

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА МЫТИЩИ  
«Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Детско-юношеский центр «Турист»  
(МБУДО ДЮЦ «Турист»)

Рассмотрено на заседании Педагогического  
совета МБУДО ДЮЦ «Турист»  
От 31 мая 2019 года  
Протокол № 4-19

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУДО ДЮЦ «Турист»



Е.И. Шалимова

14 июня 2019 года  
Приказ 14.06.2019 № 59-О

**Дополнительная общеразвивающая программа  
социально-педагогической направленности  
(стартовый уровень)  
«Безопасность в городской среде»**

**Возраст учащихся: 11-17 лет  
Срок реализации: 1 год**

Автор-составитель:

Соколов Сергей Викторович, методист

Мытищи  
2019 г.

## 1. Пояснительная записка

### 1.1. Основные характеристики программы:

- **наименование** - дополнительная общеразвивающая программа «Безопасность в городской среде»;
- **уровень сложности содержания** - стартовый уровень (общедоступная сложность содержания программы);
- **направленность** - социально-педагогическая;
- **форма обучения** – очная;
- **возраст учащихся** – 11-17 лет;
- **срок реализации** – 1 год;
- **объем учебной нагрузки** – 72 часа;
- **наименование объединения** – кружок;
- **оптимальная наполняемость объединения** – 12 учащихся;
- **состав объединения** – одновозрастная группа постоянного состава;
- **форма организации образовательного процесса** – групповое занятие;
- **периодичность и продолжительность занятий** – еженедельно 1 занятие в неделю по 1 часу, практические занятия – в соответствии с календарным учебным графиком;
- **при поступлении на обучение отбор детей по способностям и вступительные испытания** – не осуществляются;
- **обучение детей с ОВЗ и инвалидов** – принимаются дети с ОВЗ и дети-инвалиды, которым по рекомендациям медико-психолого-педагогической комиссии рекомендованы занятия по дополнительным общеразвивающим программам социально-педагогической направленности в общих группах.
- **предметные области, изучаемые по программе** – безопасность жизнедеятельности человека в городской среде обитания, подготовка и участие учащихся в соревнованиях «Школа безопасности».

### 1.2. Деятельность участников образовательного процесса регламентируется следующими документами:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года;
- Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 "«Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- САНПИН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей";
- Уставом МБУДО «ДЮЦ «Турист»;
- Положением о текущем контроле успеваемости, промежуточной аттестации учащихся и итоговой аттестации выпускников муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист»;
- Положением «Порядок и основания перевода, отчисления и восстановления учащихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист»;
- Положением «Порядок приема на обучение в муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист»;

- Правилами внутреннего распорядка учащихся муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист»;
- Правилами приема на обучение по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист»;
- Положением об организации и осуществлении образовательного процесса муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист»;
- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист»;
- Положением о порядке ознакомления учащихся и их родителей (законных представителей) с документами муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист»;
- Положением о применении к учащимся и снятия с учащихся мер дисциплинарного взыскания, а также поощрении в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист»;
- Политикой муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист» в отношении обработки персональных данных и сведения о реализуемых требованиях к защите персональных данных.

### **1.3. Актуальность программы**

Проблема безопасности детей подросткового и юношеского возраста в значительной степени актуальна для города Мытищи, который непосредственно примыкает к столице нашей Родины, городу Москве. Большое скопление людей, компактно проживающих на территории города Мытищи, «шаговая» доступность многомиллионного города порождает комплекс опасностей для его жителей и особенно для детей подросткового и юношеского возраста, которые активно вступают в жизнь, экспериментируют, зачастую, бросают вызов обществу. Жизнь ребенка в данном возрасте становится многосторонней и многоплановой, он стремится к самостоятельности и начинает играть различные социальные роли, приспосабливаясь к среде, проверяя на прочность этот мир и самого себя. Нередки и ошибки, за которые бывает стыдно, которые наносят урон семье, другим людям, личному здоровью и благополучию ребенка. В основе этих ошибок лежит незнание и непродуманность действий, отсутствие социальных навыков, проблемы воспитания и социализации.

В связи с этим актуальность настоящей программы видится в приобретении учащимися новых знаний и навыков в области безопасности жизнедеятельности, коррекция проблем воспитания и социализации.

### **1.4. Педагогическая целесообразность**

Безопасность является базовой потребностью человека, которая формирует основу его развития и определяет путь к благополучной жизни. Данная программа направлена на обучение детей культуре безопасности, которую, как элемент общей культуры следует преподавать детям постоянно для формирования правильных представлений об окружающем мире, правил поведения, безопасности в социуме и повседневной жизни.

**1.5. Новизна программы** заключается в том, что средствами дополнительного образования расширяются образовательные возможности средних общеобразовательных учреждений в плане воспитания культуры безопасности детей. Программа дополняет и

расширяет содержание общеобразовательной программы среднего образования реализуемой в школе путем сетевого взаимодействия с учреждением дополнительного образования и направлена, как на достижение собственных программных целей, так и требований ФГОС.

### **1.6. Цель программы**

Освоение учащимися знаний и навыков в области культуры безопасности и формирование основ безопасного поведения.

### **1.7. Задачи программы:**

#### ***Личностные:***

- формирование у детей устойчивого и осознанного интереса к занятиям;
- воспитание культуры безопасности;
- воспитание социальных норм безопасного поведения;
- участие в составе команды в соревнованиях «Школа безопасности»;
- умение сотрудничать с товарищами в совместной деятельности;
- формирование доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.

#### ***Метапредметные:***

##### ***Регулятивные:***

- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- умение планировать и грамотно осуществлять учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку педагога, товарищей, родителей;
- умение преобразовать практическую задачу в познавательную.

##### ***Познавательные:***

- умение выделять суть учебной задачи, т.е. сравнивать, анализировать, выделять главное, обобщать;
- умение ориентироваться на разнообразие способов решения задач;

##### ***Коммуникативные:***

- умение допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной;
- умение вести диалог, распределять функции и роли в процессе выполнения коллективной игры;
- умение слушать и задавать вопросы;
- умение формулировать собственное мнение и позицию.

##### ***Предметные:***

- умение различать безопасные, опасные и чрезвычайные ситуации;
- умение применять на практике полученные знания в области безопасности;
- умение вызвать, по необходимости службы спасения, полицию.

## **1.8. Отличительная особенность программы**

Предлагаемая программа составлена с учетом анализа образовательной среды и социума ребенка, проживающего в городской местности и связанными с этим урбанистическими особенностями жизнедеятельности. Безопасность рассматривается, как базисное понятие жизнедеятельности ребенка и основа для правильного развития, успешности, адекватного поведения и социализации. Основное содержание программы направлено на подготовку детей к участию в соревнованиях движения учащихся «Школа безопасности», что является основополагающим видом деятельности ребенка в объединении, предполагает вовлечение его в активную, практикоориентированную деятельность для достижения осязаемой цели – участие в соревнованиях, приобретение жизненных навыков и умений в области безопасности жизнедеятельности. Содержание программы дополнено темами, ориентированными на воспитание культуры безопасной жизнедеятельности, предполагающие вовлечение детей в дискуссию, рассуждения или спор. Основная задача педагога, при реализации данных тем занятий, не только передать информацию, но и попытаться сформировать у детей правильную логику суждений, принятия решений. В ходе обсуждения педагог может выступать в качестве оппонента, рефери, собеседника, наставника с учетом равенства участия в дискуссии и неоспоримого жизненного опыта. Высказывание личного мнения ребенком по теме, отрицание и одобрение чужого мнения, должно осуществляться в рамках общей культуры поведения. Эффективность процесса реализации данного модуля оценивается педагогом по следующим критериям: вовлеченность детей в процесс обсуждения, логичность рассуждений и понимания сути содержания обсуждаемой темы.

С учетом возрастных особенностей учащихся тема № 7 «Сложные жизненные ситуации» имеет два варианта: для детей подросткового возраста – 11-14 лет и для детей раннего юношеского возраста – 15-17 лет.

## **1.9. Адресат программы**

**Подростковый возраст** охватывает период от 10-11 лет до 13-14 лет и является одним из самых сложных и ответственных в жизни ребенка. Этот возраст считается кризисным, поскольку происходят резкие качественные изменения, затрагивающие все стороны развития и жизни. Кризис подросткового возраста связан с изменением социальной ситуации развития и ведущей деятельности.

Социальная ситуация развития - это особое положение ребенка в системе принятых в данном обществе отношений. В подростковом возрасте она представляет собой переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости. Подросток занимает промежуточное положение между детством и взрослостью.

Ведущая деятельность - эта та деятельность, которая определяет возникновение основных изменений в психическом развитии ребенка на каждом отдельном этапе. Если у младших школьников такой деятельностью является учебная, то в подростковом возрасте она сменяется на интимно-личностное общение. Именно в процессе общения со сверстниками происходит становление нового уровня самосознания ребенка, формируются навыки социального взаимодействия, умение подчиняться и в тоже время отстаивать свои права. Кроме того, общение является для подростков очень важным информационным каналом.

Многие особенности поведения подростка связаны не только с психологическими изменениями, но и с изменениями, происходящими в организме ребенка. Половое созревание и неравномерное физиологическое развитие подростка обуславливают многие его поведенческие реакции в этот период. Подростковый возраст характеризуется эмоциональной неустойчивостью и резкими колебаниями настроения (от экзальтации до депрессии). Поведение подростков зачастую бывает непредсказуемым, за короткий период они могут продемонстрировать абсолютно противоположные реакции:

- целеустремленность и настойчивость сочетаются с импульсивностью;
- неуемная жажда деятельности может смениться апатией, отсутствием стремлений и желаний что-либо делать;
- повышенная самоуверенность, безапелляционность в суждениях быстро сменяются ранимостью и неуверенностью в себе;
- развязность в поведении порой сочетается с застенчивостью;
- романтические настроения нередко граничат с цинизмом, расчетливостью;
- нежность, ласковость бывают на фоне недетской жестокости;
- потребность в общении сменяется желанием уединиться.

Наиболее бурные аффективные реакции возникают при попытке кого-либо из окружающих ущемить самолюбие подростка. Пик эмоциональной неустойчивости приходится у мальчиков на возраст 11-13 лет, у девочек - на 13-15 лет.

В подростковый период возникает ряд важнейших личностных задач. Основные линии развития подростков связаны с прохождением личностных кризисов: кризиса идентичности и кризиса, связанного с отделением от семьи и приобретением самостоятельности.

**Ранняя юность** (15-17 лет) является важным и ответственным этапом развития личности. В этот период происходит становление психологических механизмов, которые оказывают влияние на процессы развития и самореализации. Именно в этом возрасте начинается раскрытие всех аспектов личности, развитие личностных возможностей, расширяется совместная деятельность с другими людьми, заканчивается подготовка к включению в самостоятельную жизнь как полноправного члена общества. Все это создает необходимые предпосылки для самореализации личности. В этом возрасте идет активный процесс формирования, усложнения личности, изменения иерархии потребностей.

Юношеский возраст особенно важен для решения задач самоопределения, самореализации и выбора жизненного пути, который связан с выбором профессии. Возраст юношества сенситивен для формирования психологической готовности к личностному, профессиональному и жизненному самоопределению, внутренне связан с построением жизненных планов, с определением дальнейшего пути.

Понятие «психологическая готовность» предполагает в данном случае наличие определенных способностей и потребностей, которые позволяют выпускнику школы с возможной полнотой реализовать себя. Это, прежде всего, потребность в общении, владение способами его построения, теоретическое мышление и умение ориентироваться в различных формах теоретического сознания, развитие рефлексии, с помощью которой осмысливается осознанное и критическое отношение к себе. Эти качества образуют психологическую базу для самоопределения – центрального образования раннего юношеского возраста.

В отличие от мечты, которая может быть как активной, так и созерцательной, жизненный план – это план деятельности, поэтому он связан в первую очередь с выбором профессии.

Выбор будущей сферы деятельности составляет ядро процесса самоопределения. Следует обратить внимание на специфические внутренние условия выбора профессии в юношеском возрасте. Это все еще формирующееся мировоззрение, обобщенная форма самосознания, работа которого проявляется в стремлении молодого человека подойти к себе с позиций господствующих в обществе ценностей, наконец, открытие собственного «Я», переживаемого в форме чувства индивидуальной целостности и неповторимости.

### **1.10. Режим занятий**

Программа реализуется в течении учебного года, объем учебной нагрузки – 72 часа.

Теоретические занятия проводятся еженедельно - 1 занятия в неделю по 1 часу. Практические занятия в объеме 36 часов в год – в соответствии с календарным учебным

графиком. Режим занятий регламентируется СанПиН 2.4.4.3172-14 и Положением об организации и осуществлении образовательного процесса муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист».

### 1.11. Календарный учебный график

Календарный учебный график реализации программы регламентируется Календарным учебным графиком МБУДО «ДЮЦ «Турист» на 2019-2020 учебный год

Набор детей на обучение по программе осуществляется в два этапа:

- основной набор 15 апреля - 15 августа 2019 года;
- дополнительный набор 15 августа - 30 сентября 2019 года.

Продолжительность 2019–2020 учебного года:

- начало учебного года – 02.09.2019 г.;
- продолжительность учебного года – 36 недель;
- окончание учебного года – 31.05.2020 года

Учебный год делится на два полугодия:

- 1-ое полугодие – с 02.09.2019 по 31.12.2019
- 2-ое полугодие – с 09.01.2020 по 31.05.2020
- Зимние каникулы – с 01.01.2019 по 08.01.2019

-

Полугодие	Период начала и окончания	Количество недель	Промежуточная аттестация учащихся	Итоговая аттестация учащихся
1 полугодие	02.09.2019-31.12.2019	16	Декабрь	
2 полугодие	09.01.2020-31.05.2020	20		Май

### 1.12. Особенности организации образовательного процесса

Образовательный процесс по реализации настоящей программы регламентируется Положением об организации и осуществлении образовательного процесса муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист».

Образовательный процесс осуществляется в детском объединении постоянного состава, сформированного на период реализации программы.

Наименование объединения – кружок.

Наполняемость объединения – 12 учащихся.

Состав объединения – разновозрастный, в пределах возрастного диапазона от 11 до 17 лет включительно.

Основная форма проведения занятий – групповая.

Учитывая возрастные особенности детей, образовательный процесс по реализации программы разноплановый, основной формой организации учебной деятельности является комплексное занятие.

Структура занятия:

- 1) Организационный этап.
- 2) Постановка цели и задач занятия. Мотивация учебной деятельности учащихся.
- 3) Актуализация знаний.
- 4) Объяснение нового материала / Воспроизведение и коррекция знаний, полученных ранее / Обобщение и систематизация знаний
- 5) Выполнение практического задания – самостоятельная работа, работа в паре или группе, решение ситуативной задачи и т.п.

б) Рефлексия (подведение итогов занятия), демонстрация выполненных творческих работ.

### **1.13. Планируемые результаты освоения программы**

В ходе обучения по программе учащиеся освоят знания и навыки в области культуры безопасности и безопасного поведения.

По завершению программы учащиеся будут знать:

- определение понятия безопасности жизни;
- основные источники опасностей в городской среде и на природе;
- сезонные требования к организации безопасности жизни;
- отличия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- правила проведения и организации туристского похода, прогулки, пикника;
- современные способы ориентирования на местности;
- правила проведения соревнований «Школа безопасности».

Будут уметь:

- определять степень опасности;
- ориентироваться на незнакомой местности и в городе;
- соблюдать основные требования безопасности при организации похода на природу, преодоления различных препятствий;
- работать самостоятельно и в коллективе объединения.

Приобретут ряд навыков:

- связанных с осуществлением безопасной жизнедеятельности в городской среде и на природе.

**Личностные:**

- формирование у детей устойчивого и осознанного интереса к занятиям;
- воспитание культуры безопасности;
- воспитание социальных норм безопасного поведения;
- участие в составе команды в соревнованиях «Школа безопасности»;
- умение сотрудничать с товарищами в совместной деятельности;
- формирование доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.

- **Метапредметные:**

**Регулятивные:**

- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- умение планировать и грамотно осуществлять учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку педагога, товарищей, родителей;
- умение преобразовать практическую задачу в познавательную.

**Познавательные:**

- умение выделять суть учебной задачи, т.е. сравнивать, анализировать, выделять главное, обобщать;
- умение ориентироваться на разнообразие способов решения задач;

**Коммуникативные:**

- умение допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной;
- умение вести диалог, распределять функции и роли в процессе выполнения коллективной игры;
- умение слушать и задавать вопросы;
- умение формулировать собственное мнение и позицию.

**Предметные:**

- умение различать безопасные, опасные и чрезвычайные ситуации;
- умение применять на практике полученные знания в области безопасности;



- умение вызывать, по необходимости службы спасения, полицию.

Контроль освоения учащимися программы осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости, промежуточной аттестации учащихся и итоговой аттестации выпускников муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Турист».

#### **Текущий контроль**

В ходе реализации программы проводятся два вида текущего контроля:

- входной контроль,
- контроль приобретенных знаний, умений и навыков.

Входной контроль – проверка отдельных знаний, навыков и умений учащегося, необходимых для успешного обучения. Проводится в начале обучения по программе и необходим для корректировки учебного плана.

Контроль приобретенных знаний, умений и навыков – проверка отдельных знаний, навыков и умений учащегося, полученных в ходе обучения. Проводится постоянно.

Текущий контроль проводится в следующих формах:

- устный опрос;
- проверка выполнения заданий.

#### **Промежуточная аттестация**

Проводится по итогам полугодия, в соответствии с календарным учебным графиком. Цель – определение уровня знаний и умений учащихся за полугодие и корректировка учебной деятельности учащихся.

Промежуточная аттестация проводится в следующих формах:

- тестирование;
- проверка выполнения заданий.

Итоги промежуточной аттестации оформляются в ведомости, с учетом достижений учащегося по каждой теме.

#### **Итоговая аттестация**

Итоговая аттестация проводится в конце учебного года и проводится в следующих формах:

- 1) Итоговое занятие;
- 2) Анализа учебной деятельности учащихся за год;
- 3) Анализа участия учащихся в тематических конкурсах.

Итоги итоговой аттестации оформляются:

- в ведомости, с учетом достижений учащегося по каждой теме;
- аналитическую справку о деятельности учащихся, творческих достижений, участия в конкурсах и сохранности контингента учащихся за год.

Итоговое занятие проводится в форме открытого занятия учащихся, на которое приглашаются родители учащихся, педагогические работники и администрация учреждения.

### **1.14. Материально-техническое обеспечение реализации программы**

Требования к помещению в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14, основные характеристики:

- площадь помещения – не менее 2 м<sup>2</sup> на 1 учащегося;
- освещенность – не менее 300 люменов;
- наличие шкафов и (или) подсобного помещения для хранения учебного материала.

Оборудование:

- Доска настенная для маркера, маркеры, линейка, угольник;
- Переносной проектор, ноутбук, экран проекционный;
- Стулья и столы ученические;

- Палатки туристские;
- Тент костровой;
- Рюкзаки;
- Спальные мешки;
- Коврики туристские;
- Варочная туристская посуда;
- Топоры, пилы, варежки рабочие;
- Медицинская аптечка;
- Компас;
- Муляж автомата Калашникова;
- Тренажёр - манекен для сердечно-легочной реанимации;
- Перевязочный материал, жгут медицинский, шины, носилки;
- Тонометр, термометр медицинский;
- Противогазы;
- Костюмы Л-1;
- Вертвики основные и вспомогательные;
- Системы страховочные;
- Каски;
- Карабины, спусковые устройства.

### **1.15. Информационное обеспечение**

**Видео** – компакт–диски из фонда библиотеки, учебное видео по тематике - <https://www.youtube.com>

**Фото и иллюстрации** - из фонда библиотеки, личного архива педагога;

**Картографический материал** - из фонда библиотеки;

**Интернет источники:**

официальный сайт МБУДО «ДЮОЦ «Турист» - [www.dc-tur.ru](http://www.dc-tur.ru)

### **1.16. Кадровое обеспечение**

Требования к кадровому обеспечению программы:

- Соответствие педагогического работника требованиям профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержденного Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298н;
- Знания в области преподаваемой дисциплины.

В 2019-2020 учебном году программу реализуют педагоги дополнительного образования:

Шидловская В.А.

Велюга А.А.

Хмелева Е.П.

Худякова Т.В.

Гордеева Е.В.

## 2. Учебный план

№	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	0	<b>Входной контроль: устный опрос.</b>
2	Автономное пребывание в природной среде	7	3	4	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения заданий.
3	Ориентирование на местности	13	7	6	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения заданий.
4	Конкурс-соревнование «Зимний бивак»	8	2	6	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения заданий.
5	Опасные и чрезвычайные ситуации в городской среде	2	2	0	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения заданий.
6	Итоговое занятие 1-го полугодия	1	1	0	<b>Промежуточная аттестация: тестирование.</b>
7	Сложные жизненные ситуации	3	3	0	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения заданий.
8	Здоровый образ жизни	2	2	0	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения заданий.
9	Слет-соревнование «Школа безопасности»	34	14	20	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения заданий.
12	Итоговое занятие по программе	1	1	0	<b>Итоговая аттестация - итоговое открытое занятие</b>
Итого		72	36	36	

### 3. Содержание

#### Тема 1. Вводное занятие

Теория:

Кружок «Безопасность в городской среде», определение «безопасность жизнедеятельности» и «культура безопасности». Особенности жизни людей в городе, основные опасности городской среды. Планы работы объединения на год. Соревнования «Школа безопасности».

Опрос: «Что такое безопасность»

#### Тема 2. Автономное пребывание в природной среде

Теория:

Необходимость для городского жителя в общении с природой. Туристские походы, путешествия, пикники, прогулки. Этап соревнования «Школа безопасности» - «Бивак».

Планирование несложного путешествия. Снаряжение для путешествия. Снаряжение для бивака.

Движение группы на маршруте. Особенности организации безопасности на маршруте.

Выбор места для бивака. Обустройство бивака. Бивачные работы. Заготовка дров. Разведение костра, приготовление еды на костре. Установка палатки. Организация спального места в палатке. Хранение продуктов питания, вещей и оборудования. Разделение обязанностей при выполнении бивачных работ. Безопасность бивачных работ. Экологобезопасное поведение в природной среде.

Практика: Однодневный поход. Установка бивака. Приготовление пищи на костре.

#### Тема 3. Ориентирование на местности

Теория:

Что такое ориентирование на местности. Современные способы ориентирования: при помощи карты и компаса; при помощи навигатора; при помощи карты-схемы по названиям улиц и достопримечательностям в городе.

Ориентирование при помощи карты и компаса: топографические знаки, масштаб, компас, ориентация карты на север, определение местоположения, измерение пройденного расстояния.

Ориентирование при помощи навигатора: обзор программы Maps Me, функции, навигация.

Ориентирование при помощи карты-схемы по названиям улиц и достопримечательностям в городе, на основе туристской схемы города Москва.

Практика:

Участие в соревнованиях по туристскому ориентированию или тренировка по ориентированию в лесопарковой зоне / городском парке и городе Мытищи.

Самостоятельная работа: ориентирование при помощи навигатора.

#### Тема 4. Конкурс-соревнование «Зимний бивак»

Теория:

Положение и условия соревнований «Зимний бивак».

Особенности путешествий зимой. Требования к одежде, головному убору, обуви. Основные опасности: низкие температуры, метели, переохлаждение, обморожение конечностей и открытых частей тела, тонкий лед на реках и озерах.

Особенности организации бивака зимой.

Практика:

Организация бивака и участие в соревнованиях по ориентированию в рамках соревнования «Зимний бивак».

Результаты участия учащихся в соревнованиях «Зимний бивак» является основой для проведения промежуточной аттестации.

## **Тема 5. Опасные и чрезвычайные ситуации в городской среде**

Теория:

Опасные для человека явления в городской среде. Опасные и чрезвычайные ситуации, в чем различия. Классификация опасных и чрезвычайных ситуаций: природные, техногенные, социальные. Службы спасения.

## **Тема 6. Итоговое занятие 1-го полугодия.**

Теория:

Обобщение всего материала, пройденного за полугодие.

Тестирование.

## **Тема 7. Сложные жизненные ситуации**

Теория:

Определение понятия «Сложная жизненная ситуация».

### **Модуль для детей 11-14 лет**

Ссора с другом или друзьями. Ситуации со сложным моральным выбором и невозможностью принять решение. Буллинг в школе. Бедность. Ссоры и непонимание требований родителей. Серьезная болезнь родителей или собственная болезнь. Ссоры родителей. Развод родителей. Потеря близких. Способы преодоления сложных жизненных ситуаций. Помощь людям, попавшим в сложные жизненные ситуации, милосердие.

### **Модуль для детей 15-17 лет**

Ссора с другом или друзьями. Ситуации со сложным моральным выбором и невозможностью принять решение. Депрессивные состояния. Буллинг в школе. Непосильный долг. Безответная любовь. Бедность. Ссоры и непонимание требований родителей. Серьезная болезнь родителей или собственная болезнь. Ссоры родителей. Развод родителей. Потеря близких. Способы преодоления сложных жизненных ситуаций. Помощь людям, попавшим в сложные жизненные ситуации, милосердие.

## **Тема 8. Здоровый образ жизни**

Теория:

Чем отличается здоровый образ жизни от нездорового. Преимущества здорового образа жизни:

- укрепление иммунитета и снижение заболеваемости вирусными и инфекционными недугами;

- достижение активного долголетия и сохранение даже в старости дееспособности и подвижности;
- снижение риска развития хронических заболеваний;
- избавление от плохого настроения, депрессий и стрессов;
- активное участие в социальной и семейной деятельности;
- возможность заниматься любимым делом даже в старости;
- ежедневно вставать и ощущать себя полным сил и энергии;
- подавать правильный пример родственникам и другим детям;
- иметь красивое тело и чистую кожу без прыщей и морщин;
- увеличение возраста появления первых возрастных изменений в организме;
- чувство, что всё возможно и достижимо.

Составляющие нездорового образа жизни:

- малоподвижный образ жизни;
- вредные привычки;
- питание, состоящее в основном из жирных продуктов, отсутствие разнообразия, овощей и фруктов;
- отсутствие прогулок на свежем воздухе;
- не соблюдение правил личной гигиены;
- отсутствие радости.

Что такое жизнь. Этапы жизни – младенчество, детство, юность, молодость, взрослость, старость. Почему с детского возраста необходимо соблюдать здоровый образ жизни и заботиться о своем здоровье. Сравнение фотографий и возможностей людей, которые вели здоровый и не здоровый образ жизни. Почему вредные привычки приобретаются в основном в детском возрасте. Гигиена.

Как организовать свой день. Комплексы физических упражнений. Правильное питание – рацион. Жизненные радости. Увлечения.

## **Тема 9. Слет-соревнование «Школа безопасности»**

Теория:

Положение и условия слета-соревнования «Школа безопасности». Этапы соревнования и действия команды и участников.

Этапы соревнования с преодолением естественных препятствий с использованием веревок и страховочных систем. Вербки, их разновидность, использование и назначение. Карабины страховочные. Системы страховочные. Узлы. Экипировка участника. Наведение и прохождение этапов: навесная переправа, переправа по параллельным перилам, переправа по бревну с перилами, траверс склона по перилам, спуск и подъем по перилам с самостраховкой.

Этап соревнования «Оказание доврачебной помощи». Алгоритм оказания помощи пострадавшему. Простейшие методы диагностики состояния больного или пострадавшего: по внешним признакам, расспрос, пальпация, измерение температуры тела и артериального давления. Обмороки, потеря сознания. Понятие о клинической и биологической смерти. Сердечно-легочная реанимация. Приёмы экстренной эвакуация больного в медицинское учреждение. Автомобильная аптечка, состав. Основные представления о переломах, ранах, ожогах, обморожениях, кровотечениях. Приёмы наложения различных видов повязок, антисептические мероприятия по обработке ран. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, переохлаждении и обморожении. Профилактика укусов клещей. Оказание доврачебной помощи при укусах

насекомых, змей. Оказание первой помощи при ожогах различной степени, при химических ожогах. Изготовление мягких носилок.

Этапы соревнования «Гражданская оборона». Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Действия населения при подаче сигнала «Внимание всем!». Средства индивидуальной защиты населения: СИЗОД (респираторы, противогазы), защитные костюмы (ОЗК, Л1); аптечка индивидуальная (АИ-2,) и индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8, ИПП-10).

Этапы соревнования «Пожарно-тактическая полоса». Боевая одежда пожарного, пожарные рукава, разветвители, пожарный ствол, огнетушители.

Этапы соревнования «Начальная военная подготовка». Рода и виды вооруженных сил. Воинские звания. Автомат Калашникова.

Этапы соревнования, связанные с ориентированием. Виды ориентирования в рамках соревнования. Определение азимута, расстояния, ширины и высоты объекта.

Практика:

Вязание узлов, применяемых для страховки, само страховки и организации переправ, подготовка снаряжения для соревнований и тренировок. Преодоление отдельных этапов и дистанций соревнований «Школа безопасности» на тренировках.

Измерение температуры тела, артериального давления, пульса. Проведение антисептических мероприятий по обработке ран, наложение различных видов повязок. Наложение жгута, шин. Проведение СЛР на манекене. Транспортировка «пострадавшего». Изготовление мягких носилок.

Подбор противогазов. Надевание противогазов. Отработка действий по команде «Газы!». Использование костюма Л-1 в положении «Боевое» - действия по команде «Защитную одежду надеть. Газы»; действия по команде «Защитную одежду снять».

Надевание боевой одежды пожарного. Развертывание пожарных рукавов, подсоединение пожарного ствола.

Неполная разборка и сборка автомата.

Определение азимута по компасу, расстояния, ширины и высоты объекта.

Участие в слете-соревновании «Школа безопасности».

## **Тема 10. Итоговое занятие по программе**

Теория: обобщение всего пройденного материала за год.

Тестирование.

#### **4. Методическое обеспечение программы**

##### **Методы обучения по программе:**

- Словесный;
- Объяснительно-иллюстративный;
- Репродуктивный;
- Игровой.

**Формы организации образовательного процесса** – групповая, это связано с особенностями преподаваемой дисциплины, возрастными особенностями учащихся, и экономией финансовых средств на реализацию программы.

##### **Формы организации учебных занятий:**

Классификация занятий (по С.А. Козловой)

Дидактическая задача:

1. Занятия усвоения новых знаний, умений;
2. Занятия закрепления ранее приобретенных знаний и умений;
3. Занятия творческого применения знаний и умений;
4. Комплексные занятия, где одновременно решается несколько задач.

В ходе проведения занятий педагог имеет возможность осуществлять обучение при использовании разнообразных форм организации образовательного процесса:

- тренировки;
- дидактические игры;
- лекции;
- беседы;
- конкурс;
- наблюдение;
- открытое занятие;
- презентация;
- соревнование;
- слет.

##### **Педагогические технологии**

- Технология игровой деятельности
- Технология группового обучения
- Технология развивающего обучения
- Коммуникативная технология обучения
- ИКТ

##### **Алгоритм учебного занятия**

###### ***Занятия усвоения новых знаний, умений:***

- 1) Организационный этап.
- 2) Постановка цели и задач занятия. Мотивация учебной деятельности учащихся.
- 3) Актуализация знаний.



- 4) Объяснение нового материала
- 5) Выполнение практического задания – самостоятельная работа, работа в паре или группе, решение ситуативной задачи и т.п.
- 6) Рефлексия (подведение итогов занятия), демонстрация выполненных творческих работ.

***Занятия закрепления ранее приобретенных знаний и умений:***

- 1) Организационный этап.
- 2) Постановка цели и задач занятия. Мотивация учебной деятельности учащихся.
- 3) Актуализация знаний.
- 4) Воспроизведение и коррекция знаний, полученных ранее
- 5) Выполнение практического задания – самостоятельная работа, работа в паре или группе, решение ситуативной задачи и т.п.
- 6) Рефлексия (подведение итогов занятия), демонстрация выполненных творческих работ.

***Итоговые занятия по завершению изучения темы:***

- 1) Организационный этап.
- 2) Постановка цели и задач занятия. Мотивация учебной деятельности учащихся.
- 3) Актуализация знаний.
- 4) Обобщение и систематизация знаний
- 5) Выполнение практического задания – самостоятельная работа, работа в паре или группе, решение ситуативной задачи и т.п.
- 6) Рефлексия (подведение итогов занятия), демонстрация выполненных творческих работ.

**Методические и дидактические материалы**

Основным местом размещения методических и дидактических материалов, используемых при реализации программы является сайт учреждения - <https://www.dctur.ru>

## 5. Список литературы для педагога

1. Балабанов И.В Узлы-М: Москва, изд 14, 2014.-79 с.
2. Данченко С.П. Основы безопасности жизнедеятельности. Практические работы на уроках и во внеурочной деятельности. 5 -11 классы. М: Учитель, 2017
3. Занько, Н.Г. Безопасность жизнедеятельности / Н.Г. Занько, К.Р. Малаян и др. - СПб.: Лань, 2016. - 696 с.
4. Кашевник Б.Л., Аварийно-спасательное снаряжение для работ на высоте с использованием основ и приёмов техники альпинизма ,М: Вертикаль, 2008-183 с.
5. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. изд .3 М.: ЦДЮТур МО РФ, 2012.- 72 с.
6. Кутуев Ю.И. Теория безопасности жизнедеятельности. Учебник, М:Академия, 2014-272 с.
7. Навесная переправа авторы - составители: Ю.А. Богащенко, И.В. Бормотов-М: 1989- 16 с.
8. ОБЖ: ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНИ Электронный журнал. Региональное отделение Всероссийского детско-юношеского общественного движения "Школа Безопасности" (Москва) <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=8946>

## Список литературы для обучающихся и родителей

1. Сайт МЧС «Культура безопасности жизнедеятельности» - <http://www.kbzhd.ru>
2. Конюхов Ф.Ф. На грани возможностей, Серия: Преодолей себя М: Эксмо, 2019- 320 с.
3. Левченко А.О. Дети онлайн: опасности в сети, М: Эксмо , 2015-320 с.
4. Логвинова Н. А. , Бабаян А. Р. , Алачева З. А. , Мухортова С. А. , Черников В. В. , Артемова И. В. , Намазова-Баранова Лейла Сеймуровна , Тепаев Р. Ф. , Куличенко Татьяна Владимировна Оказание первой помощи детям. Методические рекомендации, М: ПедиатрЪ, 2017- 60 с.
5. Мерников А.Г. Оружие. Большой иллюстрированный гид, М: АСТ, 2018- 160 с.
6. Правила дорожного движения. Книга в книге, М: Проспект, 2018- 96 с.
7. Сатъя Дас Нескучная детская психология. Как общаться с ребенком, чтобы он вас и слушался, и слышал .М: АСТ, 2018 – 240 с.
8. Сурженко Л. Трудная ситуация. Как поступить, если... Пособие по выживанию в семье, школе, на улице. Серия: Родителям о детях, СБ: Питер, 2016- 112 с.
9. Энциклопедия. Основы безопасности жизнедеятельности для детей и подростков , М: ИДДК, 2016-658 с.
10. За городом. Истории выживания в экстремальных ситуациях <https://ribalych.ru/2012/02/16/istorii-vyzhivaniya-v-ekstremalnyx-situacijax/>
11. Мегаобучалка. Основы выживания в различных чрезвычайных ситуациях <https://megaobuchalka.ru/7/12320.html>
12. «Вестник детско-юношеского туризма и отдыха» – электронное интернет-издание. <http://tour-vestnik.ru/>

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УМР

\_\_\_\_\_ К.Я. Кайдалова

Руководитель структурного подразделения

\_\_\_\_\_ Л.А. Дягилева

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУДО ДЮЦ «Турист»

\_\_\_\_\_ Е.И. Шалимова  
30 августа 2019 года

### Календарный учебный график на 2019 – 2020 учебный год

Дополнительная общеразвивающая программа «Безопасность в городской среде»  
(стартовый уровень)  
год обучения: 1 группа: 1  
педагог дополнительного образования Шерсткова С.С.

№	дата проведения	время проведения	форма занятия	теория (час)	практика (час)	всего (час)	тема занятий	место проведения	форма контроля
1	3 сентября 2019 г.	15:00-16:00	Беседа	1	0	1	<b>Вводное занятие</b>	МОУ СОШ № 1	<b>Входной контроль: устный опрос.</b>
2	10 сентября 2019 г.	15:00-16:00	Лекция	1	0	1	Автономное пребывание в природной среде	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
3	17 сентября 2019 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Автономное пребывание в природной среде	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
4	24 сентября 2019 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Автономное пребывание в природной среде	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
	29 сентября 2019 г.	09:00-13:00	Поход	0	4	4	Автономное пребывание в природной среде	Лесопарковая зона	Текущий контроль: контроль выполнения задания.

№	дата проведения	время проведения	форма занятия	теория (час)	практика (час)	всего (час)	тема занятий	место проведения	форма контроля
6	1 октября 2019 г.	15:00-16:00	Лекция	1	0	1	Ориентирование на местности	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
7	8 октября 2019 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Ориентирование на местности	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
9	15 октября 2019 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Ориентирование на местности	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
10	22 октября 2019 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Ориентирование на местности	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
11	29 октября 2019 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Ориентирование на местности	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
12	3 ноября 2019 г.	09:00-13:00	Соревнование	0	4	4	Ориентирование на местности	Парк	Текущий контроль: контроль выполнения задания.
12	5 ноября 2019 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Ориентирование на местности	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
14	12 ноября 2019 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Ориентирование на местности	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
15	17 ноября 2019 г.	09:00-11:00	Тренировка	0	2	2	Ориентирование на местности	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: контроль выполнения задания.
15	19 ноября 2019 г.	15:00-16:00	Лекция	1	0	1	Конкурс-соревнование «Зимний бивак»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
16	26 ноября 2019 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Конкурс-соревнование «Зимний бивак»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
17	1 декабря 2019 г.	09:00-15:00	Соревнование	0	6	6	Конкурс-соревнование «Зимний бивак»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: контроль выполнения задания.
17	3 декабря 2019 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Опасные и чрезвычайные ситуации в городской среде	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.

№	дата проведения	время проведения	форма занятия	теория (час)	практика (час)	всего (час)	тема занятий	место проведения	форма контроля
19	10 декабря 2019 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Опасные и чрезвычайные ситуации в городской среде	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
20	17 декабря 2019 г.	15:00-16:00	Беседа, тестирование	1	0	1	<b>Итоговое занятие 1-го полугодия</b>	МОУ СОШ № 1	<b>Промежуточная аттестация: тестирование</b>
21	14 января 2020 г.	15:00-16:00	Беседа	1	0	1	Сложные жизненные ситуации	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
22	21 января 2020 г.	15:00-16:00	Беседа	1	0	1	Сложные жизненные ситуации	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
23	28 января 2020 г.	15:00-16:00	Беседа	1	0	1	Сложные жизненные ситуации	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
25	4 февраля 2020 г.	15:00-16:00	Беседа	1	0	1	Здоровый образ жизни	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
26	11 февраля 2020 г.	15:00-16:00	Беседа	1	0	1	Здоровый образ жизни	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
27	18 февраля 2020 г.	15:00-16:00	Лекция	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
29	25 февраля 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
30	1 марта 2020 г.	09:00-11:00	Тренировка	0	2	2	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: контроль выполнения задания.
30	3 марта 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
31	10 марта 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	Библиотека МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
32	15 марта 2020 г.	09:00-11:00	Тренировка	0	2	2	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: контроль выполнения задания.

№	дата проведения	время проведения	форма занятия	теория (час)	практика (час)	всего (час)	тема занятий	место проведения	форма контроля
32	17 марта 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
34	24 марта 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
35	31 марта 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
36	7 апреля 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
36	12 апреля 2020 г.	09:00-11:00	Тренировка	0	2	2	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: контроль выполнения задания.
37	14 апреля 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
39	21 апреля 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
40	25 апреля 2020 г.	09:00-13:00	Тренировка	0	4	4	Слет-соревнование «Школа безопасности»	Лесопарковая зона	Текущий контроль: контроль выполнения задания.
40	28 апреля 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
41	7 мая 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
42	12 мая 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.
42	17 мая 2020 г.	09:00-11:00	Тренировка	0	2	2	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: контроль выполнения задания.
44	19 мая 2020 г.	15:00-16:00	Комплексное занятие	1	0	1	Слет-соревнование «Школа безопасности»	МОУ СОШ № 1	Текущий контроль: устный опрос.

№	дата проведения	время проведения	форма занятия	теория (час)	практика (час)	всего (час)	тема занятий	место проведения	форма контроля
44	23 мая 2020 г.	08:00-16:00	Слет-соревнование	0	8	8	Слет-соревнование «Школа безопасности»	Лесопарковая зона	Текущий контроль: контроль выполнения задания.
45	26 мая 2020 г.	15:00-16:00	Беседа, тестирование	1	0	1	<b>Итоговое занятие по программе</b>	МОУ СОШ № 1	<b>Итоговая аттестация - итоговое открытое занятие</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>36</b>	<b>36</b>	<b>72</b>			