Отдел образования администрации Измалковского района

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ИЗМАЛКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ»

РАССМОТРЕНО
на заседании методического
объединения педагогов
дополнительного образования
протокол от 30.08.2024г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
приказ от 02.09.2024 г.
№ 266

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«Основы пожарно-спасательного дела»

Возраст учащихся 11—14 лет

Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования
Быков Андрей Владимирович

с. Измалково
2024

Отдел образования администрации Измалковского района

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ИЗМАЛКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ»

РАССМОТРЕНО
на заседании методического
объединения педагогов
дополнительного образования
протокол от 30.08.2024г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
приказ от 02 .09.2024 г.
№ 266

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«Основы пожарно-спасательного дела»

Возраст учащихся 11—14 лет

Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования
Быков Андрей Владимирович

с. Измалково
2024

1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка.

Программа составлена с учетом Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р г. Москва).

Изучен современный опыт педагогов дополнительного образования и апробированные дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.13 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», СанПиН 2.4.4.3172-14. Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (приложение к письму МОиН РФ от 18.11.15 № 09-3242), Положением о порядке разработки, оформления и утверждения дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых в МБОУ ЦДО Измалковского района Липецкой области.

Каждый гражданин нашей страны, в том числе и подросток, в случае чрезвычайных ситуаций (стихийных бедствий, аварий, катастроф, и вооруженных конфликтов и др.) должен быть готов защитить себя, товарища, родных и близких, оказать посильную помощь пострадавшим. Необходимость этого обуславливается сложными современными условиями окружающего нас мира.

Именно эти задачи решает детское объединение “ Школа безопасности”. Занимаясь, дети и подростки осваивают правила безопасного поведения в повседневной жизни и подготовки к действиям в ЧС и экстремальных ситуациях.

Туризм – важная составляющая программы, важнейшие средства воспитания, которое благодаря своему разнообразию и универсальности открывают широкие возможности для практической подготовки маленького гражданина к большой жизни.

Освоение элементарных туристских навыков и краеведческих знаний школьниками для успешного и содержательного проведения походов и экскурсий – важная и далеко ещё не решённая задача в большинстве школ. Ребята могут и должны получить первоначальные навыки туризма прежде всего в своём классе, а затем совершенствоваться в детских объединениях.

Туризм имеют своей целью подготовку юных туристов и спасателей к проведению познавательных и безаварийных путешествий. Они направлены на совершенствование физического и умственного развития, способствуют изучению Родины, приобретению полезных навыков в области спасения пострадавших.

Программа кружка рассчитана на учащихся 11-14 лет и предусматривает приобретение необходимых знаний, умений и навыков в области спортивного туризма, спортивного ориентирования и краеведения, умение выживать природных условиях и экстремальных ситуациях, уметь вести спасательные работы в техногенных и природных чрезвычайных ситуациях.

Программа рассчитана на 1 месяц обучения (24 часа).

Данная программа реализуется в результате тесной связи теоретических занятий и практических тренировок. Полученные знания и практические навыки дети должны уметь применять на практике, в походных условиях и различных чрезвычайных ситуациях. Лучшие формы для этого – это туристские походы, соревнования и слёты.

Кроме обучающего и развивающего значения, занятия в кружке играют и огромную воспитательную роль, позволяют воспитывать в детях высокие морально – волевые качества, любовь к Родине, к природе, готовит к дальнейшей самостоятельной жизни, помогает подготовиться к таким профессиям, как пожарный, врач, спасатель, офицер и др.

Новизна.

Работа позволяет с высокой степенью достоверности проиграть реальную экстремальную ситуацию, связанную с риском для жизни, воспитывая при этом такие качества как чувство ответственности за себя и окружающих, наличие индивидуальности и навыки сотрудничества и соучастия, повышать самооценку и социальный статус обучаемых.

В условиях современного мира, повышения уровня опасности и роста техногенных аварий и катастроф, необходимо совершенствование знаний и умений в области обеспечения личной и общественной безопасности. Для этого необходимо расширение знаний безопасности жизнедеятельности со школьного уровня, до уровня специальной подготовки в условиях внеурочной и внеклассной подготовки (кружковой деятельности). Данная программа дает возможность наиболее емко дать знания в области безопасности спасательного дела.

Актуальность программы.

В деле защиты населения в опасных и чрезвычайных ситуациях возрастает роль и ответственность системы образования за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности. Остро возникает необходимость выработки у населения привычек здорового образа жизни.

Анализируя события и причины возникновения опасных ситуаций необходимо четко определить направления по уменьшению числа жертв среди населения России, а для этого требуются специально подготовленные кадры, которые в любую минуту смогут прийти на помощь, устранить «проблему» и профессионально проявить себя в оказании помощи пострадавшим или попавшим в беду людям.

Педагогическая целесообразность данной программы заключается:

в здоровьесберегающем аспекте обучения правилам безопасности в учреждении образования, в быту, в автономных условиях

участие в работе коллектива даёт воспитанникам следующие преимущества:

- повышается общая и специальная физическая подготовка обучаемых;
- теоретическая подготовка обучаемого;

-повышается психологическая защищённость воспитанников, развиваются коммуникативные навыки и творческие способности;

Отличительные особенности программы.

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что по программе занятия в течение учебного года проводятся по вектору «теория + практика». Программа характеризуется многообразием форм и методов. Часть занятий теоретического плана ведутся методом рассказа, беседы, показа. Большая часть программы осваивается выполнением практических действий, т.е. тренировка. Основной отличительной особенностью является, то, что по итогам обучения участники объединения принимают участие в региональных и межрегиональных полевых лагерях РФ «Юный спасатель» и «Школа безопасности».

Адресат программы: программа ориентирована на детей 11—14 лет. Наполняемость в группах составляет — до 15 человек. Условия набора детей в коллектив: на основании заявления родителей.

Объем и срок освоения программы, режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа, недельная нагрузка 6 учебных часа, всего 24 часа.

Форма обучения – очная, форма аудиторных занятий – занятия.

Цель программы: создание оптимальных возможностей для дальнейшего развития социально-значимых интересов, реализации склонностей и способностей подростков и молодёжи в спортивном туризме и, формирования их гражданской позиции, профессиональных интересов в процессе туристско-краеведческой и спасательной деятельности.

Программа предусматривает решение следующих основных задач:

в области образования:

- совершенствование знаний, умений и навыков в области спортивного туризма;
- изучение техники и тактики преодоления естественных препятствий, правил организации страховки;
- углубление знаний в области краеведения;
- получение знаний, умений и навыков по спортивному ориентированию;

в области воспитания:

- воспитание здорового образа жизни;
- воспитание спортсменов, гармонично сочетающих в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство;
- формирование патриотизма, активной гражданской позиции;
- сохранение исторической памяти, любви к малой Родине;
- воспитание любви к природе и грамотного экологического поведения;
- воспитание волевых качеств – целеустремлённости, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания;

развивающие задачи:

- выработка таких качеств, как выносливость, сила, ловкость;
- развитие практических навыков: самообразования, самореализации, самоуправления, общественной активности и дисциплины;
- развитие всех сфер личности: интеллектуальной, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, физической и др.

По окончании первого года обучения учащиеся должны знать:
- устройство, правила хранения и использования туристского снаряжения;
- правила организации туристского быта;
- способы пешеходного и лыжного передвижения;
- правила преодоления препятствий;
- правила и условия проведения соревнований;
- характеристику топографических и спортивных карт, топографические знаки;
- правила работы с компасом и картой;
- правила поведения в зонах техногенных и природных катастроф;
- правила спасения на воде и оказания ПМП утопающим;
- правила гигиены в походах;
- правила оказания доврачебной помощи.

Учащиеся должны уметь:
- пользоваться туристским снаряжением (карабины, страховочные системы, рюкзаки, палатки, спальные мешки и коврики, верёвки и др.);
- разбивать лагерь, разжигать костёр, готовить пищу;
- завязывать туристские узлы (прямой, встречный, двойной схватывающий, проводник восьмёрка, стремя, академический и др.);
- выполнять технические приёмы на лыжах;
- переправляться способами «маятник», «кочки», «гать», по навесной и параллельной переправам, по бревну;
- осуществлять спуск-подъём различными способами, траверс склона;
- определять своё местоположение на карте и осуществлять движение с помощью карты и компаса;
- ориентироваться с помощью компаса, небесных светил и местных предметов;
- определять расстояние различными способами;
- оказывать первую доврачебную помощь;
- транспортировать пострадавшего различными способами;
- уметь пользоваться средствами пожаротушения;
- уметь пользоваться средствами индивидуальной защиты.

В течении прохождения курса обучения обучающиеся принимают участие в соревнованиях по туристскому многоборью, лыжному туризму, спортивному ориентированию, туристских слётах, соревнованиях «Юный спасатель» и «Школа безопасности» и других мероприятиях согласно плану массовых мероприятий.

Для подведения общих итогов обучения проводится итоговый зачётный поход.

По окончании второго года обучения учащиеся должны знать:
- устройство, правила хранения и использования туристского снаряжения;
- правила организации туристского быта;
- способы пешеходного и лыжного передвижения;
- правила преодоления препятствий;
- правила и условия проведения соревнований;
- характеристику топографических и спортивных карт, топографические знаки;
- способы и правила наведения переправ, организации страховки;
- правила поведения в зонах техногенных и природных катастроф;
- правила гигиены в походах;
- состав аптечки и правила применения лекарств;
- правила оказания доврачебной помощи;

- правила спасения на воде и оказания ПМП утопающим;

Учащиеся должны уметь:

- пользоваться туристским снаряжением (карабины, страховочные системы, рюкзаки, палатки, спальные мешки и коврики, верёвки, жумары, кроль, дюльфер и др.);
- разбивать лагерь, разжигать костёр, готовить пищу;
- завязывать туристские узлы (прямой, встречный, двойной схватывающий, проводник восьмёрка, стремя, академический, двойной проводник, срединный проводник, шкотовый, брамшкотовый, булинь, удавка и др.);
- выполнять технические приёмы на лыжах;
- переправляться способами «маятник», «кочки», «гать», по навесной и параллельной переправам, по бревну, в брод; переправляться с сопровождением; наводить переправы;
- осуществлять спуск-подъём различными способами, траверс склона;
- определять своё местоположение на карте и осуществлять движение с помощью карты и компаса;
- ориентироваться с помощью компаса, небесных светил и местных предметов;
- определять расстояние различными способами;
- оказывать первую доврачебную помощь;
- транспортировать пострадавшего различными способами;
- уметь пользоваться средствами пожаротушения;
- уметь пользоваться средствами индивидуальной защиты;
- уметь проводить спасательные работы в зонах разрушений.

В течение прохождения курса обучения обучающиеся принимают участие в соревнованиях по туристскому многоборью, лыжному туризму, спортивному ориентированию, туристских слётах и соревнованиях «Юный спасатель» и «Школа безопасности», других мероприятиях согласно плану массовых мероприятий.

Для подведения общих итогов обучения проводится итоговый зачётный поход.

Учебно-тематический план 2-го года обучения.

№ п/п	Тема	Всего часов	Тео-рия	Прак-тика
1.	**Основы туристской подготовки.**	**15**	**5**	**10**
	Техника движения и преодоления препятствий:			
1.1	переправа « маятник », « кочки », « гать »;	3	1	2
1.2	навесная переправа: с самостраховкой, с сопровождением, с самонаведением;	3	1	2
1.3	переправа по параллельным верёвкам: с самостраховкой, с сопровождением, с самонаведением;	3	1	2
1.4	переправа по бревну: с самостраховкой, сопровождением, с самонаведением, траверс склона.	3	1	2
1.5	спуск – подъём по склону с использованием перилл, с самонаведением, с сопровождением;	3	1	2
2.	**Топография и ориентирование.**			
2.1	Топографическая и спортивная карта. Способы ориентирования. Компас, работа с компасом.	3	1	2

3.	**Основы гигиены и первая доврачебная помощь.**			
3.1	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.	3	1	2
3.2	Приёмы транспортировки пострадавшего.	3	1	2
	Итого за период обучения.	**24**	**8**	**16**

Краткое содержание программы 2-го года обучения.

1. Основы туристской подготовки.

1. Техника и тактика в туристском походе.

Понятие о тактике в туристском походе. Характеристика естественных препятствий и способы их преодоления. Техника движения по различным поверхностям и рельефу. Использование страховки и самостраховки, специального снаряжения. Техника вязания узлов. Переправы « маятник», « кочки», « гать», навесная, параллельная, по бревну. Самонаведение, переправа с сопровождением. Броды через различные реки. Выбор места брода. Страховка и самостраховка во время брода. Отработка подъёмов и спусков по скалодрому.

Практические занятия.

Повторение и отработка приёмов переправ через различные препятствия различными способами. Отработка приёмов самонаведения переправ, переправ с сопровождением.

2. Топография и ориентирование.

2.1. Топографическая и спортивная карта.

Виды карт и основные сведения о них. Выбор карт для похода. Условные знаки.

Спортивная карта. Её отличие от топографической. Условные знаки спортивных карт.

Изображение рельефа на топографических и спортивных картах.

Практические занятия.

Упражнения на запоминание условных знаков. Определение по горизонталям различных форм рельефа и выбор маршрута.

Компас, правила работы с ним. Ориентирование карты и компаса. Азимут, снятие азимута с карты. Движение по Азимуту. Взятие азимута на предмет.

Практические занятия.

Упражнения по определению азимута, снятие азимута с карты. Упражнения и соревнования на прохождение азимутальных отрезков и дистанций.

Особенности ориентирования в различных природных условиях. Движение по легенде. Ориентирование при использовании спортивной карты, определение точки своего стояния и выбор пути движения.

Практические занятия.

Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию. Правила проведения соревнований. Туристское ориентирование, движение по обозначенному маршруту. Отдельные виды ориентирования в программе туристских слётов и соревнований.

Практические занятия.

Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию и туристскому ориентированию.

3. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.

3. Основные приёмы оказания доврачебной помощи.

Заболевания и травмы, обусловленные участием в туристских походах: переутомление, горная болезнь, удушье, утопление. Предупреждение и лечение простудных заболеваний. Лечение отравлений и желудочных заболеваний. Заболевания, связанные с укусами насекомых и змей. Механические травмы и повреждения.

Практические занятия.

Наложение жгута, правила наложения повязок, обработка ран, наложение шин, методы реанимации.

Оказание доврачебной помощи при утоплении.

Иммобилизация пострадавшего. Положение пострадавшего при транспортировке. Способы транспортировки. Изготовление подручных транспортных средств.

Практические занятия.

Разучивание различных способов транспортировки пострадавших, изготовление носилок и волокуш.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

Быков Андрей Владимирович, педагог дополнительного образования,
высшее профессиональное образование.
Курсы повышения квалификации – «Интеграция общего и дополнительного образования в условиях реализации ФГОС», 24 часа, 2017 год.
Общий стаж работы - 25 лет, стаж педагогической работы - 25 лет.
Календарный учебный график
Начало учебного года: 01.06.2021
Окончание учебного года: 31.06.2021
Комплектование групп: 01.06.2021

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
начало занятия		12.00		12.00			
окончание занятия		14.35		14.35			

Продолжительность занятий – 45 минут.
Продолжительность перерыва между занятиями для отдыха обучающихся и проветривания помещений: 10 мин.

Средства контроля

№ п/п	Вид испытаний	Юноши			Девушки		
		3	**4**	**5**	**3**	**4**	**5**
1.	Бег 100м (сек.).	14,7	14,2	13,7	15,7	15,2	14,7
2.	Кросс 3 км. (мин.).	14.00	13.30	13.00	15.00	14.30	14.00
3.	Лыжный кросс 5 км. юноши 3 км. девушки(мин.).	45.00	40.00	35.00	23.00	22.00	21.00
4.	Подтягивания.	5	6	8			
5.	Отжимания (раз).				10	12	15
6.	Лазание по вертикальной верёвке (м.).	3	4	4/10 сек.	2	3	4
7.	Подъём-спуск по скалодрому (сек.)	40	30	20	60	50	40

Вязка узлов.

Норматив по завязыванию узлов: прямой, встречный, двойной схватывающий, проводник восьмёрка, стремя, академический, двойной проводник, срединный проводник, шкотовый, брамшкотовый, булинь, удавка. Требование – завязывание узла за 40 сек. без ошибок и перехлёстов.

Определение азимута.

Определение трёх контрольных азимутов и трёх ориентиров по азимуту. Допущение ошибки – до 3 градусов. Определение расстояний и высот с погрешностью до 5 и 2 м. соответственно.

Оказание первой доврачебной помощи.

Выбор по билетам описания условной травмы и оказание первой доврачебной помощи. Травмы: открытый и закрытый перелом, ранение конечностей, артериальное кровотечение, утопление.

- Тестирование по знанию различных видов чрезвычайных ситуаций и правил поведения в них.
- Тестирование по условным топографическим знакам.
- Тестирование по краеведению.
- Контрольные соревнования по ориентированию.
- Контрольные соревнования по туристской полосе препятствий с сопровождением и командной страховкой.

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.

1. Страховочная система – 16 шт.
2. Карабин туристский автоматический - 45 шт.
3. Рюкзак туристский - 6 шт.
4. Спальные мешки - 20 шт.
5. Палатки туристические - 7 шт.
6. Верёвка туристическая 10мм. 40 м. – 3 шт.
7. Верёвка туристическая 10мм. 20 м. – 3 шт.
8. Восьмёрка – 8 шт.
9. Жумар – 8 шт.
10. Блоки – 2 шт.
11. Пантин – 2 шт.
12. Гри-гри – 2 шт.
13. Навес – 2 шт.
14. Коврик туристический -15 шт.
15. Каски – 8 шт.
16. Жилет спасательный – 8 шт.
17. Спасательный круг – 1 шт.
18. Форма МЧС – 16 шт.
19. Костровое оборудование.
20. Набор посуды.
21. Тент – 1 шт.

Список литературы.

1. «Туристические слёты и соревнования учащихся». Учебно-методическое пособие. М. ЦДЮТиК МОРФ. 2005. 228 с.
2. Сборник программ – призёров 3-го областного конкурса авторских образовательных программ. Липецк. ИРО. 2005. 126с.
3. « В парке, в классе, в лесу». Игры и соревнования юных туристов. М. ЦДЮТиК. 2001. 28с.
4. «Ориентирование на местности». Киев. 1982. 104с.
5. «Чрезвычайные ситуации. Энциклопедия школьника».М., 2004, 400 стр.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
	06	01	3	Теория, практика	3	Переправа «маятник», переправа « кочки », переправа « гать »	спортзал	Наблюдение, соревнование
	06	03	3	Теория, практика	3	навесная переправа	спортзал	Наблюдение, соревнование
	06	08	3	Теория, практика	3	переправа по параллельным верёвкам	спортзал	Наблюдение, соревнование
	06	10	3	Теория, практика	3	переправа по бревну, траверс склона	спортзал	Наблюдение, соревнование
	06	15	3	Теория, практика	3	спуск – подъём по склону с использованием перилл	спортзал	Наблюдение, соревнование
	06	17	3	Теория, практика	3	Понятие о топографической и спортивной карте. Компас, работа с компасом. Компас, работа с компасом.	спортзал	Наблюдение, соревнование
	06	22	3	Теория, практика	3	Основные приёмы оказания первой	спортзал	Наблюдение, соревнование

						доврачебной помощи.		
	06	*24*	*3*	*Теория, практика*	3	Приёмы транспортировки пострадавшего	*спортзал*	Наблюдение, соревнование
	06	*29*	*3*		3	Повторение пройденного материала		