

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Денисовская средняя школа» Ясногорского района Тульской области
(МОУ «Денисовская СШ»)**

РАССМОТРЕНО
Педагогическим Советом
МОУ «Денисовская СШ»
протокол от 31.08.2022г. №1



УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ «Денисовская СШ»
И.А. Пудов
Приказ от 01.09.2022г. 122-О

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

«ШКОЛЬНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»

Направленность: физкультурно-спортивная

(основное общее образование)

Составитель: Сумцов Андрей Васильевич,
педагог дополнительного образования

с.Денисово, 2022 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Школьная безопасность» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (2010 г), а также на основе программ: «Туристско-краеведческая деятельность» и «Пешеходный туризм» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой. Программа составлена с учетом нормативных требований к программам дополнительного образования, на основе существующих федеральных программ данного вида деятельности.

Пешеходный туризм является универсальным и комплексным средством воспитания подрастающего поколения, привлекающим ребят, как младшего, так и старшего школьного возраста. Самодеятельный туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения. При этом пешеходный туризм не является капиталоемким видом деятельности, для занятий им не требуется дополнительного дорогостоящего оборудования, такого, как, например, для занятий альпинизмом или велосипедным туризмом. Главная задача объединения пешеходного туризма удовлетворить естественную потребность воспитанников в непосредственном познании мира, своего края; показать, как он прекрасен, воспитать активную любовь к нему, преданность народу и земле, на которой им посчастливилось родиться.

Актуальность программы обусловлена тем, что туристские походы, романтика дальних дорог манят к себе с каждым годом все большее число воспитанников, а занятия в группах данного вида деятельности помогают решить не только воспитательные, но и социальные проблемы (обеспечение занятости в свободное от учебы время, профилактика беспризорности и безнадзорности детей, асоциального поведения подростков и др.).

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, и в первую очередь своей Малой Родины, занятия способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов. Отмечено, что учащиеся, входящие в состав туристской группы, стараются вести здоровый образ жизни, реже совершают поступки асоциального характера.

Данная программа разработана с учетом программ курсов по туризму, спортивному ориентированию (1995г), «Подготовка судей соревнований по туризму» (Константинов Ю.С., 1988г) «Юные инструкторы туризма» (Маслов А.Г., 2002г), «Туризм и краеведение» (В.В. Шляков, 1982г.). Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение», изд. 3 дополненное. Утверждены Главным управлением школ Министерства просвещения СССР, М. "Просвещение" 1982, В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн.

Отличительной особенностью этой программы является деятельный подход к воспитанию, образованию и развитию ребенка. Программа предполагает межпредметные связи, тесно переплетаясь со школьными предметами: ОБЖ, географией, математикой, историей, биологией, физкультурой.

Новизна программы предполагает тесную связь с родителями воспитанников. В сетку часов включены отработки технических приемов совместно для детей и их родителей, на которых воспитанники являются «судьями» и «постановщиками дистанции» для родителей в личном зачете на мини-соревнованиях, которые не включены в сетку.

Цели программы:

- совершенствование нравственного и физического воспитания учащихся средствами пешеходного туризма, подготовка специалиста в области спортивного туризма и туристского многоборья, удовлетворение естественной потребности детей в непосредственном познании окружающего мира, своего края;
- развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся;

Поставленные цели будут достигнуты при решении следующих задач, реализуемых в комплексе (обучающих, развивающих, воспитательных).

Задачи:

обучающие:

формирование системы знаний, необходимых организатору туристско-спортивной работы;

обучение навыкам и умению сбора краеведческой информации, формирование банка данных о местах туристских маршрутов через ведение записей краеведческих наблюдений, воспоминаний старожилов, ветеранов;

воспитательные:

воспитание экологически грамотной, физически здоровой, нравственной личности, любящей и знающей свой край; выработка организационных качеств, умение вести себя в коллективе;

развивающие:

развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся; развитие интереса к изучаемым дисциплинам; формирование навыков туристской техники, ориентирования, выживания в природной среде, судейства туристско-спортивных мероприятий;

Возраст обучающихся детей и психофизические особенности данного возраста

Возраст обучающихся детей по программе составляет 11-16 лет. Для воспитанников этого возраста характерны живой интерес к окружающей жизни, жажда ее познания, огромная восприимчивость к тому, что он узнает самостоятельно и от взрослых. У детей этого возраста заметно повышается произвольность психических процессов – восприятия, мышления и речи, внимания, памяти, воображения. Внимание становится более сосредоточенным, устойчивым (ребенок способен им управлять), в связи с этим развивается способность запоминать: мобилизуя волю, ребенок сознательно старается запомнить правила, последовательность действий при выполнении заданий и т.п. Поведение становится более целенаправленным, целеустремленным.

Сроки реализации программы

Программа занятий рассчитана на 1 год обучения с обязательным прохождением зачетных походов, участием и судейством районных туристских мероприятий,

рассчитана на 136 часов в неделю, продолжительность занятия 40 минут. Закрепление и совершенствование туристских навыков. Участие в соревнованиях.

Результаты освоения программы

Метапредметные результаты.

Регулятивные универсальные учебные действия отражают способность обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка).

Познавательные универсальные учебные действия - система способов познания окружающего мира, самостоятельного процесса поиска, исследования и совокупность операций по обработке, систематизации, обобщению и использованию полученной информации.

Коммуникативные универсальные действия - способность обучающихся осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных вне учебных ситуациях; самостоятельная организация речевой деятельности в устной и письменной форме.

Предметные результаты: опыт творческой деятельности; опыт познавательной деятельности; опыт коллективной самостоятельности в туристской группе; опыт социально-профессиональных ролей в системе должностно-ролевого, туристско-краеведческого самоуправления; ценностные установки. Специфические для туризма и краеведения, межличностной коммуникации.

Личностные результаты – обладание качествами: инициативностью; аккуратностью; коммуникабельностью; целеустремленностью; самокритичностью; творческой активностью; способностью к оказанию взаимопомощи; самостоятельностью; исполнительностью; способностью к взаимодействию в команде; физической активностью; упорством в достижении поставленных целей; уважением к старшим, родителям, семейным традициям; милосердием, заботой о старших и младших; любовью к своей малой родине; трудолюбием.

Положительными результатами работы педагога по данной программе можно считать:

сохранение контингента учащихся на всем протяжении обучения (состав группы изменился менее чем на 30%), уменьшение числа воспитанников, состоящих на различных видах профилактического учета, постоянный рост спортивно-технического мастерства, сохранение и повышение уровня успеваемости по предметам школьной программы.

Ожидаемый результат в воспитательном плане

Гражданин. Национальная гордость, патриотизм. Общественная дисциплина и культура общения. Бережное отношение к природе и традициям. Уважение прав и культуры других наций. Честность, правдивость, чуткость, милосердие. Семьянин. Тактичность. Культура общения. Опрятность. Стремление к ЗОЖ. Умение организовать досуг. Забота о младших и слабых. Знание гигиенических навыков. Профессионал. Работоспособность. Организованность. Творческое и эстетическое отношение к труду. Стремление сделать дело качественно. Умение трудиться сообща. Инициативность. Самостоятельность. Самообслуживание.

В результате обучения по данной программе, обучающиеся должны:

- получить навыки подготовки к походу;
- уметь ставить палатку и разводить костер, оборудовать бивак;
- уметь оказывать первую медицинскую помощь;
- преодолевать простые природные и искусственные препятствия;
- иметь навыки туристской техники, ориентирования, жизни в полевых условиях;
- иметь навыки ведения краеведческих наблюдений, использования их результатов для решения задач по выходу из экстремальной ситуации;
- иметь навыки участия в туристско-спортивных мероприятиях в составе команды;
- иметь опыт участия в походе в летний период;
- получить навыки подготовки к походу;
- уметь подготавливать и проводить туристические походы;
- уметь подготовить и помочь провести туристический слет в рамках образовательного учреждения;
- знать работу главной судейской коллегии туристско-спортивных соревнований.
- уметь оказывать первую доврачебную помощь;
- знать методику судейства отдельных этапов.

Содержание программы

Основы комплексной безопасности (35ч)

Обеспечение безопасности. Особенности пешеходного туризма.

Цели и значение занятий туризмом и краеведением. Правила поведения и техника безопасности во время занятий. Нормы поведения в горах, в лесу, у водоемов, на болоте. Нормы передвижения по дорогам. Правила обращения с огнем. Правила обращения с опасными инструментами и специальным снаряжением. Правила общения с местными жителями; правила гигиены туриста. Требования к биваку. Выбор места. Оборудование бивака. Бивак из подручных средств, построение защиты от ветра, дождя, снега. Подбор древесины для костра. Типы костров и их характеристика. Разведение костра без спичек. Поведение группы на аварийном биваке. Снятие лагеря в аварийном случае.

Топография и ориентирование на местности. (10ч)

Топографическая подготовка, условные знаки. Топографические карты и топографические знаки. Масштаб и легенда карты. Чтение топографических карт. Рисование топонимов. Изображение высоты местности с помощью горизонталей. Определение крутизны склона и его высоты. Измерение расстояния до недоступных предметов. Топографическая съемка местности.

Измерение расстояний на карте и на местности. Создание простейших планов и схем (класса, школьного двора, т.п.).

Спортивный компас. Ориентирование карты по компасу. Снятие азимута. Движение по азимуту. Ориентирование по местным предметам, рельефу. Определение точки стояния.

Туристские узлы. (4ч)

Теория: Узлы и их применение в туризме. Узлы: прямой, проводник, двойной проводник, австрийский проводник, восьмерка, стремя, прусик, булинь, удавка, карабинная удавка, академический, ткацкий, встречный, шкотовый, брамшкотовый, штык, схватывающий, грейпвайн и т.п. Отработка навыков завязывания туристских узлов.

Техника пешеходного туризма. (26ч)

Наведение и снятие веревочных перил для преодоления препятствий. Спортивное туристическое снаряжение. Страховки и самостраховки. Преодоление препятствий. Траверс склона с альпенштоком. Горизонтальный и вертикальный маятник. Переправа по верёвке с перилами (параллельные перила). Подъём по склону

по перилам спортивным способом. Подъём по склону по судейским перилам с самостраховкой. Спуск по склону по судейским перилам с самостраховкой. Навесная переправа. Переправа с самонаведением и снятием перил.

Основы медицинских знаний.(27ч)

Характерные заболевания, их симптомы и лечение. Первая помощь при травмах. Практика: наложение повязок, шин. Оказание первой помощи при различных травмах. Изготовление носилок, транспортировка пострадавшего. Применение дикорастущих лекарственных растений.

Формы деятельности.

Беседа, практико-ориентированное, спортивное состязание.

Виды деятельности.

Познавательная, досуговое общение, игровая, социально значимая.

Тематическое планирование

№ п/п	Раздел	Часы
1	Основы комплексной безопасности	35
2	Основы медицинских знаний	18
3	Туристические узлы	12
4	Топография и ориентирование на местности	15
5	Техника пешеходного туризма	20
6	Техника пешеходного туризма	30
7	Резерв	6
Итого		136

Описание методического и материально-технического обеспечения программы

Программа «Школьная безопасность» предполагает наличие у команды необходимого личного и группового туристского и специального снаряжения, бивуачного и вспомогательного (хозяйственного, медаптечки и пр.), обзорные карты края; кроки, схемы; топографические и спортивные карты всех масштабов; компасы, веревки, карабины, страховочные системы; основные и вспомогательные веревки, бивуачное и спец. тур. снаряжение.

Туристское снаряжение:

Рюкзак – 6 шт.

Спальный мешок - 6 шт.

Турковрики - 6 шт.

Система страховочная - 6 пар.

Палатки - 5 шт.

Топор, котелки, пила, канистры, примуса, лопата.

Аптечка - 2 набора

Компаса жидкостные - 3 шт.

Веревка основная (40 м) - 2 шт.

Веревка вспомогательная (40 м.) - 1 шт.

Карабин туристский с муфтой - 12 шт.

Фонарь - 4 шт.

Дидактический материал в электронном виде, раздаточный материал

Учебные материалы (тесты)

Карты

Учебные пособия для детей (таблицы)

Раздаточный материал (веревки, карабины, обвязки)

Аудио - видео средства туристские, спортивные.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	№ занятия
1	Природа и человек	1-2
2	Ориентирование на местности	3-4
3	Определение своего местоположения и направления движения	5-6
4	Подготовка к выходу на природу	7-8
5	Определение места для бивака и организация бивачных работ	9-10
6	Определение необходимого снаряжения для похода	11-12
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.	13-14
8	Подготовка к проведению пеших походов на равнинной и горной местности.	15-16
9	Подготовка и проведение лыжных походов	17-18
10	Подготовка водных и велосипедных походов.	19-20
11	Контрольная работа	21-22
12	Основные факторы ,оказывающие влияние на безопасность в дальнем и выездном туризме	23-24
13	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	25-26
14	Акклиматизация человека в горных условиях	27-28
15	Обеспечение безопасности на наземном транспорте	29-30
16	Обеспечение безопасности на водном транспорте	31-32
17	Обеспечение безопасности на воздушном транспорте	33-34
18	Автономное существование человека в природе	35-36
19	Добровольная автономия человека в природе	37-38
20	Вынужденная автономия человека в природе	39-40
21	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	41-42
22	Опасные погодные явления	43-44
23	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными	45-46
24	Укусы насекомых и защита от них . Клебцовой энцефалит.	47-48
25	Контрольная работа.	49-50
26	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях	51-52

27	Первая помощь при травмах	53-54
28	Оказание первой помощи при ожогах , отморожении , солнечном ударе , тепловом ударе. в условиях похода	55-56
29	Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых	57-58
30	Здоровый образ жизни и профилактика утомления	59-60
31	Компьютер и его влияние на здоровье	61-62
32	Влияние неблагоприятной среды на здоровье человека	63-64
33	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	65-66
34	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.	67-68

№ п/п	Тема	№ занятия
1	Туристические узлы(прямой, встречный, грейпвайн)	1
2	Туристические узлы(проводник, восьмёрка, двойной проводник, австрийский проводник)	2
3	Туристические узлы(схватывающий,бахмана, брамшкотовый)	3
4	Туристические узлы(стремя, штык, бочковой)	4
5	Определение места для бивака и организация бивачных работ	5
6	Определение необходимого снаряжения для похода	6
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.	7
8	Подготовка к проведению пеших походов на равнинной и горной местности.	8
9	Подготовка и проведение лыжных походов	9
10	Подготовка водных и велосипедных походов.	10
11	Топографические знаки(рельеф, растительность)	11
12	Топографические знаки(населённые пункты ,пути сообщения)	12
13	Топографические знаки (гидрография,прочие условные знаки)	13
14	Компас туристический, устройство, правила пользования.	14
15	Определение азимута на местности, карте.	15
16	Чтение топографических карт.	16
17	Чтение топографических карт.	17
18	Практические занятия по ориентированию	18
19	Практические занятия по ориентированию	19
20	Практические занятия по ориентированию	20
21	Туристические обвязки. Блокирование верхней и нижней обвязки.	21
22	Туристический карабин. Приемы работы с ним.	22
23	Прохождение этапа "подъём, спуск на схватывающем узле".	23

24	Прохождение этапа "подъём, спуск на схватывающем узле".	24
25	Прохождение этапа "подъём, спуск на схватывающем узле".	25
26	Прохождение этапа "траверс склона"	26
27	Прохождение этапа "траверс склона"	27
28	Прохождение этапа "траверс склона"	28
29	Прохождение этапа "бревно"	29
30	Прохождение этапа "бревно"	30
31	Прохождение этапа "бревно"	31
32	Занятия на местности. Туристическая полоса препятствий	32
33	Занятия на местности. Туристическая полоса препятствий	33
34	Занятия на местности. Туристическая полоса препятствий	34

№ п/п	Тема	№ занятия
1	Устройство противогаза ГП-5, ГП-7.	1
2	Устройство противогаза ГП-5, ГП-7. Правила пользования	2
3	Костюм ОЗК.	3
4	Костюм ОЗК.	4
5	Переноска пострадавших	5
6	Переноска пострадавших	6
7	Переноска пострадавших	7
8	Изготовление носилок из подручных материалов	8
9	Изготовление носилок "кокон"	9
10	Оказание первой помощи при переломах	10
11	Оказание первой помощи при переломах	11
12	Оказание первой помощи при переломах	12
13	Оказание первой помощи при кровотечениях	13
14	Оказание первой помощи при кровотечениях	14
15	Оказание первой помощи при кровотечениях	15
16	Оказание первой помощи при кровотечениях	16
17	Отработка приемов СЛР	17
18	Отработка приемов СЛР	18
19	Отработка приемов СЛР	19

20	Оказание первой помощи при ожогах.	20
21	Оказание первой помощи при обморожении	21
22	Оказание первой помощи при солнечном ударе	22
23	Прохождение этапа "подъём, спуск на схватывающем узле". С самонаведением.	23
24	Прохождение этапа "подъём, спуск на схватывающем узле". С самонаведением.	24
25	Прохождение этапа "подъём, спуск на схватывающем узле". С самонаведением.	25
26	Прохождение этапа "траверс склона". С самонаведением.	26
27	Прохождение этапа "траверс склона". С самонаведением.	27
28	Прохождение этапа "траверс склона". С самонаведением.	28
29	Прохождение этапа "бревно". С самонаведением.	29
30	Прохождение этапа "бревно". С самонаведением.	30
31	Прохождение этапа "бревно". С самонаведением.	31
32	Занятия на местности. Туристическая полоса препятствий	32
33	Занятия на местности. Туристическая полоса препятствий	33
34	Занятия на местности. Туристическая полоса препятствий	34

Список литературы

Методическая литература

Федеральный государственный образовательный стандарт.

Программа внеурочной деятельности.

Сборник материалов по организации туристской и краеведческой работы для вожатых общеобразовательных учреждений. - М.:МГДД (Ю)Т,2010.-96с.

Программа физического воспитания. Автор Г.И. Погадаев.

Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 1991г.;

Учебное пособие «Теория, методика и практика детско-юношеского туризма»

Самойленко А.А. Краснодар,2011.

Информация из интернета

Программа внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой.

Антропов К., Шибаев А. В. Переправа, М. , ЦДЮТур, 1998.

Алексеев А.А. Горообразование и горный рельеф. М, 1999.

Алексеев А.А. Питание в туристском походе, М., 1997.

Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1973.

Голов В.П. Изучение рельефа в курсе географии. М., Просвещение, 1973.

Инструкция (приказ N 293 от 13.07.92), М. , 1992.

Куликов В. , Константинов Ю. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М. , ЦДЮТур, 1997.

Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. М., ЦДЮТ, 1997.

Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., ЦДЮТ, 1997.

Курилова В.И. Туризм. М., «Просвещение», 1988.

Клименко А.И. Карта и компас мои друзья. М., Детская литература, 1975.

Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. Изд-во ДОСААФ, 1972.

Лесогор Н.А., Толстой Л.А., Толстая В.В. Питание туристов в походе. М., «Пищевая промышленность», 1980.

Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М., ВЛАДОС, 2000.

Примерное содержание воспитания школьников. Рекомендации по организации системы воспитательной работы общеобразовательной школы. Под ред. доктора педагогических наук, профессора И.С. Марьенко. М., Просвещение, 1980.

Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение» (сост. В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн.). М. , 1982, 2001.

Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. М , 1995;

Первая помощь в экстремальных ситуациях. М., МВД России, 2000

Программы кружков по туризму, спортивному ориентированию и краеведению. Краснодар, 1995.

Расторгуев М. Узлы, М., ЦДЮТур, 1994.

Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного туризма. Свердловск, 1990.

Рыжавский Г. Я. Биваки. М., ЦДЮТур. 1995.

Туристская игротка, под ред. Константинова Ю.С. М., ВЛАДОС, 2000.

Штюрмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1972.

Экологическое воспитание туристов, ЦРНБ «Турист», 1990.

Энциклопедия туриста. М., 1993