

Управление образования администрации Артемовского городского округа
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Станция юных техников» Артемовского городского округа

Рассмотрена и принята на
педагогическом совете
МБОУДО СЮТ

«31» мая 2021 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУДО СЮТ

Анистратенко А.В.

31 мая 2021 г.

«Юный спасатель»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности

Возраст учащихся: 10-17 лет

Срок реализации программы: 2 года

Ширшова Анна Вадимовна
педагог дополнительного образования

Артемовский городской округ

2021

Раздел № 1. Основные характеристики программы

1.1 Пояснительная записка

Актуальность программы обусловлена ее практической значимостью. Программа позволяет подготовить учащихся к самостоятельным действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций. Актуальность программы «Юный спасатель» ориентирована на воспитание человека, знающего основы защиты и общества от современного комплекса опасных факторов и умеющего применить эти знания на практике. Во всем мире главной социальной проблемой является проблема обеспечения безопасности. Угрозу жизни и здоровью человека могут представлять многие ситуации. Реализация программы призвана решительно повысить информированность детей в области чрезвычайных ситуаций, научить их основам спасательного дела, для профилактики и снижения уровня травматизма несовершеннолетних от вредных и опасных факторов окружающей среды. Помочь выработать у подростков психологическую устойчивость в чрезвычайных ситуациях, повысить уровень ценности человеческой жизни и здоровья.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами и методическими рекомендациями:

–Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями 2020 г.;

–Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. N 996-р);

–Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 г. № 196);

–СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций» (постановление Правительства РФ от 30.06. 2020 № 16 (с изменениями от 24.03.2021г.));

–Концепцией развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р (ред. От 30.03 2020г.);

–Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09- 3242).

Направленность программы: туристско-краеведческая.

Уровень освоения базовый

Отличительные особенности:

Данная программа рассчитана для успешного решения задач воспитания «юных спасателей». Выживание в экстремальных условиях окружающей среды, походы, экспедиции, ознакомление с навыками альпинизма, спелеологии, сплава, походного быта и основ безопасности жизнедеятельности. Программа предлагает не только обучение детей основам спасательного дела, но и воспитание социально-ответственного отношения детей к безопасности, подготовку спортсменов-разрядников, волонтеров-судей соревнований, активистов-пропагандистов ЗОЖ.

Особенность организации образовательного процесса дает возможность учащимся осуществить ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь людям, оказавшимся в сложной ситуации, и может быть определена будущая профессия. Кроме этого программа разносторонней подготовки «Юных спасателей» позволяет улучшить связи образовательного процесса в учреждении дополнительного образования с предметами базисного учебного плана школы.

Адресат программы Программа рассчитана на школьников 10-17 лет.

Программа рассчитана на 2 года реализации в два этапа: учебно-тренировочная группа (1 годы обучения) и группа спортивного совершенствования (2 года обучения).

Качественная подготовка юных спортсменов-спасателей предусматривает наполняемость групп в количестве 15-17 чел. на первом и 12-15 чел на втором этапе обучения.

Режим занятий 2 раза в неделю по 2 часа. Теоретическое занятие 1 час и практическое 2 часа. Программа состоит из 2-х модулей. Каждый модуль содержит 144 учебных часа в год.. Форма проведения занятий групповая, очная (по необходимости, частично дистанционная).

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: формирование навыков действий в чрезвычайных ситуациях у подростков 10-17 лет через систему учебно-практических занятий по обеспечению безопасности и спасательному делу.

Задачи программы:

Обучающие:

1. Обучить основам правил безопасного поведения в быту, на природе, поведения в экстремальных ситуациях.
2. Обучить навыкам спасения пострадавшего при различных ЧС, пожаре, утопление.
3. Обучить навыкам оказания первой доврачебной помощи.
3. Формировать компетенции по технике и тактике спасательных работ.
4. Научить работе со специальным снаряжением.
5. Привить навыки судейской практики.

Развивающие:

1. Сформировать у обучающихся навыки безопасного поведения и приобретения специальных знаний по вопросам спасательных работ, спортивного туризма, ориентирования, ОБЖ, доврачебной медицинской помощи.
2. Сформировать у обучающихся навыки безопасного поведения в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях, связанных с техногенными, природными, социальными чрезвычайными ситуациями.
3. Сформировать у обучающихся знания, практические умения для выживания в экстремальных условиях, ключевые компетенции и качества личности, обеспечивающих безопасную жизнедеятельность.
4. Привить навыки коллективного взаимодействия детей.
5. Способствовать укреплению физического и психического здоровья детей.

Воспитательные:

1. Воспитать значимые для данной деятельности личностные качества:
 - силу воли, смелость, решительность, мужество, терпение, трудолюбие, сопереживание;
 - чувство ответственности и уважительное отношение к результатам своих достижений и успехам других;
 - коммуникабельность, чувства коллективизма, сотрудничества и взаимовыручки;
 - обеспечивать необходимый уровень специальной психологической подготовленности к соревнованиям и тематическим мероприятиям.
2. Повысить уровень экологической культуры, бережного отношения к окружающей среде.
3. Формировать мотивацию к здоровому образу жизни.
4. Воспитать патриотизм, любовь к родной природе.
5. Способствовать формированию профориентации по профессиям спасателя, пожарного, сотрудника МЧС.
6. Привить уважение к профессиям спасательной направленности.

1.3 Содержание программы «Юный спасатель»

Учебный план 1 год обучения

№	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Организация, содержание и формы работы кружка Безопасность при работе со специальным снаряжением	2	2		опрос

2	Спортивное ориентирование. Тренировки на местности. Соревнования по спортивному ориентированию.	14			
2.1	Ознакомительное занятие		1	1	оценка
2.2	Знакомство с компасом и картой Топографические знаки		1	1	Игра
2.3	Знаки дистанции спортивных карт		1	1	Игра
2.4	Знакомство с картой на местности. Сравнение топонимов с местностью		1	1	Игра
2.5	Работа на местности. Ориентирование в заданном направлении			2	Зачёт
2.6	Ориентирование по выбору на местности			2	Зачёт
2.7	Городские соревнования по спортивному ориентированию			2	Соревнования
3	Спортивный туризм	20			
3.1	Безопасность при работе со специальным снаряжением. Работа на этапах		1	1	оценка
3.2	Страховочные системы и специальное снаряжение		1	1	Зачёт
3.3	Этапы туристической техники		1	5	
3.4	Дистанция пешеходная. Личное прохождение Командное прохождение			4	Зачёт
3.5	РЕГЛАМЕНТ				Зачёт
3.6	Городские соревнования по туристической технике			4	Соревнования
4	Юный спасатель	12			
4.1	Безопасность при спасательных работах		1		оценка
4.2	Виды спасательных работ		1		оценка
4.3	Вязка носилок Перенос пострадавшего на носилках		1	1	Игра
4.4	Спасение утопающего		1	1	Зачёт
4.5	Спасение пострадавшего из автомобиля при ДТП		1	1	Зачёт
4.6	Тройная спасательная петля		1	1	Игра
4.7	Переправа пострадавшего по переправам			2	Соревнования
5	Медицинская подготовка	8			
5.1	Травмы, ушибы, вывихи		1	1	Игра
5.2	Доврачебная помощь при переломах.		1	1	Зачёт
5.3	Прием АВС. Сердечно-легочная реанимация		1	1	Зачёт
5.4	Доврачебная помощь при утоплении		1	1	Зачёт
6	Альпинизм и скалолазание	16			
6.1	Страховка и само страховка. Безопасность при работе на страховке		1	1	оценка
6.2	Техника зацепов			1	Зачёт
6.3	Техника прохождения спелеостенки			1	Зачёт
6.4	Прохождение скалодрома с верхней страховкой			2	Зачёт
6.5	Спуск на спусковом устройстве		1	1	Зачёт
6.6	Спелеолесница			2	Зачёт
6.7	Подъем на Жумаре. Спелеотехника			4	Соревнования
6.8	Тренировочные и городские соревнования по спелеотуризму			2	Соревнования
7	Морально-волевая подготовка. Психологическая подготовка туриста- спасателя	2			
7.1	Морально-волевые требования к спасателю.		1		Игра
7.2	Адаптация спасателей в условиях эмоционального напряжения		1		Игра

8	Физическая подготовка туриста- спасателя	4			
8.1	Беговая подготовка. Кросс.			2	
8.2	Лыжная подготовка			2	Игра
9	Топография и ориентирование	8			
9.1	Азимуты и масштаб		1	1	Игра
9.2	Азимут по компасу		1	1	Зачёт
9.3	Построение схемы маршрута		1	1	Зачёт
9.4	Тренировочные и городские соревнования			2	Соревнования
10	Этапы безопасности	22			
10.1	Огневая подготовка. Стрельба.		1	3	Зачёт
10.2	Метание гранат. Сборка, разборка автомата		1	3	Игра
10.3	АХОВ. Поиск радиоактивного источника		1	1	Игра
10.4	Узкий лаз			2	Игра
10.5	Бабочка, ромб, подвесное бревно			2	Игра
10.6	Вязка узлов			2	Игра
10.7	Вязка носилок		1	1	Зачёт
10.8	Тренировочные и городские соревнования по ШБ			4	Соревнования
11	Чрезвычайные ситуации	14			
11.1	Спасательные работы Классификация ЧС Организация спасательных работ в зоне ЧС		1	1	оценка
11.2	ЧС техногенного характера. УЗК. Противогазы. Марлевые повязки.		1	1	Игра
11.3	ЧС бытового характера		1		Игра
11.4	Действия при пожаре. Тушение открытого возгорания плотной тканью, с помощью огнетушителя, при помощи гидранта		1		Зачёт
11.5	Назначение пожарных рукавов, рукавного оборудования и стволов.		1		Игра
11.6	Действия с пожарным гидрантом		1		Игра
11.7	Действия при утечке газа.		1	1	Зачёт
11.8	Решение пожарно-тактической задачи			2	Соревнования
11.9	Тренировочные и городские соревнования по ЧС			2	Соревнования
12	Этапы соревнований «Безопасное колесо»	10			
12.1	Правила дорожного движения		1	3	Игра
12.2	Велосипедные эстафеты			2	Соревнования
12.3	Фигурное вождение велосипеда			2	Соревнования
12.4	Городские и тренировочные соревнования			2	Соревнования
13	Походы выходного дня	12			
13.1	Меры по обеспечению безопасности в походах и на экскурсиях.		1	1	оценка
13.2	Пропаганда охраны природы: водоёмов, животных и растительности. Пропаганда здорового образа жизни.		1	1	Зачёт
13.3	Туристский бивуак		1	1	Игра
13.4	Подведение итогов похода		1	1	Зачёт
13.5	Экскурсия или туристический поход			4	Соревнования
	Итого	144			

Содержание учебного плана __1__ года обучения

1. Организация, содержание и формы работы

Теория Безопасность при работе со специальным снаряжением, а также: правила пользования транспортом, правила движения по дорогам и улицам городов. Правила безопасности при проведении тренировок, соревнований, походов. Обеспечение безопасности при преодолении естественных препятствий в походе. Противопожарные мероприятия. Приёмы самоконтроля. Воспитание у юных спасателей сознательной дисциплины, умение оценивать свои силы и возможности.

2. Спортивное ориентирование.

2.1 Ознакомительное занятие. Знакомство с компасом и картой. Топографические знаки. Азимут и масштаб.

Теория Компас. Типы компасов. Устройство компаса. Правила обращения с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Что такое азимут. Азимут истинный и магнитный.

Практика Нахождение азимута по компасу. Движение на местности по компасу. Сориентирование карты и компаса. Карта для спортивного ориентирования. Направления севера. И надписей на карте. Масштабы карт.

2.2.3. Знакомство с картой на местности. Сравнение топонимов с местностью. Масштабы спортивных карт. Высота сечения рельефа

Теория Практическое занятие на местности. Нахождение знаков, определение расстояний между знаками, в зависимости от масштаба.

Практика Способы измерения расстояния на местности. Средний шаг, его измерения, измерение расстояний шагами. Упражнения, задачи, конкурсы, игры по нахождению и сравнению топонимов на местности.

2.4 Ориентирование в заданном направлении.

2.5 Работа на местности.

Теория Прохождение отмеченных на карте и расположенных на местности контрольных пунктов в заданном порядке.

Практика Кротчайшее нахождение пути от одного КП до другого. Практические занятия на различных типах местности (равнина, рельеф). Постепенное увеличение количества КП от 3 до 7. Постепенное увеличение расстояния от 30 до 100 метров от одного КП до другого.

2.6 Ориентирование по выбору.

Практика Прохождение заданного количества контрольных пунктов из числа имеющихся в районе тренировки. Выбор КП и порядок их прохождения произвольный, по усмотрению участника. Неоднократный выход на один и тот же КП засчитывается только один раз.

2.7 Городские соревнования на местности.

Практика Результат участника определяется по времени, затраченному на прохождение заданного количества КП. Постепенное увеличение нахождения количества КП от 3 до 7 из 12-15 возможных. Практические занятия на различных типах местности (равнина, рельеф).

3 Спортивный туризм.

3.1 Безопасность при работе со специальным снаряжением. Б при работе на этапах.

Теория Инструкции по охране труда ИОТ-002-2005, ИОТ =005-2005 и др. Страховочные системы.

Практика Пользование страховкой и само страховкой. Командная страховка. Работа в рукавицах. Каска—как средство спасения.

3.2 Страховочные системы и специальное снаряжение.

Теория Страховочные системы. Виды страховочных систем. Надевание страховочных систем в обвязку.

Практика Беседочный узел. Карабины, спусковые устройства, зажимные устройства: жумары, кроли, синч, протракс. Блочковые устройства. Умение пользоваться и применение спец. устройств.

3.3 Вязка узлов.

Теория Прусики. Вязка узлов на верёвках разного диаметра. Узлы: прямой, проводник, восьмёрка - проводник.

Практика Беседочный узел. Узлы: схватывающий, стремя. Узлы: академический, шкотовый. Узел: грейпвайн, карабинная удавка. Практические упражнения.

3.4 Контрольно-туристический маршрут.

Практика Этапы: азимутальный ход, гать по жердям, костер, кипячение 5 литров воды на время, измерение скорости течения реки, установка палатки. Этапы с самонаведением страховочной верёвки: брод, параллельная переправа, навесная переправа, траверс склона. Практические занятия на местности. Транспортировка снаряжения. Мини-соревнования.

3.5 РЕГЛАМЕНТ.

Теория Изучение регламента. Основные сокращения. Общие понятия.

Практика Снаряжение. Параметры классов дистанций. Определение результатов. Технические приёмы.

3.6 Городские соревнования. *Практика* Особенности личной и групповой туртехники. Этапы: туртехники. Этапы: кочки, гать по баллонам, гать по жердям. Этапы: маятник и параллельная переправа. Этап: навесная переправа, сдвоенная и со страховкой. Этап: наклонная навесная переправа. Этапы: спелеолестница и спуск на спусковом устройстве.

4. Юный спасатель.

4.1 Безопасность при спасательных работах.

Теория Травматизм спасателей и его причины. Причины: личные, технические, организационные. Типичные травмы спасателей. Профилактика травматизма. Правовая база охраны труда. Стандарты по охране труда. Инструкции по Безопасности. Привитие навыков ведения ПСР с соблюдением мер безопасности. Организация безопасных условий труда. Выработка осознанной разумной степени риска.

4.2 Виды спасательных работ.

Теория Поисково-спасательные службы. Организация и проведение поиска пострадавших. ПСР военного характера. Спасение при ЧС. ПСР мирного характера:

Практика Спасение утопающих, спасение при ДТП, при пожаре, при пересечении естественных преград

4.3 Вязка носилок.

Практика Виды носилок. Вязка носилок для спасения пострадавших. Схемы вязки носилок. Жерди и верёвки. Система штрафов. Применяемые узлы.

Практика Перенос пострадавшего по пересечённой местности; Практические занятия.

4.4 Спасение утопающего.

Теория Личная безопасность. Правила поведения при спасении утопающего. Оказание первой медицинской помощи.

Практика Выброска. Проведение сердечно-лёгочной реанимации. Приём «ВИЖУ - СЛЫШУ – ОЩУЩАЮ». Средства оказания первой доврачебной помощи у спасателя. Практические занятия

4.5 Спасение пострадавшего на «поясе Абалакова».

Теория Вязка пояса. Приёмы надевания.

Практика Приёмы переноса пострадавшего при переломе голени. Перенос пострадавшего по бревну. Практические занятия.

4.6 Спасение пострадавшего на тройной спасательной петле.

Теория Вязка петли. Надевание петли. Крепление переправы.

Практика Закрепление пострадавшего на тройную петлю. Страховка пострадавшего. Спуск пострадавшего.

5. Медицинская подготовка.

5.1 Травмы, ушибы, вывихи

Теория Травма - одномоментное, внезапное воздействие внешних факторов на организм человека, приводящих к нарушению структуры, анатомической целостности ткани и нарушению физиологических функций. Классификация типов травм.

Практика Порядок действия при травме. Личная безопасность. Осмотр. Имобилизация. Кровотечения. Методы остановки кровотечения. Вывихи — смещение суставной поверхности одной кости относительно суставной поверхности другой кости. Помощь при вывихах. Растяжения и разрыв суставных связок возникают при резких

движениях в суставе, превышающих его нормальную амплитуду и несовпадающих с его нормальным направлением. Признаки. Помощь.

5.2 Доврачебная помощь при переломах конечностей. Закрытые переломы. Открытые переломы.

Теория Переломы - это полное или частичное нарушение целостности кости, возникшее при внешнем механическом воздействии. Типы переломов. Признаки. Личная безопасность.

Практика Приём АВС. Шинирование. Остановка кровотечения. Помощь. Фиксация на носилках. Практические занятия и тесты.

5.3 Приём АВС

Теория Меры по обеспечению проходимости дыхательных путей. Сердечно - сосудистая и дыхательная системы.

Практика Приём ВИЖУ-СЛЫШУ-ОЩУЩАЮ (АВС). Проходимость дыхательных путей. Искусственное дыхание. Сердечно-лёгочная реанимация.

5.4 Доврачебная помощь при утоплении.

Теория Выброска. Помощь, эвакуация из воды при подозрении на перелом шеи или позвоночника.

Практика Искусственная вентиляция лёгких. Меры по обеспечению проходимости дыхательных путей Приём (АВС). Проходимость дыхательных путей. Искусственное дыхание. Сердечно-лёгочная реанимация. Меры по спасению.

7 Морально-волевая подготовка. Психологическая подготовка.

7.1 Морально-волевые требования к спасателю.

Теория Значение морально-волевой, психологической подготовки и всестороннего физического развития в процессе обучения и тренировки. Взаимосвязь технической, тактической, волевой и психологической подготовки спасателей. Волевые усилия и их значение в соревнованиях и тренировках. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, упорства, самостоятельности, инициативы, решительности, смелости, выдержки, самообладания, чувства ответственности за свои действия, уважения к товарищам. *Практика* Моделирование экстремальных ситуаций и прохождение их. Занятие, направленное на групповое сплочение, воспитание волевых способностей. .

7.2 Адаптация спасателей в условиях эмоционального напряжения.

Практика Адаптация к работе в условиях эмоционального напряжения (лимит времени, наличие пострадавших, травмированных, паникующих). Адаптация к работе в различных неудобных, рабочих позах, в условиях потенциальной опасности. Адаптация к работе в больших коллективах. Адаптация к работе в условиях изоляции.

8 Физическая подготовка спортсмена. Лыжная подготовка. Беговая подготовка.

Краткий анализ направленности и содержания общей и специальной физической подготовки юного спасателя. Средства общей и специальной подготовки. Принцип обучения. Методы и приёмы обучения. Роль физической подготовки в спортивной тренировке спасателя. Направленность общей и специальной физической подготовки. ОФП как основа развития физических качеств, способностей двигательных функций спортсмена и повышения спортивной работоспособности. Значение специальной физической подготовки в спортивном совершенствовании спасателей и повышении их спортивного мастерства.

Практика Специальная лыжная, водная и беговая физическая подготовка и её место в тренировке спасателей. Общая физическая подготовка. Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Подвижные игры и эстафеты. Специальная физическая подготовка: лыжное ориентирование, водное поло, бег с препятствиями. Совершенствование специальных физических качеств: быстроты, силы, гибкости, координации, выносливости. Характеристика рекомендуемых средств и упражнений для повышения общей физической подготовленности и развития двигательных качеств на различных этапах подготовки. Характеристика требований к развитию двигательных качеств спасателя и средств для совершенствования специальных силовых качеств, быстроты, выносливости, ловкости и координации движений.

Ведущие качества спасателей: быстрота, сила, гибкость, ловкость, равновесие и ориентировка в пространстве, координация движений и др. Краткая характеристика средств специальной физической подготовки для различных групп занимающихся. Учёт средств и

методы оценки состояния и развития общей и специальной физической подготовки различных групп скалолазов. Разбор контрольных нормативов по ОФП и СФП.

10 Этапы безопасности.

Теория Безопасность на этапах соревнований по «Школа безопасности».

10.1 Огневая подготовка. Стрельба. Метание гранат. Сборка, разборка автомата.

Теория Безопасность при обращении с оружием, подготовке к стрельбе и непосредственно стрельбе. Стрелковое оружие.

Практика Разборка и сборка оружия. Смазка оружия. Оборудование огневых позиций. Овладение способами подготовки к стрельбе (лёжа, стоя, с колена, из-за укрытия). Практическая стрельба из стрелкового оружия. Выполнение учебных стрельб из малокалиберной винтовки. Практическое занятие на технику и дальность метания гранаты.

10.3 АХОВ. Поиск радиоактивного источника.

Теория Приборы химической разведки. АХОВ и ОВ.

Практика Практические занятия по пользованию прибором.

Практические занятия по нахождению радиоактивного источника.

10.4 Узкий лаз

Теория Правила безопасности на этапах. Этап соревнований: узкий лаз. Виды узкого лаза, принципы прохождения, помощь при прохождении. Этап: мышеловка, лабиринт. *Практика* Прохождение сверху перекладин, снизу, с рюкзаками, командное прохождение. Отработка практических навыков.

10.5 Бабочка, ромб, подвесное бревно.

Теория Безопасность на этапах. Правила поведения на этапах.

Практика Этапы соревнований: бабочка, ромб, подвесное бревно. Виды, принципы прохождения, помощь при прохождении, страховка. Прохождение сверху перекладин, снизу, с рюкзаками, командное прохождение. Отработка практических навыков.

10.7 Вязка узлов. Вязка носилок.

Теория Правила безопасности на этапах полосы: Решение пожарно-тактической задачи. Этапы: забор(170x200), бревно-бум, разворачивание пожарного рукава, сбивание струёй воды мяча с подставки, одевание боевой пожарной одежды.

Практика Отработка практических навыков. Практические занятия по прохождению полосы: Решение пожарно-тактической задачи

10.8 Соревнования по Безопасности

Теория Правила безопасности на этапах соревнований.. Классификация дистанций. Соревнования личные и командные. Программа соревнований. Знакомство с стендовой информацией: стартовые и финишные протоколы, маршрутные листы, информация по трассе. Обязанности участников соревнований. Заявки на участие в соревнованиях. Подготовка к соревнованиям.

11 Чрезвычайные ситуации.

11.1 Спасательные работы. Классификация ЧС.

Теория Правила безопасности на этапах полосы

11.2 Организация спасательных работ в зоне ЧС.УЗК, противогазы.

Теория Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения. Опасная ситуация, стихийное бедствие, чрезвычайные ситуации. Классификация ЧС. Приборы химической разведки. АХОВ и ОВ.

Практика Привитие навыков ведения ПСР с соблюдением мер безопасности. Ведение ПСР в средствах индивидуальной защиты.

11.3. ЧС бытового характера.

Практика Работа с приборами и инструментами, используемыми спасателями.

11.4 Действия при пожаре.

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

Практика Тушение открытого возгорания плотной тканью, с помощью огнетушителя, при помощи гидранта. Назначение пожарных рукавов, рукавного оборудования и стволов. Действия с пожарным гидрантом. Правила безопасности при работе с огнетушащими веществами. ТБ при работе с пожарным и аварийно-спасательным оборудованием. Отработка приёмов и способов

спасения людей на пожарах. Вязка двойной спасательной петли. Надевание её на пострадавшего. Спасение пострадавшего с этажей учебной башни. Спасение и эвакуация пострадавших получивших травму.

11.5 ЧС природного характера.

Теория Правила безопасного поведения при ЧС. Эпидемии. Эпидемический процесс и факторы его определяющие. Противоэпидемические мероприятия. Правила личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний.

Практика Действия при угрозе и возникновении наводнений, ураганов, бурь, циклонов, землетрясений, оползней, обвалов, сели, снежных лавин и др. Действия при угрозе или возникновении торфяных и лесных пожаров. Последствия ЧС. Комплекс мероприятий, проводимый по защите населения от ЧС природного характера.

11.7 Действия при утечке газа, неисправности электропроводки.

Теория Экстремальные условия и их влияние на человека. Утечка газа. Поражение электрическим током и др.

Практика Локализация очага поражения (отключение газа, воды, электричества, тушение пожара). Отработка приёмов и способов безопасного поведения и спасения людей. Привитие навыков ведения СР с соблюдением мер безопасности.

11.8 Организация и проведение поиска пострадавших.

Теория Организация оповещения и связи. Оценка обстановки и принятие решения на ведение ПСР.

Практика Ведение ПСР. Организация и проведение поиска пострадавших. Извлечение, определение состояния, оказание ПДП и транспортировка в безопасное место. Отработка приёмов и способов безопасного поведения и спасения людей. Привитие навыков ведения ПСР с соблюдением мер безопасности.

11.9 ЧС техногенного характера.

Теория Причины и последствия. Действия при угрозе и возникновения очага радиоактивного заражения, химического заражения. Классификация средств индивидуальной защиты.

Практика Средства индивидуальной защиты органов дыхания. УЗК. Противогазы. Марлевые повязки. Отработка практических навыков в использовании фильтрующих и изолирующих противогазов и респираторов различных типов. Использование СИЗ при ЧС. Отработка нормативов надевания СИЗ.

12 Этапы соревнований «Безопасное колесо»

12.1 Правила дорожного движения

Теория Изучение правил дорожного движения.

Практика Решение ситуаций по карточкам и тестам, на компьютере. Знаки ПДД.

12.2 Велосипедные эстафеты

Теория Правила безопасности на этапах эстафеты.

Практика Этапы эстафеты: змейка, колеяный мост, кольцо, восьмёрка, кубок, разгон - торможение. Штрафы по прохождению эстафеты. Отработка практических навыков. Практические занятия по прохождению эстафеты.

12.3 Фигурное вождение

Теория Правила безопасности на этапах.

Практика Техника передвижения, торможения и выполнения фигурных элементов на велосипеде. Отработка практических навыков. Практические занятия по прохождению фигурного вождения.

13 Походы выходного дня

13.1 Меры по обеспечению безопасности в походах и на экскурсиях.

Теория Проведение перед походом или экскурсией беседы о правилах пользования транспортом, правилах движения по дорогам и улицам городов, на транспорте. Изучение правил безопасности при проведении походов. Обеспечение безопасности при преодолении естественных препятствий в походе. Противопожарные мероприятия. Приёмы самоконтроля. Воспитание у юных спасателей сознательной дисциплины, умение оценивать свои силы и возможности.

13.2 Туристические маршруты и экскурсионные объекты. Выбор и изучение района путешествия.

Теория Содержание и методика краеведческих наблюдений по истории, географии и др. Содержание заданий тургруппам.

Практика Техника проведения краеведческих наблюдений в краеведческой литературе и музеях. Характеристика изучаемых объектов. Выбор по топографическим картам и атласам района путешествия. Изучение по краеведческой литературе района путешествия.

13.3 Пропаганда охраны природы: водоёмов, животных и растительности. Пропаганда здорового образа жизни.

Теория Изучение и охрана природы, памятников истории и культуры. Значение материальное, здравоохранительное, познавательное, эстетическое. Охрана природы и туризм. Родной край, его природные богатства. Познавательное, воспитательное значение памятников, их художественная ценность. Охрана водоёмов, животного и растительного мира родного края. Пропаганда охраны природы. Борьба с вредителями, пожарами, очистка мест скальных занятий и т.д. Посещение памятников истории, культуры родного края и мест проведения сборов.

13.4 Туристский бивуак.

Теория Выбор мест для разведения костра. Сбор и хранение дров. Места забора воды. Хранение продуктов. Виды костров.

Практика Уборка места под кострище.

13.5 Подведение итогов похода.

Теория Обсуждение итогов похода в группе, отчёты ответственных по участкам работы, родительское собрание.

Практика Отчёт руководителя. Анализ действий группы. Ремонт и сдача инвентаря. Обработка собранных материалов. Составление отчёта о походе: иллюстрированные схемы, маршрутные листы, лента маршрута, фото и видео материал.

1.4 Планируемые результаты 1 года обучения

Личностные результаты:

По итогам освоения программы у обучающихся будут сформированы:

- основы гражданской ответственности;
- готовность к самообразованию в области безопасности жизнедеятельности, на основе учебно-познавательной мотивации;
- социальные и коммуникативные компетенции, компетенции безопасной личности;
- лидерские качества.

Метапредметные результаты:

По итогам освоения программы обучающиеся приобретут:

- умения ориентироваться в различных соревновательных ситуациях,
- знания в практической туристско-краеведческой и спасательной деятельности;
- умения планировать свои действия в соответствии с поставленной целью;
- умения анализировать результаты своей деятельности.

По итогам освоения программы обучающиеся будут знать:

- алгоритм действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- схему составления плана и последовательности действий;
- правила поведения и основы взаимодействия на мероприятиях и соревнованиях.

По итогам реализации программы у обучающихся будут сформированы

- коммуникативные навыки;
- умения работать в паре, в группе;
- когнитивные качества личности, любознательность, эрудированность и внимательность.
- потребности в укреплении физического и психического здоровья.

Предметные результаты

В результате освоения программы обучающиеся будут знать:

- классификацию ЧС;
- знаки топографии и спортивного ориентирования;
- безопасные приемы работы на этапах;

- страховочные системы и специальное снаряжение;
- правила проведения соревнований.

В результате освоения программы обучающиеся будут уметь:

- ориентироваться в заданном направлении и по выбору на местности;
- выполнять все этапы туристического многоборья;
- оказывать доврачебную помощь пострадавшему;
- действовать при пожаре, решать простые пожарно-тактические задачи;
- выполнять базовые этапы туртехники (маятник, кочки, гать, параллельная и навесная переправы);
- выполнять базовые этапы «Школа безопасности» (бабочка, ромб, узкий лаз, перенос пострадавшего);
- вязать туристические узлы;
- оказывать доврачебную помощь при ушибах, вывихах, порезах;
- работать на самостраховке, страховочном снаряжении, уметь страховать.

Учебный план 2 год обучения

№	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Организация, содержание и формы работы кружка Безопасность при работе со специальным снаряжением		2	2	
2	Спортивное ориентирование. Тренировки на местности. Соревнования по спортивному ориентированию.			22	Оценка
2.1	Знакомство с картой на местности. Сравнение топонимов с местностью.		2		Оценка
2.2	Ориентирование в заданном направлении. Тренировки на местности		2		Игра
2.3	Ориентирование по выбору. Тренировки на местности		2		Игра
2.4	Топографические знаки. Рельеф, гидрография, растительность, строения и др.	1			Тест-Экзамен
2.5	Маркированная трасса	1			Игра
2.6	Маркированная трасса на местности		2		Игра
2.7	Азимут по компасу	1			Оценка
2.8	Нахождение азимута без компаса	1	1		Игра
2.9	Масштабы спортивных карт. Высота сечения рельефа Азимутальный ход	1	1		Тест-Экзамен
2.10	Правила соревнований по спортивному ориентированию	1			Оценка
2.11	Городские соревнования по спортивному ориентированию		4		Соревнования
2.12	Краевые соревнования по спортивному ориентированию		2		Соревнования
3	Спортивный туризм			22	
3.1	Безопасность при работе со специальным снаряжением	1			
3.2	Страховочные системы и специальное снаряжение.	1			Оценка
3.3	Этапы туристической техники		4		Игра
3.4	Дистанция пешеходная. Регламент	1	5		Тест-Экзамен

3.5	Контрольно-туристический маршрут	1	1		Игра
3.6	Наведение переправ	1	3		Игра
3.7	Городские и краевые соревнования по туристической технике		4		Соревнования
4	Юный спасатель			12	
4.1	Безопасность при спасательных работах	1			
4.2	Виды спасательных работ	1			Оценка
4.3	Вязка носилок. Перенос пострадавшего		1		Игра
4.4	Спасение утопающего. Прием ABC		1		Игра
4.5	Спасение пострадавшего из автомобиля при ДТП. Эвакуация подручными средствами		1		Игра
4.6	Спасение пострадавшего на поясе Абалакова	1	1		Игра
4.7	Вязка петельной пожарной десницы		1		Игра
4.8	Спасение пострадавшего на носилках со второго этажа здания	1	1		Игра
4.9	Спасение пострадавшего на тройной спасательной петле со второго этажа здания	1	1		Игра
5	Медицинская подготовка			8	
5.1	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	1			Оценка
5.2	Доврачебная помощь при переломах. Закрытые переломы. Открытые переломы		1		Тест-Экзамен
5.3	Доврачебная помощь при утоплении. СЛР		1		Игра
5.4	Доврачебная помощь при переломе позвоночника	1			Оценка
5.5	Приемы транспортировки пострадавшего		1		Игра
5.6	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	1			
5.7	Походная медицинская аптечка. Использование лекарственных растений	1			Оценка
5.8	Ожоги, обморожения, солнечный удар		1		Игра
6	Альпинизм и скалолазание			12	
6.1	Страховка и самостраховка	1			Оценка
6.2	Техника зацепов		1		Игра
6.3	Техника прохождения спелеостенки	1			Игра
6.4	Прохождение скалодрома с верхней страховкой		1		Игра
6.5	Прохождение скалодрома с нижней страховкой		1		Игра
6.6	Спуск на спусковом устройстве		1		Игра
6.7	Спелеолесница. Спуск на спусковом устройстве		2		Игра
6.8	Городские и краевые соревнования по спелеотуризму		4		Соревнования
7	Морально-волевая подготовка. Психологическая подготовка туриста- спасателя			4	
7.1	Морально-волевые требования к спасателю	1			Оценка
7.2	Адаптация спасателей в условиях эмоционального напряжения	1			Оценка
7.3	Адаптация спасателей при воздействии больших физических нагрузках, погодных и климатических условий		1		Игра
7.4	Формирование профессиональных волевых качеств.	1			Тест-Экзамен
8	Физическая подготовка туриста- спасателя			2	
8.1	Беговая подготовка. Кросс.				Соревнования
8.2	Лыжная подготовка		2		Игра

9	Этапы безопасности			22	
9.1	Структуры ГО и ЧС. Средства связи и передачи сигналов на расстояние	1	1		
9.2	АХОВ. Поиск радиоактивного источника	1	1		Игра
9.3	Огневая подготовка. Стрельба		2		Игра
9.4	Метание гранат. Сборка, разборка автомата		2		Игра
9.5	Бабочка, ромб, подвесное бревно		4		Игра
9.6	Решение пожарно-тактической задачи		2		Игра
9.7	Топография и ориентирование. Азимут по компасу	1	1		Игра
9.8	Построение схемы маршрута	1	1		Игра
9.9	Городские и краевые соревнования по ШБ		4		Соревнования
10	Чрезвычайные ситуации			12	
10.1	ЧС техногенного характера. УЗК. Противогазы. Марлевые повязки	1	1		Игра
10.2	Природные ЧС. Действия при угрозе или возникновении наводнения, урагана		1		Игра
10.3	Действия при пожаре. Тушение открытого возгорания плотной тканью, с помощью огнетушителя, при помощи гидранта. Назначение пожарных рукавов, рукавного оборудования и стволов. Действия с пожарным гидрантом. Общее понятие о пожаре, определение его причины, характера и силы	1	1		Игра
10.4	Действия при утечке газа, неисправности Электропроводки	1			Тест-Экзамен
10.5	ЧС техногенного характера. Действия при угрозе и возникновения очага радиоактивного заражения, химического заражения. УЗК. Противогазы.	1	1		Игра
10.6	Организация и проведение поиска пострадавших. Извлечение, определение состояния, оказание ПДП и транспортировка в безопасное место	1	1		Игра
	Городские соревнования		2		Соревнования
11	Этапы соревнования «Безопасное колесо»			6	
11.1	Правила дорожного движения. Решения тестов по ПДД	1	1		Игра
11.2	Оказание помощи при ДТП. Велосипедные эстафеты.		2		Игра
11.3	Городские и тренировочные соревнования		2		Соревнования
12	Походы выходного дня			16	
12.1	Меры по обеспечению безопасности в походах и на экскурсиях	1			
12.2	Туристические маршруты и экскурсионные объекты. Выбор и изучение района путешествия	1	2		Игра
12.3	Пропаганда охраны природы: водоёмов, животных и растительности. Пропаганда здорового образа жизни	1			Тест-Экзамен
12.4	Туристский бивуак		1		Игра
	Туристический поход		8		
12.5	Подведение итогов похода. Составление отчета о районе путешествия и об экскурсионных объектах	1	1		
13	Лагерь «Юный спасатель»			4	
13.1	Профиль, задачи работы лагеря. Устав лагеря	1			
13.2	Инициативная группа, штаб, совет лагеря	1			
13.3	Содержание работы лагеря		1		
13.4	Подведение итогов лагеря		1		
Итого				144	

Содержание учебного плана __2__ года обучения

1. Организация, содержание и формы работы кружка. Правила безопасности при работе со специальным снаряжением,

Теория Рассказ о кружке «Юный спасатель», истории создания кружка, программах по которым занимаются кружковцы, видах туризма. Роль турпоходов, путешествий, экскурсий, соревнований в формирование характера учащегося, его нравственных принципов, патриотизма, повышения знаний. Общая подготовка к соревнованию и походу. Спасательные работы и туризм - многофункциональные средства познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления учащихся, активного участия в общественно полезной деятельности, привития самостоятельности и самоконтроля. Движение «Школа безопасности». Структура и девиз движения. Осмотр стендов и фотоальбомов кружка. а также: правила пользования транспортом, правила движения по дорогам и улицам городов. Правила безопасности при проведении тренировок, соревнований, походов. Обеспечение безопасности при преодолении естественных препятствий в походе. Противопожарные мероприятия. Приёмы самоконтроля. Воспитание у юных спасателей сознательной дисциплины, умение оценивать свои силы и возможности.

2. Юный спасатель.

2.1 Безопасность при спасательных работах.

Теория Травматизм спасателей и его причины. Причины: личные, технические, организационные. Типичные травмы спасателей. Профилактика травматизма. Правовая база охраны труда. Стандарты по охране труда. Инструкции по ТБ.

Практика Привитие навыков ведения ПСР с соблюдением мер безопасности. Организация безопасных условий труда. Выработка осознанной разумной степени риска.

2.2 Виды спасательных работ.

Теория Поисково-спасательные службы. Организация и проведение поиска пострадавших. ПСР военного характера. Спасение при ЧС. ПСР мирного характера:

Практика Спасение утопающих, спасение при ДТП, при пожаре, при пересечении естественных преград

2.3 Вязка носилок.

Теория Виды носилок. Вязка носилок для спасения пострадавших. Схемы вязки носилок.

Практика Жерди и верёвки. Система штрафов. Применяемые узлы. Перенос пострадавшего по пересечённой местности; Практические занятия.

2.4 Спасение утопающего.

Теория Личная безопасность. Правила поведения при спасении утопающего. Оказание первой медицинской помощи. Выброска.

Практика Проведение сердечно-лёгочной реанимации. Приём «ВИЖУ — СЛЫШУ — ОЩУЩАЮ». Средства оказания первой доврачебной помощи у спасателя. Практические занятия

2.5 Спасение пострадавшего при ДТП из автомобиля.

Теория Личная безопасность. Ограждение места аварии. Обесточивание автомобиля. Оповещение скорой помощи. Освобождение и обездвиживание пострадавшего.

Практика Наложение шейного стабилизатора. Шейные стабилизаторы. Эвакуация пострадавшего. Оказание первой доврачебной помощи. Практические занятия.

2.6 Спасение пострадавшего на «поясе Абалакова».

Теория Вязка пояса. Приёмы надевания.

Практика Приёмы переноса пострадавшего при переломе голени. Перенос пострадавшего по бревну. Практические занятия.

2.7 Вязка петельной пожарной лестницы.

Теория Разметка лестницы на верёвке. Вязка срединного узла.

Практика Вязка петель со срединными узлами. Крепление и страховка при переправе по лестнице.

2.8 Спасение пострадавшего на носилках со второго этажа здания.

Теория Вязка носилок.

Практика Наведение переправы. Крепление переправы. Крепление пострадавшего к носилкам. Страховка пострадавшего и носилок. Спуск носилок.

2.9 Спасение пострадавшего на тройной спасательной петле.

Теория Вязка петли. Надевание петли. Крепление переправы.

Практика Закрепление пострадавшего на тройную петлю. Страховка пострадавшего. Спуск пострадавшего.

3 Спортивный туризм.

3.1 ТБ при работе со специальным снаряжением. ТБ при работе на этапах.

Теория Инструкции по охране труда ИОТ-002-2005, ИОТ =005-2005 и др.

Практика Страховочные системы. Пользование страховкой и самостраховкой. Командная страховка. Работа в рукавицах. Каска—как средство спасения.

3.2 Страховочные системы и специальное снаряжение.

Теория Страховочные системы. Виды страховочных систем. Надевание страховочных систем в обвязку.

Практика Беседочный узел. Карабины, спусковые устройства, зажимные устройства: жумары, кроли, синч, протракс. Блочковые устройства. Умение пользоваться и применение спец. устройств.

3.3 Вязка узлов.

Теория Прусики. Вязка узлов на верёвках разного диаметра. Узлы: прямой, проводник, восьмёрка - проводник.

Практика Беседочный узел. Узлы: схватывающий, стремя. Узлы: академический, шкотовый. Узел: грейпвайн, карабинная удавка. Практические упражнения.

3.4 Туристическая техника.

Теория Особенности личной и групповой туртехники. Этапы: туртехники. Этапы: кочки, гать по баллонам, гать по жердям.

Практика Этапы: маятник и параллельная переправа. Этап: навесная переправа, сдвоенная и со страховкой. Этап: наклонная навесная переправа. Этапы: спелеолесница и спуск на спусковом устройстве.

3.5 Контрольно-туристический маршрут.

Теория Этапы: азимутальный ход, гать по жердям, костер, кипячение 5 литров воды на время, измерение скорости течения реки, установка палатки.

Практика Этапы с самонаведением страховочной верёвки: брод, параллельная переправа, навесная переправа, траверс склона. Практические занятия на местности. Транспортировка снаряжения. Минисоревнования.

3.6 Дистанция пешеходная.

Теория Классификация пешеходных дистанций по классам. Дистанции 1 и 2 классов. Таблица штрафов.

Практика Технические приёмы пешеходных дистанций. Подъём по склону. Спуск по склону с верхней командной страховкой. Практические занятия.

3.7 РЕГЛАМЕНТ. *Теория* Изучение регламента.. Основные сокращения. Общие понятия. Снаряжение. Параметры классов дистанций. Определение результатов. Технические приёмы.

3.8 Наведение переправ.

Теория Наведение переправы вброд. Переправа по бревну (перила). Наведение сопровождающей верёвки с помощью узла карабинная удавка. Срединный узел для сопровождения и переправки грузов.

Практика Наведение перил с помощью блока и палиспастов. Переправа первого участника вброд. Движение участников по переправе. Организация самосброса..

3.9 Скалолазание и альпинизм.

Теория Правила правильной эксплуатации специального снаряжения. Организация пунктов страховки и самостраховки. Организация страховки и обеспечение безопасности во время тренировки. Обеспечение безопасности при занятиях на скалах.

Практика Организация и требования, предъявляемые к страховке. Виды и приёмы страховки. Снаряжение, применяемое скалолазами на тренировках. Требования, предъявляемые

к организации страховки на скалах. Особенности организации страховки при работе с детьми на скальном рельефе. Техника прохождения скалолазной стенки.

4 спортивное ориентирование.

4.1 Ознакомительное занятие. Знакомство с компасом и картой. Топографические знаки. Азимут и масштаб.

Теория Компас. Типы компасов. Устройство компаса. Правила обращения с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Что такое азимут. Азимут истинный и магнитный.

Практика Нахождение азимута по компасу. Движение на местности по компасу. Ориентирование карты и компаса. Карта для спортивного ориентирования. Направления севера. И надписей на карте. Масштабы карт.

4.2 Рельеф, гидрография, растительность, строения и др.

Теория Топографические знаки. Знаки спортивных карт. Цвета знаков и карт. Классификация знаков по группам по цвету. Рельеф.

Практика Способы обозначения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Горизонталы основные и полугоризонталы. Бергштрих. Отметки высот. Знаки рельефа. Масштабные и немасштабные знаки рельефа. Гидрография. Растительность. Строения. Обозначение и нахождение знаков на карте. Сравнение знаков на картах разной местности.

4.3 Знакомство с картой на местности. Сравнение топонимов с местностью. Масштабы спортивных карт. Высота сечения рельефа

Теория Практическое занятие на местности. Нахождение знаков, определение расстояний между знаками, в зависимости от масштаба.

Практика Способы измерения расстояния на местности. Средний шаг, его измерения, измерение расстояний шагами. Упражнения, задачи, конкурсы, игры по нахождению и сравнению топонимов на местности.

4.4 Ориентирование в заданном направлении.

4.5 Работа на местности.

Теория Прохождение отмеченных на карте и расположенных на местности контрольных пунктов в заданном порядке.

Практика Кротчайшее нахождение пути от одного КП до другого. Практические занятия на различных типах местности (равнина, рельеф). Постепенное увеличение количества КП от 3 до 7. Постепенное увеличение расстояния от 30 до 100 метров от одного КП до другого.

4.6 Ориентирование по выбору.

4.7 Ориентирование по выбору на местности.

Теория Прохождение заданного количества контрольных пунктов из числа имеющихся в районе тренировки. Выбор КП и порядок их прохождения произвольный, по усмотрению участника.

Практика Неоднократный выход на один и тот же КП засчитывается только один раз. Результат участника определяется по времени, затраченному на прохождение заданного количества КП. Постепенное увеличение нахождения количества КП от 3 до 7 из 12-15 возможных. Практические занятия на различных типах местности (равнина, рельеф).

4.8 Маркированная трасса.

4.9 Маркированная трасса на местности.

Теория Прохождение по маркированной дистанции с нанесением на карту месторасположения контрольных пунктов, установленных на трассе.

Практика При прохождении КП на карте отмечается прокол булавкой и с обратной стороны карты цветным карандашом. За неправильный прокол назначается штраф от 1 до 5 минут. Результат участника определяется по сумме времени прохождения дистанции и штрафного времени. Практические занятия на различных типах местности (равнина, рельеф).

4.10 Азимут по компасу. Азимутальный ход.

Теория Прохождение заданного расстояния по азимуту заданному тренером до линейного ориентира (дорога, просека....), где установлена мишень (карточки с буквами, цифрами через равные промежутки).

Практика Азимутальный ход прохождения нескольких заданных азимутов и расстояний до линейного ориентира с фишками. Практические занятия на различных типах местности (равнина, рельеф).

4.11 Нахождение азимута без компаса.

Теория Нахождение азимута по часам, транспортиру и т.д., зная направление на север. Определение сторон горизонта.

Практика Построение схемы маршрута. Практическая работа с карточками.

4.12 Правила соревнований по спортивному ориентированию.

Теория Классификация дистанций. Ориентирование личное и командное. Разряды.

Практика Знакомство с стендовой информацией: стартовые и финишные протоколы, информация по трассе. Обязанности участников соревнований. Заявки на участие в соревнованиях. Возрастные группы.

5. Медицинская подготовка.

Теория Меры по обеспечению проходимости дыхательных путей. Сердечно-сосудистая и дыхательная системы.

Практика Приём ВИЖУ-СЛЫШУ-ОЩУЩАЮ (АВС). Прокладываемость дыхательных путей. Искусственное дыхание. Сердечно-лёгочная реанимация.

5.1 Травмы, ушибы, вывихи, растяжения.

Теория Травма — одномоментное, внезапное воздействие внешних факторов на организм человека, приводящих к нарушению структуры, анатомической целостности ткани и нарушению физиологических функций. Классификация типов травм.

Практика Порядок действия при травме. Личная безопасность. Осмотр. Имобилизация. Кровотечения. Методы остановки кровотечения. Вывихи — смещение суставной поверхности одной кости относительно суставной поверхности другой кости. Помощь при вывихах.

Ушибы возникают в результате воздействия тупых предметов на мягкие ткани, при падении или ударе о твёрдые предметы. Признаки. Помощь.

Растяжения и разрыв суставных связок возникают при резких движениях в суставе, превышающих его нормальную амплитуду и несовпадающих с его нормальным направлением. Признаки. Помощь.

5.2 Доврачебная помощь при переломах конечностей. Закрытые переломы. Открытые переломы.

Теория Переломы - это полное или частичное нарушение целостности кости, возникшее при внешнем механическом воздействии. Типы переломов. Признаки. Личная безопасность.

Практика Приём АВС. Шинирование. Остановка кровотечения. Помощь. Фиксация на носилках. Практические занятия и тесты.

5.3 Доврачебная помощь при утоплении.

Теория Выброска. Помощь, эвакуация из воды при подозрении на перелом шеи или позвоночника. Искусственная вентиляция лёгких.

Практика Меры по обеспечению проходимости дыхательных путей. Приём (АВС). Прокладываемость дыхательных путей. Искусственное дыхание. Сердечно-лёгочная реанимация. Меры по спасению.

5.4 Доврачебная помощь при переломе позвоночника.

Теория Перелом позвоночника - это полное или частичное нарушение целостности кости, возникшее при внешнем механическом воздействии. Переломы позвоночника относятся к наиболее тяжёлым травмам. При этом может быть повреждён спинной мозг, что вызывает параличи конечностей и органов таза. Признаки. Личная безопасность. Приём АВС. Шинирование. Остановка кровотечения. Помощь. Фиксация на носилках. Практические занятия и тесты. Перелом шейного отдела позвоночника. Черепно-мозговая травма (ЧМТ). Переломы костей черепа. Личная безопасность. Приём АВС. Признаки, помощь

5.5 Ожоги, обморожения, солнечный удар.

Теория Ожоги - это повреждения тканей под воздействием высокой температуры или химических веществ. Причина термических ожогов - воздействие открытого пламени, раскалённых предметов, перегретого водяного пара, горючих веществ и т. п. Химические ожоги

возникают при попадании на мягкие ткани крепких кислот, щелочей. Ожоги сопровождаются выраженным болевым синдромом - у лиц с обширными ожоговыми поверхностями и глубокими ожогами развиваются явления шока. Типы ожогов. Степени ожогов и признаки их определяющие. Ожог дыхательных путей. Признаки, помощь.

Обморожения. При длительном воздействии холода, особенно в неблагоприятных условиях (усталость, болезнь, истощение, травмы, тесная обувь и одежда), возникает специфическое поражение тканей. Признаки, степень обморожения, помощь.

Практика Тепловой удар. Признаки, помощи при перегревании, переохлаждении, судорогах.

6 Морально-волевая подготовка. Психологическая подготовка.

6.1 Морально-волевые требования к спасателю.

Теория Значение морально-волевой, психологической подготовки и всестороннего физического развития в процессе обучения и тренировки. Взаимосвязь технической, тактической, волевой и психологической подготовки спасателей. Волевые усилия и их значение в соревнованиях и тренировках. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, упорства, самостоятельности, инициативы, решительности, смелости, выдержки, самообладания, чувства ответственности за свои действия, уважения к товарищам. Роль и значение психики спортсмена на занятиях и участии в соревновании.

Практика Преодоление трудностей, возникающих в связи с перенесением больших физических нагрузок, необходимостью быстрой ориентировки, принятия оперативных решений, появлением всевозможных психических состояний и отрицательных эмоций, возникающих при прохождении маршрутов на тренировочных занятиях и на соревнованиях. Моделирование экстремальных ситуаций и прохождение их. Занятие, направленное на групповое сплочение, воспитание волевых способностей. .

6.2 Адаптация спасателей в условиях эмоционального напряжения.

Теория Адаптация к работе в условиях эмоционального напряжения (лимит времени, наличие пострадавших, травмированных, паникующих).

Практика Адаптация к работе в различных неудобных, рабочих позах, в условиях потенциальной опасности. Адаптация к работе в больших коллективах. Адаптация к работе в условиях изоляции.

6.3 Адаптация спасателей при воздействии больших физических нагрузках, погодных и климатических условий.

Теория Адаптация при работе на высоте, под водой, под землёй и др. экстремальных условиях. Адаптация к работе в средствах защиты.

Практика Действия в реальных ЧС (землетрясение, взрывы, наводнения, пожары, аварии на хим. объектах, эпидемии и др.). Развитие волевых качеств при воздействии больших физических нагрузках, тренировке оперативного мышления.

6.4 Формирование профессиональных волевых качеств.

Теория Понятие психологической готовности к действиям в ЧС. Основные направления формирования психологической готовности. Методы психологической подготовки к действиям в ЧС: проведение тренировок в экстремальных погодных и климатических условиях с применением комбинированного воздействия факторов огня, задымления, высоты, водных преград, создание трудных ситуаций по спасению поражённых (манекенов) из-под завалов при наличии загораний; тушение загораний на манекенах; преодоление водных преград на спец. плавательных средствах и др.

7 Физическая подготовка спортсмена. Лыжная подготовка. Водная подготовка. Беговая подготовка. Кросс.

Теория Краткий анализ направленности и содержания общей и специальной физической подготовки юного спасателя. Средства общей и специальной подготовки. Принцип обучения. Методы и приёмы обучения. Роль физической подготовки в спортивной тренировке спасателя. Направленность общей и специальной физической подготовки. ОФП как основа развития физических качеств, способностей двигательных функций спортсмена и повышения спортивной работоспособности. Значение специальной физической подготовки в спортивном совершенствовании спасателей и повышении их спортивного мастерства.

Практика. Специальная лыжная, водная и беговая физическая подготовка и её место в тренировке спасателей. Общая физическая подготовка. Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Подвижные игры и эстафеты. Специальная физическая подготовка: лыжное ориентирование, водное поло, бег с препятствиями. Совершенствование специальных физических качеств: быстроты, силы, гибкости, координации, выносливости. Характеристика рекомендуемых средств и упражнений для повышения общей физической подготовленности и развития двигательных качеств на различных этапах подготовки. Характеристика требований к развитию двигательных качеств спасателя и средств для совершенствования специальных силовых качеств, быстроты, выносливости, ловкости и координации движений.

Ведущие качества спасателей: быстрота, сила, гибкость, ловкость, равновесие и ориентировка в пространстве, координация движений и др. Краткая характеристика средств специальной физической подготовки для различных групп занимающихся. Учёт средств и методы оценки состояния и развития общей и специальной физической подготовки различных групп скалолазов. Разбор контрольных нормативов по ОФП и СФП.

8 Чрезвычайные ситуации.

Спасательные работы. Классификация ЧС.

Организация спасательных работ в зоне ЧС. УЗК, противогазы.

Теория Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения. Опасная ситуация, стихийное бедствие, чрезвычайные ситуации. Классификация ЧС. Приборы химической разведки. АХОВ и ОВ.

Практика Привитие навыков ведения ПСР с соблюдением мер безопасности. Ведение ПСР в средствах индивидуальной защиты. Работа с приборами и инструментами, используемыми спасателями.

8.1. ЧС бытового характера.

8.1.1 Действия при пожаре.

Теория Общее понятие о пожаре, определение его причины, характера и силы. Тушение открытого возгорания плотной тканью, с помощью огнетушителя, при помощи гидранта. Назначение пожарных рукавов, рукавного оборудования и стволов. Действия с пожарным гидрантом. Техника безопасности при работе с огнетушащими веществами. ТБ при работе с пожарным и аварийно-спасательным оборудованием.

Практика Отработка приёмов и способов спасения людей на пожарах. Вязка двойной спасательной петли. Надевание её на пострадавшего. Спасение пострадавшего с этажей учебной башни. Спасение и эвакуация пострадавших получивших травму.

8.1.2 Действия при утечке газа, неисправности электропроводки.

Теория Экстремальные условия и их влияние на человека. Утечка газа. Поражение электрическим током и др. Локализация очага поражения (отключение газа, воды, электричества, тушение пожара).

Практика Отработка приёмов и способов безопасного поведения и спасения людей. Привитие навыков ведения СР с соблюдением мер безопасности.

8.2 ЧС природного характера.

Теория Действия при угрозе и возникновении наводнений, ураганов, бурь, циклонов, землетрясений, оползней, обвалов, сели, снежных лавин и др. Действия при угрозе или возникновении торфяных и лесных пожаров. Последствия ЧС. Комплекс мероприятий, проводимый по защите населения от ЧС природного характера. Правила безопасного поведения при ЧС. Эпидемии.

Практика Эпидемический процесс и факторы его определяющие. Противоэпидемические мероприятия. Правила личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний.

8.3 ЧС техногенного характера.

Теория Причины и последствия. Действия при угрозе и возникновения очага радиоактивного заражения, химического заражения. Классификация средств индивидуальной защиты. Средства индивидуальной защиты органов дыхания. УЗК. Противогазы. Марлевые повязки.

Практика Отработка практических навыков в использовании фильтрующих и изолирующих противогазов и респираторов различных типов. Использование СИЗ при ЧС. Отработка нормативов надевания СИЗ.

8.4 Организация и проведение поиска пострадавших.

Теория Организация оповещения и связи. Оценка обстановки и принятие решения на ведение ПСР.

Практика Ведение ПСР. Организация и проведение поиска пострадавших. Извлечение, определение состояния, оказание ПДП и транспортировка в безопасное место. Отработка приёмов и способов безопасного поведения и спасения людей. Привитие навыков ведения ПСР с соблюдением мер безопасности.

9 Этапы безопасности

Теория Техника безопасности на этапах соревнований по «Школа безопасности».

9.1 Структуры ГО и ЧС

Теория История создания РСЧС, ГО, МЧС. Задачи, решаемые структурами РСЧС и функционирование. Степени готовности. Вопросы поступления и подготовки на факультеты ГО и ЧС.

9.2 Огневая подготовка. Стрельба. Метание гранат. Сборка, разборка автомата.

Теория Правила безопасности при обращении с оружием, подготовке к стрельбе и непосредственно стрельбе. Стрелковое оружие. Разборка и сборка оружия. Смазка оружия. Оборудование огневых позиций.

Практика Овладение способами подготовки к стрельбе (лёжа, стоя, с колена, из-за укрытия). Практическая стрельба из стрелкового оружия. Выполнение учебных стрельб из малокалиберной винтовки. Практическое занятие на технику и дальность метания гранаты.

9.3 АХОВ. Поиск радиоактивного источника.

Теория Приборы химической разведки. АХОВ и ОВ. Практические занятия по пользованию прибором.

Практика Практические занятия по нахождению радиоактивного источника.

9.4 Средства связи и передачи сигналов на расстояние *Теория* Радиостанции и сотовые телефоны, как средства связи в полевых условиях. Навыки пользования радиостанцией. Передача голосового сигнала. Передача текста без голоса по радиостанции. Другие способы передачи сообщений на расстояния. Сигналы бедствия международного кода.

9.5 Узкий лаз

Теория Правила безопасности на этапах. Этап соревнований: узкий лаз. Виды узкого лаза, принципы прохождения, помощь при прохождении. Этап: мышеловка, лабиринт.

Практика Прохождение сверху перекладин, снизу, с рюкзаками, командное прохождение. Отработка практических навыков.

9.6 Бабочка, ромб, подвесное бревно.

Теория Правила безопасности на этапах.

Практика Этапы соревнований: бабочка, ромб, подвесное бревно. Виды, принципы прохождения, помощь при прохождении, страховка. Прохождение сверху перекладин, снизу, с рюкзаками, командное прохождение. Отработка практических навыков.

9.7 Решение пожарно-тактической задачи.

Теория Техника безопасности на этапах полосы: Решение пожарно-тактической задачи. Этапы: забор(170x200), бревно-бум, разворачивание пожарного рукава, сбивание струёй воды мяча с подставки, одевание боевой пожарной одежды. Отработка практических навыков. Практические занятия по прохождению полосы: Решение пожарно-тактической задачи.

9.8 Соревнования по Безопасности

Теория Техника безопасности на этапах соревнований.. Классификация дистанций. Соревнования личные и командные. Программа соревнований.

Практика Знакомство с стендовой информацией: стартовые и финишные протоколы, маршрутные листы, информация по трассе. Обязанности участников соревнований. Заявки на участие в соревнованиях. Подготовка к соревнованиям.

10 Этапы соревнований «Безопасное колесо»

10.1 Правила дорожного движения

Теория Изучение правил дорожного движения.

Практика Решение ситуаций по карточкам и тестам, на компьютере. Знаки ПДД.

10.2 Оказание доврачебной помощи при ДТП.

Теория Правила эвакуации пострадавшего из транспортного средства. Основы доврачебной помощи при ДТП.

Практика Техника оказания первой помощи при переломе конечностей, травмы головы, при ушибе шейного отдела позвоночника, различных видов кровотечения.

10.3 Велосипедные эстафеты

Теория Правила безопасности на этапах эстафеты. Этапы эстафеты: змейка, колеяный мост, кольцо, восьмёрка, кубок, разгон - торможение. Штрафы по прохождению эстафеты. Отработка практических навыков. Практические занятия по прохождению эстафеты.

11 Городские и тренировочные соревнования

Теория Правила безопасности на этапах соревнований. Правила поведения, проживания и внутреннего распорядка на соревнованиях и местах общего пользования. Обязанности участников соревнований. Заявки на участие в соревнованиях. Подготовка к соревнованиям. Прохождение медицинского контроля. Правила безопасности при передвижении к месту соревнований.

Практика Программа соревнований Соревнования личные и командные.. Подготовка к соревнованиям. Знакомство со стендовой информацией: стартовые и финишные протоколы, маршрутные листы, информация по трассе.

12 Краевые соревнования

Теория Основы безопасности на этапах соревнований. Правила поведения, проживания и внутреннего распорядка на соревнованиях и местах общего пользования. Обязанности участников соревнований. Заявки на участие в соревнованиях. Подготовка к соревнованиям. Прохождение медицинского контроля. Правила безопасности при передвижении к месту соревнований. Программа соревнований Соревнования личные и командные.

Практика Подготовка к соревнованиям. Знакомство со стендовой информацией: стартовые и финишные протоколы, маршрутные листы, информация по трассе.

13 Походы выходного дня

13.1 Меры по обеспечению безопасности в походах и на экскурсиях.

Теория Проведение перед походом или экскурсией беседы о правилах пользования транспортом, правилах движения по дорогам и улицам городов, на транспорте. Изучение правил безопасности при проведении походов. Обеспечение безопасности при преодолении естественных препятствий в походе.

Практика Противопожарные мероприятия. Приёмы самоконтроля. Воспитание у юных спасателей сознательной дисциплины, умение оценивать свои силы и возможности.

13.2 Туристические маршруты и экскурсионные объекты.

Выбор и изучение района путешествия.

Теория Содержание и методика краеведческих наблюдений по истории, географии и др. Содержание заданий тургруппам. Техника проведения краеведческих наблюдений в краеведческой литературе и музеях.

Практика Характеристика изучаемых объектов. Выбор по топографическим картам и атласам района путешествия. Изучение по краеведческой литературе района путешествия.

13.3 Пропаганда охраны природы. Пропаганда здорового образа жизни.

Теория Изучение и охрана природы, памятников истории и культуры. Значение материальное, здравоохранительное, познавательное, эстетическое. Охрана природы и туризм. Родной край, его природные богатства. Познавательное, воспитательное значение памятников, их художественная ценность. Охрана водоёмов, животного и растительного мира родного края. Пропаганда охраны природы.

Практика Борьба с вредителями, пожарами, очистка мест скальных занятий и т.д. Посещение памятников истории, культуры родного края и мест проведения сборов.

13.4 Туристский бивуак.

Теория Выбор мест для разведения костра. Сбор и хранение дров. Места забора воды. Хранение продуктов.

Практика Виды костров. Уборка места под кострище.

13.5 Подведение итогов похода.

Теория Обсуждение итогов похода в группе, отчёты ответственных по участкам работы, родительское собрание. Отчёт руководителя. Анализ действий группы. Ремонт и сдача инвентаря. Обработка собранных материалов.

Практика Составление отчёта о походе: иллюстрированные схемы, маршрутные листы, лента маршрута, фото и видео материал.

14 Лагерь «Юный спасатель»

14.1 Профиль, задачи работы лагеря. Устав лагеря.

14.2 Инициативная группа, штаб, совет лагеря.

14.3 Содержание работы лагеря.

1.4 Планируемые результаты 2 года обучения

Личностные результаты:

По итогам освоения программы у обучающихся будут сформированы:

- основы гражданской ответственности;
- готовность к самообразованию в области безопасности жизнедеятельности, на основе учебно-познавательной мотивации;
- социальные и коммуникативные компетенции, компетенции безопасной личности;
- лидерские качества, самостоятельность, активность и ответственность учащихся.

Метапредметные результаты:

По итогам освоения программы у обучающихся сформированы:

- целеполагание, планирование, прогнозирование и контроль своей деятельности;
- постановка проблемы, аргументация ее актуальности, аргументация выводов;
- умения проводить коррекцию своей деятельности, оценивать её и самостоятельно регулировать в процессе решения поставленных задач;
- выбор действий в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- умения применять установленные правила в планировании способа решения ситуации;
- составление плана и последовательности действий;
- умения анализировать результаты своей деятельности;
- умения оценивать правильность своего решения в любой ситуации;
- навыки участия в мероприятиях и соревнованиях различных уровней;
- приемы волонтерских технологий, навыки проведения массовых мероприятий и пропагандистской работы в разновозрастных группах;
- умения ориентироваться в различных жизненных ситуациях, применять знания, умения и навыки на практике.

Предметные результаты

В результате освоения программы обучающиеся будут знать:

- классификацию ЧС;
- знаки топографии, ориентирования, дистанции спортивных карт;
- основы безопасности спортивного многоборья и спасательных работ;
- страховочные системы и специальное снаряжение, их применения в разных ситуациях;
- правила проведения и судейства соревнований.

В результате освоения программы обучающиеся будут уметь:

- ориентироваться в заданном направлении и по выбору на местности с компасом и без него;
- технологично выполнять все этапы туристического многоборья;
- выполнять этапы туртехники с самонаведением и с самосбросом;
- выполнять базовые этапы «Школа безопасности» и «Юный спасатель»;
- вязать туристические узлы, носилки, сопровождающие веревки.

- оказывать доврачебную помощь при ушибах, ранах, закрытых переломах, разных видах кровотечения, уметь делать сердечно-лёгочную реанимацию;
- действовать при пожаре, решать пожарно-тактические задачи, надевать противогаз, УЗК, правильно использовать СИЗ;
- стрелять из пневматического пистолета и винтовки, разирать-собирать макет автомата Калашникова;
- проходить спелеостенд с верхней и нижней страховкой, подниматься на жумаре и спелеолестнице, спускаться на спусковом устройстве.
- работать на самостраховке, страховочном снаряжении, уметь страховать.

РАЗДЕЛ № 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы необходимо выполнение определённых материально-технических условий.

Практические занятия должны проводиться на специально оборудованных этапах, тренировочных площадках (например пожарная часть или специально оборудованный кабинет) с использованием специального снаряжения.

Учебная группа должна быть обеспечена следующим специальным личным снаряжением:

- верёвки основные 6-8- 10-12 мм;
- карабины муфтовочные;
- беседки (страховочный пояс);
- каски, верхонки;
- жумары, блоки, блоки с зажимами;
- восьмёрки (спусковое и страховочное устройство);
- противогазы и УЗК;
- репшнуры страховочные;
- палатки, тенты, костровое оборудование.

2. Учебно-методическое и информационное обеспечение:

- комплект топографических знаков; тематический наглядный материал;
- атлас Приморского края, справочник спасателя, учебное пособие для туриста;
- демонстрационные плакаты (туристические узлы, оказание первой мед. помощи, виды растений, опасные природные явления и т.п.);
- карты (спортивные, физические, административные, туристские, топографические);
- аудио, видео, фото источники по краеведению;
- интернет – источники и памятки по ОБЖ;
- методические разработки по спасательному делу;
- учебные пособия по вопросам выживания в чрезвычайных ситуациях;
- пособие по оказанию мед. помощи пострадавшим.

2.2 Оценочные материалы и формы аттестации

Перед началом образовательного процесса по программе осуществляется входной контроль с целью оценки исходного (начального) уровня знаний учащихся.

Текущий контроль обучающихся проводится с целью установления фактического уровня теоретических знаний и практических умений и навыков по темам (разделам) дополнительной программы.

Текущий контроль может проводиться в следующих формах: беседа, обсуждение; практическая работа.

Промежуточный контроль учащихся включает в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков.

Промежуточный контроль учащихся может проводиться в следующих формах: практические работы на местности, самостоятельные работы, вопросники, тестирование. Достиженные учащимися умения и навыки заносятся в диагностическую карту.

Итоговый контроль проводится по окончании обучения по дополнительной программе, путем анализа диагностической карты определяется уровень достижений каждого учащегося. Информационная карта «Определение уровня развития физических качеств учащихся»; карта учета достижений учащихся (участие в соревнованиях, конкурсах, фестивалях); анкета для родителей «Отношение родительской общественности к качеству образовательных услуг и степень удовлетворенности образовательным процессом в объединении»; анкета для учащихся «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения»; бланки тестовых заданий по темам программы.

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

1. Высокий уровень - обучающийся освоил практически весь объем знаний 100% предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием.
2. Средний уровень - объем усвоенных знаний учащегося составляет 70-80%; сочетает специальную терминологию с бытовой.
3. Низкий уровень – учащийся овладел менее чем 50% объема знаний, предусмотренных программой; как правило, избегает употреблять специальные термины.

Критерии оценки уровня практической подготовки:

1. Высокий уровень – учащийся овладел на 90-100% умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; работает самостоятельно, не испытывает особых трудностей; без ошибок выполняет практические задания.
2. Средний уровень - у учащегося объем усвоенных умений и навыков составляет 70-80%; работает с помощью педагога, выполняет практические задания с 1 -2 ошибками.

2.3 Методические материалы

Методы проведения занятий.

Для реализации данной программы могут использоваться разнообразные формы работы: проведение конкурсов, эстафет, соревнований, многоборий по туризму (туртехнике, ориентированию, топографии, военно-спортивным играм). Проведение походов, однодневных и сложных спортивных маршрутов, организация полевых лагерей.

Теоретические занятия; беседа с демонстрацией иллюстративного материала, презентаций.

Практические занятия проводятся в помещении и на местности: практикумы, тесты, игры-соревнования, конкурсы, экскурсии, походы. При проведении занятий особое внимание уделяется строгому соблюдению правил и мер безопасности. Занятия подразумевают многообразие форм обучения:

- просмотр мультимедийных презентаций;
- экскурсии;
- тренировки в спортзале, на пересечённой местности, на стендах;
- подготовка и участие в городских, краевых, региональных и всероссийских конкурсах, соревнованиях и акциях.

В данной программе используются следующие методы:

- поисково-исследовательский метод (самостоятельная работа кружковцев с выполнением различных заданий на экскурсиях и походах).
 - метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах.
 - метод комплексного подхода к образованию и воспитанию.
- Условиями для реализации данной программы являются:
- взаимосвязь теории с практикой;

Методика работы по данной программе предполагает осуществление самой тесной связи между теоретическими занятиями и практическим освоением полученных знаний, которое, что отражает специфику программы, осуществляется на тестах по теории или непосредственно на этапах и на местности. В связи с этим самое пристальное внимание уделяется учёту возрастных особенностей занимающихся, степени их физической и технической подготовки. Небольшая численность учебной группы, особенно на уровне группы спортивного совершенствования, обеспечивает индивидуальный подход к каждому учащемуся, постоянный контакт и контроль педагога. Другим важнейшим аспектом методики обучения является постепенность. Поскольку спасательное дело является технически сложными видами спорта и требует надёжной физической (в том числе специальной физической) подготовки, то первоначально необходимо сформировать базовый уровень и только потом переходить на уровень спортивного совершенствования.

Поэтому *на первом году обучения* основное внимание уделяется выявлению потенциала развития каждого воспитанника, привитии ему навыков, необходимых не только для овладения мастерством спасателя, но и для рациональной организации собственной деятельности.

Решению последней задачи служит, в частности, такая форма проведения занятий, воспитывающие дисциплинированность, чёткость, обязательность. На каждом соревновании назначаются дежурные (такой опыт по очереди получают все воспитанники), обеспечивающие чёткое и точное выполнение всех организационных задач (получение и проверка необходимого инвентаря и оборудования, сдача его после окончания занятия).

При обучении в первый год для закрепления и развития интереса ребят к занятиям широко используются различные средства наглядности (фильмы о соревнованиях, фотографии и т.д.). Им рассказывается об истории этого вида спорта и традициях клуба юных спасателей, позитивную воспитательную роль выполняет пример старших воспитанников, их участие (наряду с тренером) в занятиях.

На занятиях по физической подготовке, применяемые метод физического развития учащихся направлены на развитие определённых физических качеств, имеющих первостепенное значение для будущих спасателей: растяжка, ловкость, сила, умение координировать движения, удерживать равновесие. В психологическом отношении внимание уделяется выработке волевых качеств, уверенности в себе, способности к принятию быстрых и точных решений, умению не теряться в сложной ситуации и адекватно реагировать на неё. Важным приёмом, позволяющим закрепить полученные знания и умения, является участие в проверочных соревнованиях.

Получив необходимые знания о спасении пострадавших технике спортивного туризма, учащиеся затем реализуют полученные знания и проверяют степень собственного овладения необходимыми навыками путём выполнения контрольных и разрядных нормативов и приобретения соревновательного опыта.

На этапе *второго года обучения*, наряду с дальнейшим укреплением и развитием физических и волевых качеств занимающихся, центральное место занимает метод комплексной подготовки, включающей большой объём освоения тактике спасения пострадавших и освоение смежных специализаций (судейская практика, практика подготовщика трасс). Большое внимание уделяется соревновательной практике как наиболее эффективному средству проверить и отточить полученные знания и навыки, а также выполнить не только контрольные, но и взрослые разрядные нормативы по спортивному туризму, «ШБ», спортивному ориентированию.

Но и при занятиях в группе спортивного совершенствования также соблюдается принцип постепенности. Это проявляется как в дозировании физических и специальных нагрузок, так и в развитии других качеств учащихся.

Учащиеся овладеют умением самостоятельно подбирать основные упражнения для этапов и наводить их по заданию тренера, правильно демонстрировать технические приёмы, замечать и исправлять ошибки при выполнении упражнений другими занимающимися, помогать тренеру в разучивании отдельных упражнений, работе со спортсменами младших возрастных групп.

Привитие судейских навыков начинается с первого года обучения. Занятия проводятся в форме беседы, семинара, самостоятельного изучения литературы, практических занятий. Занимающиеся овладевают принятой в данном виде спорта терминологией. Изучают правила соревнований, регламент и проверяют свои знания на практике. По мере привлечения занимающихся к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и в других группах.

2.4 Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса		1 год	2 год
Продолжительность учебного года, неделя		36	36
Количество учебных дней		72	72
Продолжительность учебных периодов	1 полугодие	15.09.2020- 31.12.2020	15.09.2020- 31.12.2020
	2 полугодие	12.01.2021- 31.05.2021	12.01.2021- 31.05.2021
Возраст детей, лет		10-17	10-17
Продолжительность занятия, час		2	2
Режим занятия		2 раза/нед	2раза/нед
Годовая учебная нагрузка, час		144	144

2.5 Календарный план мероприятий на учебный год

Мероприятие	Время проведения	Объём (час).	Уровень мероприятия
Городские соревнования по пулевой стрельбе, сборка-разборка автомата и ориентирование.	Январь	2	Городские
Городские спортивные соревнования «А ну-ка, парни!»	Февраль	2	Городские
Городской конкурс школьных презентаций на тему «Современная техника и оружие Российской Армии»	Март	2	Городские
Городские соревнования «Маршрут выживания».	Март	2	Городские
Кубок и Первенство Артемовского городского округа по спортивному ориентированию.	Апрель	4	Городские
Городские соревнования по пожарной тактике «Спасем от огня»	Апрель	2	Городские
Городские соревнования «Безопасное колесо»	Май	2	Городские
Спортивные сборы школьных отрядов-спасателей	Июнь	48	Краевые
Летний спортивно-оздоровительный лагерь «Спасатель»	Июль	2	Кружковые
Открытое первенство по спортивному ориентированию.	Сентябрь	4	Городские
Городские индивидуальные соревнования «Велоквест»	Октябрь	2	Городские
Городские соревнования «Школа безопасности» - Полоса препятствий	Октябрь	2	Городские
Краевые соревнования «Юный спасатель»	Ноябрь	2	Краевые
Туристическая эстафета	Декабрь	2	Городские

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

для педагога

1. Войцеховский С.М. Книга тренера. -М., 1971.
2. Гулнов В.М. Первая медицинская помощь. -М., 1981.
3. Ермолин А. Навигатор третьего тысячелетия. Воспитательная работа в школе. М., 2004.
4. Кодыш ЭН. Соревнования туристов. - М., 1990.
5. Куколевский Г.М. Врачебный контроль в физической культуре. - М., 1965.
6. Партии А.П. и др. Пока не приехал доктор. - В., 2001
7. Правила соревнований по спортивному туризму на 2006-2009гг., - М. 2006.
8. Правила соревнований по спортивному ориентированию. - М., 2006.
9. Судейство соревнований по пешеходному туризму. -М., 1983.

для родителей

1. Пиратинский А.Е. Подготовка скалолаза. - М., 1987.
2. Петерсон Л.П. Травмы в спорте. - М., 1982.
3. Попчинский В.Ю. Организация и проведение туристических походов. -М.,1987.
4. Романо А.В. Физические нагрузки в спортивной тренировке // Актуальные проблемы физической культуры и спорта Латвийской ССР. - Рига, 1979.
5. Создание профильных классов «Юный спасатель».-В., 2002. и др.
6. Турист. Библиотека туриста. - М., 1974.
7. Шиянов Л.П. Походы выходного дня.-М., 1985.

Список интернет-ресурсов

1. Все о пожарной безопасности - <http://www.0-1.ru/>
2. Всероссийский форум «Здоровье нации – основа процветания России» - <http://www.znopr.ru/>
3. Лига здоровья нации - <http://www.ligazn.ru/>
4. Портал детской безопасности - <http://www.spas-extreme.ru/>.
5. <http://spas.sutago.ru> – образовательный сайт кружка «Юный спасатель»