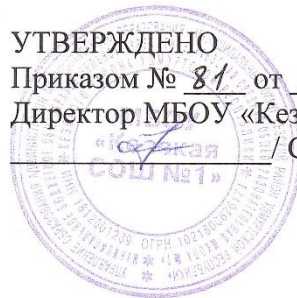


Управление образования Администрации муниципального образования
«Муниципального округа Кезский район Удмуртской Республики»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кезская средняя общеобразовательная школа №1»

РАССМОТРЕНО
на заседании Методического совета
Протокол № 10 от 31.05.2023

ПРИНЯТО
на заседании Методического совета
Протокол № 10 от 31.05.2023

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 81 от 31.05.2023
Директор МБОУ «Кезская СОШ №1»
/ С. Н. Жигалова



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности.

Юный спасатель

для детей 12 - 14 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель: Поздеев Игорь Сергеевич
педагог дополнительного образования.

Раздел № I. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

Направленность. Туристско-краеведческая.

Нормативные документы, регламентирующие организацию образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
4. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 22 сентября 2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утвержденная Постановлением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
7. Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года № 699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике».
8. Распоряжение Правительства УР от 01.08.2022 г. № 842 – р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей по реализации Концепции развития дополнительного образования детей в УР до 2030 года».
6. Устава учреждения ««Кезская средняя общеобразовательная школа №1», Локального акта учреждения «Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе».

Уровень программы – одноуровневая, ознакомительная.

Актуальность программы.

Появление дополнительной образовательной общеразвивающей программы «Юный спасатель» обусловлено социальным заказом со стороны образовательного учреждения и родителей. Анализ одного из пунктов социологического опроса родителей по удовлетворённости дополнительным образованием, показал о необходимости создания программы туристско-краеведческой направленности для школьников. Данная программа актуальна тем, что помимо общей туристской подготовки, направленной на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, удовлетворение индивидуальных потребностей в занятиях туристско-краеведческой деятельностью и спасательными работами.

Отличительные особенности программы: Обычно программы дополнительного образования рассчитаны на большее количество занятий. Данная программа составлена с учетом того, что дети занимаются в спортивных секциях, поэтому имеют достаточную общую физическую подготовку, в связи с чем в программе уменьшен объем занятий ОФП, в пользу прикладных навыков юных туристов-спасателей.

Новизна: в сравнении с другими программами туристско-краеведческой направленности в нашем районе, данная программа акцентирует свое внимание на поисково-спасательной работе, более углубленно изучая основы пожарной безопасности.

Педагогическая целесообразность: Подготовка обучающихся к соревнованиям по туризму, к участию в походах требует овладения как теоретическим, так и практическим материалом. Поскольку обучающиеся имеют базовые знания, упор делается на формирование практических

умений. Достижение результатов невозможно без тесного сотрудничества группы, поэтому применяются деление детей на микрогруппы и взаимопроверка во время контроля освоения материала.

Адресат программы: Предлагаемая программа рассчитана для учащихся 12-14 лет, посещающих спортивные секции и детей, не имеющих ограничений по здоровью.

Практическая значимость для целевой группы - занятие туризмом учит самостоятельности и самоорганизации, формирует бытовые навыки, способствует усвоению навыков общения и взаимодействия в коллективе. Путешествия позволяют долгое время находиться в природной среде, ненавязчиво познавать ее. Также создаются условия для изучения культуры и традиций населения своей территории. В условиях, когда возросла опасность природных и техногенных чрезвычайных ситуаций, занятия туризмом позволяют подготовить обучающихся к рациональным действиям в условиях экстремальных ситуаций.

Преимственность программы – образовательная программа школ предусматривает в своем содержании такие учебные предметы как Основы безопасности жизнедеятельности, Краеведение, География родного края, История родного края. На этих занятиях обучающиеся получают достаточно много теоретического материала. Занятие туризмом позволяет добавить практики, позволяет увидеть своими глазами особенности природы и культурного наследия территории, на которой проживают дети

Объем и срок освоения программы. Составляет 68 часов (1 год)

Особенности реализации образовательного процесса, формы организации образовательного процесса. Форма проведения занятий – групповая (возможна – индивидуальная). Структура занятий выстроена с учетом здоровьесберегающих технологий. Занятия проводятся при постоянной смене видов деятельности. На лекционных занятиях будет излагаться программный материал, составляющий основу теоретической подготовки учащихся. Практические занятия будут проводиться как в кабинете, так и в полевых условиях, на местности, в объеме часов, предусмотренных учебным планом.

Ведущие формы и виды деятельности. Виды занятий по программе: лекции, практические занятия, круглые столы, мастерские, творческие отчеты, соревнования и другие виды учебных занятий и учебных работ. Формы деятельности: индивидуальные, групповые и т.д. Возможность реализации индивидуальных учебных планов, траекторий и их обоснование. К средствам туризма относятся: прогулки, экскурсии, походы и путешествия, туристские слёты и соревнования, комплексные туры и сборы по видам туризма, туристские развлечения и активный отдых, туристские экспедиции, туристское краеведение и т.п

Формы обучения – очная.

Режим занятий. Общее количество часов в год – 68, 1 раз в неделю по 2 часа.

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:

Предметные:

- прививать навыки осознанного безопасного поведения, правильных действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации;
- овладеть, умениями и навыками по предупреждению и тушению пожаров, оказанию первой помощи пострадавшим на пожаре.

Личностные:

- воспитывать бережное отношение к своей жизни и жизни окружающих;
- воспитывать самодисциплину, силу воли, мужество, стойкость, стремление к преодолению трудностей.

Метапредметные:

- развивать инициативу и эрудицию детей при работе с информацией в процессе проведения тематических викторин, конкурсов, соревнований;
- развивать умение понимать учебную задачу, анализировать процесс выполнения задачи, корректировать свою деятельность.

1.3 Содержание программы.

Учебный план

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы туристической подготовки	24	6	18	
1.1	Туристские путешествия, виды туризма.	2	2		ВК, тестирование
1.2	Личное и групповое туристское снаряжение	4	1	3	
1.3	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	2	1	1	
1.4	Подготовка к походу, путешествию	2		2	
1.5	Питание в туристском походе	2		2	
1.6	Техника и тактика в туристическом походе	2		2	
1.7	Туристские должности в группе	2		2	
1.8	Правила движения в походе, преодоление препятствий	4		4	
1.9	Поход выходного дня	2		2	Наблюдение
1.10	Итоги туристического путешествия	2	2		
2	Топография и ориентирование	18	4	14	
2.1	Понятие о топографической и спортивной карте	2	1	1	
2.2	Компас. Работа с компасом.	4	1	3	
2.3	Измерение расстояний	4	1	3	
2.4	Способы ориентирования	4	1	3	Зачет-практикум
2.5	Соревнования по ориентированию	4		4	ПА, Тестирование
3	Противопожарная подготовка	7	2	5	
3.1	Общее понятие о пожаре определение его причины, характера и силы	1	1		
3.2	Огнетушители, назначение подготовка к применению, правила пользования	2	1	1	
3.3	Самоспасение людей при пожарах.	2		2	Зачет-практикум, Наблюдение
3.4	Пожарное оборудование и ее применение	2		2	ПА, тестирование
4	Медицинская подготовка	13	2	11	
4.1	Первая помощь в различных бытовых ситуациях	1	1		
4.2	Средства оказания первой медицинской помощи спасателя.	2	1	1	
4.3	Оказание первой медицинской помощи пострадавшему	6		6	
4.4	Транспортировка пострадавшего в чрезвычайных ситуациях	4		4	ПА, тестирование
5	Общая физическая подготовка	6		6	ИК. Зачет - практикум
6	Итого	68	14	54	

Содержание учебного плана.

1. Основы туристской подготовки

1.1. Туристские путешествия, виды туризма

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. Краеведение, туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество», основные направления движения.

1.2. Личное и групповое туристское снаряжение

Теория: Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневного 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. Как готовить личное снаряжение 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.

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

1.3. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги

Теория: 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 разворачиванию 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, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация ночлегов в помещении. Правила купания.

Практика. Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Разворачивание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

1.4. Подготовка к походу, путешествию

Теория: 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.

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

1.5. Питание в туристском походе

Теория: Значение правильного питания в походе.

Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Организация питания в 2-3-дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

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

1.6. Техника и тактика в туристическом походе

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. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком. Использование простейших узлов и техника их вязания. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

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

1.7. Туристские должности в группе

Теория: Должности в группе постоянные и временные.

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.

Практика. Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

1.8. Правила движения в походе, преодоление препятствий

Теория: 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. Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.

1.9. Поход выходного дня

Теория: Основная цель тренировочных походов – приспособление к походным условиям, закрепление и систематизация знаний и умений, полученных учащимися на занятиях кружка. Формирование выносливости: постепенность, систематичность, использование разнообразных средств для этого. Зависимость вида тренировок от характера предстоящего похода.

Практика. Отработка навыков преодоления препятствий

1.10. Итоги туристического путешествия

Теория: Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы.

Практика: Разведение костра без спичек. Установка и сборка палатки различного вида.

2. Топография и ориентирование

2.1. Понятие о топографической и спортивной карте

Теория: Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации. Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути. Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координат точки на карте. Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты. Масштабы спортивной карты. Способы и правила копирования карт. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях. Условные знаки. 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. Горизонталей основные, утолщенные, полугоризонталей. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практика. Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба,

измерению расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты.

2.2. Компас, работа с компасом.

Теория: 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 засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

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

2.3. Измерение расстояний

Теория: Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица перевода шагов в метры. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

Практика. 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.

2.4. Способы ориентирования

Теория: Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, 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.

Практика. 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.

2.5. Соревнования по ориентированию

Теория: 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.

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

3. Противопожарная подготовка.

3.1 Общее понятие о пожаре определение его причины, характера и силы.

Теория: Изучение вопросов пожарной безопасности в быту, школе, в общественных местах. Изучение запрещающих веществ и предписывающие знаки. Изучение первичных средств пожаротушения (огнетушители, ломы, багры, укомплектованность ящиков с первичными средствами). Виды пожаров.

3.2 Огнетушители, назначение подготовка к применению, правила пользования

Теория: Огнетушители. Виды огнетушителей. Назначение подготовка к применению правила пользования.

Практика: Пользование огнетушителями приближенные к реальным условиям. Выезд в пожарную часть. Применение огнетушителя.

3.3 Самоспасание людей при пожарах.

Практика. Эвакуация людей при пожарах в учебных условиях. Отработка приемов и способов спасения людей на пожарах.

3.4 Пожарное оборудование и ее применение.

Практика: Выезд в пожарную часть. Применение пожарного оборудования в учебных условиях.

Автонасосы, дымоасосы, подсоединения пожарных рукавов в пожарный гидрант, пожарные лестницы применение.

4. Медицинская подготовка.

4.1 Первая медицинская помощь в различных бытовых ситуациях.

Теория: Первая помощь при различных несчастных случаях. Виды травм (порезы, ссадины, ушибы, ожоги, переломы, вывихи, укусы). Средства оказания первой помощи.

4.2 Средства оказания первой медицинской помощи спасателя.

Теория: Виды спасательного оборудования (аптечка, шины, носилки, подручные средства). Их применение в различных чрезвычайных ситуациях.

Практика: Применение на оборудования на учебных материалах манекенах.

4.3 Оказание первой медицинской помощи пострадавшему.

Практика: Умение выполнять и оказывать первую помощь пострадавшему в зависимости о травмы (при переломах, ожогах, при утоплении, потери сознания и других травм).

4.4 Транспортировка пострадавшего в чрезвычайных ситуациях

Практика: Правильность выполнения транспортировки пострадавшего в зависимости от травм (ожоги, переломы, потеря сознания, и другие).

5. Общая физическая подготовка

Практика: выполнение различных упражнений на перекладине, бег на стадионе, кросс). Сдача контрольных тестов.

1.4 Планируемые результаты.

В результате изучения программы, учащиеся познакомятся и приобретут основные туристские умения и навыки, способствующие безопасному нахождению в естественной природной среде и проведения спасательных работ.

Предметные:

- приобретены навыки осознанного безопасного поведения, правильных действий в случае чрезвычайной ситуации;
- получены знания по предупреждению и тушению пожаров, оказанию первой помощи пострадавшим.

Личностные.

- воспитано бережное отношение к своей жизни и жизни окружающих;
- воспитаны самодисциплина, сила воли, мужество, стойкость, стремление к преодолению трудностей.

Метапредметные:

- развито умение работать с информацией в процессе проведения тематических викторин, конкурсов, соревнований;
- приобретено умение понимать учебную задачу, анализировать процесс выполнения задачи, корректировать свою деятельность;

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

№	Месяц	Число	Номер темы	Количество часов	Место проведения	Контроль
1	Сентябрь	03.09.2022	1.1	2	Спортзал школы	ВК
2	Сентябрь	10.09.2022	1.2	2	Спортзал школы	
3	Сентябрь	17.09.2022	1.2	2	Спортзал школы	
4	Сентябрь	24.09.2022	2.1	2	Спортзал школы	
5	Октябрь	01.10.2022	2.2	2	Стадион	
6	Октябрь	08.10.2022	2.3	2	Стадион	
7	Октябрь	15.10.2022	2.4	2	Стадион	
8	Октябрь	22.10.2022	2.2	2	Стадион	
9	Октябрь	29.10.2022	1.9	2	Стадион	Наблюдение
	Каникулы					
10	Ноябрь	12.11.2022	3.1	2	Спортзал	
11	Ноябрь	19.11.2022	3.2	2	Спортзал	
12	Ноябрь	26.11.2022	4.1	2	Спортзал	
13	Ноябрь	03.12.2022	4.2	2	Спортзал	
14	Декабрь	10.12.2022	4.3	2	Спортзал	
15	Декабрь	17.12.2022	4.4	2	Спортзал	ПА
16	Декабрь	24.12.2022	5.1	2	Спортзал	
	Каникулы					
17	Январь	14.01.2023	3.4	2	Спортзал ,пожарная часть	Наблюдение
18	Январь	21.01.2023	1.6	2	Спортзал	
19	Январь	28.01.2023	1.7	2	Спортзал	
20	Февраль	04.02.2023	2.3	2	Спортзал	
21	Февраль	11.02.2023	2.4	2	Спортзал	Зачет-практикум
22	Февраль	18.02.2023	4.3	2	Спортзал	
23	Февраль	25.02.2023	4.4	2	Спортзал	
24	Март	04.03.2023	3.3	2	Спортзал	Зачет-практикум
25	Март	11.03.2023	4.3	2	Спортзал	
26	Март	18.03.2023	5.1	2	Спортзал	
	Каникулы					
27	Апрель	01.04.2023	1.3	2	Спортзал	
28	Апрель	08.04.2023	1.8	2	Спортзал	
29	Апрель	15.04.2023	2.5	2	Стадион	
30	Апрель	22.04.2023	2.5	2	Стадион	
31	Апрель	29.04.2023	3.4	2	Стадион	ПА
32	Май	06.05.2023	1.8	2	Спортзал	
33	Май	13.05.2023	1.5	2	Спортзал	
34	Май	20.05.2023	1.4	2	Спортзал	

35	Май	27.05.2023	1.10	2	Спортзал	ИК
----	-----	------------	------	---	----------	----

2.2 Условия реализации программы

Кадровое обеспечение. Занятия ведет педагога дополнительного образования или учитель физической культуры имеющий соответствующее образование. Дополнительно, возможно привлечение учителей ОБЖ и физической культуры, медицинские работников школы, работников пожарной часть района, районной больницы, для проведения мастер-классов и в случае необходимости более глубоких знаний.

Материально-техническое обеспечение:

1.	Веревка основная (d = 12 мм), длина 40 м	4 шт.
2.	Веревка вспомогательная (d = 8 мм), длина 60 м	2 шт.
3.	Медаптечка	1 набор
4.	Ремнабор	1 набор
5.	Часы	2 шт.
6.	Компас	10 шт.
7.	Карабины с муфтами	20 шт.
8.	Палатки с тентами	4 шт.
9.	Костровое хозяйство	1 комплект
10.	Тент для кухни	1 шт.
11.	Варочная посуда	1 комплект
12.	Топор	1 шт.
13.	Пила	1 шт.
14.	Фонарь электрический	5 шт.
15.	Система страховочная	6 шт.
16.	Репшнур $d = 10$ мм, длина 3 м	12 шт.
17.	Кольцо из репшнура $d = 6$ мм	12 шт.
18.	Противогаз	10 шт.
19.	Общевойсковой защитный комплект (ОЗК)	1 шт.
20.	Рукавицы (перчатки) брезентовые	10 пар
21.	Жумары	6 шт.
22.	Инвары	6 шт.
23.	Манекены	2шт.
24.	Огнетушители	2шт.
25.	Рукава пожарные	2шт.
26.	Носилки спасателя	2шт.

Информационное обеспечение:

<http://www.kadis.ru/texts/index.phtml?id=40197>

Глобальный этический кодекс туризма /Одобен на Генеральной ассамблее Всемирной туристской организации в Сантьяго (Чили) 1 октября 1999 г.

<https://maps.vlasenko.net/soviet-military-topographic-map/map100k.html>

Топографические карты крупного масштаба

2.3 Формы аттестации/контроля

Форма отслеживания и фиксации образовательных результатов. Дневник наблюдений, журнал посещаемости, маршрутный лист, материал анкетирования, тестирования и опросов.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: защита работ, конкурс, соревнование. Результативность может быть оценена по участию обучающихся в различных мероприятиях и конкурсах различного уровня. Итоги реализации дополнительной общеобразовательной программы, творческие достижения учащихся отражаются в годовом отчете педагога.

2.4 Оценочные материалы.

Раздел программы	Методы диагностики	Описание
1. Основы туристической подготовки	Входная диагностика (тестирование)	Перечень вопросов по спортивному туризму по навыкам туризма похода. Тест по уровню знаний туристической подготовки. Приложение №1. Определение начального уровня и готовности детей к усвоению программы.
	Наблюдение	Выполнением практической части по туристическому снаряжению (завязывание узлов, сборка и разборка палатки, работа с карабинами) . Показ выполнения и наблюдение исправления ошибок. Выполнение туристических навыков в течение года.
2. Топография и ориентирование	Зачет – практикум. Анализ выполненных работ	Владение туристическим оборудованием в учебных условиях и в жизни.
	ПА, тестирование.	Теоретические знания(в виде теста) и практические знания (соревнования по туризму) Приложение №1
3. Противопожарная подготовка	Наблюдение	Показ и уровень усвоение знаний по выполнению (топознаков, ориентирование на местности, работа с компасом)
	Анализ выполнения работ. Зачет-практикум	Правильность выполнения с компасом , ориентирование на местности , работа, с картами).
	ПА, тестирование	Теоретические знания(в виде теста) и практические знания по пожарной безопасности . Приложение №2
4. Медицинская подготовка.	ПА, тестирование	Теоретические знания(в виде теста) и практические знания по медицине. Приложение №3
5. Общая физическая подготовка.	ИК	Выполнения практического теста. Приложение №4

2.5. Методические материалы

<i>Разделы</i>	<i>Темы</i>	<i>Учебно-методические, наглядные, дидактические материалы, методические разработки, материально-техническое оснащение</i>	<i>Литература</i>
1. Основы туристской подготовки	1.1	- лекция «История развития туризма в России».	- Кодыш Э.Н. Соревнования туристов: Пешеходный туризм.- М.:

					<p>Физкультура и спорт, 1990.- 175 с., ил.</p> <p>- Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания: Изд. 2-е, испр., доп. И перераб. - М.: Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2001.-496 с., ил.</p> <p>- Чеурин Г.С. Самоспасение без снаряжения.- М.: ЗАО Издательство «Русский журнал», 2001.-194 с.</p> <p>- Выживание в экстремальной ситуации.</p>
	1.2	1	Веревка основная (d = 12 мм), длина 40 м	4 шт.	<p>- Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания: Изд. 2-е, испр., доп. И перераб. - М.: Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2001.-496 с., ил.</p> <p>- Чеурин Г.С. Самоспасение без снаряжения.- М.: ЗАО Издательство «Русский журнал», 2001.-194 с.</p> <p>- Выживание в экстремальной ситуации.</p> <p>- Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: Учеб. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб.- М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.- 320 с.: ил.</p> <p>- Шойгу С.К. Азбука безопасности. М., 2003.- 32 с</p>
		2	Веревка вспомогательная (d = 8 мм), длина 60 м	2 шт.	
		3	Медаптечка	1 набор	
		4	Ремнабор	1 набор	
		5	Часы	2 шт.	
		6	Компас	10 шт.	
		7	Карабины с муфтами	20 шт.	
		8	Палатки с тентами	4 шт.	
		9	Костровое хозяйство	1 комплект	
		10	Тент для кухни	1 шт.	
		11	Варочная посуда	1 комплект	
		12	Топор	1 шт.	
		13	Пила	1 шт.	
		14	Фонарь электрический	5 шт.	
		15	Система страховочная	6 шт.	
		16	Репшнур d = 10 мм, длина 3 м	12 шт.	
		17	Кольцо из репшнура d = 6 мм	12 шт.	
		18	Противогаз	10 шт.	
		19	Общевойсковой защитный комплект (ОЗК)		
		20	Рукавицы (перчатки) брезентовые	10 пар	
		21	Жумары	6 шт.	
		22	Инвары	6 шт.	
			Спасательное оборудование		
		23	Манекены	2шт.	

		24	Огнетушители	2шт.	
		25	Рукава пожарные	2шт.	
		26	Носилки спасателя	2шт.	
	1.3- 1.10	<p>- Учебно-методические пособия:</p> <p>1. «Составление меню и списка продуктов».</p> <p>2. «Фасовка и упаковка продуктов».</p> <p>3. «Приготовление пищи на костре».</p> <p>4. Контрольная работа — составление меню на 1 день</p> <p>Автор-составитель С.Н.Жигалова</p> <p>- Лекция «Туристские слеты и соревнования».</p>			<p>- Усыкин Г.С. В классе, в парке, в лесу. Игры и соревнования юных туристов. М.: ЦДЮТ и К, 2001, 28 с.</p> <p>- Шибаев А.С. Переправа (программированные задания для контроля и закрепления знаний). М., 1996.-24 с., илл.</p> <p>- Туристская игротека (игры, конкурсы, викторины). Выпуск третий. - М.: ЦДЮТ и К РФ, 2001.64 с.</p>
Топография и ориентирование	2.1- 2.6	<p>Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту;</p> <p>- Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка);</p> <p>- Упражнения на нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка).</p>			<p>- Соколов И.А. Топографическая карта и местность. Изд. 2-е, перераб. И доп. М., ДОСААФ, 1975.</p> <p>- Ривкин Е.Ю. Организация туристической работы со школьниками: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2001. – 80 с.</p> <p>- Куприн А.М. Занимательно об ориентировании: Пособие для учащихся.- М.: Просвещение, - 96 с., ил.</p>
Противопожарная подготовка	3.1- 3.4	<p>Профилактика пожаров в повседневной жизни, права обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности.</p> <p>Правильность выполнения пользование огнетушителем.</p> <p>Эвакуация из разных объектов (дом, школа, торговые центры.</p> <p>Эвакуация из лесных массивов</p>			<p>Правила пожарной безопасности в Российской Федерации. ППБ 01-98 г. 2. Шойгу С.К. «Чрезвычайные ситуации». Энциклопедия школьника. Краснодар, 2005 г 3. Винников Л.А. «Почему возникают пожары», изд-во «Ярославль», 1998 г. 5. Курцев П.А. «Медико-сан</p>

<p>4. Медицинская подготовка</p>	<p>4.1-4.4</p>	<p>Основы медицинских знаний. Наглядные плакаты и пособия. Первая помощь при травмах (порезы, укусы, ссадины, переломы, ожоги) Медицинская помощь при чрезвычайных ситуациях (утопление, автомобильная авария, и др.). Переноска пострадавшего. Искусственное дыхание.</p>	<p>Курцев П.П. «Медико-санитарная подготовка учащихся», М., «Просвещение», 1988 г. - Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл.: Учеб. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб.- М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001. - Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: Учеб. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб.- М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.- 320 с.: ил.</p>
<p>Общая физическая подготовка</p>	<p>5.1</p>	<p>Наглядные схемы и таблицы: - Кровеносная система. Сердце и сосуды; - Дыхание и газообмен; - Органы пищеварения и обмен веществ; - Нервная система — центральная и периферическая; Практические навыки в спортивной деятельности.(бег, прыжки , метания)</p>	<p>- Афонькин С.Ю. Анатомия человека – СПб.: «БКК», 2006. – 96 с., ил. Зотов Ю.И. «Воспитание подростков в спортивном коллективе», М., изд-во «Физкультура и спорт», 1994 г.</p>

2.6 Рабочая программа воспитания

1.Характеристика объединения: «Юный спасатель»

Деятельность объединения «Юный спасатель» имеет туристско-краеведческую направленность.

Количество обучающихся объединения «Юный спасатель» составляет от 8 до 15 человек. Обучающиеся имеют возрастную категорию детей от 12 до 14 лет.

Формы работы – индивидуальные и групповые.

2. Цель, задачи и результат воспитательной работы

Цель воспитания: создание единого воспитательного пространства для обеспечения разностороннего развития детей, их гражданского и духовно-нравственного воспитания

Задачи воспитания:

- формирование системы знаний об экологических проблемах современности и пути их разрешения; - формирование мотивов, потребностей и привычек экологически целесообразного поведения и деятельности, здорового образа жизни;
- формирование и пропаганда здорового образа жизни.
- развитие системы интеллектуальных и практических умений по изучению, оценке состояния и улучшению окружающей среды своей местности;
- развитие стремления к активной деятельности по охране окружающей среды: интеллектуального (способности к анализу экологических ситуаций), эмоционального (отношение к природе как к универсальной ценности), нравственного (воли и настойчивости, ответственности)

Результат воспитания: Данная программа туристско-краеведческой направленности ориентирована на приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни; о правилах поведения человека в лесу, у водоемов, на болоте; о правилах передвижения по дорогам; о правилах обращения с огнем; о правилах обращения с опасными инструментами; о правилах общения с незнакомыми людьми; об основных нормах гигиены; о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе; о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры; о рисках и угрозах нарушения этих норм; о действенных способах защиты природы; об истории и культуре родного края; о гендерных нормах поведения мальчиков и девочек; об основах организации коллективной творческой деятельности.

3. Работа с коллективом обучающихся

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого культурного, коммуникативного потенциала ребят в процессе участия в совместной общественно – полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

Дела (работа) в объединении – педагог планирует мероприятия, которые будет проводить в объединении.

- Использование ИНТЕРНЕТ ресурсов
- ведение собственного сайта;
- размещение информации о жизнедеятельности детского коллектива в СМИ
- массовые мероприятия учебного характера (к ним относятся итоговые, отчетные, открытые занятия, концерты, выставки, участие в конкурсах и т.д.);
- массовые мероприятия воспитательно-развивающего характера (тематические праздники, клубные дни, дни рождения, календарные праздники, традиционные народные праздники, юбилейные мероприятия и др.)
- диагностика (психологический комфорт, отношение к педагогу, уровень воспитанности и др.)
- тематические беседы по ПДД, ППБ, ТБ и охране здоровья;
- индивидуальная работа с детьми (если планируется);
- мероприятия, направленные на профессиональное воспитание (экскурсии, беседы, встречи с интересными людьми и т.д.);
- мероприятия, направленные на социальное воспитание (беседы о здоровье, о взаимоотношениях с другими людьми, толерантности, трудовые десанты и т

4. Работа с родителями

Организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации)

Работа с родителями:

- планирование родительских собраний,
- оформление информационного стенда «Родительский уголок», индивидуальные встречи и консультации,
- посещение родительских собраний в школах;
- системная работа по оценке деятельности педагога доп. образования со стороны родителей (книга отзывов, анкетирование и др.)

2.8. Список литературы

Нормативная литература

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
4. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», (утв. Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.01.2021)
5. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
6. Концепции духовно-нравственного воспитания российских школьников
7. Концепции развития дополнительного образования детей от 04.09.2014г. №1726-р
8. Устава учреждения «Кезская средняя общеобразовательная школа №1», Локального акта учреждения «Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе».
9. Локального акта учреждения «Положение о дополнительной общеобразовательной программе».

Основная и дополнительная учебная литература.

Литература для педагога

1. Ориентирование

Кодыш Э.Н. Соревнования туристов: Пешеходный туризм.- М.: Физкультура и спорт, 1990.- 175 с., ил.

2. Педагогика и психология

Ривкин Е.Ю. Организация туристической работы со школьниками: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2001. – 80 с.

3. Игротека

Усыкин Г.С. В классе, в парке, в лесу. Игры и соревнования юных туристов. М.: ЦДЮТ и К, 2001, 28 с.

Шибяев А.С. Переправа (программированные задания для контроля и закрепления знаний). М., 1996.-24 с., илл.

Туристская игротека (игры, конкурсы, викторины). Выпуск третий. - М.: ЦДЮТ и К РФ, 2001.64 с.

4. ОБЖ

Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания: Изд. 2-е, испр., доп. И перераб. - М.: Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2001.-496 с., ил.

Чеурин Г.С. Самоспасение без снаряжения.- М.: ЗАО Издательство «Русский журнал», 2001.-194 с.

Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: Учеб. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб.- М.: ООО Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.- 320 с.: ил. Азбука безопасности. М., 2003.- 32 с.

Практические рекомендации школьникам и студентам по защите при чрезвычайных ситуациях. Ижевск. 2001.-32 с.192 с.

Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах. М.1990г.

Цвилюк Г.Е. Пособие по выживанию «Школа безопасности». М. ЭКСМО. 1995г.

Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М.: Профиздат, 1987

И.И. Соковня –Семенова «Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь» Москва академия 1999г.

- Памятники истории и культуры Удмуртии: Каталог.- Ижевск: Удмуртия, 1990.- 156 с.
Путеводитель. / Материалы ЦГА с 1713 по 1985 гг./ Ижевск, 1990.
Русских Б.И. Кезский район. Страницы биографии.- Ижевск: Удмуртия, 1999.- 260 с.
Книга памяти. Т. 5 / Составители Н.В. Чиркова, Б.И. Русских, Ф.П. Максимова.- Ижевск:
Удмуртия, 1994.- 460 с.
Книга памяти. Т.8. Дополнительный. Ижевск: Удмуртия, 1996.- 236 с.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании: Пособие для учащихся.- М.: Просвещение, - 96 с., ил.
2. География Удмуртии: Учебное пособие для общеобразовательной школы. – Ижевск: Удмуртия, 1999.-240 с.
3. Владыкин В.Е., Христоролюбова Л.С. Этнография удмуртов: Учебное пособие по краеведению.- Ижевск: Удмуртия, 1997.- 248 с.
4. Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл.: Учеб. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб.- М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.
5. Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: Учеб. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб.- М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.- 320 с.: ил.

Интернет – ресурсы

- <http://www.kadis.ru/texts/index.phtml?id=40197>
<https://maps.vlasenko.net/soviet-military-topographic-map/map100k.html>
<http://www.spasatel.by/school-safety>
[http://www.spas-extreme.ru/school safe](http://www.spas-extreme.ru/school_safe)
<http://www.mchs.gov.ru/>
<http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual>
[http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie CHS/item/7261661/](http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie_CHS/item/7261661/)
[http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie CHS/item/7263173/http://56.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie_CHS/item/7263173/http://56.mchs.gov.ru)
/
<http://56.mchs.gov.ru/folder/1574684>
<http://www.rusprofile.ru/id/8900539>
<http://docs.cntd.ru/document/952009587>
<http://poiskovo-spasatelnaya-sluzhba-orenburgskoi-oblasti.orenburg7.ru/>

1. Проверочный тест

1.Соберись в поход. Перед вами вещи:

рюкзак, коврик, свитер, носки, кеды, кружка, ложка, вилка, хлеб, топор, стакан, подушка, нож, полиэтиленовая упаковка, пачка сахара, торт, миска, компас, спальник, свеча, аптечка.

Уложите в рюкзак 15 необходимых вещей для похода выходного дня без ночлега

2. Какой тип костра наиболее удобен для приготовления пищи?

а) шалаш б) нодья в) таежный г) звездный

3.Вы забыли дома чай. Чем его можно заменить?

а) листья черной смородины

б) листья березы

в) листья толокнянки

г) листья лабазника

4.Какая каша быстрее варится на костре?

а) манная б) рисовая в) гречневая г) перловая

Медицинская помощь.

5. Если у Вас болит голова, то надо принять:

а) капли в нос б) анальгин в) активированный уголь

6. Если у Вас температура + 38 *, то надо принять:

а) аспирин б) нош-па в) бисептол

7.Если Вы порезали палец, то надо принять следующие меры:

а) наложить жгут б) смазать йодом, перебинтовать в) смазать жиром

8.Если у Вас мозоль на пятке, то надо принять следующие меры:

а) наложить бактерицидный лейкопластырь

б) дать аспирин

в) положить тугую давящую повязку

9.Если у Вас тепловой солнечный удар, то надо принять следующие меры:

а) согреть, дать горячее питье

б) дать лекарство

в) уложить в тень, охладить

10.Перед вами стоят три сухостойные дерева: сосна, береза, осина.

Какое из них вы завалите для костра?

а) сосну б) березу в) осину

11.Какая посуда используется для приготовления пищи?

а) котлы б) цинковые ведра в) эмалированное ведро

12.Назовите основные документы туристской группы на маршруте:

а) маршрутный лист

б) журнал учета знаний

в) ведомость

13.При укладке рюкзака вещи, необходимые в первую очередь, должны быть:

а) внизу

б) наверху

в) на себе

Тест по пожарной безопасности

1. Пожар – это:

- А. неконтролируемое горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью граждан
- Б. происходящее мгновенно событие, при котором возникает кратковременный процесс превращения вещества с выделением большого количества энергии в ограниченном объеме

2. Назовите составляющие процесса горения (несколько вариантов ответа):

- А. наличие горючего вещества
- Б. большая скорость химического превращения
- В. наличие окислителя
- Г. наличие источника воспламенения
- Д. большое количество газообразных продуктов

3. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях (несколько вариантов ответа):

- А. неисправность электросети и электроприборов
- Б. возгорание электроприборов, оставленных под напряжением, без присмотра
- В. осторожное обращение с огнем
- Г. установка печей, не отвечающих требованиям пожарной безопасности
- Д. разведение костров во дворах и в квартирах
- Е. наличие первичных средств пожаротушения

4. Какой государственный орган осуществляет контроль за организацией пожарного надзора в РФ:

- А. Районные пожарные части
- Б. Государственная противопожарная служба
- В. Пожарная дружина

5. Назовите основные направления деятельности государства и общества в области пожарной безопасности (несколько вариантов ответа):

- А. совершенствование оснащения пожарным инвентарем
- Б. разработка и совершенствование требований пожарной безопасности
- В. определение порядка и организации тушения пожаров.
- Г. отработка эвакуации населения при пожаре
- Д. создание и совершенствование системы подготовки населения

6. Электроприборы под напряжением можно тушить при помощи огнетушителя:

- А. воздушно-пенного
- Б. углекислотного
- В. порошкового

7. Соотнесите условные обозначения на огнетушителях и их пояснение:

А. С	1. Огнетушитель предназначен для тушения горящих твердых веществ
Б. А	2. Огнетушитель предназначен для тушения горючих жидкостей
В. Е	3. Огнетушитель предназначен для тушения горящих газов
Г. В	4. Огнетушитель предназначен для тушения электроприборов под напряжением

8. К поражающим факторам пожара в помещении относятся (несколько вариантов ответа):

- А. потеря видимости вследствие задымления
- Б. понижение температуры среды
- В. токсичные продукты горения
- Г. закрытый огонь
- Д. понижение концентрации кислорода
- Е. потеря конструкциями несущей способности

9. К видам пожарной охраны относится:

- А. негосударственная пожарная охрана
- Б. специальная пожарная охрана
- В. добровольная пожарная охрана

10. Умышленные действия по уничтожению или повреждению чужого имущества с применением огня – это:

- А. поджог
- Б. розжиг

Тест по знанию медицины

1. **Основной механизм заражения при кишечных инфекциях:**

- в) воздушно – капельный;
- б) фекально – оральный;
- в) воздушно - пылевой;
- г) парентеральный.

2. **Для создания пассивного иммунитета вводят:**

- а) антибиотики;
- б) вакцины;
- в) сыворотки;
- г) анатоксины.



3. **Самым надёжным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является:**

- а) наложение давящей повязки;
- б) пальцевое прижатие;
- в) максимальное сгибание конечности;
- г) наложение жгута.

4. **На какой срок накладывается жгут зимой?**

- а) на час;
- б) на 1ч 30 мин.;
- в) на 2 часа;
- г) на 2ч 30 мин.



5. **Какую информацию необходимо указать в записке, прикреплённой к жгуту?**

- а) фамилию, имя, отчество пострадавшего, время получения ранения;
- б) дату и точное время (часы, минуты) наложения жгута;
- в) дату и точное время (часы, минуты) наложения жгута, а также фамилию, имя отчество пострадавшего, фамилию, имя отчество наложившего жгут.

6. **К чему может привести непрерывное длительное нахождение конечности с наложенным жгутом (более 2 часов)?**

- а) к повышению температуры конечности, пощипывающим долям, покраснению кожного покрова;
- б) к поступлению в кровь значительного количества токсинов из тканей выше жгута и развитию травматического токсикоза;
- в) к поступлению в кровь значительного количества токсинов из тканей ниже жгута и развитию травматического токсикоза.

7. **К закрытым повреждениям относятся:**

- а) вывихи, растяжения, ушибы;
- в) ссадины и раны;
- в) царапины и порезы.

8. **Как правильно обработать рану?**

- а) продезинфицировать рану спиртом и туго завязать;
- б) смочить йодом марлю и наложить на рану;
- в) обработать перекисью водорода;
- г) смазать саму рану йодом.

9. **При оказании первой помощи в случае перелома запрещается:**

- а) проводить иммобилизацию повреждённых костей;
- б) вставлять на место обломки костей и вправлять на место вышедшую кость;
- в) останавливать кровотечение.

10. **Признаки закрытого перелома:**

- а) боль, припухлость;

- б) кровотечение, боль, зуд;
- в) боль, припухлость, кровотечение;
- г) нарушение двигательной функции повреждённого органа, боль, припухлость, деформация в месте травмы.

11. При закрытом переломе со смещением костей необходимо:

- а) поправить смещение и наложить шину;
- б) наложить шину;
- в) наложить шину с возвращением костей в исходное положение;
- г) перевязать рану, не тревожа перелом, и наложить шину.

12. Признаки открытого перелома:

- а) боль, припухлость;
- б) открытая рана, видна костная ткань, боль, нарушение двигательной функции;
- в) боль, припухлость, кровотечение;
- г) нарушение двигательной функции повреждённого органа, боль, припухлость, деформация в месте травмы.

13. При открытом переломе со смещением костей необходимо:

- а) поправить смещение и наложить шину;
- б) поправить смещение и перевязать;
- в) наложить шину с возвращением костей в исходное положение;
- г) перевязать рану, не тревожа перелом, и наложить шину.

14. Вывих это -

- а) смещение конечности при резком движении;
- б) смещение костей друг относительно друга;
- в) стойкое смещение суставных концов костей.

15. Признаки травматического вывиха:

- а) резкая боль;
- б) резкая боль, повышение температуры тела;
- в) резкая боль, отёк;
- г) резкая боль, изменение формы сустава, невозможность движений в нём или их ограничение.



16. Первая помощь при разрыве связок и мышц:

- а) на поврежденное место наложить холод, тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать обезболивающее, госпитализировать;
- б) на поврежденное место наложить тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать обезболивающее, госпитализировать;
- в) поврежденное место распарить, наложить тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать обезболивающее, госпитализировать.

17. Первая помощь при растяжении:

- а) наложить тугую повязку на повреждённое место, обеспечить покой повреждённой конечности, опустить её как можно ниже, госпитализировать пострадавшего;
- б) приложить холод и наложить тугую повязку на повреждённое место, обеспечить покой повреждённой конечности, придать ей возвышенное положение, госпитализировать пострадавшего;
- в) обеспечить покой повреждённой конечности, опустить её как можно ниже, госпитализировать пострадавшего.

18. Иммобилизация это -

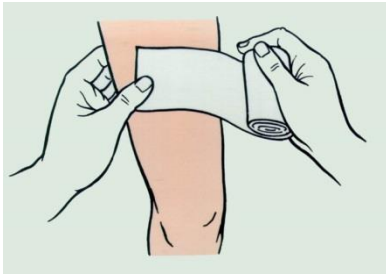
- а) сбор военнослужащих;
- б) приведение в свободное состояние частей тела;
- в) приведение в неподвижное состояние части тела (конечность, позвоночник).

19. При иммобилизации фиксируют:

- а) повреждённый сустав;
- б) повреждённый и соседний сустав;
- в) все суставы.

20. В качестве шины можно использовать:

- а) лыжную палку, обрезок доски, полотенце;
- б) обрезок доски, подходящую ветку дерева, лыжу;
- в) лыжную палку, гибкий кабель, обрезок доски, лыжу, подходящую ветку дерева.



21. Повязку начинают с фиксирующих ходов:

- а) фиксирование второго тура бинта к третьему;
- б) второй тур бинта надо закрепить к первому булавкой или шпилькой;
- в) первый тур надо закрепить, загнув кончик бинта, и зафиксировать его вторым туром.

22. Для оказания ПМП при открытых повреждениях (раны, ожоги) в качестве асептической повязки удобнее всего



использовать:

- а) стерильный бинт;
- б) перевязочный пакет медицинский (ППМ);
- в) стерильный бинт, вату.

23. При ожоге необходимо:

- а) срезать ножницами одежду, на поврежденную поверхность на 5-10 мин наложить холод, здоровую кожу вокруг ожога

продезинфицировать, на обожженную поверхность наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;

- б) срезать ножницами одежду, поврежденную поверхность смазать йодом, а затем маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;
- в) не срезая ножницами одежды, залить обожженную поверхность маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение.

24. В случае поражения электрическим током, если не произошло остановки сердца и дыхания, прежде всего, необходимо:

- а) создать покой пострадавшему и обследовать его;
- б) прекратить действие электрического тока на пострадавшего;
- в) принять меры по доставке пострадавшего в медицинское учреждение или вызвать "скорую помощь";
- г) дать пострадавшему болеутоляющее и сердечное средства.

25. Каким способом можно прекратить действие электрического тока на пострадавшего:

- а) отбросить от пострадавшего электропровод одной рукой;
- б) отбросить от пострадавшего провод двумя руками;
- в) намотать на руку тряпку и быстро отбросить провод;
- г) отбросить провод сухой палкой.

26. При оказании помощи пострадавшему от теплового или солнечного удара в первую очередь следует:

- а) дать ему обильное питье;
- б) вызвать "скорую помощь";
- в) перенести его в прохладное место.

Укажите последовательность выполнения мероприятий ПМП:(для заданий 27– 30))

27. При тепловом ударе:

- 1.перенести пострадавшего в прохладное место;
- 2.уложить пострадавшего, несколько приподняв ноги с помощью
- 3.валика из одежды, подложенного под колени;
- 4.если человек в сознании, ему можно дать крепкий холодный чай
- 5.или слегка подсоленную холодную воду;
- 6.при рвоте повернуть голову на бок, чтобы рвотные массы не
- 7.попали в дыхательные пути;
- 8.снять одежду, наладить охлаждение (облить холодной водой, приложить лёд или холодные
- 9.предметы к затылочной области головы и к задней поверхности шеи, а также на область шейных,
- 11.подмышечных, паховых сосудов);
- 12.наладить движение воздуха и ускоренное испарение влаги (вентилятор, обмахивание пострадавшего);

13. в том случае, когда пострадавший потерял сознание, поднести ватку, смоченную нашатырным спиртом;

14. Вызвать скорую помощь;

28. При тяжёлом ранении:

1. наложить стерильную повязку;
2. выполнить иммобилизацию;
3. временно остановить кровотечение;
4. дать обезболивающее средство;
5. транспортировать в лечебное учреждение.

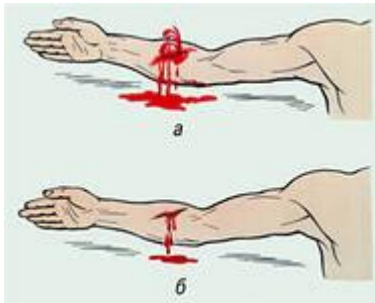
29. При химическом ожоге концентрированной уксусной кислотой:

1. дать обезболивающее средство;
2. промыть место поражения проточной водой;
3. удалить с человека одежду, пропитанную кислотой;
4. промыть место поражения слабым раствором пищевой соды;
5. доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

30. Последовательность возникновения и распространения эпидемического процесса:

1. механизм передачи инфекции;
2. источник инфекции;
3. восприимчивость человека.

Укажите соответствие между видом кровотечения и его признаками (обозначив ответ цифра – буквы для задания 31)



31.

- артериальное
- венозное
- капиллярное
- паренхиматозное

- а) кровь стекает пассивной струёй с множеством затёков;
- б) кровь сочится по всей поверхности раны;
- в) кровь ярко – алого цвета;
- г) кровь тёмно – бурого цвета;

- д) кровь выделяется пульсирующим фонтаном;
- е) посинение кожи в области повреждения;
- ж) наблюдается при повреждении паренхиматозных органов (печени, селезёнки);
- з) бледная (посеревшая) кожа, влажная на ощупь.

Вместо цифр впишите ключевое слово:

(для заданий 32 - 36)

32. Повреждение тканей и органов тела тупым предметом, без нарушения целостности кожи называется _____ 1 _____.
33. Полное или частичное нарушение целостности кости, сопровождающиеся повреждением окружающих кость тканей, называется _____ 2 _____.
34. Повреждение тканей, сопровождающиеся нарушением целостности покровов (кожи и слизистых оболочек) называется _____ 3 _____.
35. Виды кровотечений относительно поверхности тела поражённого _____ 4 _____, _____ 5 _____.
36. Типы кровотечений, исходя из повреждённого сосуда _____ 6 _____, _____ 7 _____ _____ 8 _____, _____ 9 _____.

Определите соответствующие пары объектов и запишите в виде (число – число) для задания

37. Ваши действия при ожоге:

1. термическом1) промыть водой и слабым раствором уксусной кислоты



2. раствором кислоты 2) приложить холод
3. раствором щёлочи 3) промыть водой и слабым раствором пищевой соды

38. Развёрнутый ответ:

При приготовлении гарнира повар получил термический ожог без нарушения целостности ожоговых пузырей. Ваши действия по оказанию помощи.

39. Развернутый ответ:

Повар получил, термический ожёг с нарушением целостности ожоговых пузырей. Ваши действия по оказанию помощи.

Приложение 4

Уровень физической подготовленности учащихся 12-14

№	Контрольные испытания	Нормативы	
		Мальчики	Девочки
1	Бег 60 м. сек.	9.6-8.9с	10.5-9.2с
2	Прыжок в длину с места. (см)	160-215 см.	150-200 см
3	Сгибание разгибание рук в упоре лежа (отжимание) кол-во раз	15-30р	10-20р
4	Метание мяча меча	25-38 м.	16-28м.
5	Бег 1000 м. (мин.сек)	3.50-3.25	4.10-3.50

Индивидуальная карточка учёта динамики личностного развития ребёнка
 (в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества
 (высокий, средний, низкий))

Фамилия, имя учащегося _____

Возраст ребёнка _____

Вид и название детского объединения _____

Фамилия, имя, отчество педагога _____

Дата начала наблюдения _____

Показатели	Сроки диагностики	
	Начало года	Конец года
<i>1. Организационно-волевые качества</i>		
1. Терпение		
2. Воля		
3. Самоконтроль		
<i>2. Ориентационные качества</i>		
1. Самооценка		
2. Интерес к занятиям в объединении		
<i>3. Поведенческие качества</i>		
1. Конфликтность		
2. Тип сотрудничества		