

Муниципальное бюджетное учреждение  
Дополнительного образования Центр дополнительного образования  
р.п. Вешкайма Ульяновской области

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
от «23» августа 2024 года

Утверждаю  
Директор МБУДО ЦДО р.п. Вешкайма  
Г.Н. Феткуллова  
Приказ № 44/2  
от «23» августа 2024 года



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Школа безопасности»

Уровень: базовый  
Направленность: Туристско-краеведческая  
Возраст: 11-17 лет  
Срок реализации: 1 год (72 часа)

Автор составитель:  
педагог дополнительного образования  
Прибылов Андрей Петрович

р.п. Вешкайма 2024 г.

# **1. Комплекс основных характеристик программы**

## **1.1. Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» разработана для предоставления образовательных услуг обучающимся от 11 до 17 лет в условиях Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центр дополнительного образования р.п. Вешкайма (на базе МОУ Каргинская СОШ).

### **Нормативно-правовое обеспечение программы**

В настоящее время содержание, роль, назначение и условия реализации программ дополнительного образования закреплены в следующих нормативных документах:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.2, ст.15, ст.16, ст.17, ст.75, ст.79);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 29.12.2022 № 273 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ №09-3242 от 18.11.2015
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ №28 от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

***Нормативные документы, регулирующие использование электронного обучения и дистанционных технологий:***

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года №816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Министерства образования и науки Ульяновской области от 24.04.2020.№2822 Методические рекомендации «О реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»

#### ***Локальные акты ОО :***

- Устав МБУ ДО ЦДО р.п. Вешкайма;
- Положение о порядке проведения промежуточной аттестации обучающихся и осуществления текущего контроля успеваемости от 21.05.2018 № 7;
- Положение о порядке приёма, отчисления от 10.01.2020 № 8/1У;
- Правила внутреннего распорядка обучающихся от 10.01.2020 № 8/1У;
- Положение о порядке обработки персональных данных обучающихся в МБУ ДО ЦДО р.п. Вешкайма от 10.01.2020 № 8/1У;
- Положение о дистанционном обучении обучающихся внутреннего МБУ ДО ЦДО р.п. Вешкайма от 06.04.2020 № 36;

#### **Направленность образовательной программы**

Уровень освоения программы: *базовый*

Направленность (профиль) программы: *туристско-краеведческая*

***Актуальность и значимость программы*** - программа рассчитана на адаптацию ребенка к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни; дает профориентационные знания по профессиям: спасатель, пожарный, высотник, что может стать определяющим в выборе обучающимся своей будущей профессии.

***Новизна*** программы заключается в комплексном подходе к построению учебно-воспитательного процесса. В начале обучения большое внимание уделяется формированию знаний, умений и навыков в разных темах программы с

параллельным развитием познавательных интересов, памяти, внимания, воображения. В дальнейшем на базе сформированных знаний, умений, навыков, приемов деятельности формируются коммуникативные, познавательные, учебные компетентности.

Разработанный, собранный и апробированный в практической деятельности инструментарий (занимательные задачи, кроссворды, ребусы, кодирование, расшифровка информации и многое другое), даёт возможность развивать логику и мышление средствами обучения туризму и краеведению. В этом заключается **педагогическая целесообразность** данной программы.

При составлении программы использовались следующие **принципы**:

- **научности**: единая система деятельности педагога и обучающихся управляется целями и задачами воспитания.

Программа построена по принципу «**от простого – к сложному**». Учитывает современные достижения в области психологии, педагогики, социологии. Интегрирует школьные дисциплины ОБЖ, физику, физкультуру, математику, географию, биологию и др.

**Принцип последовательности, постепенности и систематичности.** Составные части педагогической системы взаимосвязаны и образуют целостное единство.

**Принцип коллективизма.** Имеет большое значение в воспитании обучающихся. Полноценная работа творческого объединения невозможна без реализации в нем этого принципа. Только сплоченный туристский коллектив способен пройти сложный маршрут.

**Программа рассчитана на 3 года обучения**, усложнение материала из года в год происходит по спирали (т.е. происходит возврат к тем же темам, но с более широким и углубленным изучением), с учетом индивидуальных способностей детей (физических, творческих, морально-волевых).

**Срок обучения:**

1 год – 72 часа.

Программа «Школа безопасности» **рассчитана на** учащихся в возрасте от 11 до 17 лет. Рекомендуемый **состав группы** – 15 человек. В соответствии с концепцией образовательной программы формирование групп обучающихся

происходит на добровольной основе по интересам и способностям, по возрастному ограничению - **состав группы постоянный**.

Дети не должны иметь медицинских противопоказаний к занятиям в объединении.

### **Характеристика адресата программы**

#### **11 - 12 лет**

Детям этой возрастной группы свойственна активность, стремление к деятельности. В этом возрасте у ребёнка происходит уточнение сфер интересов, увлечений. Обучающиеся начинают активно интересоваться своим собственным внутренним миром и оценкой самого себя.

#### **13 -17 лет**

У обучающихся формируются мотивы самосознания, взглядов, убеждений, мировоззрений. Развивается логическая память и теоретическое мышление. Дети этого возраста направлены на познание себя, самокритичны, проявляют склонность к подражательству. Характерная особенность детей этого возрастного периода – ярко выраженная эмоциональность восприятия, более развита наглядно-образная память, чем словесно-логическая.

Пытаясь утвердиться в новой социальной позиции, подросток старается выйти за рамки ученических дел в другую сферу, имеющую социальную значимость. Для реализации потребности в активной социальной позиции ему нужна деятельность, получающая признание других людей, деятельность, которая может придать ему значение как члену общества. Общественно полезная деятельность является для подростка той сферой, где он может реализовать свои возросшие возможности, стремление к самостоятельности, удовлетворив потребность в признании со стороны взрослых, создает возможность реализации своей индивидуальности.

Большую часть программы составляют практические занятия. Занятия проводятся как в классах, спортзалах, так и на местности – **1 раз в неделю по 2 часа**.

Основа занятий в помещении - изучение учебного материала согласно рекомендуемой тематике. Основу занятий на местности составляют способы и

практические приемы по закреплению теоретических занятий и отработка практических навыков.

**В программу включены разделы:** специальная подготовка (туристское многоборье), подготовка к походу (туристский быт), спортивное ориентирование, общая физическая подготовка. Предлагаемая в этой программе тематика также предусматривает ознакомление учащихся со своим краем, овладение определенным кругом знаний и умений, необходимых юным путешественникам.

Темы программы проходятся последовательно, в соответствии с логикой учебного процесса, занятия из тем «Краеведение», «Общая физическая подготовка» могут проводиться постепенно в течение всего учебного года, так же как и «Соревнования».

Занимаясь по этой программе, учащиеся расширяют и углубляют знания и умения, а также формируют определённые навыки.

### **Формы обучения и особенности организации образовательного процесса**

Базовая форма обучения данной программы – *очная*, но в случаях невозможности проведения занятий в очном режиме доступно осуществление некоторого числа *дистанционных занятий* с использованием электронно-коммуникационных технологий, в том числе сети интернет.

Программа предусматривает использование следующих **форм** работы:

*фронтальной* - подача материала всему коллективу воспитанников;

*индивидуальной* - индивидуальная форма и работа в парах используется в тех случаях, когда отдельные занимающиеся отстают в обучении по программе. Педагог определяет слабые места в подготовке занимающихся и дает им индивидуальные задания, которые выполняются во время занятия.

*групповой* - когда обучающимся предоставляется возможность самостоятельно построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны друг друга, учесть возможности каждого на конкретном этапе деятельности. Педагог проводит занятие одновременно со всей группой.

**Соревнования.** Соревнования - важная часть учебно-тренировочного процесса. В соревнованиях определяется подготовка воспитанника, совершенствуются его физические качества и двигательные навыки, закаляется воля.

## Сетевое взаимодействие

### **Программа реализуется в форме сетевого взаимодействия.**

Предметом сетевого взаимодействия являются: помещение, оборудование и кадровое обеспечение.

Принимающая сторона (где проходят занятия) должна обеспечить возможность реализации программы: кадровым педагогическим составом, специально оборудованными площадками, инвентарём, снаряжением и другими расходными материалами. Помещение должно соответствовать всем требованиям СанПиН и противопожарной безопасности.

### **1.2. Цель и задачи образовательной программы**

**Цель:** подготовка молодежи к безопасному поведению в экстремальных ситуациях, по оказанию само- и взаимопомощи, развитие ее заинтересованности в предотвращении возможных чрезвычайных ситуаций.

#### **Задачи программы**

##### **Образовательные:**

- практическая подготовка обучающихся по программе курса “Основы безопасности жизнедеятельности”;
- приобретение ребятами необходимых военно-прикладных навыков;
- обучение подрастающего поколения средствами туризма и краеведения;
- освоение премудрости пешеходного туризма, правил поведения в опасных ситуациях, правил выполнения стрельбы из пневматической винтовки.

##### **Развивающие:**

- развитие у воспитанников умения адаптироваться в детском коллективе, находить решения в различных нестандартных ситуациях и воплощать их в жизнь;
- развитие и оздоровление подрастающего поколения средствами туризма и краеведения ;

##### **Воспитательные:**

- воспитание патриотизма;

- привитие любви к труду и умения трудиться;
- физическое воспитание детей;
- пропаганда и популяризация среди молодежи здорового и безопасного образа жизни;
- воспитание подрастающего поколения средствами туризма и краеведения;

### 1.3. Учебный план

№	Название темы	Количество часов				Форма контроля
		Всего	Теория	Практика		
				В помещении	На местности	
1	Введение	2	2			Беседа
2	Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста	8	2	2	4	Педагогическое наблюдение
3	Азбука топографии	4	1	3	-	Педагогическое наблюдение
4	Техника пешеходного туризма	12	2	4	6	Соревнование
5	Техника лыжного туризма	14	1	-	13	Соревнование
6	Спортивная подготовка	12	2	5	5	Педагогическое наблюдение
7	Стрельба из пневматической винтовки	8	1	7		Соревнование
8	Туристское ориентирование	6	2	2	2	Педагогическое наблюдение. Игра-соревнование.
9	Медицинская подготовка.	6	2	4		Педагогическое наблюдение. Практические

						работы.
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>15</b>	<b>27</b>	<b>30</b>	

## **1.4. Содержание программы**

### **1.Введение**

#### **Теория:**

- Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека. Укрепление костно-мышечной системы, сердца, легких и других органов человека при активном передвижении на прогулках и экскурсиях.
- Правила поведения юных туристов на экскурсиях и туристских прогулках. Правила поведения в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, в парке (лесу). Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов.

**Форма контроля:** беседа.

### **2.Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста**

#### **Теория:**

- Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии: Требования к упаковке продуктов для перекуса. Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением.
- Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение. Кухонное и костровое снаряжение. Снаряжение для наблюдений за природой и выполнения простейших краеведческих заданий. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии).

- Состав ремонтного набора. Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими. Обязанности ремонтного мастера группы. Ремонт личного и группового снаряжения.
- Бивак на туристской прогулке. Охрана природы при организации привалов и биваков. Требования к бивакам. Устройство и оборудование. Выбор места на площадке (поляне) для установки палатки.
- Строй туристской группы. Ритм и темп движения туристской группы во время прогулки (экскурсии). Взаимопомощь в туристской группе. Привалы промежуточный, обеденный.

### **Практика:**

- Игра «Собери рюкзачок к туристской прогулке». Сбор группы и прогулка по микрорайону (окрестностям школы) в межсезонье для проверки умений готовиться к туристским мероприятиям.
- Питьевой режим во время туристской прогулки, экскурсии. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки.
- Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья во время туристской прогулки (экскурсии). Рациональное расходование воды во время туристской прогулки (экскурсии).
- Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки.
- Планирование места организации бивака по плану местности. Планирование и организация бивака на местности во время туристской прогулки. Организация бивачных работ. Проверка комплектации палатки и ее целостности перед выходом на прогулку. Упаковка палатки для транспортировки. Овладение навыками установки, снятия и упаковки палатки (на пришкольной площадке или в парке).
- Построение в походную колонну, отработка движения группы. Работа направляющего и замыкающего. Туристская прогулка (экскурсия).

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

### **3. Азбука топографии**

#### **Теория:**

- Планировка дома (квартиры), школы и школьного двора; назначение и расположение различных комнат, кабинетов в здании школы и сооружений школьного двора.
- История развития способов изображения земной поверхности и их значение для человечества. Рисунок и простейший план местности (школьного двора, двора своего дома или своей улицы). Изображение местности (школьного двора) на рисунке, фотографии, схеме или плане.
- Способы изображения на рисунках, схемах и планах водных объектов, искусственных сооружений, растительности и пр. Простейшие условные знаки.
- Знакомство с изображением местности, школьного двора (ближайшего парка, леса). Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута.

#### **Практика**

- Экскурсия по зданию школы, кабинетам и другим помещениям. Экскурсия на школьный двор и пришкольный участок (назначение различных построек и объектов).
- Рисовка плана стола (парты), класса, своей комнаты. Знакомство с планом расположения школы, школьного двора, двора своего дома или своей улицы.
- Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на школьном дворе, в парке. Освоение навыков чтения и движение по схеме (плану) школы или школьного двора.
- Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии. Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

### **4. Техника пешеходного туризма**

#### **Теория:**

- Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения); организация движения группы в лесу по слабопересеченной и равнинной местности. Преодоление простых водных преград (ручьев, канав). Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).
- Естественные и искусственные препятствия. Дистанция соревнований, этап дистанции. Разметка и маркировка дистанции. Старт и финиш. Способы преодоления препятствий. Правила безопасного преодоления препятствий. Личное и командное прохождение дистанции полосы препятствий. Взаимодействие и взаимопомощь членов спортивной туристской команды. Права и обязанности юного спортсмена-туриста в команде на соревнованиях.

#### **Практика:**

- Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий. Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям). Переправа через условное болото по кочкам. Переправа по бревну. Преодоление завалов. Движение по лесным массивам. Движение по песчаным склонам (спуски и подъемы).
- Соревнования по преодолению полосы препятствий.

**Форма контроля:** соревнования.

#### **5. Техника лыжного туризма**

**Теория:** Правильный подбор лыж и лыжных палок для занятий на местности. Стойка лыжника на различном рельефе. Передвижение ступающим и скользящим шагом. Техника безопасности при ходьбе на лыжах. Правила движения в строю на лыжном маршруте. Одежда для лыжной прогулки или занятий. Предохранение обуви от намокания (бахилы).

**Практика:** Управление лыжами на месте. Лыжные прогулки. Наблюдение окружающих объектов природной среды (растительный и животный мир; живая и неживая природа).

**Форма контроля:** соревнования.

#### **6. Спортивная подготовка**

**Теория:** Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

**Практика:**

Освоение основ техники бега. Прыжки в длину и высоту. Гимнастические упражнения. Спортивные (в том числе народные) игры.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

**7. Стрельба из пневматической винтовки**

**Теория:** Устройство пневматической винтовки. Техника безопасности при стрельбе.

**Практика:** Стрельба по мишеням. Снайперская дуэль.

**Форма контроля:** соревнования.

**8. Туристское ориентирование**

**Теория:**

- Горизонт. Стороны горизонта. Ориентирование по сторонам горизонта. Определение сторон горизонта по объектам растительного и животного мира, по местным признакам.
- Ориентирование в лесу, у реки, в поле. Способы ориентирования на местности. Линейные ориентиры, точечные ориентиры и объекты. Рельеф. Ориентирование по звездному небу, солнцу. Измерение расстояний на местности: временем движения, парами шагов и пр. Ориентирование по описанию (легенде). Разведчик туристской группы, его обязанности и действия на туристской прогулке (экскурсии).
- Знакомство с основами правил соревнований по туристскому ориентированию. Виды туристского ориентирования и их особенности. Права и обязанности участников соревнований. Номер участника и его крепление. Упаковка и обеспечение сохранности карты (схемы).

**Практика:** Выработка навыков определения сторон горизонта по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях парка (леса) или пришкольного участка. Ориентирование с использованием легенды в школе, парке, в окрестностях школы. Движение по плану (схеме).

Обучение навыкам отметки на КП компостером в карточке участника. Игра-соревнование на местности (школьный двор) «Отметься на КП».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение. Игра-соревнование.

## **9. Медицинская подготовка**

### **Теория:**

- Соблюдение гигиенических требований в походе. Профилактика заболеваний и травматизма.
- Правила и способы обработки ран, ссадин. Правила наложения повязок, материалы для обработки ран и наложения повязок.
- Состав медицинской аптечки (индивидуальной и групповой) для туристской прогулки. Назначение медикаментов, их упаковка и требования к хранению, определение срока годности для использования. Обязанности санитаря группы.
- Организация транспортировки пострадавшего при несложных травмах. Простейшие средства для транспортировки пострадавшего в условиях туристской прогулки (похода, экскурсии). Способы транспортировки пострадавшего на руках. Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.

### **Практика:**

- Оказание ПМП. Игра «Айболит» (первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок). Упаковка и маркировка аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки.
- Изготовление транспортных средств из курток, штормовок. Транспортировка условно пострадавшего на слабо пересеченном рельефе на руках, простейших транспортных средствах.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение. Практические работы.

## **1.5. Планируемые результаты**

### ***Предметные результаты:***

#### **Обучающиеся должны знать:**

-особенности организации бивака в различных природных условиях;

- основы ориентирования на местности, условные знаки спортивных и топографических карт, устройство компаса;
- порядок действий в экстремальной ситуации во время соревнований и путешествий; порядок оказания первой помощи;
- состав аптечки туристской группы;
- способы транспортировки пострадавшего;

Обучающиеся должны уметь:

- придерживаться правил санитарии, гигиены и техники безопасности;
- бережно относиться к оборудованию и снаряжению;
- сотрудничать и распределять обязанности в туристской группе.

**Метапредметные результаты:**

- выполнение комплексов упражнений по общей физической подготовке;
- воспитание навыка самостоятельных занятий;
- развитие навыков самосовершенствования.

**Личностные результаты:**

- формирование устойчивого навыка здорового образа жизни, заботы о своём здоровье;
- воспитание трудолюбия;
- владеть элементарными туристско-бытовыми навыками;
- выполнять самостоятельно элементарные комплексы физических упражнений.

## 2. Комплекс организационных педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график программы «Школа безопасности» на 2024-2025 учебный год

Год обучения: 2024-2025.

Количество учебных недель: 36 недель.

Количество учебных дней: 72 дня.

Продолжительность каникул: осенние- с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_; зимние- с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_; весенние- с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_.

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Кол. часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля	Примечание
<b>1 модуль</b>							
1.			2	Введение. Туризм	Т/П	Беседа	
2.			2	Историческое краеведение	Т/П	Педагогическое наблюдение	

3.			2	Топографическая подготовка	Т/П	Педагогическое наблюдение	
4.			2	Топографическая подготовка	Т/П		
5.			2	Техника лыжного туризма	П	Педагогическое наблюдение	
6.			2	Техника лыжного туризма	П		
7.			2	Техника лыжного туризма	П		
8.			2	Техника лыжного туризма	П		
9.			2	Техника лыжного туризма	П		
10.			2	Техника лыжного туризма	П		
11.			2	Техника лыжного туризма	П		
12.			2	Физическая подготовка	П	Сдача нормативов	
13.			2	Физическая подготовка	П		
14.			2	Физическая подготовка	П		
15.			2	Физическая подготовка	П		
16.			2	Физическая подготовка	П		
<b>2 модуль</b>							
17.			2	Физическая подготовка	П	Сдача нормативов	
18.			2	Строевая подготовка	П	Педагогическое наблюдение	
19.			2	Строевая подготовка	П		
20.			2	Стрельба из пневматической винтовки	П	Соревнования	
21.			2	Стрельба из пневматической винтовки	П		
22.			2	Медицинская подготовка	Т/П	Конкурс	
23.			2	Медицинская подготовка	П		
24.			2	Медицинская подготовка	П		
25.			2	Туристское хозяйство	Т	Беседа	
26.			2	Туристское хозяйство	Т		
27.			2	Техника пешеходного туризма	Т/П	Педагогическое наблюдение	
28.			2	Техника пешеходного туризма	П		
29.			2	Техника пешеходного туризма	Т/П		
30.			2	Техника пешеходного туризма	П		
31.			2	Подготовка похода	П	Беседа	
32.			2	Подготовка похода	П		
33.			2	Проведение походов 2 однодневных	П	Педагогическое наблюдение	
34.			2	Проведение походов 2 однодневных	П		
35.			2	Проведение походов 2 однодневных	П		
36.			2	Проведение походов 2 однодневных	П		
ИТОГО			72				

## 2.2. Условия реализации программы

### *Материально-техническая база*

- помещение для проведения занятий (класс);
- мебель и оборудование: доска, столы, стулья;
- освещение помещения – согласно нормам, соблюдение санитарно-гигиенических условий (проветривание, влажная уборка).

### **Оснащение (материально-техническая база)**

№ п/ п	Наименование
1	Каска туристическая
2	Компасы
3	Котлы туристские
4	Носилки спасательные
5	Палатки туристическая
6	Палки для скандинавской ходьбы
7	Рюкзаки
8	Спальные мешки
9	Тренога костровая
10	Аптечка
11	Коврики изоляционные
12	Топоры, пилы
13	Костровое оборудование
14	Лопаты саперные
15	Веревка основная, вспомогательная
16	Решнуры
17	Карабины
18	Страховочные системы
19	Спусковые устройства типа «Лепесток» и т. д.
20	Радиостанция портативная
21	Карты спортивные, физические, административные, туристские
22	Спортивное снаряжение

**Для электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий** используются технические средства, а также информационно-телекоммуникационные сети, обеспечивающие передачу по линиям связи указанной информации (образовательные онлайн-платформы (вебинар, сферум, цифровые образовательные ресурсы, размещенные

на образовательных сайтах, видеоконференции, вебинары, skype – общение, e-mail, облачные сервисы и т.д.)

### **2.3. Методические материалы**

Программа воспитания и развития у воспитанников объединения необходимых физических и психических навыков для здорового полноценного развития строится на многообразии форм и методов работы. Обучающиеся, участвующие в соревнованиях, должны иметь страховой полис от несчастного случая. Особое внимание необходимо уделять обеспечению безопасности при проведении каждого занятия, тренировки, похода, старта.

#### **Методы обучения**

1. объяснительно-иллюстративный;
2. наглядный;
3. игровой;
4. метод проблемного изложения;
5. практический;

#### **Формы организации образовательного процесса- групповая**

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

1. беседа;
2. учебно-тренировочные занятия;
3. соревнования.

#### **Педагогические технологии**

1. развивающее обучение;
2. разноуровневое обучение;
3. коллективная система обучения;
4. обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа);
5. информационно-коммуникационные технологии;
6. здоровьесберегающие технологии и др.

#### **Педагогические принципы туристско-спортивного объединения:**

1. обеспечение общественно-полезной, нравственно-ценной и лично-значимой для обучающихся направленности туристско-спортивной и специальной деятельности;
2. насыщение деятельности детей элементами инициативы,

самообслуживания, самоанализа и самоподготовки;

3. дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса, создание ситуации успеха для каждого обучающегося;

4. организация работы объединения как источника положительных эмоций.

### **Дидактические материалы**

- Тестовые задания и упражнения по спортивному ориентированию
- Тестовые задания и упражнения по первой медицинской помощи
- Картографический материал.
- Карты по спортивному ориентированию.

### **2.4. Формы аттестации**

Формы аттестации включают в себя следующие этапы: входную, промежуточную и итоговую.

1. **Входная аттестация (диагностика)** проводится с целью выявления уровня подготовки обучающихся.

Входная аттестация проводится в первый месяц учебных занятий с занесением результатов в диагностическую карту.

2. Промежуточная аттестация проводится в середине периода обучения по программе.

3. **Итоговая аттестация (диагностика)** проводится с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств обучающегося и их соответствия прогнозируемым результатам данной программы.

Аналитико-диагностический блок дополнительной общеразвивающей программы включает в себя:

- диагностику обученности (знания, умения, навыки по профилю программы);
- диагностику обучаемости;
- текущую диагностику (зачеты по темам, результаты участия в соревнованиях и т.д.).

### **Контроль за знаниями.**

1. домашнее задание.
2. самостоятельные работы (индивидуальные, групповые)
3. участие в соревнованиях, мероприятиях.

### **2.5.Оценочные материалы.**

#### **Анкета для разбора похода:**

*Что понравилось и не понравилось в походе?*

*Было ли трудно в походе? Когда?*

*Какой участок маршрута особенно запомнился и почему?*

*Как, по твоему мнению, справились со своими обязанностями командир группы, завхоз по питанию, старший проводник, другие “должностные” лица?*

*Какие недостатки в снаряжении ты заметил?*

*Кто показал себя настоящим туристом?*

*Кого бы ты взял с собой в новый трудный поход и как бы распределил обязанности в группе, если бы ты был руководителем такого похода?*

*Как отнеслись родители к твоему участию в походе?*

### **Тест по теме «Личное и групповое снаряжение»**

*1. Нужно ли заранее продумать и подобрать туристическое снаряжение в соответствии с местом и целью похода?*

Да

Нет

*2. Что из перечисленного не относится к категориям туристического снаряжения?*

Личное

Специальное

Специфическое

*3. К какому типу туристического снаряжения относятся одежда, спальник, личная посуда?*

К личному

К групповому

К специальному

*4. К какому типа туристического снаряжения относятся палатка, варочная посуда, топоры, карты?*

К личному

К групповому

К специальному

*5. Что такое специальное снаряжение?*

Аптечка

Личные вещи

Средства передвижения и страховки

*6. Существуют ли специальные требования к обуви, предназначенной для пеших, горных, водных и лыжных походов?*

Да, обувь должна быть на размер больше

Да, только новая, не разношенная обувь

Нет, любая подойдет

*7. Какие факторы влияют на комплектацию аптечки?*

Численность группы

Сложность похода  
Удаленность маршрута  
Время года  
Все перечисленное

8. Нужно ли брать с собой лекарственные препараты — жаропонижающие, болеутоляющие, средства от отравления?

Да  
Нет

9. Какой предмет группового снаряжения должен быть у каждого туриста?

Аптечка  
Спички  
Топор

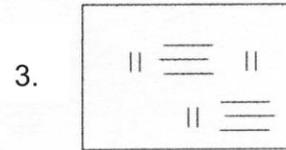
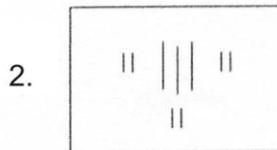
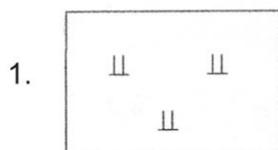
10. Существует ли ограничение по весу для группового снаряжения для участников похода?

Да, по возрасту и полу  
Нет

### Тест по теме «Топография»

А. Выбрать из предложенных вариантов правильные ответы

**1. Каким условным знаком изображают «сенокос заболоченный»:**



**2. Какой масштаб принадлежит мелкомасштабной карте:**

- 1 : 100 000;
- 1 : 1 000 000;
- 1 : 500 000.

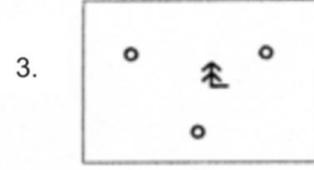
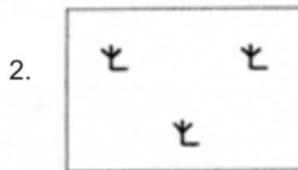
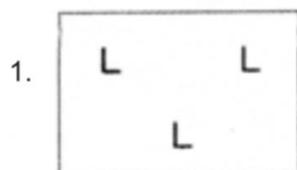
**3. Через какое расстояние вычерчивается сетка для системных условных знаков (сенокос, пастбище, залежь) в масштабе 1:10 000:**

1. через 5 мм;
2. через 7 мм;
3. через 8 мм.

**4. Географические координаты можно определить:**

1. по плану;
2. по карте;
3. на глаз.

**5. Как выглядит условный знак «вырубленный лес»**



**6. Система линий, ограничивающая географическое содержание карты – это...:**

1. внутренняя рамка карты;
2. рамка карты;
3. внешняя рамка карты.

**7. Математическая основа географической карты – это...:**

1. компоновка;
2. границы;
3. картометрические графики.

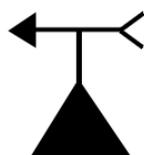
**8. Что не входит в условные обозначения, применяемые в топографических картах:**

1. условные знаки
2. их цветовое оформление
3. пояснительные надписи
4. цифровые обозначения
5. разъяснительные надписи

**9. Топографические карты – это:**

1. карты местности
2. атлас автодорог
3. измерительные документы
4. специальные обзорно-географические карты
5. измерительные документы и основные источники информации о местности

**10. Что обозначает данный условный знак:**



1. Метеорологические станции
2. Дома лесников
3. Телеграфные, радиотелеграфные конторы и отделения телефонных станций
4. Памятники, монументы, братские могилы

**11. Что обозначает данный условный знак:**



1. Линии связи (телефонные, телеграфные, радиотрансляции)
2. Линии электропередач на деревянных опорах
3. Линии электропередач на металлических или железобетонных опорах
4. Каменные, кирпичные стены и металлические ограды

**12. Что обозначает данный условный знак:**

⋮⋮⋮      ⋮⋮⋮ *разв.*  
1      2

1. Разрушенные и полуразрушенные строения
2. Развалины
3. Торфоразработки
4. Разрушенные и полуразрушенные кварталы

**13. Каким цветом отображается на топографических картах автострада:**

1. желтым
2. зеленым
3. черным
4. коричневым
5. оранжевым

**14. Каким цветом отображается на топографических картах искусственные образования рельефа:**

1. желтым
2. зеленым
3. черным
4. коричневым
5. оранжевым

**15. Что не относится к видам горизонталей:**

1. сплошные линии
2. сплошные горизонталы
3. основные горизонталы
4. половинные горизонталы
5. вспомогательные горизонталы

**16. «Рельеф местности»-это.**

1. совокупность неровностей земной поверхности, количество и качество объектов на ней, природные происхождения на ней;
2. совокупность неровностей земной поверхности;
3. совокупность неровностей земной поверхности, количество и качество объектов на ней.

**17. Классификация местности по характеру рельефа бывает:**

1. равнинная, холмистая;
2. равнинная, горная;
3. равнинная, горная, холмистая

**18. К пустынно-степной местности относятся :**

1. сухие пустыни, полупустыни, степи;
2. пустыни, сухие пустыни;
3. пустыни, сухие пустыни, полупустыни и степи.

**19. Почвенно-грунтового покрова или грунт-это..**

1. название верхнего слоя земной поверхности, с которым непосредственно соприкасается человек в своей повседневной хозяйственно-строительной деятельности;
2. название верхнего слоя земной поверхности которая изменяется в зависимости от природных условий;
3. поверхность земли формируемая не зависимо от деятельности человека.

#### **20. Определение «болотистой местности» .**

1. относятся участки земной поверхности, почти сплошь или в значительной своей части занятые избыточно увлажненными почвами;
2. относятся участки земной поверхности, в значительной своей части занятые избыточно увлажненными почвами;
3. относятся участки земной поверхности, сплошь занятые избыточно увлажненными почвами.

#### **21. Определение «леса» .**

1. большая площадь земли заросшая деревьями.
2. площадь земли заросшая деревьями.
3. земля заросшая деревьями.

#### **22. По густоте и сомкнутости крон леса разделяют:**

1. сплошной, густой, очень густой ;
2. сплошной, густой, очень густой, редкий ;
3. сплошной, густой, очень густой, редкий ; редколесье.

#### **23. По породе деревьев леса разделяют :**

1. лиственные ;
2. хвойные, смешанные;
3. лиственные, хвойные, смешанные .

#### **24. Классификация дорог :**

1. автострады, шоссе, усовершенствованные шоссе ;
2. автострады, шоссе, грунтовые усовершенствованные шоссе и грунтовые дороги ;
3. автострады, шоссе, грунтовые усовершенствованные шоссе и грунтовые дороги , полевые и лесные дороги, караванные пути и вьючные тропы, пешеходные тропы, зимние дороги, дороги с деревянным покрытием.

#### **25. Населенные пункты классифицируются на :**

1. города ;
2. города , поселки ;
3. города , поселки , поселки городского типа.

### **В 2.**

#### **2.1. Дописать недостающую форму**

**26.** Все объекты на топографических картах изображаются \_\_\_\_\_,

буквенно-цифровыми пояснениями и надписями. В комплексе они создают на карте наглядную картину отображаемой территории.

27. Циркуль – измеритель применяется для \_\_\_\_\_, откладывания и деления \_\_\_\_\_ . Он имеет две шарнирно соединенные ножки с \_\_\_\_\_ .

28. Чертеж – это \_\_\_\_\_, содержащий изображение изделия (или архитектурного сооружения), а также другие данные (технические требования, \_\_\_\_\_, масштаб), необходимые для его \_\_\_\_\_(строительства) и контроля.

29. Пункты государственной \_\_\_\_\_ сети и астрономические пункты закреплены на местности \_\_\_\_\_, координаты которых \_\_\_\_\_, поэтому на плане их располагают точно по \_\_\_\_\_ и условные знаки вычерчивают с особой \_\_\_\_\_.

30. Прочитать чертёж – это значит представить по \_\_\_\_\_ изображениям \_\_\_\_\_ объёмную \_\_\_\_\_ изображенного на нём предмета.

### Тест "Оказание первой помощи"

#### 1.Признаки артериального кровотечения

Выберите один или несколько ответов:

1. очень темный цвет крови
2. алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей
3. большое кровавое пятно на одежде или лужа крови возле пострадавшего
4. над раной образуется валик из вытекающей крови
5. кровь пассивно стекает из раны

#### 2.Каким образом проводится сердечно-легочная реанимация пострадавшего?

Выберите один ответ:

1. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 30 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха методом «Рот ко рту»
2. Искусственная вентиляция легких и давление руками на грудину пострадавшего: вначале 1 вдох методом «Рот ко рту», затем 15 надавливаний на грудину
3. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 5 надавливаний на грудину, затем 1 вдох методом «Рот ко рту»

#### 3.Вторым действием (вторым этапом) при оказании первой помощи является:

Выберите один ответ:

1. Предотвращение возможных осложнений
2. Устранение состояния, угрожающего жизни и здоровью пострадавшего
3. Правильная транспортировка пострадавшего

#### 4.Признаки венозного кровотечения

Выберите один или несколько ответов:

1. кровь пассивно стекает из раны

2. над раной образуется валик из вытекающей крови

**3. очень темный цвет крови**

4. алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей

**5. По каким признакам судят о наличии внутреннего кровотечения?**

Выберите один ответ:

**1. Цвет кожных покровов, уровень артериального давления, сознание**

2. Пульс, высокая температура, судороги.

3. Резкая боль, появление припухлости, потеря сознания

**6. Кто может оказывать первую помощь пострадавшему ребенку?**

Выберите один ответ:

**1. только медицинский работник**

2. любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком

3. любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком, при наличии специальной подготовки и (или) навыков

**7. Разрешено ли давать пострадавшему лекарственные средства при оказании ему первой помощи?**

Выберите один ответ:

1. Разрешено

**2. Запрещено**

3. Разрешено в случае крайней необходимости

**8. Куда накладывается кровоостанавливающий жгут на конечность при кровотечении?**

Выберите один ответ:

1. Непосредственно на рану.

2. Ниже раны на 4-6 см.

**3. Выше раны на 4-6 см.**

**9. При открытом переломе конечностей, сопровождающимся артериальным кровотечением, оказание первой помощи начинается:**

Выберите один ответ:

1. С наложения импровизированной шины

**2. С наложения жгута выше раны на месте перелома**

3. С наложения давящей повязки

**10. Как оказывается первая помощь при переломах конечностей, если отсутствуют подручные средства для их изготовления?**

Выберите один ответ:

1. Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности плотно прижимают друг к другу и прибинтовывают.

2. Верхнюю конечность, вытянутую вдоль тела, прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, проложив между ними мягкую ткань.

**3. Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, обязательно проложив между ними мягкую ткань.**

**11. Какие из перечисленных мероприятий относятся к оказанию первой помощи?**

Выберите один или несколько ответов:

- 1. восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей**
2. применение лекарственных препаратов
- 3. выявление признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих жизни и здоровью**
- 4. передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи**
- 5. сердечно-легочная реанимация**
- 6. определение признаков жизни у пострадавшего ребенка**
- 7. придание оптимального положения телу**
- 8. контроль состояния и оказание психологической поддержки**
- 9. временная остановка наружного кровотечения**
- 10. оценка обстановки и создание безопасных условий для оказания первой помощи**
- 11. вызов скорой медицинской помощи**

**12. В каком порядке проводятся мероприятия первой помощи при ранении?**

Выберите один ответ:

1. Остановка кровотечения, наложение повязки
2. Обеззараживание раны, наложение повязки, остановка кровотечения
- 3. Остановка кровотечения, обеззараживание раны, наложение повязки**

**13. О каких травмах у пострадавшего может свидетельствовать поза «лягушки» (ноги согнуты в коленях и разведены, а стопы развернуты подошвами друг к другу) и какую первую помощь необходимо при этом оказать?**

Выберите один ответ:

1. У пострадавшего могут быть переломы костей голени и нижней трети бедра. При первой помощи наложить шины только на травмированную ногу от голеностопного до коленного сустава, не вытягивая ногу.
2. У пострадавшего могут быть ушиб брюшной стенки, перелом лодыжки, перелом костей стопы. При первой помощи вытянуть ноги, наложить шины на обе ноги от голеностопного сустава до подмышки.
- 3. У пострадавшего могут быть переломы шейки бедра, костей таза, перелом позвоночника, повреждение внутренних органов малого таза, внутреннее кровотечение. Позу ему не менять, ноги не вытягивать, шины не накладывать. При первой помощи подложить под колени валик из мягкой ткани, к животу по возможности приложить холод.**

**14. В какой последовательности следует осматривать ребенка при его травмировании?**

Выберите один ответ:

1. конечности, область таза и живот, грудная клетка, шея, голова
- 2. голова, шея, грудная клетка, живот и область таза, конечности**
3. грудная клетка, живот и область таза, голова, шея, конечности

**15. В чем заключается первая помощь пострадавшему, находящемуся в сознании, при повреждении позвоночника?**

Выберите один ответ:

1. Пострадавшему, лежащему на спине, подложить под шею валик из одежды и приподнять ноги
- 2. Лежащего пострадавшего не перемещать. Следует наложить ему на шею импровизированную шейную шину, не изменяя положения шеи и тела**
3. Уложить пострадавшего на бок

**16. Когда должен применяться непрямой массаж сердца?**

Выберите один ответ:

1. при кровотечении
2. при применении искусственного дыхания
3. после освобождения пострадавшего от опасного фактора
4. при повышении артериального давления
- 5. при отсутствии пульса**

**17. Что делать, если ребенок получил ожог пламенем, кипятком или паром?**

Выберите один или несколько ответов:

- 1. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим охлаждать место ожога холодной проточной водой не менее 20 минут**
2. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим приложить холодный предмет к месту ожога, предварительно обернув его куском ткани
3. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком

**18. Как проверить наличие дыхания у ребенка при внезапной потере сознания?**

Выберите один ответ:

1. в течение 10 секунд внимательно смотреть на его грудную клетку
2. наклониться к ребенку, приложить ухо к его грудной клетке и в течение 10 секунд прислушиваться
- 3. запрокинуть голову ребенка, поднять подбородок, в течение 10 секунд прислушиваться, пытаться ощутить дыхание ребенка на своей щеке, увидеть дыхательные движения его грудной клетки**

**19. Как следует уложить пострадавшего при потере им сознания и наличии пульса на сонной артерии для оказания первой помощи?**

Выберите один ответ:

1. На спину с вытянутыми ногами

2. Чтобы пострадавший не мог погибнуть от удушения в результате западания языка, его следует положить на живот, чтобы вызвать рвотный рефлекс

**3. Чтобы пострадавший не мог погибнуть от удушения в результате западания языка, его следует положить на бок так, чтобы согнутые колени опирались о землю, а верхняя рука находилась под щекой**

4. На спину с подложенным под голову валиком

## **20. Признаки обморока**

Выберите один или несколько ответов:

**1. потере сознания предшествуют резкая слабость, головокружение, звон в ушах и потемнение в глазах**

**2. кратковременная потеря сознания (не более 3-4 мин)**

3. потеря чувствительности

4. потеря сознания более 6 мин

## **21. Как проверить признаки сознания у ребенка?**

Выберите один ответ:

**1. аккуратно потормошить за плечи и громко спросить «Что случилось?»**

2. поводить перед ребенком каким-нибудь предметом и понаблюдать за движением его глаз

3. спросить у ребенка, как его зовут

## **22. В каком объеме проводятся мероприятия при прекращении сердечной деятельности и дыхания у пострадавшего?**

Выберите один ответ:

**1. Освобождение дыхательных путей, проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких) и НМС (непрямого массажа сердца).**

2. Освобождение дыхательных путей, проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких)

3. Проведение НМС (непрямого массажа сердца)

## **23. При попадании в глаза щелочного раствора:**

Выберите один ответ:

1. создать пострадавшему покой

2. необходимо промыть глаза мыльным раствором

**3. необходимо промыть глаза проточной водой в большом количестве**

## **24. Как следует расположить руки на грудной клетке пострадавшего при давлении руками на его грудину (выполнении непрямого массажа сердца)?**

Выберите один ответ:

1. Основания ладоней обеих рук должны располагаться на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону левого плеча пострадавшего, а другой – в сторону правого плеча

**2. Основания ладоней обеих рук, которые накладываются одна на другую, должны располагаться на грудной клетке на два пальца выше мечевидного**

**отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону подбородка пострадавшего, а другой – в сторону живота**

3. Давление руками на грудину выполняют основанием ладони только одной руки, расположенной на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка. Направление большого пальца не имеет значения.

### **25. Перелом это**

Выберите один ответ:

- 1. трещины, сколы, раздробление костей**
2. разрушение мягких тканей костей
3. трещины, сколы, переломы ороговевших частей тела

### **26. Действия по помощи пострадавшему при попадании инородного тела в дыхательные пути:**

Выберите один ответ:

1. Положить пострадавшего на бок и вызвать интенсивную рвоту.
- 2. Нагнуть туловище пострадавшего вперед, нанести несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток, при отсутствии эффекта — обхватить пострадавшего сзади, надавить 4-5 раз на верхнюю часть живота.**
3. Нанести пострадавшему, стоящему прямо, несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток.

### **27. Первая медицинская помощь при вывихе конечности?**

Выберите один ответ:

1. Зафиксировать конечность, не вправляя вывих, приложить пузырь (грелку) с горячей водой, организовать транспортировку в больницу или травмпункт
- 2. Осуществить иммобилизацию конечности, дать доступные обезболивающие средства, приложить к поврежденному суставу пузырь с холодной водой или льдом, организовать транспортировку в больницу или травмпункт**
3. Дать обезболивающее средство, вправить вывих и зафиксировать конечность

### **28. Каковы признаки кровотечения из крупной артерии и первая помощь при ее ранении?**

Выберите один ответ:

1. Одежда пропитывается кровью только в месте ранения (цвет крови не имеет значения), кровь вытекает из раны пассивно. Накладывается кровоостанавливающий жгут ниже места ранения не менее чем на 3-5 см.
2. Одежда быстро пропитывается кровью, кровь темного цвета вытекает из раны пассивно. Накладывается давящая повязка на место ранения.
- 3. Одежда пропитана кровью, кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей. Накладывается кровоостанавливающий жгут выше места ранения не менее чем на 3-5 см.**

### **29. Основные правила оказания первой помощи при травматическом шоке:**

Выберите один ответ:

**1. Проведение мероприятий по прекращению действия травмирующих факторов. Восстановление нарушенного дыхания и сердечной деятельности, временная остановка кровотечения, борьба с болью, закрытие ран стерильными (чистыми) повязками, придание пострадавшему наиболее удобного положения, обеспечить приток свежего воздуха, организовать вызов к месту происшествия скорой медицинской помощи.**

**2. Проведение мероприятий по прекращению действия травмирующих факторов. Снять одежду или ослабить ее давление. Дать понюхать нашатырный спирт. Наложить на лоб холодный компресс. Обеспечить приток свежего воздуха. Организовать вызов к месту происшествия скорой медицинской помощи.**

**3. Уложить пострадавшего на спину. Дать понюхать нашатырный спирт. Наложить теплые примочки на лоб и затылок.**

### **30. При переломах костей конечностей накладывается шина:**

Выберите один ответ:

1. ниже области перелома

**2. выше и ниже области перелома, так чтобы шина захватывала не менее двух ближайших суставов**

3. выше области перелома

### **31. Какие предпринять меры при подозрении на отравление ребенка?**

Выберите один или несколько ответов:

1. удалить поступивший яд (например, вызвать рвоту)

**2. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком, оказывая помощь при необходимости (например, при исчезновении признаков жизни приступить к сердечно-легочной реанимации)**

**3. прекратить поступление ядовитого вещества в организм ребенка (вынести его из загазованной зоны, удалить жало насекомого, стереть ядовитое вещество с поверхности кожи и т. д.)**

### **32. Когда следует начинать сердечно-легочную реанимацию пострадавшего?**

Выберите один ответ:

1. При наличии болей в области сердца и затрудненного дыхания

2. При потере пострадавшим сознания, независимо от наличия пульса на сонной артерии, и признаков дыхания

**3. При потере пострадавшим сознания и отсутствии пульса на сонной артерии, а также признаков дыхания**

### **33. Как обеспечить восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей пострадавшего при подготовке к проведению сердечно-легочной реанимации?**

Выберите один ответ:

1. Уложить пострадавшего на спину и, не запрокидывая ему голову, сжать щеки, чтобы раздвинуть губы и раскрыть рот. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс.

2. Уложить пострадавшего на бок, наклонить его голову к груди. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс.

**3. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс. Уложить пострадавшего на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок и выдвинуть нижнюю челюсть.**

**34. Как определить наличие пульса на сонной артерии пострадавшего?**

Выберите один ответ:

1. Большой палец руки располагают на шее под подбородком с одной стороны гортани, а остальные пальцы – с другой стороны

**2. Три пальца руки располагают с правой или левой стороны шеи на уровне щитовидного хряща гортани (кадыка) и осторожно продвигают вглубь шеи между щитовидным хрящом и ближайшей к хрящу мышцей**

3. Три пальца руки располагают с левой стороны шеи под нижней челюстью

**35. Какова первая помощь при черепно-мозговой травме, сопровождающейся ранением волосистой части головы?**

Выберите один ответ:

1. Наложить импровизированную шейную шину, на рану наложить стерильный ватный тампон, пострадавшего уложить на спину, приподняв ноги. По возможности к голове приложить холод.

**2. Наложить импровизированную шейную шину. К ране волосистой части головы приложить давящую повязку из стерильного бинта, пострадавшего уложить на бок с согнутыми в коленях ногами, по возможности к голове приложить холод.**

3. Шейную шину не накладывать, рану заклеить медицинским пластырем, пострадавшего уложить на бок только в случае потери им сознания

**36. При каких состояниях ребенка педагог может оказать ему первую помощь?**

Выберите один или несколько ответов:

**1. ожоги**

**2. травмы различных областей тела**

**3. инородные тела верхних дыхательных путей**

**4. отморожения**

5. высокая температура

**6. отсутствие сознания**

**7. отравление**

**8. наружные кровотечения**

9. боли в животе

**10. остановка дыхания и кровообращения**

11. боли в груди

**37. Какова первая помощь при наличии признаков термического ожога второй степени (покраснение и отек кожи, образование на месте ожога пузырей, наполненных жидкостью, сильная боль)?**

Выберите один ответ:

1. Полить ожоговую поверхность холодной водой, накрыть стерильной салфеткой и туго забинтовать
2. Вскрыть пузыри, очистить ожоговую поверхность от остатков одежды, накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод, поить пострадавшего водой
- 3. Пузыри не вскрывать, остатки одежды с обожженной поверхности не удалять, рану накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод и поить пострадавшего водой**

**38. При черепно-мозговой травме:**

Выберите один ответ:

1. необходимо положить на голову тепло
- 2. необходимо положить на голову холод**
3. необходимо наложить на голову марлевую повязку

**39. Что нужно делать при сильном кровотечении у ребенка в результате травмы до прибытия бригады скорой медицинской помощи?**

Выберите один или несколько ответов:

- 1. если давящая повязка не помогает и кровотечение не останавливается, прижать артерию пальцем, наложить кровоостанавливающий жгут**
2. промыть рану, обработать ее, затем наложить салфетку, туго забинтовать
- 3. наложить на рану салфетку, прижать, туго забинтовать**
- 4. обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи**

**40. Внезапно возникающая потеря сознания — это:**

Выберите один ответ:

1. Шок
2. Мигрень
- 3. Обморок**

**41. При артериальном кровотечении наложенный жгут нельзя держать более:**

Выберите один ответ:

- 1. 1 ч**
2. 30 мин
3. 45 мин

**42. На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут?**

Выберите один ответ:

1. Не более получаса в теплое время года и не более одного часа в холодное время года
- 2. Не более одного часа в теплое время года и не более получаса в холодное время года**
3. Время наложения жгута не ограничено

**43. Что делать, если ребенок подавился и не может дышать, говорить и кашлять?**

Выберите один или несколько ответов:

1. если удары в спину и толчки в верхнюю часть живота не помогли, уложить ребенка на пол, проверить признаки дыхания, при их отсутствии – вызвать скорую медицинскую помощь и приступить к сердечно-легочной реанимации
2. выполнить толчки в верхнюю часть живота (детям до года – в грудь) до 5 попыток, если традиционные удары по спине не помогли
3. ударить по спине между лопатками (до 5 попыток), наклонив ребенка вперед

#### **44.Признаки переохлаждения**

Выберите один или несколько ответов:

1. нет пульса у лодыжек
2. посинение или побледнение губ
3. озноб и дрожь
4. нарушение сознания: заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение
5. снижение температуры тела
6. потеря чувствительности

#### **45.Третьим действием (третьим этапом) при оказании первой помощи является:**

Выберите один ответ:

1. Предотвращение возможных осложнений
2. Прекращение воздействия травмирующего фактора
3. **Правильная транспортировка пострадавшего**

#### **46.К ушибленному месту необходимо приложить:**

Выберите один ответ:

1. Грелку
2. **Холод**
3. Спиртовой компресс

#### **47.При проведении ИВЛ (искусственной вентиляции легких) методом «рот в рот» необходимо:**

Выберите один ответ:

1. Зажимать нос пострадавшего только в случае, если носовые ходы свободны
2. Нос пострадавшему не зажимать
3. **Свободной рукой плотно зажимать нос пострадавшего**

#### **48.При ушибах и растяжениях на поврежденное место накладывается:**

Выберите один ответ:

1. тепло
2. **свободная повязка**
3. холод

**49.Первым действием (первым этапом) при оказании первой помощи является:**

Выберите один ответ:

**1. Прекращение воздействия травмирующего фактора**

2. Правильная транспортировка пострадавшего

3. Предотвращение возможных осложнений

**50.Как остановить кровотечение при ранении вены и некрупных артерий?**

Выберите один ответ:

1. Наложить жгут ниже места ранения

**2. Наложить давящую повязку на место ранения**

3. Наложить жгут выше места ранения

## **2.6. Воспитательная работа**

При реализации дополнительной общеобразовательной программы «Школа безопасности» в рамках воспитательного компонента предусмотрена реализация следующих модулей:

### **«Учебное занятие»**

<b>№</b>	<b>дата</b>	<b>мероприятие</b>
1.	В течение года по расписанию	Воспитательная работа в творческих объединениях (в соответствии с планами воспитательной работы ПДО)
2.	В течение года по расписанию	Воспитательная работа в объединениях в соответствии со знаковыми мероприятиями Ульяновской области

### **«Детское объединение»**

<b>№</b>	<b>дата</b>	<b>мероприятие</b>
1.	Октябрь Декабрь Март Май	Районный слёт детских общественных организаций
2.	Октябрь Декабрь Март Май	Заседание Детского общественного совета Вешкаймского района

### **«Воспитательная среда»**

<b>№</b>	<b>дата</b>	<b>мероприятие</b>
1.	Сентябрь	Беседа-инструктаж «Безопасный путь домой»
2.	Октябрь	День пожилого человека (Изготовление и вручение поздравительных открыток)

3.		День Учителя (участие в концертной программе, вручение поздравительных открыток)
4.	Ноябрь	«Свет материнской любви» (посвящённый Дню матери) -концертная программа, -подарки для мамы
5.	Декабрь	Мастерская Деда Мороза
6.		Акция на день противодействия коррупции
7.	Февраль	Изготовление и вручение открыток ветеранам ко Дню защитника Отечества
8.	Май	День детских организаций (тематическое мероприятие)
9.		Акции по направлениям

### «Работа с родителями»

№	дата	мероприятие
1.	В течение года	Родительские собрания

### «Наставничество и тьюторство»

№	дата	мероприятие
1.	Октябрь 2023	Тестирование наставляемого, возможности, стремления, цели.
2.	Ноябрь 2023	Составление индивидуальных маршрутов
3.	В течение учебного года	Индивидуальные беседы, консультации
4.	В течение учебного года	Участие в конкурсах, событиях с индивидуальным уклоном
5.	В течение учебного года	Создание self-стартеров и self-инструментов (совершенствование личности наставляемого)
6.	Май 2024	Диагностика достижений за учебный год
7.	Июнь 2024	Анализ индивидуального маршрута наставляемого, внесение корректировок.

### «Самоопределение»

№	дата	мероприятие
---	------	-------------

1	В течение года	Тематическая беседа «Славься, труд!»
2	В течение года	Индивидуальные консультации по профессиональному определению
3	Август 2024	Диагностика социализации и трудоустройства выпускников
4	В течение года	Мероприятия антикоррупционной направленности

### **«Профилактика»**

№	дата	мероприятие
1.	Апрель 2023	Неделя здоровья Акция «За здоровый образ жизни»
2.	сентябрь, октябрь 2023	Акция по ПДД ко Дню пожилого человека
3.	октябрь, декабрь 2023	Районная акция «Засветись! Носисветовозвращатель!»

### **«Медиациентр»**

№	дата	мероприятие
1.	Февраль 2023-март 2024	Фотоконкурс «В объективе Вешкаймский район»

### **«Воспитание гражданина - патриота»**

№	дата	мероприятие
1.	2-3 ноября 2023	Областной урок истории «В единстве – сила», в рамках празднования Дня народного единства
2.	Февраль 2024	Акция «Подарок защитник Отечества»
3.	22 июня 2024	Участие во Всероссийской акции «Свеча памяти»

### **«Личностно-персонифицированный потенциал»**

№	дата	мероприятие
1.	Ноябрь 2023	Фестиваль-конкурс команд Движения «Если быть, то быть Первым!»

2.	19 мая 2024	Участие в региональном Фестивале детских и молодежных общественных организаций Ульяновской области, приуроченный ко Дню детских объединений
----	-------------	---

### 3. Список литературы

#### *Литература, рекомендованная для педагога*

1. Баленко С. В. Школа выживания: приложение к журналу «Зарубежное военное образование».- М.: 1992
2. Библиотечка по защите населения в чрезвычайных ситуациях (выпуск 1, 2, 3). – М.: Папирус, 1998.
3. Волович В. Г. человек в экстремальных условиях среды.- М.: Мысль, 1989.
4. Волович В. Г. С природой один на один. - М.: Воениздат, 1989.
5. Волович В. Г. Академия выживания.- М.: Технополус, 1996.
6. Выживание в экстремальных условиях. -М.: ИПЦ «Русский раритет»,1993.
7. Волков Б. Н. Волков Н. Н. Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристской группы: методическое пособие.- М.: ЦРИБ «Турист», 1981
8. Гостюшин А. В. Шубина С. И. Азбука выживания.- М.: Знание, 1996.
9. Гостюшин А. В. Энциклопедия экстремальных ситуаций.- М.: Зеркало, 1994.
10. Дрогов И. А. программа объединения «Юные туристы – спасатели», М.: ЦДЮТиК, 2004.
11. Константинов Ю. С. Программа туристского объединения «Юные судьи туристских соревнований», М.: ЦДЮТиК, 2001.
12. Костродуб А. А. Медицинский справочник туриста.- М.: ЦРИБ «Турист», 1987.
13. Маслов А. Г. «Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности», 2000.
14. Маслов А. Г., Константинов Ю.С., Латчук В. Н. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. - М.: Академия, 2004.
15. Марзоева Э. В. Методические рекомендации по организации профильной смены «Сильные люди».- Всероссийский детский центр «Океан», 2004.

16. Нарыцын Н. Азбука психологической безопасности. - М.: Изд. «Русский журнал», 2000.
17. Палкевич Я. Е. Выживание в городе. Выживание на море. – М.: Карвет, 1992.
18. Романов А. Н. Харламов С. В. По дважды алтайской земле. Барнаул, 2003.
19. Романов А. Н. Харламов С. В. Колыванский хребет. Барнаул, 2002.
20. Самыгин О. П., Столяренко Л. Д., Турчина Н. Ю., Шевченко В. А. Школа выживания: обеспечение безопасности жизнедеятельности.- Ростов - на - Дону, Феникс, 2002.
21. Скубневский В. А. Алтай в трудах ученых и путешественников 18, начала 20 веков. Барнаул, 2005
22. Стемпиньска Я., Шаевски Т. Первая помощь при несчастных случаях в экстремальных ситуациях.- М.: ФиС, 1998.
23. Цвилюк Г. Школа безопасности, или как вести себя в экстремальных ситуациях.- М.: Образование, 1997.
- 24.Элбакян Н. Р. Организация поисково-спасательных работ в горах: методические рекомендации.- М.: ЦРИБ «Турист», 1983.

***Литература, рекомендованная для учащихся и родителей.***

1. С. Ф. Богатов, О. Г. Крюков «Спортивное ориентирование»
2. В. М. Алёшин, А. В. Серебренников «Туристская топография».
3. С. Э. Некляев «Поведение учащихся в экстремальных условиях»
4. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1995.
5. Голов В.П. Изучение рельефа в курсе географии. М., Просвещение, 2000.
6. Клименко А.И. Карта и компас — мои друзья. М., Детская литература, 1985.
7. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. Изд-во ДОСААФ, 1972.
8. Лесогор Н.А., Толстой Л.А., Толстая В.В. Питание туристов в походе. М., Пищевая промышленность, 2001.
9. Примерное содержание воспитания школьников. Рекомендации по организации системы воспитательной работы общеобразовательной школы. Под ред. доктора педагогических наук, профессора И.С. Марьенко. М., Просвещение, 1980.
10. Штюмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1972 г.

