

Комитет образования администрации
Приаргунского муниципального округа
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Приаргунская средняя общеобразовательная школа

ПРИНЯТА

на заседании
методического совета
Протокол № 1 от
«29» августа 2025г

УТВЕРЖДЕНА

И.О. директора
МБОУ Приаргунская СОШ
Мироманова Н.В.
Приказом №1 от
«2» сентября 2025г



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа «Спасатель»**

Направленность туристско-краеведческая

Возраст учащихся 12-17 лет

Срок реализации 2 года

Разработчик:
педагог дополнительного образования
Пакульских О.П.

п. Приаргунск, 2025 год

Краткая аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Спасатель» предназначена для учащихся 12-17летнего возраста, проявляющих интерес к занятиям спортом, освоение элементов спасательных работ. В результате обучения дети овладеют навыками первой медицинской помощи, научатся вести себя в чрезвычайной ситуации и оказывать посильную помощь пострадавшему.

1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спасатель» (далее — программа) имеет туристско-краеведческую направленность.

Актуальность программы. Дополнительное образование детей направлено на «формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени. Дополнительное образование детей обеспечивает их адаптацию к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности» (закон № 273-ФЗ, ст. 75), а также на «создание условий для самореализации и развития талантов детей, а также воспитание высоконравственной, гармонично развитой и социально ответственной личности» (Концепция развития ДОД до 2030, раздел III).

В связи с этим образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей, обучающихся;

-удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;

-формирование культуры здорового и безопасного образа жизни; обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся; выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности; профессиональную ориентацию обучающихся;

-создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся; подготовку спортивного резерва и спортсменов высокого класса в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки.

Актуальность данной программы заключается в том, что спасательные навыки обладают огромным воспитательным потенциалом. Они определяют самореализацию личности подростка, формируют у него мотивацию к познанию, творчеству, труду, спорту, что предусматривает концепция дополнительного образования. В результате этих занятий учащиеся достигают значительных успехов в своем развитии, они овладевают определенными умениями и навыками. Благодаря практическим занятиям подростки получают широкий социальный опыт конструктивного взаимодействия и продуктивной деятельности.

Педагогическая целесообразность программы объясняется ее комплексностью. Система образования всегда нуждается в поиске технологий обучения и воспитания, позволяющих разносторонне развивать коллектив и личность. Эффективной образовательной и оздоровительной технологией является спортивная деятельность. Она преследует интегративные цели, когда задачи воспитания, обучения и оздоровления, спортивного роста и совершенствования решаются в

комплексе, реализуются потребности детей в общении и развиваются коммуникативные навыки.

Цель - Создание условий для самовыражения, реализации творческого потенциала растущей личности посредством вовлечения ребенка к занятиям спортом в отряде «Спасатель», через приобщение к природе родного края, к истории, к умению вести себя в природе и в чрезвычайной ситуации.

Задачи:

Личностные:

- формирование эстетического восприятия окружающей среды, экологическое воспитание учащихся;
- укрепление здоровья, закаливание организма, содействие правильному физическому развитию воспитанников;

Метапредметные:

- развитие творческих способностей, личностных качеств: самоорганизации и самоуправления, общественной активности и дисциплины;
- воспитание добросовестного отношения к труду и общественной собственности.

Образовательные:

- обучение жизненно важным двигательным действиям;
- получение и развитие разнообразных практических навыков: преодоления препятствий и обеспечения безопасности.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы – от 12 до 17 лет. При реализации программы учитываются особенности каждого возраста.

Возрастная характеристика обучающихся.

Подростковый возраст отличается множеством положительных факторов: возрастает самостоятельность, независимость ребенка, стремление к признанию своих прав со стороны других людей, формируется его сознательное отношение к себе как члену общества, значительно расширяется сфера его деятельности. Так, сформированная в учебной деятельности в младшем школьном возрасте способность к рефлексии «направляется» школьником, прежде всего, на самого себя. Подросток, сравнивая себя с взрослыми и с младшими детьми, приходит к заключению, что он уже не ребенок, а скорее взрослый. Чувство

взрослости – это психологический симптом начала подросткового возраста. Подросток начинает чувствовать себя взрослым и хочет, чтобы и окружающие признавали его самостоятельность и значимость. Реализовать эту потребность можно направив деятельность подростка по его способностям. Проявляется так называемая социальная взрослость, при которой подросток стремится овладеть полезными практическими умениями и оказывать реальную поддержку и помощь. Наблюдается интеллектуальная взрослость, связанная у подростка с развитием устойчивых познавательных интересов, с появлением самообразования как учения, выходящего за рамки школьной программы. Но, тем не менее, подросток продолжает оставаться школьником, учебная деятельность сохраняет свою актуальность, хотя, нужно заметить, в психологическом отношении отступает на задний план. Первостепенное значение в этом возрасте приобретает общение со сверстниками. Главная потребность подросткового периода – найти свое место в обществе, быть значимым – реализуется в сообществе сверстников.

Сроки реализации.

Программа рассчитана на 2 года обучения, всего 72 часа в год.

Формы организации деятельности: по группам, индивидуально и всем составом;

Форма обучения – очная с применением дистанционных технологий.

Уровни реализации программы: 1 год - ознакомительный, 2 год – базовый.

Режим обучения. Занятия проводятся 2 раз в неделю. Количество учебных недель в год – 34. В зависимости от времени года и погодных условий место занятий разное: в помещении или на местности.

Ожидаемые результаты

По каждому разделу предполагаются промежуточные результаты с учетом возраста обучающихся, прописаны в программе

По завершении обучения члены отряда должны

знать:

- порядок организации и правила поведения в походах и на соревнованиях;
- вопросы туризма и экологии;

- основы топографии и ориентирования;
- умение ориентироваться по местным признакам и звёздам;
- опасные и ядовитые растения края, иметь представление о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;

- основные разделы пройденной программы;
- порядок организации, подготовки и проведения экскурсии и похода;
- способы преодоления различных естественных препятствий;

уметь:

- передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;
- преодолевать вместе естественные препятствия на пути;
- ориентироваться по компасу и карте в походе и на соревновании по спортивному ориентированию;
- организовать походный быт и оказывать элементарную медицинскую помощь;
- владеть приёмами самостраховки, преодолевать различные естественные или искусственные препятствия;
- уметь правильно применять туристские узлы;
- уметь ориентироваться по карте и компасу, а также местным признакам и участвовать в соревнованиях по программе Школы безопасности, Юный спасатель
- оформлять отчёт и задания, выполненные в походах и на экскурсиях;
- оказывать доврачебную помощь и правильно транспортировать пострадавшего.
- уметь вести себя в чрезвычайной ситуации в любом месте на дороге, в городе, в лесу

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Значительную роль в реализации программы играет диагностика результатов и контроль качества учебного процесса. Для проверки результативности программы

применяется разнообразный диагностический инструментарий.

В течение учебного года применяются следующие виды диагностики:

1. теоретическое тестирование на определение уровня знаний по спортивному туризму и спортивному ориентированию;
2. тестирование по общефизической подготовке;
3. тестирование по специальной физической подготовке.

Все виды тестирования и контрольных проверок проходят в четыре этапа:

Входной контроль	проводится в начале учебного года (сентябрь). Цель - выявление у обучающихся имеющихся знаний, умений и навыков.
Текущий контроль	В течение всего учебного года. Определение степени усвоения учебного материала. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение.
Промежуточный контроль	проводится в середине учебного года (январь). По его результатам, при необходимости, производится корректировка учебного плана или программы обучения.
Итоговый контроль	проводится в конце каждого учебного года, позволяет оценить результативность работы педагога за учебный год

Итоговый контроль приходится на период подготовки, обучающихся к летнему соревновательному сезону и подготовки к летним походам.

В процессе диагностики, обучающихся проводятся различные виды тестирования по теории спортивного туризма с помощью специально разработанных и адаптированных тестов.

Для обучающихся первого и второго года применяются методики тестирования мыслительных процессов, главной задачей которых является получение представления об уровне развития обучающихся.

Кроме выше сказанного, в течение учебного года проводится сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП. Полученные результаты помогают в дальнейшем индивидуально подходить к развитию и совершенствованию отдельных навыков и умений у обучающихся.

Кроме того, при отслеживании эффективности и качества реализации программы большое значение имеет учет результативности участия обучающихся в соревнованиях по спортивному туризму и спортивному ориентированию разного уровня, выполнение нормативов спортивных

разрядов, а также участие в походах выходного дня и многодневных категорийных походах.

Оценочные материалы

Контрольно-оценочные материалы предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся. Включают в себя: контрольные материалы для проведения рубежного контроля в форме устного опроса, тестирования, викторины, задач.

Формы подведения итогов

Для подведения итогов в программе используются: зачеты, тесты по темам, соревнования, учебно-исследовательские конференции; документальные формы подведения итогов реализации программы отражают достижения каждого обучающегося, к ним относятся: портфолио обучающихся.

Учебный план.

Тема	1 год		2 год		
	теория	практика	теория	практика	
1.Туристическое снаряжение.Укладка рюкзака.	4	6	4	6	Зачет
2. Безопасность в походах.	4	4	2	4	Поход
3.Физическая и маршевая подготовка.	2	8	2	10	Тесты
4.Медицинская подготовка.	4	8	2	8	Оказание ПМП. Тесты
5.Туристический бивуак Основы туристической техники.	4	10	2	2	Поход
6. Основы правил поведения в ЧС	4	10	6	20	Выполнение работы на этапе на время
Всего	22	46	18	50	

Учебно-тематический план __1__год обучения

Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
	всего	теория	практика	
1.Туристическое снаряжение. Укладка рюкзака.	10	4	6	Зачет
2. Безопасность в походах.	8	4	4	Поход
3.Физическая и маршевая подготовка.	12	2	10	Тесты
4.Медицинская подготовка.	14	6	8	Оказание ПМП. Тесты
5.Туристический бивуак.	14	4	10	Поход
6. Основы правил поведения в ЧС	14	4	10	Выполнение работы на этапе на время
итого	72	24	48	

Учебно-тематический план __2__год обучения

Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
	всего	теория	практика	
1.Туристическое снаряжение. Укладка рюкзака.	10	4	6	Зачет
2. Безопасность в походах.	6	2	4	Поход
3.Физическая и маршевая подготовка.	12	4	10	Тесты
4.Медицинская подготовка.	10	4	8	Оказание ПМП. Тесты
5. Основы правил поведения в ЧС	26	6	20	Выполнение работы на этапе на время
ИТОГО	72	22	50	

Содержание программы.
Первый год обучения:
Учащиеся 5-7 классов.

Тема: 1.Туристское снаряжение

Теория. Перечень личного снаряжения для похода. Специфика подбора снаряжения для зимнего похода. Требования к снаряжению: малый вес, прочность, удобность в переноске. Ветрозащитные, гигроскопические и теплоизоляционные свойства. Групповое снаряжение. Костровое оборудование. Кухонные принадлежности. Палаточное снаряжение. Медицинская аптечка. Ремонтный набор. Топографический набор. Фото-видео набор. Спорт-культ. инвентарь. Уход за снаряжением, его ремонт

Практика. Составление перечня личного снаряжения в различных сезонных условиях и похода ночлегом;

Укладка рюкзака.

Теория. Типы рюкзаков. Преимущество и недостатки. Рюкзаки самоделки. Правила размещения предметов в рюкзаке.

Практика. Укладывать рюкзак для однодневного похода и поход с ночлегом в различных сезонных и метеорологических условиях.

Тема: 2.Безопасность в походах

Теория. Безопасность – основное требование ко всем туристическим путешествиям.

Инструктаж по т\б.

Практика. Отработка возможных опасных ситуаций в походах.

Тема: 3.Физическая и маршевая подготовка

Теория. Необходимость физподготовки к походу. Утренняя зарядка и закаливание.

Туристский строй. Обязанности замыкающего в строю.

Практика.

Физподготовка обучающихся к соревнованиям и походам.

Тема: 4. Медицинская подготовка туриста

Теория. Личная гигиена. Уход за ногами, обувью во время похода.

Гигиенические требования к одежде, постели, посуде. Профилактика и оказание первой медицинской помощи при кровотечении, переохлаждении, обморожении, простудном заболевании, потертости, ушибе, переломе, отравлении, тепловом ударе.

Практика.

-основные приемы первой доврачебной помощи в условиях похода.

Тема: 5.Туристский бивак.

Теория. Требования к месту бивака: наличие питьевой воды, дров, изолированность от посторонних, безопасность при ухудшении погоды. Планирование и разведка места бивака. Место для установки палаток, использование полиэтиленовой пленки. Место для вещей в палатке.

Практика. Выбор места для костра. Типы костров и их назначение. Топливо: способ заготовки. Укрытие дров от дождя. Т\б при работе пилой и топором. Поведение туристов у костра. Раздача пищи. Соблюдение правил противопожарной безопасности. Свертывание бивака. Ямы для мусора. Уборка мусора.

Тема: 6.Основные правила поведения в ЧС. Теория. Основные понятия. Характеристика ЧС.

Второй год обучения.

Учащиеся 8-10 классов.

Все виды программы учащиеся совершенствуют.

Тема: Туристское снаряжение

Практика. Страховочное снаряжение (грудная обвязка, каска, спусковое устройство

«лепесток», «восьмерка»)

Тема: Безопасность в походах

Теория. Техника безопасности при переправе через реку, при

камнепадах. **Практика.** Организация и тактика поиска группы, нарушившей контрольные сроки. **Тема: Физическая и маршевая подготовка**

Теория. Краткие сведения о строении человеческого организма и функций его основных органов. Систематичность тренировок.

Практика. Марш-бросок с грузом.

Тема: Медицинская подготовка юного спасателя Теория. Специфика акклиматизации.

Практика. Транспортировка пострадавшего на длительное расстояние

Тема: Основы туристической

техники. Теория. Т\Б при занятиях

на веревках.

Практика. Выполнение основных видов веревочного курса, всех этапов этого вида с пострадавшим.

Тема: Основные правила поведения в ЧС.

Практика. Проведение эвакуационных работ. Спасательные работы на воде.

Ресурсное обеспечение программы

Педагогические технологии

- Технология проблемного обучения;
- Технология развивающего обучения;
- Технология саморазвития;
- Технология творческой деятельности;
- Технология игрового обучения;
- Технология личностно-ориентированного обучения.
- Технология здоровья сбережения.

Методы, применяемые в ходе реализации программы

Объяснительно - иллюстративный (предлагает образец, который дети рассматривают, анализируют и работают над его изготовлением).

Репродуктивный (воспроизводящий).

Исследовательско-поисковый (обучение поискам самостоятельного решения)
Игровой метод (набор игровых методик, развивающих социальную, коммуникативную, творческую деятельность детей).

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимо:

Материально-техническое обеспечение:

- учебный класс, оснащенный материалом отображающим содержание программы;
- возможность использования парка и спортивного зала;
- компьютер, принтер, мультимедиа проектор, музыкальные колонки;
- разнообразный дидактический материал;
- топографические и спортивные карты;
- компасы;
- средства индивидуальной защиты;
- тренировочная медицинская аптечка;
- туристическое снаряжение.

Информационное обеспечение:

- учебно-методическая литература;
- тематический видео и фото материал; тематические презентации.

Кадровое обеспечение:

- для выполнения программы необходим педагог, имеющий документ, дающий ему право руководить одно-двухдневными пешеходными туристическими походами с учащимися.

Минимальный перечень группового туристского снаряжения: палатка туристская, тент для кухни, топор в чехле, пила туристская, костровое оборудование (котлы, таган), хозяйственный набор, аптечка медицинская походная, ремонтный набор, репшнуры, веревки, специальное туристское снаряжение.

Минимальный перечень личного туристского снаряжения: рюкзак, туристский коврик, спальный мешок, ботинки для ходьбы по пересеченной местности, обувь спортивная, фляжка, фонарь, каска, КЛМН, специальная сезонная одежда.

Список литературы и интернет-ресурсов :

Учебно-методическая литература:

1. Азбука туризма: (О технике пешеходных путешествий). Пособие для учителей, руководителей турист.походов со школьниками.-2-е изд., испр. И доп. – М.: Просвещение, 1981.
2. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
3. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994.
4. Берлянт А.М. Карта – второй язык географии. – М.: Просвещение, 1985.
5. Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. М.: 1990.
6. Гигиена и самоконтроль туристов. Методические рекомендации. – М., 1980.
7. Горлачев В.П., Корсун О.В., Игумнова Е.А., Золотарева Л.Н. Региональная экология: Учебник для общеобразовательных учебных заведений Читинской области и Агинского Бурятского автономного округа. – Издание 2-е, испр. И доп. – Чита: Экспресс-издательство, 2007.
8. Грехова Л.И. В союзе с природой. Эколого-природоведческие игры и развлечения с детьми. – М.: ЦГЛ, Ставрополь: Сервисшкола, 2002.
9. Ильин А.А. Книга, которая спасет вам жизнь / А.А. Ильин. – М.: Эксмо, 2007.

10. Как вести за собой. Большая книга водителя. Учебное пособие. – М.: Педагогическое общество России, 2004.
11. Константинов Ю.С. Из истории детского туризма в России (1918-2008 гг.). – М.: ЦДЮТиК, 2008.
12. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма: Учебно-методическое пособие. М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.
13. Корсун О.В. Экологические экскурсии в природу Забайкалья: учебное пособие для школ Забайкальского края. – Чита: Экспресс-издательство, 2011.
14. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М.: «Профиздат», 1986.
15. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М., 2002.
16. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков / под ред. Губаненкова С.М. – СПб.:Издательский дом «Петрополис», 2007.
17. Общественно полезная работа самодеятельных туристов. Методические рекомендации. – М., 1990.
18. Петряев Е.Д. Лекарственные растения Забайкалья. – Читгиз, 1952. М.: ООО Изд-во Яуза, Формула-Пресс, 2001.
19. Родченко А.П. Путешествия продолжаются. – М.: 2013.
20. Современная энциклопедия для мальчиков/Авт.-сост. Н.В.Белов. – Мн.: Современный литератор, 1999.
21. Штюмер Ю.А. Охрана природы и туризм. М., «Физкультура и спорт», 1974.
22. Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. – м.: «Физкультура и спорт», 1983.

Психолого-педагогическая литература:

1. Евладова Е.Б., Логинова Л.Г. Организация дополнительного образования детей: Практикум: Учеб. Пособие для студ. Учреждений сред. Проф. Образования. – М.: Гумманит. изд. центр Владос, 2003. – 192 с.
2. Зимняя И. А. Педагогическая психология: Учеб. пособие. – Ростов н/Д.: Изд-во «Феникс», 1997. – 480 с.
3. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: Гумманит. изд. центр Владос, 2001. – Кн. 2: Психология образования. – 608 с.

Список литературы для родителей:

1. Малая энциклопедия Забайкалья: Природное наследие / гл. ред. Р.Ф. Гениатулин. – Новосибирск: Наука, 2009.
2. Маршрутами природы. Чита: Экспресс-издательство, 2012.
3. Новиков А.Л. Учебно-познавательные игры с элементами топографии (учебное пособие). – М.: ЦДЮТиК, 2002.
4. Штюмер Ю.А. Охрана природы и туризм. М., «Физкультура и спорт», 1974.

Список литературы для обучающихся

1. Балбышев И.Н. Из жизни леса. – Л.: Лениздат, 1987.
2. Бобринев В. П. Дары леса Читинской области. – Чита, 2000.
3. Бобринев В. П. Древесные растения Читинской области. – Чита, 2000.
4. Граубин Г.Р. Четырехэтажная тайга. – Иркутск, 1984.
5. Коптелов Л.Е. Это удивительное Забайкалье. – Иркутск, 1990.
6. Словарь юного туриста. М., ФЦДЮТиК, 2004.
7. Стрижев А.Н. Туристу о природе. Фенологические наблюдения в походе. – М.: Профиздат, 1986.
8. Юргенсон Г.А. Радуга в колеснице: Научно-популярная книга / Оформление серии В. Дейкуна: Рис. И. Мачкина. – Иркутск: Восточно-ибирское книжное издатель.

Интернет-ресурсы:

1. <https://sway.office.com/mw5JNaDGtror73Ux?ref=Link&loc=mysways>.
2. <https://docs.google.com/presentation/d/1ITMSNxuHPIqteswK2LAJdZtA1BkM1-QB8MHkSltXNdg/present?slide=id.p12>.
3. <https://www.youtube.com/watch?v=YnoqQIMJYbE&feature=youtu.be>.
4. <https://www.youtube.com/watch?v=rMd-XGf5jXc&feature=youtu.be>.
5. <https://www.youtube.com/watch?v=TaUDvhI24lM&feature=youtu.be>.
6. <https://www.youtube.com/watch?v=XaKcpzH34Cs&feature=youtu.be>