

Министерство образования Красноярского края  
Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Красноярский краевой центр туризма и краеведения»

Принята на заседании  
методического совета  
от «16» апреля 20 17 г.  
Протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ  
И.о. директора КГБОУ ДО  
«Красноярский краевой центр  
туризма и краеведения»  
М.В. Коноваленкова  
«15» сентября 2017г.  
Приказ № 117 от \_\_\_\_\_

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-педагогической направленности  
«Школа безопасности»**

Возраст обучающихся: 11 - 17 лет

Срок реализации: 1 год

Авторы - составители  
программы: Федорцова П.С., педагог  
дополнительного образования;  
Пахитов В.А., педагог  
дополнительного образования;  
Заякина В.И., педагог  
дополнительного образования.

г. Красноярск, 2017

## Пояснительная записка

Многие родители сейчас задумываются над тем, как обеспечить безопасность своему ребенку в мире, где количество опасностей увеличивается с каждым годом. Они ищут возможности дать ребенку знания, которые не могут дать в школе на уроках «Основы безопасности жизнедеятельности». Одной из таких возможностей являются дополнительные общеобразовательные программы, которые реализуют образовательные учреждения дополнительного образования детей.

Дополнительное образование способно внести значительный вклад в развитие личности ребенка на основе расширения его образовательного пространства, увеличения числа источников необходимой информации, предоставления возможности формирования и совершенствования универсальных учебных действий, позволяет обеспечить личностно-ориентированный подход к ребенку.

Данная Программа является логическим продолжением программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся общеобразовательных учреждений и предназначена для обучения школьников действиям в условиях возникновения чрезвычайных ситуаций. Решение проблем защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, уменьшение их социально-экономических, экологических последствий невозможно без качественной подготовки подрастающего поколения к действиям в условиях угрозы и возникновения чрезвычайной ситуации.

Цель программы – формирование у обучающихся современной культуры безопасности, повышение их уровня готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях, наиболее вероятных на территории Красноярского края.

Задачи программы:

Сформировать у обучающихся современную культуру безопасности.

Научить анализировать свои действия в чрезвычайных ситуациях.

Развить способность управлять своими внутренними ресурсами в чрезвычайных ситуациях.

Повысить уровень коммуникативных способностей.

Сформировать командную компетентность.

Участниками образовательной программы «Школа безопасности» являются обучающиеся 11-17 лет, заинтересованные в своем безопасном будущем, входящие в программу как в составе уже сложившихся детско-взрослых групп (территориальных), так и в составе первоначально формирующихся групп.

Срок реализации программы «Школа безопасности» 1 год.

Общее количество часов на освоение программы – 144 часа в год.

## Планируемые результаты реализации программы.

У обучающихся сформирована современная культура безопасности.

Умеют анализировать свои действия в чрезвычайных ситуациях.

Развита способность управлять своими внутренними ресурсами в чрезвычайных ситуациях.

Повышен уровень коммуникативных способностей: приобретение опыта коллективного взаимодействия, развитие умений работать в команде.

Приобретена командная компетентность, способность к взаимодействию с окружающими, для достижения поставленных целей.

Ценность программы заключается в том, что:

программа не дает готовых знаний, не выстраивает алгоритмов ответов, а участники, исследуя варианты поведения (собственного и других людей) в нестандартных жизненных ситуациях, самостоятельно проектируют способы своего поведения;

Участники программы включены в практическую деятельность по обеспечению собственной безопасности.

### Учебный план дополнительной образовательной общеразвивающей программы «Школа безопасности»

№	Наименование тем	Всего часов			Формы аттестации (промежуточной, итоговой)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Личное и групповое снаряжение	20	4	16	
2.	Ориентирование и топография	16	8	8	
3.	Оказание доврачебной помощи пострадавшим	16	8	8	
4.	Общефизическая и специальная физическая подготовка. Способы самоконтроля физического состояния	4	2	2	
5.	Выживание в условиях автономного существования	16	8	8	
6.	Основы конфликтологии	10	6	4	
7.	Чрезвычайные ситуации природного характера	20	12	8	

8.	Чрезвычайные ситуации социального характера	12	8	4	
9.	Психологические аспекты взаимоотношений в группе. Психологические тренинги	14	8	6	
10.	Прогнозирование ЧС	12	12	-	
11.	Промежуточная аттестация	2	-	2	Игра
12.	Итоговая аттестация	2	2	-	Контрольная работа, тест
	Итого:	144	72	72	

### **Работа со специальным туристским снаряжением**

Теория:

Требования к туристскому снаряжению: прочность, легкость, безопасность эксплуатации, удобство в использовании, гигиеничность, эстетичность. Групповое и личное снаряжение туриста.

Специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные карабины, репшнуры, альпеншток.

Практические занятия:

Основы работы со специальным туристским снаряжением. Способы преодоления природных препятствий (навесная переправа через сухой овраг и через водную преграду, переправа по бревну, спуск по склону, подъем по склону, переправа в брод, подача сигналов бедствия, подъем/спуск пострадавшего в носилках и на спасателе).

### **Ориентирование и топография**

Теория:

Виды топографических карт и основные сведения о них. Условные знаки топографических карт. Способы ориентирования на местности. Компас, правила пользования компасом. Ориентирование компаса и карты. Азимут, снятие азимута с карты. Особенности ориентирования в различных природных условиях. Действия в случае потери ориентировки. Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Причины, приводящие к потере ориентировки. Порядок действий в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной, параллельной ситуации на карте, попытка найти опорные ориентиры и подтвердить свои предположения необходимостью выхода на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование троп, идущих в нужном направлении, движение вдоль ручьев, рек, выход к жилью.

Практика:

Взятие азимута на предмет, движение по азимуту. Измерение расстояний. Способы измерения расстояний на карте и на местности.

Измерение кривых линий на карте. Измерение среднего шага. Счет шагов при движении шагом, бегом на местности различной проходимости. Глазомерный способ измерения расстояний. Определение пройденного расстояния по времени движения.

Движение по легенде. Ориентирование при использовании спортивной карты, определение точки своего стояния и выбор пути движения. Ориентирование по местным приметам. Определение сторон горизонта по растительности, при помощи местных предметов, созданных природой, людьми.

Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, определению ширины реки, оврага. Измерение длины шага, построение графика перевода числа шагов в метры. Измерение различных отрезков на карте и на местности. Упражнения по определению точки своего нахождения на местности при помощи карты. Определение сторон горизонта по местным приметам, небесным светилам.

### **Оказание доврачебной помощи пострадавшим**

Теория:

Состав медицинской аптечки. Назначение и количество средств. Упаковка аптечки.

Осмотр, обследование и оценка состояния пострадавшего: алгоритм обследования пострадавшего, визуальный осмотр, первый контакт с пострадавшим, определение характера повреждения. Правила снятия одежды и обуви с пострадавшего. Общие правила оказания первой медицинской помощи.

Выбор и способ применения перевязочных материалов, дезинфицирующих и лекарственных средств.

Средства оказания первой медицинской помощи: перевязочные, дезинфицирующие и лекарственные средства, их характеристика и порядок применения.

Виды повязок и их назначение. Правила наложения повязок на голову, нижние и верхние конечности, грудь, спину, живот и т.д.

Порядок измерения пульса, артериального давления.

Согревающие и охлаждающие процедуры, их применение.

Первая медицинская помощь при острых состояниях и несчастных случаях.

Характеристика различных видов кровотечений и их причины. Общие симптомы кровопотери. Способы временной остановки кровотечений (давящая повязка, наложение жгута, точки пережатия артерий, сгибание конечностей). Особенности оказания первой медицинской помощи при внутреннем кровотечении. Оказание помощи при носовом кровотечении.

Характеристика различных видов травм (ушибы, растяжения и разрывы связок, вывихи, синдром длительного сдавливания). Причины и признаки травм. Первая медицинская помощь при травмах.

Переломы костей и их причины. Характеристика различных видов

переломов (открытые и закрытые). Правила оказания первой медицинской помощи при переломах.

Правила транспортной иммобилизации при травмах с применением подручных средств. Наложение шин. Правильное положение тела пострадавшего при транспортировке.

Причины и признаки укусов насекомых. Правила оказания первой медицинской помощи при укусах насекомых. Особенности оказания помощи при укусах клещей.

Причины и признаки укусов змеями, правила оказания помощи.

Причины и признаки поражения электротоком и молнией, правила оказания помощи при электротравме и поражении молнией.

Причины и признаки термических и химических ожогов, правила оказания помощи при различных видах ожогов.

Причины и признаки отморожений и переохлаждений, правила оказания помощи.

Причины и признаки теплового и солнечного удара, правила оказания помощи.

Причины и признаки попадания инородных тел в глаз, ухо, полость рта, пищевод, дыхательные пути, правила оказания первой медицинской помощи.

Причины и признаки отравлений сильнодействующими ядовитыми веществами, средствами бытовой химии, лекарственными и наркотическими препаратами, ядовитыми растениями, ягодами, грибами, продуктами питания. Правила оказания первой медицинской помощи.

Характеристика причин, вызывающих потерю сознания и остановку сердца. Причины и признаки обморока, правила оказания помощи.

Причины и признаки утопления, правила оказания помощи.

Сердечно-легочная реанимация и последовательность ее проведения (искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца).

Причины и признаки травматического шока, правила оказания помощи при травматическом шоке.

### **Общезначительная подготовка. Специальная физическая подготовка. Способы самоконтроля физического состояния.**

Теория:

Теория и методика общезначительной и специальной подготовки. Способы самоконтроля физического состояния.

Практика:

Упражнения для общезначительной и специальной физической подготовки.

### **Выживание в условиях автономного существования**

Теория:

Понятие об автономном существовании человека. Факторы выживания в условиях автономного существования. Профилактика возможных

заболеваний. Само- и взаимопомощь при травмировании. Знаки международной сигнализации.

Практика:

Подача сигналов бедствия. Передача информации на расстояние. Подручные средства жизнеобеспечения. Питание в условиях автономного существования. Способы добычи огня и приготовления пищи без кухонной посуды. Водопотребление и водообеспечение.

### **Основы конфликтологии**

Теория:

Конфликтология как отрасль психологической науки. Анализ конфликта: типология конфликтов и уровни проявления, причины конфликтов, структура конфликта, динамика развития конфликта, виды конфликтов. Источники и функции конфликтов в социальной сфере.

Практика:

Поведение в конфликте. Профилактика конфликтов. Механизмы психологической защиты в конфликтной ситуации.

### **Чрезвычайные ситуации природного характера.**

Теория:

основные тенденции развития опасных природных явлений. Классификация ЧС природного характера (землетрясения, наводнения, лесные пожары и т.д.). Причины и характеристика землетрясений. Извержения вулканов. Типы наводнений. Обвалы. Оползни. Сели. Снежные лавины. Лесные и торфяные пожары. Бури, ураганы, смерчи.

Практика:

ПСР в природной среде.

### **Чрезвычайные ситуации социального характера.**

Теория:

Понятия опасности и определения опасных факторов. Окружающая среда и опасности повседневной жизни. Понятия об опасных и вредных факторах окружающей среды. Источники опасных и вредных факторов на улице, дома, в природе.

Классификация чрезвычайных ситуаций. ЧС социального характера (массовые беспорядки, ЧС криминального характера, терроризм).

Город как среда повышенной опасности.

### **Психологические аспекты взаимоотношений в группе. Психологические тренинги.**

Теория:

Психология малых групп. Межличностные отношения.

Практика:

Психологические тренинги по отработке межличностных отношений.

Тренинги личностного роста участников программы.

## **Прогнозирование ЧС.**

Теория:

Теоретические основы прогнозирования. Прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Прогнозирование последствий техногенных ЧС. Прогнозирование последствий ЧС природного характера.

### **Комплекс организационно-педагогических условий**

Срок реализации программы «Школа безопасности» 1 год.

Общее количество часов на освоение программы – 144 часа в год.

Форма обучения – очно-заочная.

Технологическое устройство программы:

1 сессия 5 дней (октябрь), г. Канск.

2 сессия 5 дней (апрель), г. Канск.

Основные формы организации образовательного процесса: дискуссии – лекции, психологические тренинги, анкетирования, презентации, беседы, походы, дискуссионные клубы, экскурсии, практические занятия, мастер-классы.

Для организации практических и теоретических занятий по темам программы привлекаются специалисты (эксперты) в профессиональной сфере деятельности по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения, валеологии, преподаватели вузов.

Механизмы реализации программы:

- Приобретение первичного опыта поведения в нестандартных ситуациях, возникающих в природной, техногенной и социальной средах.
- Рефлексия: осознание (исследование) собственного приобретенного опыта, определение способов поведения.
- Проектирование новых/возможных способов поведения и выстраивание жизненной перспективы.
- Работа с предметными понятиями.
- Ведение рефлексивной тетради. Фиксация личных ощущений, переживаний, возникающих во время проживания нестандартных жизненных ситуаций, отражение использования приобретенного опыта для разрешения ситуаций, в которые попали вновь, как по-новому стали смотреть на опасную ситуацию.
- Обсуждение материалов по поведению людей, попавших в нестандартные жизненные ситуации.
- Индивидуальная программа самосовершенствования: расширение кругозора в области само- и взаимопомощи, оздоровление организма (закаливание, рациональное питание), овладение технологиями психической саморегуляции.

Методическое обеспечение программы дополнительного образования детей

№	Учебные темы	Форма занятий
1.	Личное и групповое снаряжение	Проблематизация понятий, анкетирование, дискуссионные клубы, практические занятия
2.	Ориентирование и топография	Практические занятия, лекция.
3.	Основы медицинских знаний	Дискуссия-обсуждение по теме, практические занятия
4.	Общефизическая и специальная физическая подготовка. Способы самоконтроля физического состояния	Практические занятия, лекция.
5.	Выживание в условиях автономного существования.	Практические занятия, лекция
6.	Основы конфликтологии	Работа в мини группах, лекция.
7.	Факторы риска в современной техно-социальной среде. Город как источник опасности	Практические занятия, лекция, , мастер-классы.
8.	Прогнозирование ЧС	Работа в мини группах, лекция. Беседы, дискуссионные клубы

Разработаны дидактические и лекционные материалы, методики:

- Мастер-классы по темам «оказание доврачебной помощи».
- Социологическое исследование методом анкетирования (входные и итоговые анкетирование).
- Психологические тренинги на отработку навыков эффективных взаимоотношений в группе, навыков принятия и исполнения решений.
- Практические занятия.
- Лекционный материал.

## Список литературы

1. «Обучение детей жизненным навыкам в природной среде», А.Г. Малов, Ю.С. Константинов, М,2000 г.
2. «Безопасность человека», учебно-методическое пособие для образовательных учреждений, под редакцией Шершнева Л.И., Фонд национальной и международной безопасности, М, 1994 г.
3. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М.: Профиздат, 1987.
4. Кошелёв А.А. Медицина катастроф. Теория и практика: учеб.пособие.- СПб, «Патриот», 2000.
5. Велитченко В.К. Физкультура без травм. М.: «Просвещение», 1993
6. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях среды. М.: «Мысль», 1980.
7. Чрезвычайные ситуации. Энциклопедия школьника, под общ. ред. С.Н Шойгу-М.2004.
8. Гастюшин А. Энциклопедия экстремальных ситуаций. М.: «Зеркало», 1994.
9. Котляревский В.А. Аварии и катастрофы предупреждение и ликвидация последствий: Учеб. Пособие: В 3 кн. Кн. 2. – М.: АСВ, 1996.
10. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций/ С.А. Буланенков, С.И. Воронов, П.П. Губченко и др.; под общ. ред. М.И. Фалеева. – Калуга: Облиздат, 2001.
11. Родионова И.А. Глобальные проблемы человечества: Пособие для учащихся и студентов. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Аспект-Пресс, 1995.
12. Аппенянский А.И. Физическая подготовка туристов. М.: ЦРИБ «Турист», 1985
13. Дмитриевский В.А Психология безопасности в учебн.заведениях. - М: Педагогическое общество России, 2002.
14. Хасан Б.И. «Психотехника конфликта»: учебное пособие/Красноярский гос-й уни-т 1995.
15. Сухов А.Н. Социальная психология безопасности. Учебное пособие для студентов высш.учеб. заведений-М. Издательский центр «Академия», 2002.
16. Психические состояния / Под ред. Л.В. Куликова. – СПб.: Питер, 1999.
17. Пуховский Н.Н. Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций. – М.: Академический проект, 1999.