраховка альпенштоком, короткие привалы).

### ***Практические занятия***

Отработка техники движения и преодоления препятствий.

**1.7. Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях (соответствует теме 1.8.)**

**1.8. Туристские слеты и соревнования**

Организация, проводящая мероприятие. Состав Оргкомитета, его функции. План его работы.

Утверждение главного судьи и комплектование судейской коллегии.

Выбор района проведения мероприятия, требования к нему (обеспечение безопасности, удобства подъезда и т.д.).

### ***Практические занятия***

Участие в разработке Положения и условий проведения школьных соревнований. Подготовка инвентаря и снаряжения для соревнований. Участие в постановке этапов дистанции. Работа в качестве судей на этапах. Участие в соревнованиях.

**1.9. Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе.**

Основные причины возникновения аварийных ситуаций в туризме (слабая дисциплина, изменение состава группы, маршрута, недостаток снаряжения, неправильная техника и тактика преодоления естественных препятствий, слабая подготовленность группы и т.д.).

Разбор и анализ несчастных случаев в туризме.

Проверка туристских групп перед выходом в поход. Проверка схоженности группы. Знание маршрута всеми участниками группы, техническая, тактическая, физическая и морально–волевая подготовка участников группы.

### ***Практические занятия***

Разбор конкретных аварийных ситуаций в туризме, воспитание сознательной дисциплины, активная подготовка к походу всех участников. Психологический тренинг. Подготовка снаряжения к походам.

#### **1.10. Действия группы в аварийных ситуациях.**

Характеристика условий, затрудняющих нормальное движение и ориентирование. Тактические приемы выхода группы из аварийных ситуаций (остановка движения, разбивка лагеря, отход группы к месту предыдущей стоянки, продолжение движения до более подходящего места установки бивака).

Организация и тактика поиска группы, нарушившей контрольные сроки. Работа по спасению группы, терпящей бедствие. Связь с поисково-спасательной службой и медицинскими учреждениями района похода.

### ***Практические занятия***

Отработка умений выживания и сохранения группы в экстремальных условиях. Практическое освоение современных средств и способов страховки и самостраховки в экстремальных условиях. Выработка тактики действия группы в конкретной аварийной ситуации в зависимости от вида туризма, местности и погодных условий.

#### **1.11. Подведение итогов туристского путешествия**

Разбор действий каждого участника и группы в целом. Отчеты ответственных за свою работу. Обработка собранных материалов. Подготовка маршрутной ленты, фотографий, описания по дням. Составление отчета о походе. Подготовка газеты по итогам похода.

Ремонт и сдача туристского инвентаря и снаряжения.

### ***Практические занятия***

Подготовка и составление отчета о походе. Ремонт туристского инвентаря и снаряжения. Подготовка отчетного вечера, выставки или газеты по итогам похода. Подготовка экспонатов для передачи в школьный музей.

## **2. Топография и ориентирование**

### **2.1. Топографическая и спортивная карта**

Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и зарамочное оформление. Генерализация топографической карты. Какие карты лучше использовать при проведении походов. Условные знаки топографических карт.

Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивных карт, виды спортивных карт: масштабные, немасштабные, линейные и площадные. Условные знаки: населенные

пункты, гидрография, дорожная сеть и сооружения на ней, растительный покров, местные предметы.

Влияние рельефа на пути движения. Построение профиля маршрута.

### ***Практические занятия***

Упражнения на запоминание условных знаков. Изучение элементов рельефа по моделям и на местности. Выбор путей движения группы с учетом основных форм и элементов рельефа.

### **2.2. Компас. Работа с компасом**

Компас, правила пользования им. Ориентирование карты и компаса. Азимут, снятие азимута с карты. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры. Взятие азимута на предмет.

### ***Практические занятия***

Упражнения по определению азимута, снятие азимута с карты. Тренировка на прохождение азимутальных отрезков, прохождение через контрольные пункты по азимуту без использования карты. Упражнения и соревнования на прохождение азимутальных дистанций в ограниченном коридоре.

### **2.3. Измерение расстояний**

Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, обычной нитки.

Измерение среднего шага. Счет шагов при движении шагом, бегом на местности различной проходимости. Глазомерный способ измерения расстояния, необходимость постоянной тренировки глазомера. Определение пройденного расстояния по времени движения.

Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага.

### ***Практические занятия***

Измерение длины шага, построение графика перевода числа шагов в метры. Упражнения по отработке автоматизма при счете шагов, измерение различных отрезков на карте и на местности. Прохождение и пробегание отрезков различной длины. Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, определению ширины реки, оврага.

### **2.4. Способы ориентирования**

Ориентирование в походе с помощью топографической карты, не дающей полной информации о местности. Определение своего местонахождения при наличии сходной (параллельной) ситуации. Движение в походе при использовании кроки и схем участков маршрута.

Ориентирование при условии отсутствия видимости. Организация разведок в походе, опрос местных жителей, уточнение у них имеющихся карт и схем. Движение по легенде — подробному описанию пути.

Особенности ориентирования в различных природных условиях: в горах, в тундре, на воде.

Ориентирование при использовании спортивной карты, определение точки своего стояния и выбор пути движения.

### ***Практические занятия***

Упражнения по определению точки своего местонахождения на местности при помощи карты. Участие в соревнованиях по ориентированию.

## **2.5. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки**

Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Определение сторон горизонта при помощи местных предметов, созданных природой и людьми, по растительности.

Причины, приводящие к потере ориентировки. Порядок действий в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной, параллельной ситуации на карте, попытка найти опорные ориентиры и подтвердить свои предположения. Необходимость выхода на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование троп, идущих в нужном направлении, движение по генеральному азимуту. Движение вдоль ручьев, рек, выход к жилью.

Поведение членов группы, необходимость жесткой дисциплины и отсутствия паники.

Действия отдельного члена группы, участника соревнований в случае потери им ориентировки. Основная задача — движение по тропам и дорогам до выхода к населенным пунктам, стремление как можно меньше срезать тропинки, идти по азимуту. Обязательное извещение организаторов соревнований о своем местонахождении при выходе к людям во избежание напрасных поисковых работ.

### ***Практические занятия***

Упражнения по определению своего местонахождения на различных картах. Определение сторон горизонта по местным предметам, небесным светилам.

## **2.6. Соревнования по ориентированию**

Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию. Виды стартов. Жеребьевка команд и участников. Обязанности участников соревнований.

Соревнования по ориентированию в заданном направлении, их характеристика. Соревнования на маркированной трассе. Соревнования по выбору, их разновидности, характеристика. Эстафетное ориентирование в заданном направлении. Определение результатов в соревнованиях по ориентированию.

## ***Практические занятия***

Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию и туристскому ориентированию

### **3. Краеведение**

#### **3.1. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи**

Территория и границы родного края. Рельеф, гидрография, растительность, полезные ископаемые и другие природные условия. Климат, его влияние на возможности занятий туризмом. Развитие промышленности, сельского хозяйства, транспорта. Характеристика населения.

История края, памятные события, происходившие на его территории. Знаменитые земляки, их роль в истории края.

Край в период Великой Отечественной войны. Настоящее и будущее родного края.

Экскурсионные объекты на территории края: исторические, архитектурные, природные, другие памятные места. Музеи. Промышленные и сельскохозяйственные предприятия.

Экскурсии в музеи, посещение экскурсионных объектов. Работа со справочным материалом и литературой по истории края. Встречи с представителями науки и культуры, ветеранами войны и труда, интересными людьми.

#### **3.2. Изучение района путешествия**

Практические занятия

Выбор и изучение района похода, разработка маршрута.

Знакомство с отчетами туристских групп, совершивших поход в данном районе. Знакомство по литературным и другим источникам с историей, природой, климатом района путешествия. Пути подъезда к началу маршрута. Наличие экскурсионных объектов на маршруте. Учет времени на их посещение. Население данного района. Возможности пополнения продуктов на маршруте. Подготовка писем в адрес образовательных учреждений (школ, домов детского творчества и др.) с запросами по уточнению сведений о районе похода и о возможности остановки (ночлега) во время похода.

#### **3.3. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры**

Содержание и методика краеведческих наблюдений по истории, географии, биологии, экологии, литературе и другим школьным предметам в соответствии с местными условиями.

Содержание заданий туристским группам от школы, от организаций и учреждений.

Деятельность по охране природы в условиях похода.

Изучение и охрана памятников истории и культуры. Виды памятников. Использование памятников истории и культуры в учебной и воспитательной работе.

Работа среди местного населения: участие в общественных мероприятиях, концерты самодеятельности, спортивные выступления, помощь сельским школам и лесничествам.

### ***Практические занятия***

Выполнение заданий государственных и общественных организаций. Проведение краеведческих наблюдений. Сбор гербариев, материалов для школьных музеев. Участие в работе среди местного населения.

## **4. Основы медицинских знаний.**

### **4.1. Профилактика травматизма и заболеваний**

Травмы и заболевания характерные в природной среде. Характеристика травм и заболеваний, меры по их профилактике.

Горные дезадаптации, признаки, первая помощь, прогноз и изменение тактики похода. Акклиматизация как средство профилактики горной болезни.

Инфекционные заболевания характерные в природной среде, причины их возникновения и механизм передачи. Признаки инфекционных заболеваний и оказание первой медицинской помощи пострадавшим.

Предупреждение обморожений и переохлаждений.

Гигиена туриста. Соблюдение правил личной гигиены в походе.

Основные принципы оказания первой медицинской помощи. Проведение осмотра пострадавшего, порядок его проведения (обеспечение проходимости дыхательных путей, наличие дыхания, наличие пульса).

Правила поведения оказывающего первую медицинскую помощь.

### ***Практические занятия***

Профилактика травм и заболеваний до выхода на маршрут и во время похода.

### **4.2. Средства оказания первой медицинской помощи**

Состав медицинской аптечки туристской группы: перевязочные, дезинфицирующие и лекарственные средства, их характеристика.

Виды повязок и их назначение. Правила наложения повязок на голову, нижние и верхние конечности, грудь, спину, живот и т.д.

Порядок и правила использования и применения дезинфицирующих и лекарственных средств.

Порядок измерения температуры, пульса, артериального давления.

Согревающие и охлаждающие процедуры, их применение.

### ***Практические занятия***

Комплектование медицинской аптечки. Демонстрация и отработка правильной последовательности действий при осмотре, выборе и применении перевязочных материалов, дезинфицирующих и лекарственных средств.

### **4.3. Первая медицинская помощь при травмах**

Общая характеристика повреждений. Основные правила оказания первой медицинской помощи при повреждениях и ранениях.

Характеристика различных видов кровотечений и их причины. Способы остановки кровотечений (давящая повязка, наложение жгута, пережатие артерий, сгибание конечностей). Особенности оказания первой медицинской помощи при внутреннем кровотечении. Оказание помощи при носовом кровотечении.

Характеристика различных видов травм (ушибы, растяжения и разрывы связок, вывихи, сдавливания). Причины и признаки травм. Правила оказания первой медицинской помощи при травмах.

Переломы костей и их причины. Характеристика различных видов переломов (открытые и закрытые). Правила оказания первой медицинской помощи при переломах.

Правила и способы транспортировки пострадавшего. Правила транспортной иммобилизации и дисмургия при повреждениях костей черепа и черепно-мозговой травме, позвоночника, таза, конечностей с применением подручных средств. Пневматические шины. Правильное положение тела пострадавшего при транспортировке. Техника транспортировки и страховка пострадавшего.

### ***Практические занятия***

Наложение повязок и остановка кровотечений. Наложение шин при подготовке к транспортировке пострадавшего. Изготовление транспортировочных средств. Практика переноски пострадавшего на длительные расстояния с соблюдением мер безопасности.

### **4.4. Первая медицинская помощь при острых состояниях и несчастных случаях**

Причины и признаки укусов насекомых. Правила оказания первой медицинской помощи при укусах насекомых. Особенности оказания помощи при укусах клещей.

Причины и признаки укусов змеями, правила оказания помощи.

Причины и признаки утопления, правила оказания помощи.



Причины и признаки поражения электротоком и молнией, правила оказания помощи при электротравме и поражении молнией.

Причины и признаки термических и химических ожогов, правила оказания помощи при различных видах ожогов.

Причины и признаки отморожений и переохлаждений, правила оказания помощи.

Причины и признаки теплового и солнечного удара, правила оказания помощи.

Причины и признаки попадания инородных тел в глаза, ухо, полость рта, пищевод, дыхательные пути, правила оказания первой медицинской помощи.

Характеристика причин, вызывающих потерю сознания и остановку сердца.

Причины потери сознания и остановки сердца. Сердечно-легочная реанимация и последовательность ее проведения (искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца).

Причины и признаки травматического шока, правила оказания помощи при травматическом шоке.

Причины и признаки обморока, правила оказания помощи.

### **Практические занятия**

Демонстрация и отработка правильной последовательности действий при осмотре и выборе пособий при травмах и заболеваниях.

## **4.5. Первая медицинская помощь при отравлениях**

Причины и признаки отравлений сильнодействующими ядовитыми веществами. Правила оказания первой медицинской помощи.

Причины и признаки отравления средствами бытовой химии, правила оказания помощи.

Причины и признаки отравления лекарственными и наркотическими препаратами, правила оказания помощи.

Причины и признаки пищевых отравлений, правила оказания помощи.

Причины и признаки отравления ядовитыми растениями, ягодами, грибами, правила оказания помощи.

## **5. Основы противопожарной подготовки**

### **5.1. Средства пожаротушения**

В качестве огнетушащих средств используются:

вода и водные растворы некоторых солей, а также вода со смачивателями и другими добавками; водопенные растворы; инертные разбавители;

хладоны; комбинированные составы; порошки; аэрозольные составы.

Выбор огнетушащего средства определяется условиями возникновения и развития пожара и типом горючего вещества. При выборе средств тушения

пожара необходимо учитывать эффективность тушения того или иного горючего материала (вещества), возможную порчу материальных ценностей.

## **5.2. Изолирующие противогазы и дыхательные аппараты**

Принцип действия изолирующего противогаза ИП основан на обеспечении человека чистым воздухом, а не очищенным, то есть без его контакта с загрязненной окружающей средой. Перед надеванием противогаза необходимо задержать дыхание и резким движением натянуть маску на лицо (для этого вначале взять маску за нижнюю часть обеими руками так, чтобы снаружи остались только большие пальцы, и приложить нижнюю часть под подбородок).

### **Практические занятия**

Надевание противогаза

## **5.3. Первая помощь при ожогах и отравлении угарным газом**

### **Практические занятия**

Оказание помощи используя алгоритм

## **5.4. Пожарные автомобили и пожарное оборудование.**

### **Практические занятия**

Организация эвакуации из горящего здания.

## **6. Начальная специальная подготовка.**

### **6.1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

Классификация чрезвычайных ситуаций.

Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясения, смерчи, цунами, наводнения, лавины, сели, оползни, камнепады, обвалы).

Чрезвычайные ситуации техногенного характера (аварии, обрушения, пожары и др.).

Чрезвычайные ситуации экологического характера (эпидемии, и др.).

Понятия опасных природных явлений, стихийных бедствий, аварий и катастроф.

Понятия опасности и определение опасных факторов.

История человечества - борьба за выживание.

Крупнейшие исторически известные катастрофы (гибель Помпеи и др.)

История создания спасательных служб в мире.

История создания спасательных служб на территории России.

### **6.2. Человек и окружающая среда. Факторы риска в современной техногенной среде.**

Окружающая среда: природная, техногенная и бытовая. Взаимодействие человека в процесса деятельности с окружающей средой, аксиома о потенциальной опасности процесса взаимодействия. Понятие о риске.

Научно-технический прогресс и вызываемые им последствия. Источники загрязнения, опасные и вредные факторы окружающей среды (физические, химические, биологические и психогенные). Взаимодействие и трансформация загрязнений в окружающей среде, вторичные явления: смог, кислотные дожди, разрушение озонового слоя, снижение плодородия почв, качества продуктов питания, разрушение технических сооружений. Источники, зоны действия и уровни энергетических загрязнений окружающей среды (парниковый эффект, электромагнитные поля, ионизирующие излучения, шум, вибрация ). Экологический кризис.

Региональный (местный) комплекс опасных и вредных факторов окружающей среды и причины их формирования.

Электробезопасность при пользовании энергией в бытовых помещениях. Средства бытовой химии: правила пользования и оказание первой помощи при отравлениях и ожогах.

### ***Практические занятия***

Наблюдение и определение факторов риска в природной, городской и производственных сферах. Определение причин вредных факторов окружающей среды и выработка мер защиты.

### **6.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС**

Необходимость создания системы защиты населения от последствий чрезвычайных ситуаций. Цели и задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций (РСЧС), структура, управление и функционирование РСЧС, силы и средства РСЧС. Поисково-спасательные службы. Задачи системы обучения. Этапы и уровни подготовки спасателей. Формы и виды обучения спасателей. Специализированные курсы обучения спасателей.

Табель оснащения поисково-спасательной службы. Экипировка спасателя. Технические средства. Транспортные и транспортировочные средства. Средства связи и сигнализации. Медицинское обеспечение. Групповое и личное снаряжение. Назначение и применение различных видов снаряжения. Специальное снаряжение.

### ***Практические занятия***

Хранение и эксплуатация снаряжения, средств связи, транспорта.

### **6.4. Оказание помощи людям в условиях природной среды**

Виды несчастных случаев, аварии и чрезвычайные ситуации, угрожающие жизни и здоровью людей в условиях природной среды. ЧС в туристских и альпинистских группах. Поиск и спасение людей при стихийных бедствиях. Использование подручных средств для оказания помощи и спасения пострадавших. Использование специальных спасательных средств.

### **Практические занятия**

Оказание помощи в условиях окружающей среды.

#### **6.5. Основы безопасного ведения спасательных работ**

Четкое руководство ПСР, единоначалие и строгая исполнительская дисциплина. Создание рабочей обстановки. Определение опасных и безопасных зон. Удаление посторонних лиц с места работы спасателей. Инструктаж руководителя работ о командах и сигналах. Установление наблюдения за возможными опасностями. Разведка и подготовка пути эвакуации пострадавших. Организация эвакуации пострадавших и контроль за их состоянием во время транспортировки.

### **Практические занятия**

Подготовка мест проведения спасательных работ. Организация взаимодействия участников работ. Обеспечение страховки и само страховки спасателей и пострадавших.

## **«Юный спасатель МЧС»**

### **Модуль 1**

#### **Календарно-тематическое планирование 1 год обучения**

	Тема	Количество часов	План	Факт
<b>1. Основы туристской подготовки-11 часов</b>				
1.	Туристские путешествия, история развития туризма	1		
2.	Личное и групповое туристское снаряжение	1		
3.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	1		
4.	Привалы и ночлеги в лесной местности	1		
5.	Подготовка к длительному походу, путешествию	1		
6.	Приготовление пищи в туристском походе	1		
7.	Техника и тактика в туристском походе	1		
8.	Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях и тур. слётах.	1		
9.	Туристские слеты и соревнования	1		
10.	Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе	1		
11.	Действия группы в аварийных ситуациях	1		
<b>2. Топография и ориентирование-10 часов</b>				
12.	Топографическая и спортивная карта	1		
13.	Топографическая и спортивная карта	1		
14.	Компас. Работа с компасом	1		
15.	Компас. Работа с компасом	1		
16.	Работа с компасом и картой (практика)	1		
17.	Работа с компасом и картой (практика)	1		
18.	Измерение расстояний	1		
19.	Способы ориентирования	1		
20.	Ориентирование по местным приметам. Действия в случае потери ориентировки (практика)	1		
21.	Соревнования по ориентированию – судейство на	1		

	этапе.			
<b>3. Краеведение-3 часа</b>				
22.	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	1		
23.	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	2		
<b>4. Основы медицинских знаний- 19 часов</b>				
24.	Профилактика травматизма и заболеваний	1		
25.	Средства оказания первой медицинской помощи	2		
26.	Средства оказания первой медицинской помощи	2		
27.	Средства оказания первой медицинской помощи	2		
28.	Первая медицинская помощь при травмах	2		
29.	Первая медицинская помощь при травмах	2		
30.	Первая медицинская помощь при травмах	2		
31.	Первая медицинская помощь при травмах	2		
32.	Первая медицинская помощь при травмах	2		
33.	Первая медицинская помощь при травмах	2		
<b>5. Основы противопожарной подготовки -18 часов</b>				
34.	Средства пожаротушения	4		
35.	Изолирующие противогазы и дыхательные аппараты	4		
36.	Первая помощь при ожогах и отравлении угарным газом	4		
37.	Технические средства МЧС. Организация и руководство эвакуацией из горящего здания.	6		
<b>6. Начальная специальная подготовка-8 часов</b>				
38.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	1		
39.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	1		
40.	Человек и окружающая среда. Факторы риска в современной техногенной среде	1		
41.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС	1		
42.	Оказание помощи людям в условиях природной среды	2		
43.	Основы безопасного ведения спасательных работ.	1		
<b>ИТОГО: 68 часов</b>				

## «Юный спасатель МЧС»

### Модуль 2

#### Календарно-тематическое планирование 2 год обучения

	Тема	Количество часов	План	Факт
<b>1. Основы туристской подготовки-11 часов</b>				
1.	Туристские путешествия, история развития туризма	1		
2.	Личное и групповое туристское снаряжение	1		
3.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	1		
4.	Привалы и ночлеги в лесной местности	1		
5.	Подготовка к длительному походу, путешествию	1		
6.	Приготовление пищи в туристском походе	1		
7.	Техника и тактика в туристском походе	1		

8.	Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях и тур. слётах.	1		
9.	Туристские слеты и соревнования	1		
10.	Устранение причин возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе	1		
11.	Действия группы в аварийных ситуациях	1		
<b>2. Топография и ориентирование-10 часов</b>				
12.	Топографическая и спортивная карта	1		
13.	Топографическая и спортивная карта	1		
14.	Компас. Работа с компасом	1		
15.	Компас. Работа с компасом	1		
16.	Работа с компасом и картой (практика)	1		
17.	Работа с компасом и картой (практика)	1		
18.	Измерение расстояний	1		
19.	Способы ориентирования	1		
20.	Ориентирование по местным приметам. Действия в случае потери ориентировки (практика)	1		
21.	Соревнования по ориентированию – судейство на этапе.	1		
<b>3. Краеведение-2 часа</b>				
22.	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	2		
<b>4. Основы медицинских знаний- 19 часов</b>				
23.	Профилактика травматизма и заболеваний	1		
24.	Средства оказания первой медицинской помощи	2		
25.	Средства оказания первой медицинской помощи	2		
26.	Средства оказания первой медицинской помощи	2		
27.	Первая медицинская помощь при травмах	2		
28.	Первая медицинская помощь при травмах	2		
29.	Первая медицинская помощь при травмах	2		
30.	Первая медицинская помощь при травмах	2		
31.	Первая медицинская помощь при травмах	2		
32.	Первая медицинская помощь при травмах	2		
<b>5. Основы противопожарной подготовки -18 часов</b>				
33.	Средства пожаротушения	4		
34.	Изолирующие противогазы и дыхательные аппараты	4		
35.	Первая помощь при ожогах и отравлении угарным газом	4		
36.	Технические средства МЧС. Организация и руководство эвакуацией из горящего здания.	6		
<b>6. Начальная специальная подготовка-9 часов</b>				
37.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	1		
38.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	1		
39.	Человек и окружающая среда. Факторы риска в современной техногенной среде	1		
40.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС	1		
41.	Оказание помощи людям в условиях природной среды	2		
42.	Основы безопасного ведения спасательных работ.	1		
<b>ИТОГО: 68 часов</b>				

## Список литературы

1. Учебник спасателя. С.К.Шойгу, М.И.Фалеев, Г.Н.Кириллов. 3-е изд., 2010 г
2. Охрана труда спасателя. С.К.Шойгу, С.М.Кудинов. М., 2012 г
3. Основы медицинских знаний. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М., 2011 г
4. Атлас добровольного спасателя. Первая медицинская помощь на месте происшествия. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М., 2011 г
5. Катастрофы и человек. Ю.Л.Воробьев. М., кн. 1, 2010 г
6. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности»: Учеб.- метод. пособие М.: ГИЦ ВЛАДОС, 2015.
7. Маслов А.Г. и др. Полевые туристские лагеря. М.: ГИЦ ВЛАДОС, 2015.

### Годовой календарный график прохождения материала

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>часы</b>	<b>месяцы</b>
<b>1</b>	Основы туристской подготовки	11	Сентябрь Октябрь
<b>2</b>	Топография и ориентирование	10	Октябрь Ноябрь
<b>3</b>	Краеведение	3	Декабрь
<b>4</b>	Основы медицинских знаний	19	Декабрь Январь Февраль
<b>5</b>	Основы противопожарной подготовки	18	Март Апрель
<b>6</b>	Начальная специальная подготовка	7	Апрель Май
	<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>	



