

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

В условиях современной жизни возникла необходимость в построении курса, который бы обучил детей действиям в условиях автономного существования в природе, и вместе с тем, существенно расширял бы данный курс в области туризма, дополнил бы его практическими навыками не только безопасности в конкретных случаях и ситуациях, но и способствующему комплексному развитию ключевых компетенций личности.

Данная программа **«Не пропаду!»** направлена на изучение базовых основ безопасности жизнедеятельности, медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим, спортивного ориентирования на местности; удовлетворение познавательного интереса в области туризма и походной деятельности; формирование у детей понимания того, что любой отдых на природе является самым доступным и популярным досугом, но зачастую, такое времяпровождения, в силу различных причин и обстоятельств, перерастает в экстремальную ситуацию, при которой возникает угроза здоровью и жизни человека; успешную социализацию ребенка в обществе.

Программа предусматривает теоретический и практический материал по темам, выходы в дикую природу.

Программа носит системно-деятельностный подход к воспитанию и образованию ребенка, что и является её отличительной особенностью. Также разработанная программа предусматривает наличие межпредметных связей со школьными предметами география, биология, ОБЖ, история, физическая культура.

Актуальность программы

Актуальность программы вызвана запросом родителей, так как в дальнейшем ребенку предстоит в течение жизни решать проблемы различного характера, в том числе, связанные с сохранением и укреплением своего здоровья и здоровья окружающих. А отсутствие навыков правильного поведения в автономной природе, при различных опасных и чрезвычайных ситуациях, отсутствие элементарных навыков выживания пагубно отражаются на состоянии здоровья и жизни подрастающего поколения.

Общеразвивающая программа естественнонаучной направленности **«Не пропаду!»** разработана с учетом современных требований и основных законодательных и нормативных актов Российской Федерации:

1. Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30.09.2020 года).

3. «Методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей» (утв. письмом Минобрнауки России от 29 марта 2016 г.

№ ВК-641/09);

4. "Санитарных правил 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28);

5. «Положения о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МОУ-СОШ с.Марфино».

Направленность программы: естественнонаучная.

Программа по виду – модифицированная, по уровню освоения – общекультурная.

Отличительные особенности данной программы

Программа «Не пропаду!» составлена с учетом интеллектуального развития детей в процессе учебной, игровой, трудовой и творческой деятельности. Основной упор сделан на практические занятия с применением игровых упражнений, организацию трудовой и коллективной деятельности.

В программу включен комплекс занятий для ознакомления с художественной и познавательной литературой, укрепления здоровья с помощью физических упражнений.

Новизна программы заключается в том, что расширены и углублены вопросы по автономному выживанию в экстремальных ситуациях и формированию устойчивых мотивов походной и туристической деятельности, рассмотрены психологические основы выживания в природных условиях, учтены и вопросы экологического и физического воспитания. Практические занятия проводятся как в помещении, так и на открытом воздухе, обследуя местность: наблюдения, игры-соревнования, конкурсы, отработка практических навыков. В ходе работы используются прогулки, экскурсии в природу.

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что необходимо (используя, также возможности обучающихся с нарушением интеллекта) развивать у детей жизненно-важные двигательные умения и навыки, волю и стремление к сохранению жизни, включая его стрессоустойчивость. Важно получить прочные знания и только от этого будет зависеть благоприятный исход пребывания человека в автономной природе.

Адрес Программы

Программа «**Не пропаду!**» предназначена для обучающихся 5-9 классов, рассчитана на возраст от 10 до 16 лет.

Группа разновозрастная, уровень психического развития обучающихся соответствует основному уровню образования.

Возраст и возрастные особенности обучающихся

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся, в том числе и с нарушением интеллекта

Дети в возрасте от 10 до 16 лет в силу своих возрастных психологических особенностей в повседневной жизни не всегда могут правильно оценить возникающие риски и во многих ситуациях завышают свои возможности. В экстремальной, трудной ситуации у подростка происходит торможение в центральной нервной системе, и он не может своевременно принимать правильные решения, совершать оперативные действия. Возникает необходимость ознакомить детей с правилами безопасного поведения и выживания в окружающей среде. При автономном существовании в природе обучающийся должен владеть определенными знаниями, умениями и навыками, выработать алгоритм безопасного поведения, научиться применять накопленный опыт. Это касается и лиц с нарушением интеллекта

Сроки реализации:

программа рассчитана на 9 месяцев обучения, 35 учебных недель, 144 часа.

Форма и режим занятий

Форма образовательного объединения – кружок.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа. Количество обучающихся в группе – 6- 10 человек (возможно и больше)

Особенности комплектования групп:

- набор в группу свободный, без специальных знаний и подготовки;
- набор учащихся производится по их желанию без предварительного конкурсного отбора;

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и

закрепления инструктажа по технике безопасности по соответствующим инструкциям.

Форма обучения – очная.

Формы организации деятельности обучающихся на занятии:

индивидуальная, групповая (или в парах), фронтальная.

Форма организации занятий: беседа, игра, прогулки-походы, предполагающие кратковременное пребывание на природе, презентация, соревнования, практические занятия, учебно-тренировочные занятия, просмотр видеоматериалов и т.д.. Практические занятия можно проводить как на местности, так и в помещении в зависимости от тем и погодных условий.

Цель и задачи

Цель: помочь ребенку, оказавшемуся в экстремальной ситуации, один на один с природой, не растеряться и принять правильное решение

Задачи программы:

Обучающие:

- расширить представления учащегося об окружающем мире, посредством изучения материалов по туризму и общеобразовательным предметам естественно-научного цикла;
- обучить детей базовым знаниям, умениям и навыкам выживания в автономной природе;
- обучить основам медицинских и гигиенических знаний, обеспечивающих безопасное поведение в экстремальных условиях; научить оказывать доврачебную помощь;
- научить детей ориентироваться на местности, опираясь на наблюдательность, логику и элементарные знания о законах выживания;

Развивающие:

- развитие интереса к изучаемому материалу и предметам естественно-научного цикла;
- развитие интеллекта, сообразительности, быстроты мышления.
- развивать навыки безопасного поведения в экстремальных ситуациях;
- развивать коммуникативные навыки.

Воспитательные:

- воспитывать дисциплину, трудолюбие, терпение, волевые качества личности;
- воспитывать самостоятельность, умение принять решение в экстремальной обстановке;
- воспитать осознанное отношение к здоровому образу жизни;
- мотивировать к участию в социальных акциях и проектах.

Для успешной реализации цели и задач программы очень важным является создание доброжелательной, теплой атмосферы на занятиях, поддержание постоянного интереса учащихся к изучаемым темам.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

У обучающихся будет сформирован базовый минимум знаний, умений и навыков по вопросам безопасного поведения в экстремальных условиях.

Предметные результаты:

- будут расширены знания учащихся в предметных областях естественно научного цикла: ОБЖ, география, физика, биология, туризм;
- научатся навыкам безопасного поведения и выживания в автономной природе;
- будут иметь представление: об оказании доврачебной помощи, об ориентировании на местности;
- будут уметь самостоятельно принимать решения в экстремальных ситуациях.

Метапредметные результаты:

- развиты познавательные умения (наблюдать и сравнивать объекты и т.п.), использовать практические знания в повседневной жизни;
- развито творческое воображение, наблюдательность, способность к практической деятельности в нестандартных ситуациях и к саморегуляции;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования, информационно-коммуникационных технологий (ИКТ-компетенции).

Личностные результаты:

- развита творческая активность, любознательность и потребность в изучении нового материала;
- признания высокой ценности жизни во всех её проявлениях, здоровья своего и других людей, реализации установок здорового образа жизни;
- сформировано умение коллективного сотрудничества.
- уметь в предложенных ситуациях отмечать конкретные поступки, которые можно оценить как хорошие или плохие с позиции нравственных ценностей;

Содержание программы
Учебный план

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во уч-ых часов	В т.ч. теоретически	В т.ч. Практических	Форма промежуточной/итоговой аттестации
1.	Вводное занятие	2	1	1	
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1	-	
1.2.	Входная диагностика	1	-	1	анкета-тест «Не пропаду!»
2.	Автономное существование человека в природных условиях.	6	4	2	опрос
2.1	Понятие «вынужденное автономное существование» человека в природе.	2	2	-	
2.2.	Основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе	4	2	2	
3.	«Злодеи» и «спасители» или факторы риска и факторы выживания	6	3	3	Самооценка обучающегося
3.1.	Факторы риска	2	1	1	
3.2.	Факторы выживания	2	1	1	
3.3.	Тактика выживания	2	-	2	
4.	Навыки выживания экстремальных условиях	30	9	21	Учебная игра
4.1.	Привалы и ночлеги. Оборудование убежищ, укрытий	2	1	1	
4.2.	Разбитие бивака. Установка палатки	8	2	6	
4.3.	Сооружение временного укрытия. Навес.	10	2	8	

4.4.	Сооружение временного укрытия . Шалаш.	6	2	4	
4.5.	Узлы, применяемые в туризме	4	2	2	
5.	Способы добывания, сохранения огня и разведения костра	22	6	16	Викторина, создание общего продукта (альбом)
5.1.	Способы добывания огня.	6	4	2	
5.2.	Оборудование костра. Виды костров.	2	2	-	
5.3	Костер «Пирамида»	2	-	2	
5.4.	Костер «Траншея»	2	-	2	
5.5.	Костер «Ямка».	2	-	2	
5.6.	Костер «Звездочка».	2	-	2	
5.7.	Костер «Заборчик» («Нодья»).	2	-	2	
5.8.	Костер «Решетка».	2	-	2	
5.9.	Обобщающее занятие	2	-	2	
6.	Топография и ориентирование	26	11	15	Соревнование
6.1.	Топография	6	3	3	
6.2.	Ориентирование	6	2	4	
6.3.	Компас	4	2	2	
6.4.	Спортивное ориентирование	6	2	4	
6.5.	Итоговое занятие по разделу игра «Спортивное ориентирование в школу»	4	2	2	
7.	Роль пищи и воды в жизнедеятельности человека.	12	7	5	тест
7.1.	Вода и ее значение для организма. Водоисточники.	2	2	-	
7.2.	Добыча воды	2	2	-	
7.3.	Обеззараживание воды.	4	2	2	
7.4.	Добыча пищи в автономной	2	1	1	

	природе				
7.5.	Итоговое занятие по разделу	2	-	2	
8.	Оказание первой помощи себе и окружающим	14	6	8	Участие в игре «Зарница» на уровне школы
8.1.	Опасные погодные условия и встреча с дикими животными	2	1	1	
8.2.	Укусы животных, насекомых, змей и защита от них.	2	1	1	
8.3.	Первая доврачебная помощь	2	1	1	
8.4.	Наложение повязок. Искусственное дыхание.	2	1	1	
8.5.	Транспортировка пострадавшего	2	1	1	
8.6.	Состав медицинской аптечки для похода выходного дня	2	1	1	
8.7.	Подготовка к игре «Зарница»	2	-	2	
9.	«Спасите наши души» или сигналы бедствия	10	5	5	Домашнее задание
9.1.	Способы и средства подачи сигнала о помощи.	2	1	1	
9.2.	Подручные средства сигнализации	2	1	1	
9.3.	Международная кодовая таблица. Знаки международной авиационной аварийной жестовой сигнализации.	2	1	1	
9.4.	Информационные сигналы. Наземные кодовые сигналы.	2	1	1	
9.5.	Обобщающее занятие по разделу. Игра «Найди меня»	2	1	1	
10.	Физическая подготовка	12	2	10	Сдача нормативов
10.1.	Какие качества нужны выживания? (Сила, выносливость, быстрота, ловкость, координация)	2	2	-	наблюдение
10.2.	Выносливость	2	-	2	Круговая тренировка (учитель физкультуры)
10.3.	Координация	2	-	2	Спортивная игра

					(учитель физкультуры)
10.4.	Развитие гибкости и ловкости	2	-	2	Подвижные игры (учитель физкультуры)
10.5.	Развитие силы.	2	-	2	круговая тренировка (учитель физкультуры)
10.6.	Обобщающее занятие по разделу	2	-	2	протокол сдачи нормативов
Итоговое занятие		2	-	2	Тест «Я выживу!»
Итоговое открытое мероприятие «День Здоровья»		2	-	2	Наблюдение, разработка и участие в Дне Здоровья
	Итого	144			

Содержание учебного (тематического) плана

Раздел 1.

Тема 1.1. Вводное занятие

Теория. Презентация курса: цели и задачи, организация занятий и их специфика. Правила техники безопасности на занятиях.

Практика. Игра «Давайте познакомимся». Инструктаж о правилах поведения на занятиях и технике безопасности.

Тема 1.2. Входная диагностика

Практика: Анкета-тест «Не пропаду!».

Раздел 2. Автономное существование человека в природных условиях

Тема 2.1. Понятие «вынужденное автономное существование» человека в природе.

Теория: Что такое «выживание». Автономное существование. Добровольная автономия.

Тема 2.2. Основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе

Теория: Чрезвычайные ситуации (ЧС) природного характера природе. Экстремальные ситуации (ЭС) в условиях природной среды. Аварийные ситуации.

Практика: Просмотр фильма (примеры автономного существования: Д.Дефо «Жизнь и удивительные приключения Робинзона Крузо») Чтение и анализ художественных произведений.

Раздел 3. «Злодеи» и «спасители» или факторы риска и факторы выживания

Тема 3.1. Факторы риска.

Теория: Факторы риска: голод, жара, жажда, холод, страх, переутомление, одиночество, место несчастного случая.

Практика: рассказы очевидцев «История выживания с древних времен и до сегодняшних дней» - фото и видео репортажи. Игра – суд.

Тема 3.2. Факторы выживания.

Теория: Готовность к действиям в аварийной ситуации. Воля к жизни. Знание приемов самоспасения. Навыки выживания (обзор). Общефизическая подготовка и закалка.

Правильная организация спасательных работ.

Практика: Просмотр отрывков из художественных фильмов. Дискуссия.

Тема 3.3. Тактика выживания.

Теория: Пассивная и активная тактика выживания.

Практика: работа с карточками, составление рассказа, тренинг «Психология выживания».

Раздел 4. Навыки выживания в экстремальных условиях

Тема 4.1. Привалы и ночлеги. Оборудование убежищ, укрытий.

Теория: Организация привалов и ночлегов. Выбор места. Ночлеги и дневки в полевых условиях. Бивак.

Практика: презентация, решение практических задач, игра «Верно-неверно».

Тема: 4.2. Разбитие бивака. Установка палатки.

Теория: Основные функции и требования к биваку. Составные элементы бивака. Бивачное снаряжение. Палатка. Виды палаток. Установка и оборудование палаток. Подготовка площадки. Порядок установки палаток, оборудование палаток.

Практика: отработка практических навыков установки палатки. Техника безопасности.

Тема 4.3. Сооружение временного укрытия. Навес.

Теория: Виды временного укрытия. Правила выбора места укрытия. Навес. Правила установки навеса из подручных средств.

Практика: Презентация, видеоролики, отработка навыков строительства навеса на природе, экскурсия в лес.

Тема 4.4. Сооружение временного укрытия. Шалаш.

Теория: Разновидности шалашей (односкатный, двускатный, круглой формы, треугольный, из сломанного дерева). Техника оборудования шалаша.

Практика: образовательная игра «Сооружение временного жилища», отработка навыка строительства шалаша на открытом воздухе. Экскурсия в лес.

Тема 4.5. Узлы, применяемые в туризме.

Теория: Узлы, применяемые в туризме, деление узлов на группы по назначению.

Практика: Практические занятия по отработке навыков вязки узлов.

Раздел 5. Способы добывания, сохранения и разведения костра

Тема: 5.1. Способы добывания огня.

Теория: Функции костра. 10 способов добычи огня. Техника безопасности и правила пользования костром.

Практика: викторина, презентация, изготовление памятки или буклета, лабораторная работа. (<https://edcblog.ru/clauses/10-sposobov-dobyt-ogon-bez-spichek->)

Тема: 5.2. Оборудование костра. Виды и типы костров.

Теория: Место для костра. Растопка для костра. Виды и типы костров, их названия и назначение.

Практика: презентация

Тема: 5.3. Костер «Пирамида»

Практика: Пирамида (или Обратный, или Перевернутый костер)- отработка техники складывания костра. Составление таблицы плюсов и минусов. Фото.

Тема: 5.4. Костер «Траншея»

Практика: отработка практических навыков, составление карточки «Достоинства и недостатки», фото.

Тема: 5.5. Костер «Ямка».

Практика: отработка практических навыков, составление карточки «Достоинства и недостатки», фото. Кипячение воды на костре.

Тема: 5.6. Костер «Звездочка»

Практика: тренировка в выкладывании костра. Составление карточки «Достоинства и недостатки», фото.

Тема: 5.7. Костер «Заборчик» («Нодья»). «Таежная свеча»

Практика. Практическая отработка навыков складывания кострищ. Ситуационные задачи

Тема: 5.8. Костер «Решетка»

Практика: Изготовление моделей костров из подручных средств (цветные карандаши, палочки и т.п.) Дидактические карточки. Карточки с вопросами.

Тема: 5.9. Обобщающее занятие

Практика: Викторина «Я лучший костровой». Создание альбома «Как мы учились разводить костры».

Раздел 6. Топография и ориентирование

Тема: 6.1. Топография

Теория: План. Карта. Масштаб. Топографические знаки. Ориентирование по плану и картам.

Практика: План-схема учебного кабинета с изображением всех объектов. План-схема участка, прилегающего к школе. Учебно-тренировочная игра. Топографический диктант. Индивидуальные задания (Примеры: Напиши, что означает знак. Соедини стрелкой знак и его название. Нарисуй соответствующий условный знак. Сочини сказку, рассказывая о путешествии сказочного героя.)

Тема: 6.2. Ориентирование

Теория: Что такое ориентирование на местности. Горизонт. Стороны горизонта. Компас. Определение сторон горизонта по Солнцу. Ориентирование в лесу без компаса, по звездам.

Практика: Определение на схеме основных и промежуточных сторон горизонта. Игра на формирование пространственного мышления. Нарисуй, по каким признакам можно определить стороны горизонта. Нарисуй план-схему похода ребят. Составить план-схему своего похода. Работа со справочником по ориентированию и топографии.

Тема: 6.3. Компас

Теория: Устройство и назначение компаса. Азимут. Ориентирование по компасу.

Практика: Учебно-тренировочные занятия на свежем воздухе и в кабинете. Конкурс «Я умею ориентироваться». Движение по выбранному маршруту. Макет самодельного компаса.

Тема: 6.4. Спортивное ориентирование

Теория: Что такое спортивное ориентирование. История. Разновидности. Правила. Основы подготовки. Популярные старты.

Практика: учебно-тренировочные занятия по спортивному ориентированию (*личный зачет.*)

Тема: 6.5. Итоговое занятие по разделу

Практика: игра «Спортивное ориентирование в школу» в рамках Дня Здоровья.

Раздел 7. Роль пищи и воды в жизнедеятельности человека.

Тема: 7.1. Вода и ее значение для организма. Водоисточники.

Теория: Обезвоживание организма. Виды водоисточников. Признаки наличия воды или ее близость. Индикаторы источников воды. “Безопасная” и “опасная” вода.

Тема: 7.2. Добыча воды.

Теория: Добыча воды в разных условиях. Как добыть воду из растений. Презентация.

Тема: 7.3. Обеззараживание воды.

Теория: Нужно ли обеззараживать воду. Способы обеззараживания воды в походных условиях. Фильтрация воды.

Практика: Учебно-тренировочные занятия на свежем воздухе и в кабинете. (лабораторные опыты - видеосюжеты)

Тема: 7.4. Добыча пищи в автономной природе

Теория: Добыча пищи в условиях дикой природы. Способы добычи еды. Растительная и животная пища. Поиск и приготовление пищи. Выживание при голодании.

Практика: самодельная посуда из подручных средств – поделки.

Тема: 7.5. Итоговое занятие по разделу

Практика: Тестирование с практическим заданием.

Раздел 8. Оказание первой помощи себе и окружающим

Тема: 8.1. Опасные погодные условия и встреча с дикими животными.

Теория: Опасные погодные условия. Поведение при встрече с дикими животными. Как пережить нападение животных. Общие советы при нападении животных (только если избежать нападения не удалось).

Практика: кроссворд, презентация, тест « Опасные погодные условия»

Тема: 8.2. Укусы животных, насекомых, змей и защита от них.

Теория: Кровососущие насекомые. Клещи. Клещевой энцефалит и его профилактика. Первая помощь при укусах насекомых. Змеи. Характерные признаки укуса змеи. Меры предосторожности от укусов змеи. Первые действия при укусе змеи. Как спастись от укуса животных. Оказание первой помощи.

Практика: создание памятки или буклета

Тема: 8.3. Первая доврачебная помощь

Теория: Оказание первой доврачебной помощи при ожоге, повреждении кожного покрова, кровотечении, растяжении связок, вывихе, переломе, отравлении, тепловом и солнечном ударах, обморожении.

Практика: Учебно-тренировочные занятия по наложению «шины» на условный закрытый перелом костей голени ноги, руки.

Тема: 8.4. Наложение повязок. Искусственное дыхание.

Теория: Искусственное дыхание. Порядок оказания первой доврачебной помощи при открытом кровотечении. Остановка крови. Техника наложения жгута. Техника наложения повязок. Порядок оказания первой доврачебной помощи при остановке дыхания. Техника выполнения искусственного дыхания

Практика: Учебное занятие по технике наложения повязок.

Тема: 8.5. Транспортировка пострадавшего

Теория: Изготовление, подготовка и применение мягких и жестких носилок в полевых условиях. Правила транспортировки условно пострадавшего на самодельных носилках по пересеченной местности.

Практика: Изготовление носилок и транспортировка условно пострадавшего на самодельных носилках в условиях соревнований.

Тема: 8.6. Состав медицинской аптечки для похода выходного дня

Теория: Состав медицинской аптечки для спортивного похода в условиях автономного маршрута. Правила применения медицинских средств в условиях похода.

Практика: Комплектация медицинской аптечки для участия в игре «Зарница».

Тема: 8.7. Подготовка к игре «Зарница»

Практика: подготовительные упражнения к участию в игре «Зарница» на уровне школы.

Раздел 9. «Спасите наши души» или сигналы бедствия

Тема: 9.1. Способы и средства подачи сигнала о помощи.

Теория: Сигнализация о бедствии в глубокой древности. Разные способы и средства привлечения внимания спасательных команд. Радиосигнал бедствия SOS. История сигнала SOS. Визуальные средства сигнализации.

Практика: сообщения, изготовление средства подачи сигнала бедствия «Сигнальное зеркало» из фольги, работа с раздаточным материалом.

Тема: 9.2. Подручные средства сигнализации

Теория: Воздушные змеи, шары, сигнальные флаги, костры, дымовые сигналы

Практика: на практике изготовить подручные средства безопасности из воздушных шариков, воздушного змея; показать работу сигнальных костров.

Тема: 9.3. Международная кодовая таблица. Знаки международной авиационной аварийной жестовой сигнализации

Теория: Международная таблица сигналов бедствия, подаваемых с земли. Расшифровка

сигналов бедствия. Сигналы «ЗЕМЛЯ-ВОЗДУХ», «ВОЗДУХ-ЗЕМЛЯ». Сообщения пилотам поисковых самолетов конкретной информации.

Практика: Нарисовать один из способов подачи сигналов бедствия, найти иллюстрации по данной теме. Работа с интернет источниками.

Тема: 9.4. Информационные и наземные кодовые сигналы

Теория: Сигналы которые используют, когда необходимо покинуть зону бедствия или лагерь. Информационные знаки из палок, сучков, камней, травы, цветов, шишек, желудей и т.д. Наземные кодовые сигналы **HELP и SOS.**

Практика: с помощью подручных средств (карандаши, ручки, палочки) выложить 5 на выбор сигналов, сделать их фото; изучение видео «SOS с помощью фонарика» научиться подавать сигналы, снять видео вашего сигнала.

Тема: 9.5. Обобщающее занятие по разделу

Практика: учебно-тренировочная игра «Найди меня!» (определи мой маршрут с помощью информационных сигналов))

Раздел 10. Физическая подготовка

Тема: 10.1. Какие физические качества нужны для выживания

Теория: О физической подготовке в экстремальной ситуации. Что входит в понятие физические качества человека? Что относится к показателям физического развития человека? Какие показатели определяют физическое развитие?

Тема: 10.2. Выносливость

Практика: круговая тренировка.

Тема: 10.3. Координация

Практика: Комплекс упражнений на координацию, игра баскетбол.

Тема: 10.4. Развитие ловкости и гибкости

Практика: упражнения с элементами гимнастики и акробатики, подвижные игры.

Тема: 10.5. Развитие силы

Практика: Упражнения, отягощенные весом собственного тела. Упражнения с использованием внешней среды. Круговая тренировка или игра.

Тема: 10.6. Обобщающее занятие по разделу

Практика: сдача нормативов

Итоговое занятие по курсу. Тестирование.

Практика: тест «Я выживу!»

Итоговое открытое мероприятие: День Здоровья в школе

Форма аттестации (диагностика) планируемых результатов

Оценочные материалы

Входная диагностика проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний, умений и навыков подготовленности группы детей к проведению теоретических и практических занятий.

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- выполнение практических и теоретических заданий педагога.

Диагностика проводится с каждым ребенком индивидуально. Данные педагог заносит в информационную карту.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- опрос;

- беседа;
- практическое занятие;
- творческие работы;
- игры;
- конкурсы.

Промежуточный контроль предусмотрен два раза в год (декабрь, май) с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.

Формы:

- опрос;
- беседа;
- практическое задание;
- тестирование
- сдача контрольных нормативов

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе с целью выявления изменения образовательного уровня обучающегося, воспитательной и развивающей составляющей обучения.

Формы:

- открытое занятие или мероприятие;
- тестирование

Мониторинг результатов обучения учащихся осуществляется на основании материала в **Приложении № 2**

2.3 Календарный учебный график (Приложение № 1)

2.4. Комплекс организационно-педагогических условий

Методическое обеспечение

Возрастные и психологические особенности детей требуют соответствующего методического обеспечения программы. Для этого используется система методов, обеспечивающих активность и разнообразие мыслительной и практической деятельности учащихся в процессе освоения учебного материала – это активные методы обучения. Целью активных методов обучения является привлечение обучающихся к самостоятельной познавательной деятельности, при этом вызывая у них личностный интерес и

творческий подход к решению познавательных задач. Все это сводится к тому, чтобы ученик смог с легкостью адаптироваться к новым условиям, проявить свою самостоятельность, ответственность и находчивость.

Следующие активные методы обучения:

1. Метод ситуативных задач активизирует аналитические процессы обучающихся. Происходит систематизация проблем, их ранжирование и на основе всего анализа принимается решение, что способствует формированию организаторских навыков.
2. Модельный метод является разновидностью педагогической игры, дети приобретают разнообразные уроки в виде деловых игр: урок-суд, урок-аукцион, урок-пресс-конференция и т. п.
3. Методы свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приемов взаимодействия, свобода творчества и т. д.);
4. Методы, направленные на самопознание и саморазвитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки) и др.;

Соответственно уделяется большое внимание другим методам обучения:

- ✓ вербальный (беседа, рассказ, сообщение);

- ✓ наглядный (использование мультимедийных устройств, карты звездного неба, показ педагога приемов работы с телескопом, использование интернет-ресурсов и т.д.);
- ✓ практический (выполнение практических заданий);
- ✓ самостоятельной работы (самостоятельное наблюдение звездного неба, составление сообщений)
- ✓ частично – поисковые (работа с научной, электронной (Интернет) литературой)

Занятия построены на принципах обучения развивающего и воспитывающего характера:

- доступности,
- наглядности,

Основными формами деятельности детей являются:

групповая форма: ориентирует учащихся на создание «творческих групп/пар», которые выполняют более сложные работы. Групповая форма позволяет ощутить помощь со стороны друг друга, учитывает возможности каждого, ориентирована на скорость и качество работы.

фронтальная форма: предполагает подачу учебного материала всему коллективу учащихся через беседу или объяснение; способна создать коллектив единомышленников, способных воспринимать информацию и работать творчески вместе;

индивидуальная форма: предполагает самостоятельную работу учащихся, оказание помощи и консультации каждому из них со стороны педагога.

Формы учебных занятий:

- занятия в учебном кабинете:
 - тематические (изучение или повторение одной учебной темы);
 - комплексные или интегрированные (изучение одной учебной темы с использованием 2-3 видов творческой деятельности);
 - игровые (изучение учебного материала в процессе игры);
 - итоговые или контрольные (проверка уровня подготовки детей);
- выездные занятия:
 - учебные экскурсии;
 - однодневные походы;
 - практические занятия «на местности» (т.е. в естественных для данного вида деятельности условиях)

Формы проведения занятий по виду деятельности:

- ✓ Контрольно-диагностическая
 - беседы
 - дискуссии
 - ✓ Познавательно – досуговая деятельность
 - экскурсии
 - дидактические игры
 - ✓ Соревновательная деятельность
 - соревнование
 - ✓ Научно-познавательная деятельность
 - викторины
 - квесты
 - круглый стол
 - ✓ Субъективная и научно-исследовательская деятельность
 - опыты

Важным аспектом выполнения программы является обеспечение комфортных условий на занятиях и создание ситуации успеха.

В таблице приведены чаще всего используемые технологии в образовательно-воспитательном процессе:

№ п/п	Название используемой технологии	Обоснование применения	Имеющийся или прогнозируемый результат.
1	Технология личностно-ориентированного подхода.	Задача – не «давать» материал, а пробудить интерес, раскрыть возможности, организовать совместную познавательную, творческую деятельность каждого ребенка	Индивидуальные результаты в олимпиадах и конкурсах
2	Здоровьесберегающие технологии	охраны здоровья детей, как в психологическом, так и в физиологическом аспектах	обучить ребенка сохранению своего здоровья
3	Групповые технологии	Это организация совместных действий, коммуникация, общение, взаимопонимание, взаимопомощь, взаимокоррекцию.	Развитие умения жить в коллективе таким образом, чтобы был виден вклад каждого обучающегося

При организации учебно-воспитательного процесса особое внимание уделяется:

- проветриванию, влажной уборке помещений;
- чередованию занятий с высокой и низкой активностью;

Особенности организации образовательного процесса

Принципы построения занятий:

1. От простого к сложному;
2. Нарастивание темпа выполнения практических заданий;
3. Смена разных видов деятельности.

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимы:

- учебный кабинет для занятий;
- столы для учащихся – 6 шт.;
- стол для педагога – 1 шт.;
- шкаф для хранения пособий, литературы, дидактических материалов – 1 шт.;
- шкаф для хранения материала для поделок – 1 шт.;
- полка для организации выставки – 1 шт.;
- компьютер или ноутбук – 1 шт.;
- мультимедийный проектор – 1 шт.

На занятиях по данной программе потребуются следующие материалы и инструменты для выполнения практической части программы:

- альбомы для рисования или плотные листы бумаги, для выполнения рисунков;
- ватманы;
- цветная бумага;
- цветные карандаши, краски, гуашь, кисти;
- картон;
- пластилин;
- проволока для каркаса, пенопласт, картонные коробки;
- мел, клей ПВА;
- пассатижи (или плоскогубцы и кусачки);
- материалы для проведения опытов (воздушные шары, фонарик, воздушный змей);

- рамки для портретов;
- скотч;
- самоклеящаяся цветная бумага;
- веревка (для вязания узлов)
- веревка (для крепления)
- Палатки
- Котлы
- Топор
- Коврики теплоизоляционные
- Лопата
- Компас
- спортивные и топографические карты
- Костровое оборудование
- аптечка

Спортивный инвентарь:

- мячи волейбольный;
- футбольный;
- скакалки;
- секундомер.

Информационно-методические и дидактические материалы

УМК дополнительной образовательной программы включает в себя следующую учебно-методическую документацию:

✓ **учебные пособия:**

- справочная литература (энциклопедии, словари, справочники, таблицы, базы данных, ссылки, сайты и др.);
- художественная литература;
- научная и научно-популярная литература (научные, научно-популярные издания и публикации, описание экспериментов и др.);
- периодические издания;
- видеоматериалы (видеолекции, художественные и научно-популярные фильмы, видеозаписи занятий, мероприятий и др.);
- электронные средства образовательного назначения (виртуальные лекции по темам образовательной программы, демонстрационные модели, слайдовые презентации, виртуальные контрольные и лабораторные работы, индивидуальные задания и др.);

✓ **дидактические материалы:**

- раздаточный материал для обучающихся (рабочие тетради, бланки тестов и анкет, бланки диагностических и творческих заданий, карточки с заданиями, готовые шаблоны и трафареты, фотографии, карты, наглядные пособия (таблицы, графики).

✓ **методические материалы;**

- планы занятий, включающие перечень вопросов, выносимых на занятие;
- контрольные задания для отслеживания результатов освоения каждой темы; для проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся,

✓ **мониторинг по дополнительной образовательной программе:**

- ✓ **материально-техническое оснащение:** просторное, хорошо освещенное помещение для занятий; отдельное место для каждого ребенка; оборудование для решения практических задач программы;

Кадровое обеспечение:

Требования к квалификации педагогических кадров, обеспечивающих обучение по дополнительной общеразвивающей программе: наличие профессионального образования, курсы повышения квалификации по направлению, курсы по работе с ОВЗ или спецобразование.

Оценочные материалы (Приложение №2)

Критерии оценки результативности расписаны по трем результатам: предметные, метапредметные и личностные. И соответствуют ожидаемым результатам. Они позволяют качественно и дифференцированно подойти к результатам обучающегося и отследить реальную степень соответствия того, что обучающийся усвоил, а также внести коррективы в процесс его последующего обучения. При определении уровня освоения обучающимся программы используется 3-х балльная система оценки показателей качества результатов обучения.:

- минимальный уровень – 1 балл,
- средний уровень – 2 балла,
- максимальный уровень – 3 балла.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: мониторинг результатов учащихся (на начало и конец учебных занятий) и их творческие работы; материалы тестирования, дипломы, грамоты, журнал учета, фото и видеоматериалы, статья и др.

Информационное обеспечение

Информационное обеспечение реализуется через участие в интернет - конкурсах, выставках, размещение информации о деятельности кружка «Не пропаду!» в сети интернет, также использование на занятиях презентаций и видеопособий и сайтов организаций:

1. ФСТР - Федерация спортивного туризма России - Русское общество туристов (основано в 1895 г) // Спортивный туризм в России (tssr.ru)
2. Центр детско-юношеского туризма и краеведения (fcdtk.ru)
3. Информационный портал системы дополнительного образования детей (dopedu.ru)
4. Образовательный портал (my1.ru)
5. Меры безопасности. Краткие рекомендации по поведению в экстремальной ситуации. <http://chronicl.chat.ru/security.htm>
6. Сайт МЧС
7. Мультипортал "Кирилл и Мефодий"
8. Школа первой помощи
9. Всем, кто учится
10. ОБЖ.ру
11. Основы безопасности жизнедеятельности
12. ОБЖ-видеоуроки в интернет

Список литературы для педагога дополнительного образования:

1. Балабанов И.В. Узлы. М., 1998
2. Дополнительное образование и воспитание №10/2006//Профессиональная адаптация начинающего педагога дополнительного образования // 11-19с.
3. Здоровьесберегающая педагогика. Учебник для академического бакалавриата. Авторы/составители: Тихомирова Л.Ф., Макеева Т.В., Издательство: Юрайт, Серия: Образовательный

4. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика.- М.;ФиС,1985.
5. Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии: Учебное пособие. – М., 1997
6. Методика преподавания по программам дополнительного образования детей. Учебник и практикум для академического бакалавриата. Авторы/составители: Золотарева А.В., Криницкая Г.М., Пикина А.Л., Издательство: Юрайт, Серия: Бакалавр. Академический курс, 2018;
7. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями. Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры, Автор/составитель: Байбородова Л.В., Издательство: Юрайт, Серия: Бакалавр и магистр. Академический курс, 2018;

Список литературы для обучающихся и родителей:

1. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат.
2. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТур, 1997.
3. Куприн А.М. Занимательная картография. - М., Просвещение, 1989.
4. Матюцкий С.П. Туристу о растениях. - М., Профиздат, 1988.
5. Поспелов Е.М. Туристу о географических названиях. - М., Профиздат, 1988.
6. Фесенко Б.И. Книга молодого ориентировщика. - М.: ЦДЮТур, 1997.
7. Штюмер Ю.А. Краткий справочник туриста. - М., ФиС, 1985.
8. Энциклопедия туриста. - М.

Приложение № 1

Календарный учебный график на 2022-23 уч. г.
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Не пропаду!»

№ п/п	№ темы	Месяц	Число	Форма проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
				Раздел 1	2	Вводное занятие		
1	1.1			презентация	1	Презентация курса: цели и задачи, организация занятий и их специфика. Правила техники безопасности на занятиях.		Игра «Давайте познакомимся»
2	1.2			тестирование	1	Входная диагностика		Анкета-тест «Не пропаду!»
				Раздел 2	6	Автономное существование человека в природных условиях.		
3	2.1.			рассказ	2	Понятие «вынужденное автономное существование» человека в природе.		Опрос. / работа с основными понятиями
4	2.2.			собеседование Практическая работа	4	Основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе		Анализ произведения
				Раздел 3	6	«Злодеи» и «спасители» или факторы риска и факторы выживания		
5	3.1.			Игра Практическая работа	2	Факторы риска		Наблюдение во время игры
6	3.2.			Дискуссия Практическая	2	Факторы выживания		Групповая оценка

				работа				
7	3.3.			Тренинг	2	Тактика выживания		Самооценка обучающегося
				Раздел 4	30	Навыки выживания экстремальных условиях		
8	4.1.			Лекция Практическая работа	2	Привалы и ночлеги. Оборудование убежищ, укрытий		Решение практических задач
9	4.2.			Беседа Практика	8	Разбитие бивака. Установка палатки		Групповая оценка
10	4.3.			Практика Презентация экскурсия	10	Сооружение временного укрытия. Навес.		Презентация своего укрытия
11	4.4.			Игра Практическая работа	6	Сооружение временного укрытия . Шалаш.		Учебная игра, наблюдение
12	4.5.			беседа Практика	4	Узлы, применяемые в туризме		Наблюдение, качество выполнения
				Раздел 5	22	Способы добывания, сохранения огня и разведения костра		
13	5.1			Лабораторная работа	6	Способы добывания огня.		Наблюдение за выполнением лабораторной работы
14	5.2			презентация	2	Оборудование костра. Виды костров.		Опрос
15	5.3.			Практика экскурсия в лес	2	Костер «Пирамида»		Решение практических задач
16	5.4.			Практика	2	Костер «Траншея»		Групповая оценка
17	5.5.			Практика	2	Костер «Ямка».		
18.	5.6.			Практика	2	Костер «Звездочка».		Работа по схеме
19	5.7.			Практика	2	Костер «Заборчик» («Нодья»).		Ситуационные задачи

20	5.8.			Практика	2	Костер «Решетка».		Карточки с вопросами
21	5.9.			викторина	2	Обобщающее занятие. Викторина «Я лучший костровой». Создание альбома «Как мы учились разводить костры».		Наблюдение творческая работа
				Раздел 6	26	Топография и ориентирование		
22	6.1.			Конверт вопросов Практическая работа	6	Топография		Топографический диктант или индивидуальные задания
23	6.2.			Наблюдение экскурсия	6	Ориентирование		План-схема/ сказка
24	6.3.			Занятия на свежем воздухе Творческая мастерская	4	Компас		поделка
25.	6.4.			Лекция Практическая работа	6	Спортивное ориентирование		Личный зачет
26	6.5.			игра	4	Итоговое занятие по разделу: игра «Спортивное ориентирование в школу»		наблюдение
				Раздел 7	12	Роль пищи и воды в жизнедеятельности человека.		
27	7.1.			беседа	2	Вода и ее значение для организма. Водоемкости.		Опрос
28	7.2.			самоуправление	2	Добыча воды		Качество подготовленных сообщений
29	7.3.			Лабораторная работа	4	Обеззараживание воды		Самооценка обучающегося
30	7.4			Презентация Творческая мастерская	2	Добыча пищи в автономной природе		Самодельная посуда для приготовления пищи (поделка из природных материалов и

								подручных средств)
31	7.5.			тестирование	2	Итоговое занятие по разделу		тест
				Раздел 8	14	Оказание первой помощи себе и окружающим		
32	8.1.			Конверт вопросов	2	Опасные погодные условия и встреча с дикими животными		наблюдение
33	8.2.			Беседа Практическая работа	2	Укусы животных, насекомых, змей и защита от них.		Памятка, буклет
34	8.3.			Наблюдение Практика	2	Первая доврачебная помощь		наложение «шины» на условный закрытый перелом
35	8.4			Практика	2	Наложение повязок. Искусственное дыхание.		Качество выполнения
36	8.5.			соревнование	2	Транспортировка пострадавшего		наблюдение
37	8.6.			Практическая работа	2	Состав медицинской аптечки для похода выходного дня		Групповая оценка
38	8.7.			Практика	2	Подготовка к игре «Зарница»		участие
				Раздел 9	10	«Спасите наши души» или сигналы бедствия		
39	9.1.			Круглый стол Творческая мастерская	2	Способы и средства подачи сигнала о помощи.		Поделка из подручных средств
40	9.2			Практическая работа	2	Подручные средства сигнализации		Самостоятельная работа
41	9.3.			наблюдение	2	Международная кодовая таблица. Знаки международной авиационной аварийной жестовой сигнализации		Работа с интернет источниками
42	9.4.			Беседа Практическая работа	2	Информационные и наземные кодовые сигналы		Домашнее задание
43	9.5.			Учебная игра	2	Обобщающее занятие по разделу Игра «Найди меня»		Работа в группе. наблюдение

				Раздел 10	12	Физическая подготовка		
44	10.1.			беседа	2	Какие качества нужны выживания? (Сила, выносливость, быстрота, ловкость, координация)		опрос
45	10.2.			Круговая тренировка	2	Выносливость		таблица
46	10.3.			Спортивная игра	2	Координация		Наблюдение, сам. работа
47	10.4			Подвижные игры	2	Развитие гибкости и ловкости		наблюдение
48	10.5.			Круговая тренировка	2	Развитие силы		Работа с раздаточным материалом
49	10.6.			соревнование	2	Обобщающее занятие по разделу Личный зачет		Сдача нормативов
50	-			тестирование	2	Итоговое занятие		Тест «Я выживу!»
51	-			Открытое мероприятие	2	«День Здоровья»		участие
				ИТОГО	144			

Мониторинг результатов обучения учащихся

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможно е количество о баллов	Методы диагностики
Предметные результаты				
теоретические знания	Насколько учащийся запомнил программный материал;	Минимальный уровень: (менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой);	1	Наблюдение, тестирование, опрос
		Средний уровень: (объем усвоенных знаний более ½);	2	
		Максимальный уровень: (знает больше)	3	
Практические навыки;	проводит элементарные и доступные опыты и делать простейшие умозаключения	Минимальный уровень: (только запомнил опыт (игру), но не может сделать простейшее умозаключение)	1	наблюдение
		Средний: (запомнил опыт (игру), провел с чьей-то помощью, но не может сделать простейшее умозаключение)	2	
		Максимальный уровень: (провел опыт (игру) самостоятельно и сделал простейшее умозаключение)	3	
Метапредметные результаты				
Познавательные умения и навыки	Способность ученика сравнивать и распределять объекты по группам	Минимальный уровень: (находит объект, но не знает к какой группе он относится)	1	наблюдение игра
		Средний уровень: (наблюдает за объектом, сравнивает, но не может распределить объекты по группам)	2	
		Максимальный уровень: (наблюдает, сравнивает и распределяет)	3	
Творческие навыки	Выполнение практических заданий	Минимальный уровень: (работает только с учителем и по шаблону)	1	Самостоятельна я работа, выполнение практических заданий
		Средний: (работает самостоятельно, но не проявляет творческого воображения)	2	
		Максимальный уровень: (работает самостоятельно, творчески)	3	

Личностные результаты:				
Активность учащегося	Творческая активность, любознательность и потребность в изучении нового материала	Минимальный уровень: (участвует, но без особого желания)	1	Участие в конкурсах, олимпиадах, акциях
		Средний: (участвует, старается в выполнении коллективных работ, активен, является только участником)	2	
		Максимальный уровень: (активно участвует и побеждает)	3	
Сформированность коллективного сотрудничества	Умение работать в коллективе	Минимальный уровень: (частично сформировано умение, в основном работает один)	1	Проведение игровых программ, участие в круглых столах, в выполнении творческих коллективных работ
		Средний уровень: (работает в коллективе, но переносит алгоритм выполнения задания на других)	2	
		Максимальный уровень: (дружно работает, без конфликтов)	3	