


СЕВЕРОУРАЛЬКИЙ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ

Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Центр внешкольной работы»

Принята  
на заседании педагогического совета  
МАУ ДО «ЦВР»  
Протокол № 3 от 17.08.2022

Утверждаю  
Директор МАУ ДО «ЦВР»  
  
Приказ № 40 от 21.08.2022

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности**

**«Школа безопасности»**

Возраст учащихся: 12-17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Быкова А.М.  
педагог дополнительного  
образования

г. Североуральск

## Оглавление

1. Комплекс основных характеристик.....	3
1.1 Пояснительная записка .....	3
1.2 Цель и задачи общеобразовательной программы .....	5
1.3 Содержание общеразвивающей программы .....	7
1.4 Планируемые результаты .....	10
2. Организационно-педагогические условия.....	11
2.2 Условия реализации программы .....	12
2.3 Форма аттестации/ контроля и оценочные материалы.....	15
3. Список литературы.....	17
Приложения .....	22

# **1. Комплекс основных характеристик**

## **1.1 Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная программа туристско-краеведческой направленности «Школа безопасности» (далее – программа), программа направлена на формирование личной безопасности формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретение ими навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, оказание помощи пострадавшим.

### **Актуальность программы**

Программа создана в рамках движения «Школа безопасности», которое зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 14 августа 2013г., свидетельство №015098726 и включено в Федеральный реестр молодежных и детских общественных объединений, пользующихся государственной поддержкой с 2001г., совершенствовать свои умения навыки и знания, обучающиеся будут на муниципальных и региональным соревнования «Школа безопасности» и «Юный спасатель».

Содержание программы позволяет подготовить учащихся к самостоятельным действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций в природе, обходиться без благ цивилизации, дает возможность не только избежать губительных последствий для собственного здоровья, но и помочь своему «окружению» организовать мероприятия по выходу из сложившейся ситуации.

В программе большое внимание уделяется формированию здоровой, самостоятельной, ответственной личности, так как процесс формирования мотивов, норм и правил поведения подростка будет основой для выбора безопасного поведения в сложной ситуации. Компетентность подростка в области обеспечения собственной безопасности, готовность к действию при встрече с экстремальными ситуациями и грамотные решения при их

возникновении – одни из составляющих обеспечения его успешной и безопасной жизни.

**Адресат программы** – учащиеся 12-17 лет. В данном возрастном периоде у ребенка закладываются основы сознательного поведения, более глубоко формируются нравственные представления и социальные установки. Характерными новообразованиями подросткового возраста является стремление к самообразованию и самовоспитанию, полная определенность склонностей и профессиональных интересов. Поэтому поступившие на обучение это, как правило, будущие студенты факультета туризма, физкультуры, основ безопасности жизнедеятельности. Знания полученные при освоении программы ориентируют на получение таких профессий как инструктор и экскурсовод, промышленный альпинист, сотрудник МЧС, горноспасатель, учитель физкультуры или тренер в спортшколе.

Принципы формирования учебной группы. Группа формируется из подростков 12-17 лет, не имеющих туристического опыта. Особенность программы, в том, что она может быть реализована при помощи сетевого взаимодействия с образовательными учреждениями. Число учащихся, одновременно находящихся в группе от 7 до 20 человек.

В ходе реализации могут быть изменены порядок тем и разделов, в зависимости от погодных и иных условий.

**Режим занятий.**

Продолжительность одного академического часа – 45 мин.

Перерыв между учебными занятиями – 10 мин.

Общее количество часов в неделю – 3 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 и 2 часа.

**Объем программы** - 108 часов.

Программа рассчитана на 1 год обучения:

**Срок освоения** программы – 1 год

### **Особенности организации образовательного процесса.**

Традиционная модель реализации Программы представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение одного года обучения.

**Перечень форм обучения:** групповая, индивидуально-групповая, фронтальная.

**Перечень видов занятий.** В программу включены практические занятия в помещении и на местности (в том числе, подготовка походов и подведение их итогов), а также проведение учебно-тренировочного похода. При проведении практических занятий на местности в пределах населенного пункта занятие может быть продлено до 8 часов. На занятиях проводятся беседы, игры, во время которых учащиеся закрепляют теоретические знания.

**Перечень форм подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы:** практическое занятие на местности, поход, соревнование.

## **1.2 Цель и задачи общеобразовательной программы**

**Цель программы:** формирование представления о личной безопасности и компетенции, необходимые для автономного существования в лесу у обучающихся среднего и старшего школьного возраста.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- сформировать систему знаний, умений и навыков, необходимых для автономного существования в природе;
- научить использовать специальное туристское снаряжении;
- научить ориентироваться с помощью компаса, карты и навигатора;
- научить оказывать первую помощь и транспортировать пострадавшего с помощью подручных средств;

- подготовить учащихся к действиям в различных экстремальных ситуациях;
- популяризовать Всероссийское движение «Школа безопасности»;
- развить интерес к профессиям по профилю объединения.

Воспитательные:

- сформировать навыки работы в коллективе и в команде;
- воспитать у обучающихся ответственность за личную безопасность, ответственное отношение к личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- воспитать ответственное отношение к сохранению окружающей среды.

Развивающие:

- развивать морально-волевые качества: целеустремленность, настойчивость и дисциплинированность, ответственность, инициативность и взаимоуважение.

## 1.3 Содержание общеразвивающей программы

### Учебный (тематический) план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации / контроля
		ВСЕГО	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности в природной среде	2	1	1	Тест
2.	Действие при чрезвычайной ситуации	5	1	4	Практическая работа
3.	Подборка личного и группового туристского снаряжение в зависимости от времени года.	5	2	3	Учебно-тренировочный поход
4.	Ориентирование на местности	15	3	12	Практическая работа. Соревнование
5.	Первая доврачебная помощь в полевых условиях. Транспортировка пострадавшего.	10	12 3	7	Практическое занятие
6.	Разведение костра.	5	2	3	Учебно-тренировочный поход
7.	Питание в походе. Использование растений и грибов в пищу. Питьевой режим, фильтры для воды.	10	3	7	Учебно-тренировочный поход
8.	Психология выживания. Работа в экстремальной ситуации.	6	2	4	Учебно-тренировочный поход
9.	Работа со специальным снаряжением. Итоговое занятие.	50	10	40	Соревнования
<b>Всего</b>		<b>108</b>	<b>27</b>	<b>81</b>	

## Содержание учебного (тематического) плана

### 1. Вводное занятие. Техника безопасности в природной среде.

Теория: инструктаж по технике безопасности в лесу, на экскурсии, в транспорте. Встреча с дикими животными. Правила поведения, когда заблудился в лесу. Риски и предотвращение рисков в походе.

Практика: решение ситуационных задач.

### 2. Действие при чрезвычайной ситуации

Теория: чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.

Практика: работа с огнетушителем, тушение открытого огня, средства индивидуальной защиты.

3. Подборка личного и группового туристского снаряжения в зависимости от времени года.

Теория: подборка личного и группового снаряжения для похода, правила выбора одежды.

Практика: разбор личного и группового снаряжения. Специальное снаряжение в туризме.

### 4. Ориентирование на местности.

Теория: виды ориентирования: по солнцу, по звездам, по компасу, природным знакам и т.д. План и карта. Значение карты для туризма и занятий ориентированием на местности. Виды масштабов карт. Измерение расстояний по карте и на местности. Способы составления плана местности. Съёмка местности глазомерная.

Практика: измерение своего среднего шага (пары шагов), построения графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба. Выполнение тренировочных упражнений.

Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное измерение азимутов на



карте (транспортиром). Построение тренировочных азимутальных треугольников. Ориентирование карты по компасу.

5. Первая медицинская помощь в полевых условиях. Транспортировка пострадавшего.

Теория. Распространенные травмы в походе: ушибы, порезы, ожоги, растяжения, вывихи, обморожения, тепловой и солнечный удар. Виды транспортировки пострадавшего в полевых условиях.

Практика: наложение эластичного и стерильного бинта, шины, тугих повязок; сбор лекарственных растений, тестирование на знание растений.

6. Разведение костра.

Теория: виды костров их предназначение, способы разведения костра.

Практика: практическая работа в лесу, розжиг костра трением, при помощи лупы и кремния.

7. Питание в походе. Использование растений и грибов в пищу. Питьевой режим, фильтры для воды.

12

Теория: правила питания. Законы туриста. Технология приготовления. Правила безопасности. Съедобные и не съедобные растения, грибы в лесу. Создание фильтров из подручных материалов. Какие фильтры можно взять с собой.

Практика: приготовление еды на костре. Создание фильтров из подручного материала. Создание меню на походы однодневные и многодневные в разное времена года.

8. Психология выживания. Работа в экстремальной ситуации.

Теория: психология человека, шоковое состояние.

Практика: разбор ситуаций из медицинской практики.

9. Работа со специальным снаряжением. Итоговое занятие.

Теория: правила использования специального туристского снаряжения.

Практика: переправа через овраг, реку, подъем с жумаром, спуск по крутому склону, участие в соревнованиях.

## 1.4 Планируемые результаты

Метапредметные: учащиеся научатся ставить учебные цели и добиваться результата.

Личностные: учащиеся научатся работать в группе и принимать общее решение. У подростков будет развита дисциплинированность, морально-волевые качества, целеустремленность, ответственность за свое здоровье.

Предметные:

- будет сформирована система знаний об ориентировании, постановке бивуака и работе в природных условиях;
- будут сформированы знания о правилах личной гигиены, приёмах оказания первой доврачебной помощи в природной среде;
- учащиеся будут уметь ориентироваться в лесу, находиться и работать в природных условиях;
- учащиеся научатся действовать в чрезвычайной ситуации;
- учащиеся будут уметь работать со специальным снаряжением (натягивать переправы, подниматься и спускаться со скал).
- у учащегося будет сформирован интерес к профессиям спасатель, работник МЧС, будут знать необходимые требования к профессиям, специфику работы, где можно получить образование в данном направлении.

## 2. Организационно-педагогические условия

### 2.1 Календарный учебный график на 2022-2023 учебный год

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1.	Количество учебных недель	36
2.	Количество учебных дней	72
3.	Количество часов в неделю	3
4.	Количество часов	108
5.	Недель в I полугодии	17
6.	Недель во II полугодии	19
7.	Начало занятий	1 сентября
8.	Выходные и праздничные дни	4 ноября, 1–9 января, 23 февраля, 8 марта, 1-3 мая, 9-10 мая
9.	Окончание учебного года	28 мая

## 2.2 Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование	Кол-во единиц
1.	Тент (3*5м)	2 шт.
2.	Палатки туристские 2-4 местные	4-6 шт.
3.	Коврик теплоизоляционный	по кол-ву учеников
4.	Топор малый в чехле	1 шт.
5.	Котлы туристские	3 шт.
6.	Пила туристская компактная	1 шт.
7.	Аптечка первой помощи в упаковке	комплект
8.	Рюкзаки туристические 40-70 литров	по кол-ву учеников
9.	Спальники туристические	по кол-ву учеников
10.	Репшнур	100 метров
11.	Тросик костровой	2 шт.

### Кадровое обеспечение

Программу может реализовать педагог дополнительного образования, владеющий базовыми знаниями и умениями по туристической деятельности, прошедший курс переподготовки по направлению «Инструктор детско-юношеского туризма».

### Методические материалы

№ п/п	Название раздела, темы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения. Педагогические технологии	Формы учебного занятия
1.	Техника безопасности в природной среде	Инструкции по проведению походов, экскурсий и практических занятий Видео «правила в лесу»	Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Технологии: игровая, проекта здоровье сберегающая.	Урок – объяснение нового материала, урок - игра
2.	Действие при	Плакаты «Действие при	Методы	Туристический

	чрезвычайной ситуации	пожарах», ЧС в природе, в городе.	обучения: словесные, наглядные, практические. Технологии: игровая, здоровье берегающая.	поход
3.	Подборка личного и группового туристского снаряжение в зависимости от времени года.	Раздаточный материал, туристское снаряжение, личное и групповое. Информационные таблицы по питанию в походе.	Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Технологии: игровая, здоровье берегающая.	Соревнование
4.	Ориентирование на местности	Топографические карты. Спортивные карты. Географические карты. Компас, приложение для навигации.	Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Технологии: игровая, здоровье берегающая.	Соревнование
5.	Первая доврачебная помощь в полевых условиях. Транспортировка пострадавшего.	Наглядные пособия (снаряжение): волокуши, жерди, рюкзаки, коврики, аптечка, веревки. Видеофильмы по медико-санитарной подготовке.	Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Технологии: игровая, здоровье берегающая.	Практическое занятие
6.	Разведение костра.	Иллюстрации с видами костров.	Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Технологии: игровая, здоровье берегающая.	Практическая работа, соревнование
7.	Питание в походе. Использование растений и грибов в пищу. Питьевой режим,	Костровые принадлежности, продукты, таблицы калорийности продуктов	Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Технологии: игровая,	Практическая работа.

	фильтры для воды.		здоровье сберегающая.	
8.	Психология выживания. Работа в экстремальной ситуации.	Фотоматериалы и видеоматериалы сложных ситуации в походе Отчеты о походах в горах.	Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Технологии: игровая, здоровье сберегающая.	Практическая работа.
9.	Работа со специальным снаряжение	Иллюстрации с видами приемов страховки. Стенды с макетами узлов, страховочных систем. Наглядные пособия по применению узлов. Плакаты по спортивному туризму. Информационные плакаты по туристским навыкам.	Методы обучения: словесные, наглядные, практические. Технологии: игровая, здоровье сберегающая.	Практическая работа.

## 2.3 Форма аттестации/ контроля и оценочные материалы

Начальная диагностика проводится в начале обучения по программе в виде теста на знания основ безопасности и зачета по физической подготовке. Результаты диагностики позволяют определить уровень знаний и умений по туризму, а также физическую подготовку.

Итоговая аттестация проводится в конце курса обучения по программе в виде занятия на местности (зачетного похода), где учащиеся демонстрируют полученные знания, умения и навыки.

Результаты входной и итоговой диагностики заносятся в карту мониторинга (Приложение 1).

Оцениваются предметные (теоретические) знания, практические умения и метапредметные знания и умения. Показатели ранжируются по 3 бальной системе.

1 – минимальные результаты;

2 – у обучающегося средний результат и в практической и в теоретической части;

3 – высокий результат в обучении, учащийся самостоятельно готовится к походу, взаимодействует с группой. Высокие результаты имеются как в теоретической, так и в практической части.

Подсчет ведется математически, выводится общий балл отдельно по предметным (теоретическим) знаниям, практическим умениям и метапредметным знаниям и умениям.

По итогам курса заполняется таблица «Уровень результативности обучения по программе в процентном соотношении по каждому направлению (приложение 2).

### Характеристика оценочных материалов

	Планируемые результаты	Критерии оценивания	Виды контроля/промежуточно й аттестации	Диагностический инструментарий (формы, методы, диагностики)
Личностные результаты	Будут проявлять морально-волевые качества: целеустремленность, настойчивость и дисциплинированность	Учащийся будет доводить начатое до конца, выполнять задания в срок,	Наблюдение	Таблица наблюдения

	ь, ответственность, инициативность и взаимоуважение.	выполнять дополнительные задания по собственной инициативе.		
Метапредметные результаты	Будет уметь анализировать ситуации и предлагать выходы из нее	Предлагает решения задач, выход из ситуации, может найти несколько вариантов.	Наблюдение	Таблица наблюдения
	Будет договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, в паре.	Отсутствие затруднений	Наблюдение	Таблица наблюдения
Предметные результаты	Будет знать и уметь действовать в чрезвычайной ситуации	Соответствие знаний программным требованиям	Практическое задание	Таблица наблюдения
	Будет уметь ориентироваться на местности	Соответствие знаний программным требованиям	Соревнование	Таблица наблюдения
	Будет знать и уметь работать специальным снаряжением	Соответствие знаний программным требованиям	12 Соревнование	Таблица наблюдения
	Будет уметь готовить на костре, фильтровать воду.	Соответствие знаний программным требованиям	Практическое задание	Таблица наблюдения
	Будет уметь оказывать первую помощь и будет уметь готовить носилки для транспортировки	Соответствие знаний программным требованиям	Практическое задание	Таблица наблюдения



### 3. Список литературы

#### Нормативные документы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН).
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность<sup>12</sup>, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок).
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196».

9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об учреждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы)»).

11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-<sup>12</sup> психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

13. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

14. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области, ГАН ОУ СО «Дворец молодежи» от 04.03.2022 № 219-д «О внесении изменений в методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях», утвержденные приказом ГАН ОУ СО «Дворец молодежи» от 01.11.2021 № 934-д» (вместе с методическими

рекомендациями «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях»).

15. Устав МАУ ДО «ЦВР».

### **Литература, используемая при составлении Программы**

1. Алексеев А. А. Горообразование и горный рельеф: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 2005.

2. Алексеев А. А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 2006.

3. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / [А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев, Э.Н. Аюбов]; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2007.

4. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В. Петров, В.Г. Бубнов. – М., 2000.

5. Талм Е. И. Энциклопедия туриста. — М.: «Большая российская энциклопедия», 1993.

6. Алёшин В.М., Карта в спортивном ориентировании. -Ч.1. Воронеж, ВГУ, 2004.

7. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. – М.: ЦДЮТур РФ, 1994.

8. Барчуков И. С. Физическая культура: методики практического обучения. Москва, «Кнорус», 2014.

9. Бардин К.В. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981.

10. Берман А.Е. Путешествия на лыжах. – М.: ФиС, 1968.

11. Боген М. М. Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям. «Либроком», 2010.

12. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания. - Феникс, 2008.

13. Варламов В.Г. Физическая подготовка туристов-пешеходников. – М., 1979.

14. Верба И. А, Голицын С. М, Куликов В. М, Рябов Е. Г. Туризм в школе. Москва, Физкультура и спорт, 1983.
15. Вяткин Л А., Сидорчук Е.В., Немытое Д.Н. Пешеходный туризм: Туризм и спортивное ориентирование. М., 2001.
16. Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. – М.: Издательский дом «Вокруг света», 1994.
17. Грачев О. К. Физическая культура. Изд. центр МарТ, 2005.
18. Диханова Л. Г, Горбачева Л. А. Туристы, в путь! Метод. сборник-пособие. Екатеринбург, 2002.
19. Довженко Н.И. От скал к скалодромам– спорт и жизнь. Ростов-на-Дону, 2004.
20. Константинов Ю.С., Степанов В.С., Федотов Ю.Н. Организация детскоюношеского туризма: учебник для ВУЗов. – СПб.: СПб-ГУФК им. П.Ф. Лесгафта. 2008.
21. Константинов Ю.С. Подготовка судей по спортивному туризму. – М.: ФЦДЮТиК. 2008.
22. Константинов Ю.С. Из истории детского туризма в России (1918-2008 гг.). – М.: ФЦДЮТиК, 2008.
23. Константинов Ю.С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: учебное пособие для ВУЗов. – М.: Советский спорт, 2009.
24. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. – М.: ФЦДЮТиК, 2006.
25. Константинов Ю. С, Куликов В. М. Педагогика школьного туризма: Учебно-метод. пособие. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.
26. Туризм и краеведение. Программы для системы дополнительного образования детей/ Под общ. Редакцией –Константинова Ю.С. – М.:ФЦДЮТиК, 2014

27. Туристско-краеведческие кружки в школе. Под ред. Титова В.В. – М.: Просвещение, 1988. 33. Хрипкова А. Г. И др. Возрастная физиология и школьная гигиена. М., Просвещение, 2003.

#### **Литература для учащихся и родителей**

1. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10-11 кл. общеобразоват. учреждений. / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский; под общ. ред. А.Т. Смирнова. – 6-е изд. – М., 2006.

2. Шатаев В. «Категория сложности». Издательство «Молодая гвардия» 1982 год.

## Приложения

приложение 1

### Мониторинг результатов, учащихся по дополнительной образовательной программе «Школа безопасности»

	Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Число баллов	Методы диагностики
Теоретическая подготовка	Знать технику безопасности		■		
	Ориентирование на местности	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ овладел менее чем ½ объема знаний по программе;                             <ul style="list-style-type: none"> <li>■ объем усвоенных знаний составляет более ½;</li> </ul> </li> <li>■ освоил весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период</li> </ul>	1	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос контрольное задание и др.
	Туристическое снаряжение			2	
	Питание в походе			3	
	Первая медицинская помощь				
Практическая подготовка	Постановка бивуака	Отсутствие затруднений в использовании специального снаряжение	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием;</li> <li>■ работает с оборудованием с помощью педагога;</li> <li>■ работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает трудностей</li> </ul>	1 2 3	Наблюдение, контрольное задание
	Ориентирование	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ репродуктивный уровень – в основном, выполняет задания на основе образца;</li> <li>■ творческий уровень (I) – видит необходимость принятия творческих решений, выполняет практические задания с элементами творчества с помощью педагога;</li> <li>■ творческий уровень (II) - выполняет практические задания с элементами творчества самостоятельно.</li> </ul>	1 2 3	Наблюдение, контрольное задание

	Приготовление пищи на костре	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ репродуктивный уровень – в основном, выполняет задания на основе образца;</li> <li>▪ творческий уровень (I) – видит необходимость принятия творческих решений, выполняет практические задания с элементами творчества с помощью педагога;</li> <li>▪ творческий уровень (II) - выполняет практические задания с элементами творчества самостоятельно.</li> </ul>	1 2 3	Практическое задание
--	------------------------------	--	---	-------------	----------------------

Уровень результативности обучения

Средний показатель %								
Теоретическая подготовка			Практическая подготовка 12			Общеучебные умения и навыки		
Минимальный уровень	Базовый уровень	Усовершенствованный уровень	Минимальный уровень	Базовый уровень	Усовершенствованный уровень	Минимальный уровень	Базовый уровень	Усовершенствованный уровень

Уровень	Критерии оценивания
Усовершенствованный уровень	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Практическое задание выполняется самостоятельно без подсказки педагога</li> <li>- Учащийся самостоятельно занимается дополнительно</li> <li>- Подготовка к соревнованиям видется учащимся в течение всего года</li> <li>- Учащийся ищет новые подходы и методы к выполнению задания</li> </ul>
Базовый уровень	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Работает самостоятельно с небольшой помощью педагога</li> <li>- Выполняются достаточно сложные технические приемы</li> <li>- Учащийся делает минимальную самостоятельную работу все занятия</li> </ul>
Минимальный уровень	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Практическая работа выполнена с помощью педагога</li> <li>- Учащийся выполняет только простые технические приемы.</li> <li>- Самостоятельная работа не ведется</li> </ul>



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 628506515016902569792391934856447641823023447131

Владелец Василевич Марина Владимировна

Действителен с 16.11.2024 по 16.11.2025