

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 276
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
(ГБОУ СОШ № 276 Санкт-Петербурга)**

ПРИНЯТА:

Педагогическим Советом ГБОУ СОШ
№ 276 Санкт-Петербурга
Протокол: от 01.09.2021 г №1

УТВЕРЖДЕНА:

Приказом директора ГБОУ СОШ
№ 276 Санкт-Петербурга
от 01.09.2021 г №88-у

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
«ЮНЫЙ ТУРИСТ»**

Возраст обучающихся: 11-15 лет
Сроки реализации программы: 144 часа

Разработчик программы:

педагог дополнительного образования
Суворова Жанна Викторовна

2021 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы:

Программа «Юный турист» разработана для реализации в учреждениях дополнительного образования общеобразовательных школ и имеет туристско-краеведческую направленность.

Актуальность

Актуальность создания данной программы обусловлена необходимостью создать условия для удовлетворения разносторонних потребностей обучающихся в познании окружающего мира, природы. Поэтому цель педагога - расширить кругозор обучающегося и дать ему соответствующую возрасту адекватную картину мира, подготовить его к действиям в экстремальных ситуациях, привить практические навыки оказания пострадавшим первой доврачебной помощи и навыки выживания в природной среде и в условиях возможных техногенных аварий и катастроф, обучить навыкам необходимых при экспедициях, турпоходах.

Адресат программы

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 11 - 15 лет.

Объем и срок реализации программы

Программа рассчитана на 1 год обучения. Всего 144 учебных часа.

Цель и задачи программы

Цель: создание условий для привития навыков безопасного поведения в природных и экстремальных условиях, пропаганда здорового образа жизни и активного досуга.

Для решения поставленной цели были выдвинуты следующие **задачи:**

Обучающие:

- обучить основам безопасного поведения в экстремальных условиях;
- расширить знаний об окружающем мире;
- обучить базовым знаниям, умениям и навыкам выживания в природной среде

Развивающие:

- физически развить обучающихся;
- развить мотивацию личности к познанию;
- создать условия для профессионального самоопределения и творческого развития;
- создать условия для развития личности ребенка.

Воспитательные:

- воспитать приоритет общественных ценностей;
- адаптировать обучающихся к социально-бытовым условиям жизни;

- сформировать навыки коммуникативного общения.

Уровень освоения программы – общекультурный.

Организационно-педагогические условия реализации программы

В группу принимаются все желающие в возрасте 11-15 лет.

Количество человек в группе – 15.

Форма проведения занятий:

1. Учебно-тренировочные занятия, лекции, беседы.
2. Практические работы.
3. Выезды.

Ведущей **формой организации деятельности** обучающихся является *групповая форма работы*, которая способствует:

- вовлечению каждого обучающегося в активный познавательный процесс, что развивает умение думать самостоятельно, применять необходимые знания на практике, легко адаптироваться в меняющейся жизненной ситуации;
- развитию коммуникативных умений, продуктивного сотрудничества с другими людьми, так как обучающийся поочередно выполняет различные социальные роли: лидера, организатора, исполнителя и т. д.;
- испытанию интеллектуальных, нравственных сил участников группы при решении проблем безопасности;
- желание помочь друг другу, что исключает соперничество, высокомерие, грубость, авторитарность.

Программа также предполагает участие в школьных, районных и городских соревнованиях «Школа безопасности», проводимых ГОУ ДОД ДООТЦ Санкт-Петербурга «Балтийский берег».

Материально-техническое обеспечение программы:

Дидактический материал:

- ❖ Комплект плакатов: «Пожарная безопасность», «Дорожные знаки», «Виды костров», «Временные укрытия», «Организация питания», «Способы добычи воды», «Первая медицинская помощь при ЧС».
- ❖ DVD «Первая помощь при ожогах», «Основы противопожарной безопасности», «Улица полна неожиданностей», «Первая помощь при переломах, кровотечениях, ожогах».
- ❖ CD «Оказание первой доврачебной помощи», «Учись защищать себя», «Скорая помощь», «Медицинская помощь», «Лекарственные и ядовитые растения» (в 2-х частях), «Анатомия человека».

Инвентарь:

- ❖ Компас
- ❖ Карта
- ❖ Велосипед
- ❖ Легкий защитный костюм Л-1
- ❖ Общевоинской защитный костюм (ОЗК)
- ❖ Противогаз фильтрующе-поглощающий типа ГП -7
- ❖ Противогаз фильтрующе-поглощающий типа ГП – 5
- ❖ Респиратор типа «Р-2»
- ❖ Спортивный костюм

- ❖ Футболка
- ❖ Тренажер сердечно-легочной реанимации пружинно-механический с индикацией правильности выполнения действий – манекен (150x55x27/13 кг). Полная модель человека (типа "Максим II")
- ❖ Аптечка индивидуальная для оказания первой медицинской помощи типа АИ-2
- ❖ Индивидуальный перевязочный пакет (медицинский, стерильный) в герметичной упаковке. Размер бинта - 7 метров, ширина- 10 см.
- ❖ Комплект имитаторов ранений в кейсе типа М10
- ❖ Форма спортивная
- ❖ Форма парадная

Кадровое обеспечение программы

Программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам.

Планируемые результаты:

Личностные результаты:

- ❖ Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях;
- ❖ Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- ❖ Оказывать бескорыстную помощь людям, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

- ❖ Находить ошибки при выполнении различных заданий, отбирать способы их исправлений;
- ❖ Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- ❖ Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- ❖ Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- ❖ Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные результаты:

- ❖ Воспитание патриотизма и любви к Родине;
- ❖ Формирование качеств, необходимых в жизни, в чрезвычайных и экстремальных ситуациях;
- ❖ Знание основ безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применить их на практике;
- ❖ Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;

- ❖ Умение принимать обоснованное решение в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и реальных возможностей;
- ❖ Формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- ❖ Понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- ❖ Умение оказывать первую помощь пострадавшему при травмах и ранениях;
- ❖ Приобретение навыков сердечно-легочной реанимации на тренажере «Максим-П»;
- ❖ Приобретение обучающимися теоретических знаний об общевойсковом защитном комплекте, о защитном костюме Л-1;
- ❖ Приобретение практических навыков и умений по надеванию на себя ОЗК, костюма Л-1;
- ❖ Формирование навыка ориентировки на местности.

Учебный план.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Охрана труда	2	1	1	Опрос
2.	Ориентирование.	13	1	12	Конкурсы, соревнования, тестовые задания
3.	Пожарная безопасность.	17	1	16	Тестовые задания, соревнования.
4.	Операция «Дорожный патруль».	18	1	17	Конкурсы, соревнования, тестовые задания.
5.	Туристское многоборье.	11	2	9	Конкурсы, соревнования, тестовые задания, выезды.
6.	Операция «Следопыт».	11	0	11	Тестовые задания, соревнования, конкурсы.
7.	Медицинская подготовка.	13	2	11	Соревнования, тестовые задания.
8.	Операция «Защита»	10	2	8	Соревнования по одеванию Л-1, ОЗК, противогаса.
9.	Стрелковое многоборье.	16	2	14	Соревнования
10.	Участие в школьных, районных и городских соревнованиях.	20	0	20	Соревнования
11.	Участие в школьных, районных и городских конкурсах.	12	0	12	Соревнования
12.	Итоговое занятие	1	0	1	Тестовое задание
	ИТОГО:	144	12	132	

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 276
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
(ГБОУ СОШ № 276 Санкт-Петербурга)**

УТВЕРЖДЕН
приказом ГБОУ СОШ № 276
от 01.09.2021 г №88-у

Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Школа выживания»
на 2021-2022 учебный год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2021	25.05.2022	36	72	144	2 раза в неделю по 2 ч

1. Промежуточный и итоговый контроль/ аттестация освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы

- Промежуточная диагностика и контроль – декабрь
- Итоговая диагностика и контроль – апрель-май

Формы проведения диагностики и контроля определены дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программой. Программа может быть реализована при помощи электронного обучения с использованием дистанционных, внеаудиторных образовательных технологий.

2. Режим работы в период школьных каникул

Занятия проводятся по утвержденному расписанию, в форме выездов, походов, соревнований, занятий в аудиториях.

***примечание:** количество учебных часов на выезды, походы, соревнования может суммироваться на выходные и праздничные дни в соответствии со спецификой образовательной программы

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА.

Цель и задачи программы

Цель: создание условий для привития навыков безопасного поведения в природных и экстремальных условиях, пропаганда здорового образа жизни и активного досуга.

Для решения поставленной цели были выдвинуты следующие **задачи:**

Обучающие:

- обучить основам безопасного поведения в экстремальных условиях;
- расширить знаний об окружающем мире;
- обучить базовым знаниям, умениям и навыкам выживания в природной среде.

Развивающие:

- физически развить обучающихся;
- развить мотивацию личности к познанию;
- создать условия для профессионального самоопределения и творческого развития;
- создать условия для развития личности ребенка.

Воспитательные:

- воспитать приоритет общественных ценностей;
- адаптировать обучающихся к социально-бытовым условиям;
- сформировать навыки коммуникативного общения.

Содержание обучения.

1. Вводное занятие – 2 часа.

Теория – 1 ч:

1. «Правила поведения во время проведения занятий, экскурсий и выездов». «Правила дорожного движения (ПДД)». «Правила пожарной безопасности».

2. «Опасные ситуации». «Действия при чрезвычайной ситуации».

3. «Правила поведения при обнаружении подозрительных предметов».

Практика – 1 ч:

Игры на знакомство.

2. Ориентирование – 13 часов.

Теория – 1ч. Ориентирование, способы ориентирования, азимут.

Практика – 12 ч. Компас, его устройство, правила обращения. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Действия при потере ориентировки. План и карта, сходство и различие. Виды масштабов, определение масштаба. Условные знаки карт. Ориентирование в заданном направлении, ориентирование по выбору.

3. Пожарная безопасность – 17 часов.

Теория – 1ч. История пожарной охраны. Пожар. Причины пожаров.

Практика – 16 ч. Знаки пожарной безопасности. Виды огнетушителей. Устройство огнетушителей. Азбука пожарной безопасности. Надевание боевой одежды пожарного. Ожоги. Оказание первой помощи при ожогах.

4. Операция «Дорожный патруль» - 18 часов.

Теория – 1ч. Правила дорожного движения для пешехода.

Практика – 17 ч.

1.«Дорожные знаки», названия и типы:

- предупреждающие знаки («Железнодорожный переезд со шлагбаумом», «Пересечение с трамвайной линией», «Скользкая дорога», «Неровная дорога», «Искусственная неровность», «Опасная обочина», «Сужение дороги», «Двустороннее движение», «Пешеходный переход», «Дети», «Пересечение с велосипедной дорожкой», «Дорожные работы»);

- знаки приоритета («Главная дорога», «Уступите дорогу», «Преимущество встречного движения»);

- запрещающие знаки («Въезд запрещен», «Движение запрещено», «Движение мотоциклов запрещено», «Движение на велосипедах запрещено», «Движение пешеходов запрещено», «Поворот направо запрещен», «Поворот налево запрещен», «Разворот запрещен», «Обгон запрещен», «Остановка запрещена», «Стоянка запрещена»);

- предписывающие знаки («Движение прямо», «Движение направо», «Движение налево», «Круговое движение», «Велосипедная дорожка», «Пешеходная дорожка»).

- знаки особых предписаний («Место остановки автобуса и (или) троллейбуса», «Место остановки трамвая», «Пешеходный переход»);

- информационные знаки («Подземный пешеходный переход», «Надземный пешеходный переход», «Парковка (парковочное место)», «Указатель направлений», «Тупик»).

2.«Тестовые задания на знание правил дорожного движения Российской Федерации по билетам для приёма теоретических экзаменов на право управления транспортными средствами категории «АВ» с использованием информационных технологий (для подготовки см. сайт <http://www.voaspb.ru>);

3.Устройство велосипеда;

4.Оказание первой помощи при ДТП: ушибы, переломы, кровотечения, черепно-мозговые травмы.

5. Туристское многоборье – 11 часов.

Теория– 2ч. Виды туризма: пешеходный, горный, лыжный, водный

Практика – 8 ч. Снаряжение личное и групповое, специальное. Снаряжение на однодневные выезды. Снаряжение рюкзака. Личный ремнабор. Подбор лыжного снаряжения. Ремонт снаряжения. Костровое снаряжение. Ткани и материалы, используемые в туризме. Виды костров, разведение костра, заготовка дров. Охрана труда при работе с колюще-режущими предметами и правила их хранения и перевозки. Организация питания в походе. Составление раскладки на 1 дневные выезды. Упаковка продуктов. Скоропортящиеся продукты в походе: упаковка, хранение.

6. Операция «Следопыт» - 11 часов.

Практика – 11 ч. Сигналы бедствия. Способы подачи сигналов бедствия. Узлы. Правильный выбор места для бивака и его постановка. Сооружение временного укрытия в разные сезоны года. Приготовление пищи в полевых условиях. Требования к воде.

7. Медицинская подготовка – 13 часов.

Теория – 2ч. Первая медицинская помощь. Виды ран. Оказание первой медицинской помощи.

Практика – 11 ч.

1. Виды повязок и правила их наложения:

- «уздечка»;
- «крестообразная» повязка на затылок;
- «чепец»;
- «спиральная» повязка на грудную клетку;
- «спиральная» повязка на предплечье;
- косыночные повязки;
- «колосовидная» повязка на плечевой сустав;
- «черепичная» (сходящаяся) повязка на локтевой сустав;
- «черепичная» (расходящаяся) повязка на коленный сустав;
- «спиральная» повязка на голень;
- «восьмиобразная» (крестообразная) повязка на голеностопный сустав;
- «черепичная» повязка на пятку;
- «працевидные» повязки;

2. Кровоостанавливающие жгуты и закрутки. Наложение кровоостанавливающего жгута, закрутки. Наложение транспортных шин (рука, нога) и шин из подручных материалов на места переломов. Первая доврачебная помощь при ожогах и обморожениях. Травмы, понятие о травмах (ушибы, вывихи и растяжения связок, переломы закрытые и открытые), травмы головы (ушиб и сотрясение головного мозга), первая медицинская помощь при травмах. Определение лекарственных растений, съедобных и ядовитых грибов и ягод по картинкам.

8. Операция «Защита» - 10 часов.

Теория – 2ч. Общевойсковой защитный комплект (ОЗК), защитный костюм Л-1. Виды СИЗ. Противогазы.

Практика – 8ч. Одевание и снятие ОЗК, одевание и снятие костюма Л-1, одевание противогаза на себя, надевание противогаза на пораженного. Прибор радиационной разведки ДП-5Б (измерительный пульт, зонд со снятым корпусом).

9. Стрелковое многоборье – 16 часов.

Теория – 2ч. АК – 74. Устройство АК и его технические характеристики.

Практика– 14ч. Снаряжение магазина АК патронами. Стрельба из пневматической винтовки (лежа с упора). Неполная разборка и сборка автомата АК-74. Устройство пневматической винтовки МР-512,

10.Участие в школьных, районных и городских соревнованиях – 20 часов.

Практика– 20ч. Участие в соревнованиях.

11. Участие в школьных, районных и городских конкурсах – 12 часов.

Практика– 12ч. Участие в конкурсах.

12. Итоговое занятие – 1 час

Практика – 1 час.

Подведение итогов обучения по программе «Школа выживания».

Выполнение тестового задания.

Ожидаемые результаты.

Ожидаемым результатом обучения по данной образовательной программе является приобретение обучающимися теоретических знаний об общевойсковом защитном комплекте, о защитном костюме Л-1, лекарственных растениях, съедобных и ядовитых грибах и ягодах, кровоостанавливающих жгутах и закрутках, о видах повязок и правилах их наложения, о правилах сердечно-легочной реанимации, об установке и снятии палатки, о снаряжении рюкзака, о жизнеобеспечении в природных условиях и ориентировании на местности, страховочных системах, элементах полосы выживания, сигналах бедствия, узлах и правилах постройки укрытий, а также практических навыков и умений по надеванию на себя ОЗК, костюма Л-1, наложению кровоостанавливающих жгута и закрутки, наложению шин на места переломов, оказанию ПМП при ожогах и обморожениях, ушибы, вывихи и растяжения связок, преодолеть все элементы полосы выживания, приобретении навыков сердечно-легочной реанимации на тренажере «Максим-П», наложения отдельных видов повязок и ориентирования на местности.

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 276
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
(ГБОУ СОШ № 276 Санкт-Петербурга)**

УТВЕРЖДЕН
приказом ГБОУ СОШ № 276
от 01.09.2021 г №88-у

Календарный тематический план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Школа выживания»
на 2021-2022 учебный год
педагога Суворовой Жанны Викторовны

№ п/п	Дата занятия	Раздел/ тема занятия	Количество часов	Примечание
1.	04.09.2021	Вводное занятие. Охрана труда. «Правила поведения во время проведения занятий, экскурсий и выездов». «Правила дорожного движения (ПДД)». «Правила пожарной безопасности». «Опасные ситуации». «Действия при чрезвычайной ситуации». «Правила поведения при обнаружении подозрительных предметов»	2	Внеаудиторная форма работы
2.	05.09.2021	Ориентирование, способы ориентирования, азимут. Компас, его устройство, правила обращения.	2	Внеаудиторная форма работы
3.	11.09.2021	Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту.	2	Внеаудиторная форма работы
4.	12.09.2021	Определение сторон горизонта по особенностям местных предметов.	2	Внеаудиторная форма работы
5.	18.09.2021	Участие в соревнованиях	2	
6.	19.09.2021	План и карта, сходство и различие. Условные знаки карт.	2	

7.	25.09.2021	Виды масштабов, определение масштаба.	2	
8.	26.09.2021	Ориентирование в заданном направлении, ориентирование по выбору.	2	
9.	02.10.2021	Действия при потере ориентировки. История пожарной охраны. Пожар. Причины пожаров.	2	
10.	03.10.2021	История пожарной охраны. Пожар. Причины пожаров. Знаки пожарной безопасности.	2	
11.	09.10.2021	Знаки пожарной безопасности.	2	
12.	10.10.2021	Участие в соревнованиях.	2	
13.	16.10.2021	Виды огнетушителей.	2	
14.	17.10.2021	Устройство огнетушителей.	2	
15.	23.10.2021	Участие в конкурсе.	2	
16.	24.10.2021	Азбука пожарной безопасности.	2	
17.	30.10.2021	Надевание боевой одежды пожарного. Надевание боевой одежды пожарного.	2	
	31.10.2021	Виды ожогов.	2	
18.	06.11.2021	Участие в конкурсе.	2	
19.	07.11.2021	Оказание первой помощи при ожогах.	2	
20.	13.11.2021	Правила дорожного движения для пешехода. Дорожные знаки: предупреждающие.	2	
21.	14.11.2021	Дорожные знаки: знаки приоритета.	2	
22.	20.11.2021	Дорожные знаки: запрещающие знаки.	2	

23.	21.11.2021	Участие в соревнованиях	2	
24.	27.11.2021	Участие в конкурсе	2	
26.	28.11.2021	Дорожные знаки: предписывающие знаки.	2	
27.	04.12.2021	Дорожные знаки: информационные знаки.	2	
28.	05.12.2021	Участие в соревнованиях	2	
29.	11.12.2021	Учебное тестирование на знание правил дорожного движения.	2	
30.	12.12.2021	Учебное тестирование на знание правил дорожного движения.	2	
31.	18.12.2021	Участие в соревнованиях	2	
32.	19.12.2021	Устройство велосипеда.	2	
33.	25.12.2021	Оказание первой помощи при ДТП.	2	
34.	26.12.2021	Виды туризма: пешеходный, горный, лыжный, водный.	2	
35.	15.01.2022	Снаряжение личное и групповое, специальное. Снаряжение на однодневные выезды.	2	
36.	16.01.2022	Снаряжение рюкзака. Личный ремнабор. Подбор лыжного снаряжения. Ремонт снаряжения. Костровое снаряжение.	2	
37.	22.01.2022	Виды костров, разведение костра, заготовка дров.	2	
38.	23.01.2022	Охрана труда при работе с колюще-режущими предметами и правила их хранения и перевозки.	2	
39.	29.01.2022	Участие в конкурсе	2	
40.	30.01.2022	Участие в соревнованиях	2	
41.	05.02.2022	Организация питания в походе. Сигналы бедствия	2	
42.	06.02.2022	Способы подачи сигналов бедствия.	2	
43.	12.02.2022	Узлы.	2	
44.	13.02.2022	Участие в соревнованиях	2	
45.	19.02.2022	Правильный выбор места для бивака и его постановка.	2	
46.	20.02.2022	Участие в соревнованиях.	2	
47.	26.02.2022	Сооружение временного укрытия в разные сезоны года.	2	
48.	27.02.2022	Приготовление пищи в полевых условиях. Требования к воде.	2	
49.	05.03.2022	Первая медицинская помощь. Виды	2	

		ран. Оказание первой медицинской помощи. Виды повязок и правила их наложения.		
50.	06.03.2022	Виды повязок и правила их наложения.	2	
51.	12.03.2022	Виды повязок и правила их наложения. Кровоостанавливающие жгуты и закрутки. Наложение кровоостанавливающего жгута, закрутки. Наложение транспортных шин (рука, нога) и шин из подручных материалов на места переломов.	2	
52.	13.03.2022	Участие в конкурсе	2	
53.	19.03.2022	Наложение транспортных шин (рука, нога) и шин из подручных материалов на места переломов. Травмы, понятие о травмах (ушибы, вывихи и растяжения связок, переломы закрытые и открытые), травмы головы (ушиб и сотрясение головного мозга), первая медицинская помощь при травмах.	2	
54.	20.03.2022	Травмы, понятие о травмах (ушибы, вывихи и растяжения связок, переломы закрытые и открытые), травмы головы (ушиб и сотрясение головного мозга), первая медицинская помощь при травмах. Определение лекарственных растений, съедобных и ядовитых грибов и ягод по картинкам.	2	
55.	26.03.2022	Определение лекарственных растений, съедобных и ядовитых грибов и ягод по картинкам. Первая доврачебная помощь при ожогах и обморожениях.	2	
56.	27.03.2022	Первая доврачебная помощь при ожогах и обморожениях. Общевоинской защитный комплект (ОЗК), защитный костюм Л-1. Виды СИЗ. Противогазы.	2	
57.	02.04.2022	Общевоинской защитный комплект (ОЗК), защитный костюм Л-1. Виды	2	

		СИЗ. Противогазы. Одевание и снятие ОЗК, одевание и снятие костюма Л-1.		
58.	03.04.2022	Участие в конкурсе	2	
59.	09.04.2022	Одевание и снятие ОЗК, одевание и снятие костюма Л-1. Надевание противогаза на себя.	2	
60.	10.04.2022	Надевание противогаза на себя. Надевание противогаза на пораженного.	2	
61.	16.04.2022	Надевание противогаза на пораженного. Прибор радиационной разведки ДП-5Б (измерительный пульт, зонд со снятым корпусом).	2	
62.	17.04.2022	Участие в соревнованиях	2	
	23.04.2022	Прибор радиационной разведки ДП-5Б (измерительный пульт, зонд со снятым корпусом). АК – 74.Устройство АК и его технические характеристики.	2	
63.	24.04.2022	АК – 74.Устройство АК и его технические характеристики. Снаряжение магазина АК патронами.	2	
64.	30.04.2022	Снаряжение магазина АК патронами.	2	
65.	07.05.2022	Снаряжение магазина АК патронами Стрельба из пневматической винтовки (лежа с упора).	2	
66.	08.05.2022	Стрельба из пневматической винтовки (лежа с упора). Неполная разборка и сборка автомата АК.	2	
67.	14.05.2022	Участие в соревнованиях	2	
68.	15.05.2022	Неполная разборка и сборка автомата АК.	2	
69.	21.05.2022	Неполная разборка и сборка автомата АК.	2	
70.	22.05.2022	Неполная разборка и сборка автомата АК. Устройство пневматической винтовки.	2	
71.		Устройство пневматической винтовки.	2	
72.		Итоговое занятие	2	

		Всего часов	144

План воспитательной работы объединения

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Соревнования между обучающимися	В течение года	ГБОУ СОШ № 276	
2	Городские, районные, школьные соревнования по ориентированию	Сентябрь, май	ГБОУ СОШ № 276 , Красносельский район, ОУ Санкт-Петербурга	
3	Городские соревнования «Пожарный дозор»	октябрь	ОУ Санкт-Петербурга	
4	Городские соревнования «Дорожный патруль»	ноябрь	ОУ Санкт-Петербурга	
5	Районные соревнования по скалолазанию	декабрь		
6	Городские соревнования санитарных постов ГО	март	ОУ Санкт-Петербурга	
7	Городские соревнования «Стрелковое многоборье»	февраль	ОУ Санкт-Петербурга	
8	Участие в городских, районных и школьных соревнованиях	В течение года	ГБОУ СОШ № 276 , Красносельский район, ОУ Санкт-Петербурга	
9	Участие в городских, районных и школьных конкурсах	В течение года	ГБОУ СОШ №276 , Красносельский район, ОУ Санкт-Петербурга	
10	Поход выходного дня	Сентябрь, май-июнь	Ленинградская область	

План работы с родителями

№	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
---	----------------------	-------	------------------	------------

п/п				ние
1	Организационное родительское собрание	Сентябрь	ГБОУ СОШ №276	
2	Привлечение родителей к участию в конкурсах	В течение года	ГБОУ СОШ №276 СПб, Красносельский район, ОУ Санкт- Петербурга	
3	Родительское собрание - итоги учебного года	Май	ГБОУ СОШ №276 СПб	
4	Групповые и индивидуальные консультации для родителей	В течение года	ГБОУ СОШ №276 СПб	
5	Поход выходного дня	Сентябрь, май-июнь	Ленинградская область	
6	Привлечение родителей к участию в соревнованиях	В течение года	ГБОУ СОШ №276 СПб, Красносельский район, ОУ Санкт- Петербурга	

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценочные материалы

Система контроля и результативности обучения

Контроль качества знаний осуществляется в форме теоретических зачетов, сдаче нормативов, выполнению тестовых заданий, а также определяется по результативности участия в школьных, районных и городских соревнованиях.

Способы и формы выявления результатов	Способы и формы фиксации результатов	Способы и формы предъявления результатов
1.Опрос 2. Теоретические зачеты 3.Выполнение тестовых заданий 4.Сдача нормативов 5.Участие в школьных, районных и городских соревнованиях.	1. Грамоты 2. Дипломы 3. Фотографии 4. Видеозаписи	1. Теоретические зачеты 2. Выполнение тестовых заданий 3. Сдача нормативов 4. Участие в школьных, районных и городских соревнованиях. 5. Участие в походах

Методические материалы


Образовательные технологии:

1. Технология дифференцированного обучения.

Учитывая разновозрастной состав учебной группы, при организации занятий применяется дифференцированный подход к обучению в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями обучающихся.

2. Здоровьесберегающая технология.


Данная технология реализуется через обеспечение:

 Санитарно-гигиенических требований к организации занятия, профилактика переутомления обучающихся на занятии

Это достигается через:

- ❖ соблюдение санитарно-гигиенических требований: чистота в классе, оптимальность светового и воздушно-теплового режимов;
- ❖ динамические паузы;

❖ увеличение двигательной активности: способ рассадки детей, позволяющий увеличить двигательную активность на занятии и работу в командах.

 *Психологической безопасности урока*

Одно из самых приоритетных направлений занятия, дающее возможность обучающемуся изучить материал в условиях психологического комфорта.

Она реализуется за счет:

- ❖ рационального режима информационной нагрузки;
- ❖ обучения приемам саморегуляции;
- ❖ психологических разгрузок и динамических пауз для снятия эмоционального и нервного напряжения;
- ❖ профилактики перегрузки и переутомления обучающихся (смены видов деятельности, увеличения двигательной активности).

3. Информационно-коммуникативная технология.

- ❖ подготовка печатных раздаточных материалов (самостоятельные работы, дидактические карточки для индивидуальной работы);
- ❖ мультимедийное сопровождение объяснения нового материала (презентации, учебные видеоролики);
- ❖ контроль уровня знаний с использованием тестовых заданий;
- ❖ использование на уроках и при подготовке к ним Интернет-ресурсов.

Методическое и материально-техническое обеспечение программы

№ п/п	Тема или раздел программы	Форма занятий	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1.	Вводное занятие. Охрана труда.	Лекция, беседа	Интерактивная доска	Опрос
2.	Ориентирование	Лекция, беседа, практическая тренировка	Презентации по теме, компас, карта, топографические знаки.	Конкурсы, соревнования, тестовые задания
3.	Пожарная безопасность	Лекция, беседа, практическое занятие	Комплект плакатов "Пожарная безопасность", презентации по теме, DVD "Первая помощь при ожогах", DVD «Основы противопожарной безопасности, огнетушители.	Тестовые задания, соревнования
4.	Операция «Дорожный патруль»	Лекция, беседа, практическое занятие	Презентации по теме, , DVD «Улица полна неожиданностей», плакаты «Дорожные знаки», велосипед.	Конкурсы, соревнования, тестовые задания

5.	Туристское многоборье	Лекция, беседа, практическое занятие	Личное и групповое снаряжение, плакаты «Виды костров», презентации по теме.	Конкурсы, соревнования, тестовые задания, выезды
6.	Операция «Следопыт»	Лекция, беседа, практическое занятие	Презентации по темам, видеоматериал по темам, плакаты «Временные укрытия», плакаты «Организация питания», плакаты «Способы добычи воды».	Тестовые задания, соревнования, конкурсы

7.	Медицинская подготовка	Лекция, беседа, семинар, практическая тренировка	<p>Комплект плакатов "Первая медицинская помощь при ЧС" DVD "Первая помощь при переломах, кровотечениях, ожогах", «Уроки ОБЖ в школе» CD "Оказание первой доврачебной помощи", Учись защищать себя ", "Скорая помощь", "Медицинская помощь", "Лекарственные и ядовитые растения" в 2 частях, "Анатомия человека" Тренажер сердечно-легочной реанимации пружинно-механический с индикацией правильности выполнения действий – манекен (150x55x27/13 кг). Полная модель человека (типа "Максим II") Аптечка индивидуальная для оказания первой медицинской помощи типа АИ-2; Индивидуальный перевязочный пакет (медицинский, стерильный) в герметичной упаковке Размер бинта - 7 метров, ширина- 10 см. Комплект имитаторов ранений к кейсе типа М10</p>	Соревнования, тестовые задания
8.	Операция «Защита»	Лекция, беседа, практическая тренировка	<p>Легкий защитный костюм Л-1; Общевоинской защитный комплект (ОЗК) Противогаз фильтрующе-поглощающий типа ГП-7, Противогаз фильтрующе-поглощающий типа ГП-5, Респиратор типа "Р-2» Спортивный костюм Футболка</p>	Соревнования по одеванию Л-1, ОЗК, противогаза.

9.	Стрелковое многоборье	Лекция, беседа, семинар, практическая тренировка	Автомат АК-74	Соревнования
10.	Участие в школьных, районных и городских соревнованиях	Соревнования	Форма спортивная Форма парадная.	Соревнования
11.	Участие в школьных, районных и городских конкурсах	Конкурс	Форма спортивная Форма парадная.	Конкурс
12.	Итоговое занятие	Практическое занятие		Тестовые задания

Методы обучения:

1. Словесный метод: рассказ, беседа.
2. Наглядный метод: показ презентаций, видеофильмов, показ образца действия.
3. Практический метод: выполнение практических заданий, тестовых заданий, отработка навыков.

Информационные материалы

Нормативная база:

- ✓ Федеральный закон № 273 – ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию, утвержденными распоряжением Комитета по образованию от 01.03.2017, № 617-р.
- ✓ Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р)
- ✓ САНПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режим работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Информационные источники для педагога:

1. Е.Л. Вишневская, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов Учебник ОБЖ 5 класс, М., Просвещение 1997
2. Е.Л. Вишневская, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов Учебник ОБЖ 6 класс, М., Просвещение 1997
3. Е.Л. Вишневская, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов Учебник ОБЖ 7 класс, М., Просвещение 1997
4. Е.Л. Вишневская, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов Учебник ОБЖ 8 класс, М., Просвещение 1997
5. Е.Л. Вишневская, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов Учебник ОБЖ 9 класс, М., Просвещение 1997
6. М.И. Иванюков, Основы безопасности жизнедеятельности: тетрадь с печатной основой для учащихся 6-го класса. – Саратов: «Лицей», 1999. – 80 с.
7. М.И. Иванюков, Основы безопасности жизнедеятельности: тетрадь с печатной основой для учащихся 7-го класса. – Саратов: «Лицей», 1999. – 80 с.
8. М.И. Иванюков, Основы безопасности жизнедеятельности: тетрадь с печатной основой для учащихся 5-го класса. – Саратов: «Лицей», 2001. – 64 с.

9. М.И. Иванюков, Основы безопасности жизнедеятельности: тетрадь с печатной основой для учащихся 8-го класса. – Саратов: «Лицей», 1999. – 80 с.
10. А.М. Костров, Гражданская оборона: Пробный учебник для средних учебных заведений. – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.
11. Ю.Л. Воробьев, В.В. Иванов, В.П. Шолох, Хрестоматия по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Для 7 класса общеобразовательных учреждений. – М.: ООО «Издательство АСТ-ЛТД». – 1998. – 160 с.
12. С.В. Баленко, Школа выживания. Часть 1. – М.: ПП «Чертановская типография», Мосгорпечать, 1992. – 144 с.
13. Е.А. Лукьянов, И.П. Рыков, Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. Учебное пособие для учителей 7-8 классов. – Санкт-Петербург: 1997. – 74 с.
14. В.В. Блинов, Е.А. Лукьянов, Учебно-методическое пособие по разделу «Экстремальные ситуации и безопасность человека». – Санкт-Петербург: 1997. – 138 с.
15. В.В. Вознесенский, А.П.З айцев, Новейшие средства защиты органов дыхания и кожи. Учебное пособие. – Москва: Типография №9 Комитета РФ по печати. 1999. – 81 с.
16. В.М.Нагорный, Г.М. Федоров, В.В. Шевченко, Подготовка комплексных учений и тренировок на объектах. Пособие. – Санкт-Петербург: 1997. – 120 с.
17. Ф.В. Кармазинов, О.Н. Русак, С.Ф. Гребенников, В.Н. Осенков, Безопасность жизнедеятельности: Словарь-справочник. – Санкт-Петербург: Издательство «Лань». 2001. – 304 с.
18. В.В. Брехов, Ю.Л. Варшамов, О.В. Давыдов, Б.И. Жолус, В.С. Ласкавый, С.А. Лопатин, И.В. Новиков, А.В. Попов, В.П. Соломин, Ю.А. Тюрин, В.М. Шустиков, Обеспечение жизнедеятельности людей в чрезвычайных ситуациях. Аварийно-спасательные, аварийно-восстановительные и другие неотложные работы при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. Учебное пособие. Выпуск III: – Санкт-Петербург: Издательство «Образование». 1992. – 92 с.
19. В.М. Нагорный, Г.М. Федоров, Организация работы комиссии по чрезвычайным ситуациям объекта. Пособие. – Санкт-Петербург: 1996. – 68 с.
20. А.А. Усачев, А.И. Березин, Школа безопасности: Пробный учебник для учащихся 3-4 класса общеобразовательных учреждений по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». – 2-е изд., переработанное – М.: Издательство АСТ-ЛТД, 1997. – 176 с.
21. Маслов А. Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности» М. Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2000, - 160 с.

22. Кодыш Э. Н. Соревнования туристов: пешеходный туризм. М. Ф и С, 1990 – 175с.

Информационные источники для обучающихся

1. Е.Л. Вишневская, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов Учебник ОБЖ 5 класс, М., Просвещение 1997
2. Е.Л. Вишневская, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов Учебник ОБЖ 6 класс, М., Просвещение 1997
3. Е.Л. Вишневская, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов Учебник ОБЖ 7 класс, М., Просвещение 1997
4. Е.Л. Вишневская, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов Учебник ОБЖ 8 класс, М., Просвещение 1997
5. Е.Л. Вишневская, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов Учебник ОБЖ 9 класс, М., Просвещение 1997
6. М.И. Иванюков, Основы безопасности жизнедеятельности: тетрадь с печатной основой для учащихся 6-го класса. – Саратов: «Лицей», 1999. – 80 с.
7. М.И.И ванюков, Основы безопасности жизнедеятельности: тетрадь с печатной основой для учащихся 7-го класса. – Саратов: «Лицей», 1999. – 80 с.
8. М.И. Иванюков, Основы безопасности жизнедеятельности: тетрадь с печатной основой для учащихся 5-го класса. – Саратов: «Лицей», 2001. – 64 с.
9. М.И. Иванюков, Основы безопасности жизнедеятельности: тетрадь с печатной основой для учащихся 8-го класса. – Саратов: «Лицей», 1999. – 80 с.
10. Ф.В. Кармазинов, О.Н. Русак, С.Ф. Гребенников, В.Н. Осенков, Безопасность жизнедеятельности: Словарь-справочник. – Санкт-Петербург: Издательство «Лань». 2001. – 304 с.
11. А.А. Усачев, А.И. Березин, Школа безопасности: Пробный учебник для учащихся 3-4 класса общеобразовательных учреждений по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». – 2-е изд., переработанное – М.: Издательство АСТ-ЛТД, 1997. – 176 с.
12. А.М. Костров, Гражданская оборона: Пробный учебник для средних учебных заведений. – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.
13. Ю.Л. Воробьев, В.В.Иванов, В.П. Шолох, Хрестоматия по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Для 7 класса общеобразовательных учреждений. – М.: ООО «Издательство АСТ-ЛТД». – 1998. – 160 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ К ПРОГРАММЕ

Приложение 1

КОМПЛЕКТ ГРУППОВОГО ОБЩЕТУРИСТСКОГО СНАРЯЖЕНИЯ ДЛЯ ПЕШЕГО ПОХОДА (ВЫЕЗДА)

1. Палатки (шатер) по кол-ву участников
2. Печка (в холодное время)
3. Лавинная лопата (под печку)
4. Костровой тент
5. Топор
6. Пила
7. Костровой трос в комплекте
8. Набор котлов
9. Половник 2 шт.
10. Костровые рукавицы 1 пара
11. Веревка хозяйственная
12. Лопатка
13. Компас
14. Карта
15. Фотоаппарат
16. Видеокамера
17. Примус и запас бензина
18. Газовая кухня с баллонами
19. Газовая лампа

МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ГРУППЫ

1. Ремонтный набор
2. Аптечка
3. Продукты по раскладке
4. Растопка для костра
5. Хознабор для мытья посуды

СПЕЦИАЛЬНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ

Пешеходный туризм	Спелеотуризм	Лыжный туризм	Водный туризм
Веревки	Каски	Веревки	Плавсредства
Страховочные системы	Транспортировочные мешки	Страховочные системы	Спасательный онец
Карабины	Фонари	Карабины	Спасжилеты
Пруссы		Лыжи	Весла
Рукавицы		Лыжные палки	
Каска		Лавинные шнуры	

СПИСОК ЛИЧНОГО СНАРЯЖЕНИЯ, РЕКОМЕНДОВАННОГО ОБУЧАЮЩИМСЯ

ДЛЯ ПОХОДА В ПЕРИОД МЕЖСЕЗОНЬЯ

1. Носки простые	2 пары
2. Носки шерстяные	2 пары
3. Белье	2 компл.
4. Штаны тренир.	1 шт.
5. Штаны (рейтузы) теплые	1 шт.
6. Рубашка (футболка)	2 шт.
7. Свитер шерстяной	1 шт.
8. Штормовка (легкая куртка)*	1 шт.
9. Брюки*	1 шт.
10. Куртка утепленная	1 шт.
11. Ботинки (кроссовки)	1 пара
12. Кеды (полукеды)	1 пара
13. Головной убор	1 шт.
14. Накидка от дождя (зонтик)	1 шт.
15. Кружка, ложка, миска, нож	1 компл.
16. Туалетные принадлежности, полотенце	1 компл.
17. Туалетная бумага	
18. Носовые платки	2 шт.
19. Фонарик с запасными батарейками	1 шт.
20. Рюкзак	1 шт.
21. Спальник	1 шт.
22. Коврик	1 шт.
23. Сидушка	1 шт.

*— можно туристский костюм

МИНИМАЛЬНЫЙ СОСТАВ АПТЕЧКИ НА ГРУППУ

1. Бинт широкий	2 уп.
2. Бинт узкий	2 уп.
3. Вата	1 уп.
4. Перекись водорода	100 мл
5. Йод	1 фл.
6. Зеленка	1 фл.
7. Анальгин (или подобн.)	1 уп.

8. Аспирин	1 уп.
9. Но-шпа	1 уп.
10. Уголь активированный	1 уп.
11. Желудочные	1 уп.
12. Сердечные	1 уп.
13. Индивидуальные лекарства	

МИНИМАЛЬНЫЙ СОСТАВ РЕМНАБОРА НА ГРУППУ

1. Пассатижи	1. Отвертка с набором насадок
2. Швейный набор	2. Изолента
3. Стропа	3. Расходная веревка диаметром 2 и 6 мм.
4. Ткань капроновая	4. Клей универсальный
5. Шило	5. Крепежный материал

Состав снаряжения, аптечки, ремнабора корректируется в зависимости от сезона и вида туризма.

ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

ПРИ ПОТЕРЕ ОРИЕНТАЦИИ В ЛЕСУ

Если вы потерялись в лесу, надо следовать следующим правилам:

1. Внимательно посмотрите на карту и на местность, в которой вы оказались.
2. Если вы можете определить, где находитесь, постарайтесь выйти до любого четко обозначенного объекта на карте (желательно линейного) и далее выходите на ближайшее КП или базовый лагерь.
3. Если вы не можете сориентироваться по карте и на местности, берите один из контрольных азимутов и выходите по нему на заданный линейный объект (например, железная дорога или шоссе).
4. Если вы не можете взять контрольный азимут, попробуйте вернуться на последнее взятое вами КП и, если у вас не вышло контрольное время и вы в состоянии продолжать движение, идите дальше.
5. Если вы не можете вернуться на последнее КП и не можете взять контрольный азимут, найдите на местности вокруг вас удобное для ожидания место (например: полянка, холм, дорожка) – место, где вас легко может заметить или услышать поисковая группа. Не стоит забираться в чащу, ямку или канаву. Время от времени подавайте звуковые сигналы. При возможности разведите костер, а также оденьте на себя или повесьте над собой что-либо яркое.
6. По линейному объекту вы двигаетесь до знакомого вам или оговоренного с инструктором места (например: станция железной дороги, развилка дороги возле озера), откуда, если вы знаете дорогу, вы можете начать движение к лагерю.
7. Если вы не уверены, что найдете дорогу к лагерю, вы должны остаться в этом месте, дожидаясь спасательной группы.
8. Если вы смогли самостоятельно добраться до лагеря и никого там не обнаружили, поищите оставленную вам записку на рюкзаках или ближайшем к костру дереве. Ваши дальнейшие действия: дожидаясь разыскивающую вас группу, попробуйте развести костер, оденьтесь потеплее, найдите что-нибудь поесть и никуда не уходите.
9. Если вы добрались до станции после одиннадцати часов вечера и знаете, что группа в этот день едет домой, вы можете уехать на ближайшей электричке, оставив в установленном месте записку со своим адресом, телефоном и временем убытия.
10. Если вы знаете, что группа в этот день не едет домой, вы должны остаться на станции и дожидаться поисковую группу.

ЗАПОМНИТЕ: ЕСЛИ ВАМ ВСЕ РАВНО, ГДЕ ВЫ НАХОДИТЕСЬ, ЗНАЧИТ, ВЫ НЕ ЗАБЛУДИЛИСЬ.