

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
города Кургана «Гимназия № 30»

Рассмотрено и принято
на заседании
педагогического совета № 10
от « 17 » 06 20__ год

Рассмотрено и принято
на заседании
педагогического совета
от « ___ » _____ 20__ год

Утверждаю
Директор МАОУ «Гимназия № 30»
Н.М. Кабанькова
Приказ № 238 от 17.06.2022 год

Утверждаю
Директор МАОУ «Гимназия № 30»
Н.М. Кабанькова
Приказ № _____ от _____ 20__ год

**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа социально-гуманитарной направленности
«Школа выживания»**

Возраст учащихся: 14-17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор –составитель:
Шадрин Николай Владимирович,
учитель физической культуры,
преподаватель Основ безопасности жизнедеятельности

Курган-2022

1. Комплекс основных характеристик программы

Направленность программы	Социально-гуманитарная
Актуальность программы	<p>Актуальность программы</p> <p>Наш мир непредсказуем. Ни один человек на Земле не застрахован от чрезвычайных ситуаций. Статистика утверждает, что подавляющее большинство людей (около 70%), оказавшись в экстремальной ситуации, впадают в ступор, около 20% устраивают истерику и лишь 10% сохраняют самообладание и способны решительно, быстро, а главное, эффективно реагировать на происходящее. Именно эти 10% способны выжить, оказавшись даже в самом безвыходном положении, и, разумеется, любой хотел бы оказаться в их числе.</p> <p>Наиболее уязвимыми в вопросах сохранения физического и психического здоровья перед катастрофами и стихийными бедствиями всегда были и остаются дети. Именно поэтому встал вопрос обучения подрастающего поколения основам действий в чрезвычайных ситуациях различного характера.</p> <p>«Школа выживания» – новое направление в системе воспитания дополнительного образования детей, которое опирается на курс ОБЖ и даёт возможность повысить безопасность детей и подростков путём их практической подготовки к действиям в нестандартных, жизненных и экстремальных ситуациях.</p> <p>Всеми этому учит школа выживания. В итоге формируется ценное свойство личности – готовность действовать в нестандартных и изменяющихся обстоятельствах, ориентируясь на себя как основной источник всех изменений, как компетентного и думающего субъекта. Актуальность программы обусловлена именно этой своей субъектно-деятельностной направленностью, которая формирует у подростка и молодёжи чувство компетентности, уверенности и готовности решать нестандартные задачи, отвечать на вызовы окружающей среды. Обучение по программе дает подросткам и молодёжи возможность учиться и приобретать на практике умения, необходимые для выживания в экстремальных условиях среды обитания, а также качества личности, необходимые для ускорения адаптации к необычным условиям среды обитания и внутренней готовности к преодолению неожиданно возникших потенциально опасных ситуаций.</p> <p>Все перечисленные характеристики программы позволят содействовать созданию правила представлений о личной безопасности, расширение знаний и приобретение практических навыков поведения, мотивации учащихся научиться взаимодействовать в коллективе, повысит психологическую уверенность, сопереживать друг другу во время коллективного взаимодействия.</p> <p>Программа способствует ранней профилизации как для юношей, так и для девушек, выбирающих в будущем службу в рядах ВС РФ, системе правоохранительных органов. Содержит элементы</p>

	подготовки для прохождения военной службы , как по призыву, так и по контракту в ВС РФ.
Отличительные особенности программы	<p>На уроках ОБЖ в общеобразовательных учреждениях дети получают элементарные знания, умения и навыки действий при чрезвычайных ситуациях, но этого недостаточно. Содержание настоящей программы погружает детей в ситуации действий при чрезвычайных ситуациях, а значит, способствует формированию навыков применения приобретенных знаний и умений в практической деятельности.</p> <p>Данная программа призвана расширить кругозор ребенка и дать ему соответствующую возрасту адекватную картину мира, подготовить его к действиям в экстремальных ситуациях, привить практические навыки оказания пострадавшим первой доврачебной помощи и навыки выживания в природной среде и в условиях возможных техногенных аварий и катастроф.</p>
Адресат программы	<p>Содержание программы имеет профориентационный характер - оказывает большую помощь учащимся в определении будущей профессиональной деятельности (пожарные, спасатели, медицинские работники, военнотрущащие всех родов войск (основы ВС), представители правоохранительных органов.), поэтому ориентирована на обучающихся 14-17 лет, то есть выпускников 9 и 11-х классов, которые в этом возрасте принимают решение о своей профессиональной ориентации. Учитывая, что программа предполагает большую часть содержания практическую деятельность, то при выборе программы подростки/молодёжь должны иметь навыки физической подготовленности, выносливости, психологической готовности работы в команде в условиях имитирующих чрезвычайную ситуацию.</p> <p>Основами программы является сочетание игровой мотивации, практического действия и пробующего поведения и значимой для жизнедеятельности и выживания информации. Новизна программы «Школа выживания» выражается в особом отборе содержания обучения, которое строится на эмоциональной включенности учащихся в учебный материал, на получении опыта переживаний и чувств во время занятий.</p>
Срок реализации программы	<p>1 год</p> <p>Объем и срок реализации программы: программа рассчитана на 68 часов, предполагает занятия в количестве 2-х часов в неделю, с использованием аудиторных и внеаудиторных форм занятий.</p>
Объём программы	68 часов в течение учебного года
Формы обучения, особенности организации образовательного процесса	<p>Формы обучения по программе: очная.</p> <p>Особенности организации образовательного процесса: Программа реализуется в возрастных группах, т.е. группа разновозрастная в объединении кружков и предполагает выполнение большого числа практических заданий, что дает возможность</p>

	познакомиться с правилами безопасного поведения в ЧС, принять участие в различных проектах, продемонстрировать свои умения и навыки в смоделированных чрезвычайных ситуациях. В основу программы положены личностно-ориентированное обучение, учитывающие уровень потребностей и интересов, способности и возможности каждого обучающегося; технология здоровьесбережения, направленная на воспитание у подростка культуры отношения к своему здоровью через медико-санитарную подготовку.
Возможность реализации индивидуального образовательного маршрута	По запросу обучающегося. В ситуации выхода обучающегося в рамках текущих соревнованиях муниципального и регионального уровня в личный зачёт (ИОМ составляется в соответствии с Положениями соревнований)
Наличие детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)	Данная программа не предусматривает реализацию для детей имеющих статус «Дети-инвалиды» и «ОВЗ»
Уровень сложности содержания программы	Ознакомительный

1.2. Цели и задачи программы. Планируемые результаты.

Цели и задачи программы	<p>Цель: Развитие у учащихся личностных качеств, обеспечивающих безопасную жизнедеятельность и здоровый образ жизни.</p> <p>Задачи:</p> <p>Воспитывающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Способствовать развитию и закреплению навыка логически обосновывать и отстаивать свое мнение, не входя в конфликт с оппонентами; ➤ Формировать навык компромиссного взаимодействия на основе принципов уважения и толерантности; ➤ Закреплять навыки самоконтроля (в т.ч. рефлексии) в словах и действиях <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ справляться со стрессами и эмоциями, владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществлять осознанный выбор при ЧС. ✓ соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.
-------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ организовывать сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками и людьми старшего возраста, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение; ✓ самостоятельно планировать и определять пути достижения целей, в том числе альтернативные; осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач, ставить и формулировать для себя новые задачи, развивать мотивы и интересы для своей познавательной деятельности; <p>Обучающие Познакомить учащихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ с возможными экстремальными и опасными ситуациями в природе, на производстве, на транспорте, в повседневной жизни; ✓ с правилами безопасного поведения человека и порядком действия при возникновении чрезвычайных ситуаций; ✓ Формировать умения связанные с оценкой ситуации, опасных для жизни и здоровья;
<p>Планируемые результаты</p>	<p>Планируемые результаты:</p> <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ проявление гражданской идентичности: патриотизм, любовь и уважения к своему родному краю и Отечеству; ✓ умение логически обосновывать и отстаивать свое мнение, не входя в конфликт с оппонентами; ✓ качества, необходимые при работе в команде: неконфликтность, умение идти на компромиссы, ответственность, уважение, терпение. ✓ проявление воли, целеустремлённости; ✓ навыки самоконтроля; самооценки; ✓ ответственность, уважение, терпение. <p>Метапредметные:</p> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ справляться со стрессами и эмоциями, владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществлять осознанный выбор при ЧС. ✓ соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. ✓ организовывать сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками и людьми старшего возраста, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и

	<p>разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ умение самостоятельно планировать и определять пути достижения целей, в том числе альтернативные; осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач, ставить и формулировать для себя новые задачи, развивать мотивы и интересы для своей познавательной деятельности; ✓ умение доказывать строить рассуждения, анализировать, делать выводы <p>Предметные:</p> <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ экстремальных и опасных ситуаций в природе, на производстве, на транспорте, в повседневной жизни; ✓ правил безопасного поведения человека и порядок действий при возникновении чрезвычайных ситуаций; ✓ принципов и правила основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий <p>Умения</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ применять личностные качества для успешного решения возникающих ситуаций, для обеспечения безопасного поведения как при нахождении в природной среде, так и в помещениях; ✓ оказывать первую доврачебную помощь себе и окружающим; ✓ адекватно реагировать на экстремальные ситуации и находить решение и выход из этих ситуаций; ✓ оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; ✓ определять стратегию поведения в экстремальных ситуациях.
--	---

1.3. Рабочая программа.

Учебный план. Содержание программы. Тематическое планирование.

Учебный план:

<i>n/n</i>	<i>Название раздела</i>	<i>Количество часов</i>	<i>теория</i>	<i>практика</i>
1.	Вводное занятие. Чрезвычайные и экстремальные ситуации в природе.	2	1	1
2.	Город как среда обитания человека.	12	6	6
3.	Противопожарная безопасность	12	5	7
4.	Терроризм.	8	4	4

5.	ЧС природного характера	12	6	6
6.	Туризм и экстремальная ситуация	12	6	6
7.	Здоровый образ жизни	12	4	8
8.	Итоговое обобщение	2	-	2
9.	Итого	72	32	40

Содержание программы:

Раздел I. Чрезвычайные и экстремальные ситуации в природе. Основные понятия и определения. Поведение в различных экстремальных ситуациях. Виды экстремальных ситуаций. Психологическая подготовка к поведению в экстремальных ситуациях. Первые действия в экстремальных ситуациях. Взаимодействие внутри коллектива.

Раздел II. Город как среда обитания человека. Характеристика видов транспорта. Транспортные аварии и поведение людей. Виды транспорта, их краткая характеристика. Правила поведения пешехода. Опасности, подстерегающие пассажира при посадке и высадке из транспорта, в процессе передвижения, в аварийных ситуациях. Опасности пассажира в автомобиле, автобусе (городской транспорт, междугородные перевозки). Опасности пассажира и водителя мотоциклов, мопедов, скутеров. Правила первой помощи пострадавшим в ДТП. Психологическая готовность к действиям в условиях ДТП (пострадавший, свидетель). Правила безопасного маршрута, организации поездки (автомобиль, автобус).

Раздел III. Противопожарная безопасность. Знакомство с ЧС аварийного характера в жилище. Средства простейшей защиты органов дыхания и пользование ими. Безопасное обращение с электроприборами. Защитные костюмы и противогазы. Правила эвакуации при пожаре. Безопасное обращение с электроприборами. Оказание первой медпомощи при ожогах, переломах, ушибах, стрессовых ситуациях.

Раздел IV. Терроризм. История происхождения терроризма. Теория толпы. Психология поведения толпы. Террористический акт. Выживание в уличной толпе при совершении теракта. Правила оказания первой мед. помощи при обмороке, обморожение, переломах, огнестрельных ранениях, кровотечениях, искусственное дыхание. Дети на улице (правила поведения).

Раздел V. ЧС природного характера. Наводнение. Возможные последствия при ураганах, бурях, цунами. Опасности и порядок действия при наводнении. Правила действий во время ураганов, бурь. Предметы первой необходимости в экстремальных ситуациях. Опасные водоемы. Оказание первой мед. помощи утопающему, при переохлаждении. Правила поведения во время землетрясения. Оказание медицинской помощи пострадавшим.

Раздел VI. Здоровый образ жизни. Оптимальная двигательная активность. Психологический климат в семье и в школе. Психологическая комфортность. Воздействие двигательной активности на здоровье и работоспособность. Я и здоровый образ жизни. Полезное питание. Режим дня. Закаливание. Воздействие двигательной активности на здоровье и работоспособность. Духовно-нравственное здоровье: факторы, роль само регуляции, умения делать выбор. Важность умения плавать.

Раздел VII. Туризм и экстремальная ситуация. Виды туризма. Виды туризма: познавательный, спортивно-оздоровительный, деловой, курортный, лечебный, экологический, социальный, горнолыжный, религиозный, паломнический, образовательный, экстремальный, водный и др. Выживание в экстремальных условиях.

Молния. Правила поведения при грозе. Отработка умений выживания и сохранения группы в экстремальных условиях. Первая помощь при укусах, порезах, отравлениях. Средства народной медицины. Опасные природные явления характерные для нашего региона, правила поведения при попадании в подобные чрезвычайные ситуации природного характера.

Итоговая аттестация -2 часа

Календарный учебный график:

№ п.п.	Дата проведения	Раздел/тема	Количество часов	Форма проведения	Форма контроля
Вводное занятие. Чрезвычайные и экстремальные ситуации в природе.					
1		Чрезвычайные и экстремальные Первые действия в экстремальных ситуациях.	1	лекция	Практическая работа
2		Психологическая подготовка к поведению в экстремальных ситуациях.	1	Мозговой штурм	Тренинг
Раздел II. Город как среда обитания человека					
3		Транспортные аварии и поведение людей	2	Беседа, Практическое задание	Тест
4		Опасности пассажира в автомобиле, автобусе	2	Беседа, практическое занятие	Блиц опрос
5		Опасности пассажира и водителя мотоциклов, мопедов, скутеров.	2	Беседа, тренинг	
6		Правила первой помощи пострадавшим в ДТП.	2	Беседа, Тренинг	Практическое занятие
7		Психологическая готовность к действиям в условиях ДТП (пострадавший, свидетель)	2	Беседа, практическое занятие	Тренинг
8		Правила безопасного маршрута, организации поездки (автомобиль, автобус).	2	Беседа, презентация	Зачёт в форме теста
Раздел 3. Противопожарная безопасность.					
9		Знакомство с ЧС	2	Беседа,	Блиц-опрос

		аварийного характера в жилище.		презентация	
10		Средства защиты при пожаре в быту, на производстве	2	Беседа, практическое занятие	Блиц-опрос, практическое занятие
11		Правила обращения с электроприборами в быту, на производстве	3	Беседа, тренинг	Практическое занятие, работа с памятками (составление)
12		Правила эвакуации	3	Беседа, мозговой штурм	Практикум на месте, устный опрос, разбор ситуаций
13		Оказание первой медицинской помощи	2	Беседа, тренинг, практическое занятие.	Практическое занятие
Раздел IV. Терроризм.					
14		История происхождения терроризма	1	Лекция, презентация	
15		Теория толпы. Психология поведения толпы	2	Лекция, практическое занятие	Повторение памятки поведения в массовых местах скопления людей
16		Выживание в уличной толпе при совершении теракта	2	Лекция, практическое занятие	Практические ситуации (решение)
17		Правила оказания первой мед. помощи	2	тренинг	Практикум
18		Дети на улице (правила поведения).	1	Мозговой штурм	Создание памяток поведения для детей и родителей
Раздел V. ЧС природного характера					
19		Наводнение	2	Беседа, презентация	Тест
20		Ураганы, бури, цунами	2	Беседа, презентация	Тест
21		Опасные водоёмы	2		Устный опрос, работа

					с памятками ГИМС МЧС
22		Предметы первой необходимости в экстремальных ситуациях.	2	Практическое занятие, тренинг	Практическое занятие
23		Землетрясения	2	Беседа, презентация	Просмотр учебного фильма – работа практическая
24		Оказание медицинской помощи пострадавшим.	2	Тренинг	Тренинг
Раздел VI. Здоровый образ жизни.					
25		Двигательная активность	2	Мозговой штурм, практическое занятие	
26		Психологический климат	2	Презентация, проект	Работа с памятками
27		Полезное питание	2	Практическое занятие, презентация	Составление меню по принципу ПП (Полезное питание)
28		Режим дня	2	Беседа, тренинг	Составление собственного графика: анализ
29		Духовно-нравственное здоровье	2	Беседа	Мозговой штурм.
30		Я и здоровый образ жизни	2	Практическое занятие, проект	Мозговой штурм
Раздел VII. Туризм и экстремальная ситуация.					
31		Туризм. Виды туризма	2	Беседа, практическая работа	Блиц-опрос
32		Выживание в экстремальных условиях.	2		Практическое занятие
33		Отработка умений выживания и сохранения группы в экстремальных условиях	3		Практическое занятие, тренинг

34		Первая помощь в условиях похода, экстремальной ситуации	3	Беседа с элементами тренинга	Презентация, Практическое занятие
35		Правила поведения при попадании в подобные чрезвычайные ситуации природного характера.	2	Беседа, просмотр учебного фильма	Практическое занятие, тренинг
36		Итоговое занятие	2		

2. Комплекс организационно-педагогических условий.

Календарный учебный график:

Количество учебных недель	36
Первое полугодие	С 01.9.2021- 31.12.2021 (17 учебных недель)
Каникулы	01.01.2022-09.01.2022
Второе полугодие	1.01.2022-31.05.2022 (17 учебных недель)
Каникулы	28.02-09.03.2022, праздничные календарные дни - 1-2.05.2022, 8-10.05.2022
Промежуточная аттестация	25.05.2022

Формы текущего контроля/промежуточной аттестации:

Входной контроль: собеседование

Текущий контроль: собеседование, практические работы, участие в соревнованиях, конкурсы, викторины, зачёт

Промежуточная (итоговая) аттестация: мониторинг, тренинг, соревнование, подготовка плакатов и защита отчетов.

Текущий контроль обучающихся проводится с целью установления фактического уровня теоретических знаний и практических умений и навыков по темам (разделам) дополнительной общеразвивающей программы. Текущий контроль может проводиться в следующих формах: беседа, обсуждение; практическая работа.

Промежуточный контроль учащихся включает в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков. Промежуточный контроль учащихся может проводиться в следующих формах: практические работы, самостоятельные работы, вопросники, тестирование.

Итоговый контроль проводится по окончании обучения дополнительной общеразвивающей программе. На основании ниже приведенных критериев определяется уровень достижений каждого обучающегося.

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

1. Высокий уровень - обучающийся освоил практически весь объём знаний 100-80%, предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием.
2. Средний уровень – объём усвоенных знаний учащегося составляет 70-50%; сочетает специальную терминологию с бытовой.

3. Низкий уровень - учащийся овладел менее чем 50% объёма знаний, предусмотренных программой; как правило, избегает употреблять специальные термины.
4. Программу не освоил - учащийся овладел менее чем 20% объёма знаний, предусмотренных программой.

Критерии оценки уровня практической подготовки:

1. Высокий уровень - учащийся овладел на 100-80% умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; работает самостоятельно, не испытывает особых трудностей; без ошибок выполняет практические задания.
2. Средний уровень - у учащегося объём усвоенных умений и навыков составляет 70-50%; работает с помощью педагога, выполняет практические задания с 1-2 ошибками.
3. Низкий уровень – ученик овладел менее чем 50% предусмотренных умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при выполнении практических заданий, делает много ошибок.
4. Программу не освоил - учащийся овладел менее чем 20% предусмотренных программой умений и навыков, не может выполнить практические задания.

Материально-техническое обеспечение:

Для реализации программы необходимо помещение (учебный кабинет) для проведения теоретических и практических занятий, оборудованный партами, стульями и хорошим освещением. Мультимедийная установка+ ПК с выходом в интернет для просмотра учебных фильмов по действиям специалистов в условиях ЧС.

Для проведения занятий по туризму: туристское снаряжение: компасы, рюкзаки, палатки. Возможен выход на местность (локация в городе - ЦПКиО)

Реализации раздела «Пожарная безопасность» - огнетушители (нерабочие).

Информационное обеспечение:

специальная и методическая литература; атласы и карты.

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=> - уроки выживания для начинающих.

<https://infourok.ru/shkola-vyzhivaniya-materialy-dlya-provedeniya-sorevnovaniya-mezhdu-klassami-shkoly-4417170.html> - материалы для самоподготовки.

https://vk.com/wall-168229694_950 - игры-квест по ОБЖ

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=18072543908747190966&from=> - основы спортивного туризма для начинающих, технические приёмы.

Кадровое обеспечение:

Реализация программы осуществляется учителем ОБЖ, имеющим опыт преподавательской деятельности по данному учебному предмету, опыт практической деятельности при подготовке команд к соревнованиям/конкурсам/соревнованиям близким по тематике к содержанию программы «Школа выживания»

Методические материалы:

Инструкция по ТБ;

Таблицы, плакаты;

Методы обучения:

Беседа, лекция, Защита проектов, «Мозговой штурм»; Практическое занятие;

Презентация; Соревнование; Тренинг;

Формы организации образовательного процесса:

- ✓ групповые учебно-тренировочные занятия;
- ✓ групповые теоретические занятия;
- ✓ участие в соревнованиях;
- ✓ инструкторская и судейская практика;
- ✓ сдача контрольных и контрольно-переводных нормативов.

Педагогические технологии:

- ✓ Интерактивные подходы
- ✓ Развивающее обучение (его содержание представлено системой проблемных задач различного уровня сложности, в процессе решения которых учащиеся овладевают новыми знаниями и способами действия, а через это происходит формирование творческих способностей: продуктивного мышления, воображения, познавательной мотивации, интеллектуальных эмоций).
- ✓ Игровое обучение (игра служит подготовкой к серьезной дальнейшей деятельности; в игре человек, упражняясь, совершенствует свои способности. Основное достоинство этой теории, завоевавшей особую популярность, заключается в том, что она связывает игру с развитием и ищет смысл ее в той роли, которую она в развитии выполняет.)
- ✓ Проблемное обучение (совокупность таких действий как организация проблемных ситуаций, формулирование проблем, оказание ученикам необходимой помощи в решении проблем, проверка этих решений и, наконец, руководство процессом систематизации и закрепления приобретенных знаний)
- ✓ Метод проектов (способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом)
- ✓ Конструктивное обучение (конструктивистское обучение). (Обучающиеся, проводя логические действия с информацией, полученной из учебников, от обучающихся и других источников, формируют новые знания, направляясь от частного к общему или же наоборот, от общего к частному, за счет своего внутреннего чутья, способности к осмыслению и усвоению).

Оценочные материалы.

Оценка уровня знаний и умений обучающихся осуществляется через текущее и итоговое тестирование по разделам и решения практических задач. По итогам работы в кружке проводится итоговый тест. Тесты можно варьировать. **См. Приложение № 1,2,3**

Список литературы:

Для преподавателя.

1. Волович, В.Г. С природой один на один. [Текст]/ В.Г Волович.- Москва: Воениздат, 1989 – 352 с.
2. Вольхин С.Н. Основы защиты от терроризма [Текст] / Сергей Вольхин, Виктор Ляшко, Андрей Москва: Дрофа, 2007 — 128 с.
3. ГОСТ Р 22.0.02—2016 - БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ. Термины и определения Издание официальное.- ВНЕСЕН Техническим комитетом по стандартизации ТК 071 «Гражданская оборона, предупреждение и ликвидация чрезвычайных ситуаций», 2016 –12с.

4. Гостюшин, А. Энциклопедия экстремальных ситуаций [Текст] / А.Гостюшин - Москва: Зеркало, 1994 — 252 с.
5. Гринин, А. С. Экологическая безопасность. Защита территории и населения при чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие. [Текст] / А. С. Гринин, В. Н. Новиков - Москва: ФАИР-ПРЕСС, 2000 - 336 с.: ил.
6. Губанов, В. М. Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них. [Текст] / В. М. Губанов, Л. А. Михайлов, В. П. Соломин Москва: Дрофа, 2007г. - 288 с.
7. Гуменюк В.И. Средства индивидуальной защиты [Текст] / В.И. Гуменюк - СПб.: СПбГПУ, 2007 — 102 с.
8. Евдокимов, В.И. Безопасность в чрезвычайных ситуациях: библиогр. указ. отеч. книжных изданий (2000–2011 гг.) [Текст] / Всерос. центр экстрен. и радиац. медицины им. А.М. Никифорова МЧС России. – СПб. : Политехника сервис, 2013 – 200 с. – (Полезная библиография ; вып. 17).
9. Ильин, А.А. Школа выживания в природных условиях . [Текст] / А.А. Ильин. – Москва: Эксмо-Пресс, 2001 – 384 с.
10. Калюжный, Е.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни Учебное пособие. [Текст] / Е.А. Калюжный— Арзамас: АГПИ, 2009 — 284 с.
11. Коструб, А. А. Медицинский справочник туриста [Текст] / А. А.Коструб, 2-е изд., перер. и доп. - Москва: "Профиздат", 1990 – 256 с.
12. Махов, С. Стратегия личной безопасности: учебно-методическое пособие [Текст] / Махов С. - Орел: Межрегиональная академия безопасности и выживания, 2014 - 164 с.
13. Настинова, Г.Э., Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст] / Г.Э.Настинова, С.Б.Сангаджиева, К.Е. Бадмаева - Элиста: Джангар, 2010 — 101 с.
14. Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей [Текст]: Федеральный закон от 22 августа 1995 г. № 151-ФЗ // Собрание законодательства. – 2003 - № 31 – Ст. 3150
15. Способы автономного выживания человека в природе [Текст] /ред. Л. А. Михайлова СПб: Питер, 2008 г. - 272 стр.
16. Сычев, Ю.Н. БЖД: учебно-практическое пособие [Текст] / Ю.Н. Сычев, Московский государственный университет экономики, статистики и информатики. — Москва, 2005 — 226 с.
17. Тимофеева, С. С. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : словарь терминов и определений от А до Я : учеб.-справ. пособие / С. С. Тимофеева, С. П. Какаулин ; М-во образования и науки РФ, Федер. агентство по образованию, ИрГТУ. - Иркутск : Изд-во Иркутского государственного технического университета, 2007 - 144 с.
18. Тимофеева, С. С. Экология : Учеб. пособие / С.С.Тимофеева, Ю.В.Шешуков. - Иркутск : Изд-во ИрГТУ, 2001 - 171 с. : ил, табл. - Библиогр.: с. 169 (12 назв.). - Прил.: с. 130 – 161
19. Ткаченко, И. В.Шпаргалка по основам безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие. [Текст] / Ткаченко И. В., Жидкова О. И., — Москва: ТК Велби, 2005 — 48 с.
20. Юртушкин, В.И. Чрезвычайные ситуации: защита населения и территорий : учебное пособие [Текст] / В.И. Юртушкин. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: КНОРУС, 2011 — 368 с.

Для обучающихся:

ОБЖ. Учебное пособие. 9-10-11 классы.

Линия УМК под редакцией А.Т.Смирнова.

Приложения:

Приложение № 1

Возможные варианты тестовых заданий, используемых на этапе текущего и итогового контроля по теме: «Чрезвычайные ситуации технологического и природного характера»

1. Причиной землетрясений может стать:

- а) волновые колебания в скальных породах;
- б) сдвиг в скальных породах земной коры, разлом, вдоль которого один скальный массив с огромной силой трется о другой;
- в) строительство очистных сооружений в зонах тектонических разломов.

2. Вы находитесь дома один. Вдруг задрожали стекла и люстра, с полок начала падать посуда и книги. Вы срочно:

- а) закроете окна и двери, перейдете в подвальное помещение или защитное сооружение.
- б) позвоните родителям на работу, чтобы предупредить о происшествии и договоритесь, о месте встречи;
- в) займете место в дверном проеме;

3. Наибольшую опасность при извержении вулкана представляют:

- а) тучи пепла и газов («палящая туча»); б) взрывная волна и разброс обломков;
- в) водяные грязекаменные потоки; г) резкие колебания температуры.

4. Одна из причин образования оползней:

- а) вода, просочившаяся по трещинам и порам в глубь пород и ведущая там разрушительную работу;
- б) вулканическая деятельность;
- в) сдвиг горных пород.

5. Сильный маломасштабный атмосферный вихрь диаметром до 1000 м, в котором воздух вращается со скоростью до 100 м/с.:

- а) циклон; б) ураган; в) буря; г) смерч.

6. Одним из последствий наводнения является:

- а) взрывы промышленных объектов в результате действия волны прорыва;
- б) нарушение сельскохозяйственной деятельности и гибель урожая;
- в) возникновение местных пожаров, изменение климата.

7. Неконтролируемое горение растительности, стихийно распространяющееся по лесной территории, - это:

- а) природный пожар; б) стихийный пожар; в) лесной пожар.

8. К поражающим факторам пожара относятся:

- а) интенсивное излучение гамма-лучей, поражающее людей;
- б) разрушение зданий и поражение людей за счет смещения поверхностных слоев земли;
- в) открытый огонь, токсичные продукты горения
- г) образование облака зараженного воздуха.

9. Взрыв всегда сопровождается:

- а) большим количеством выделяемой энергии;
- б) резким повышением температуры;
- в) резким повышением давления.

10. В каком из перечисленных примеров могут создаваться условия для возникновения процесса горения:

- а) бензин + кислород воздуха;
- б) ткань, смоченная в азотной кислоте + тлеющая сигарета;
- в) гранит + кислород воздуха + пламя горелки.

11. Гидродинамические аварии - это:

- а) аварии на гидродинамических объектах, в результате которых могут произойти катастрофические затопления;

- б) аварии на химически опасных объектах, в результате которых может произойти заражение воды;
- в) аварии на пожаро-, взрывоопасных объектах, в результате которых может произойти взрыв.

12. Антропогенные изменения в природе - это:

- а) изменения, происходящие в природе в результате чрезвычайных ситуаций природного характера;
- б) изменения, происходящие в природе в результате хозяйственной деятельности человека;
- в) изменения, происходящие в природе в результате воздействия солнечной энергии.

13. Последствиями аварий на химически опасных предприятиях могут быть:

- а) резкое повышение или понижение атмосферного давления в зоне аварии и на прилегающей к ней территории.
- б) разрушение наземных и подземных коммуникаций, промышленных зданий в результате действий ударной волны;
- в) заражение окружающей среды и массовые поражения людей, растений и животных опасными ядовитыми веществами;

14. В случае оповещения об аварии с выбросом АХОВ последовательность ваших действий

будет:

- а) включить радио, выслушать рекомендации, надеть средства защиты, закрыть окна, отключить газ, воду, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые вещи, документы и продукты питания, укрыться в убежище или покинуть район опасности;
- б) включить радио, выслушать рекомендации, надеть средства защиты, взять необходимые вещи, документы и продукты питания, укрыться в убежище или покинуть район аварии;
- в) надеть средства защиты, закрыть окна, отключить газ, воду, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые вещи, документы и продукты питания, укрыться в убежище или покинуть район аварии.

Приложение № 2

Возможные варианты тестовых заданий при проверке знаний на текущем и итоговом контроле по теме : «Туризм и экстремальная ситуация»

1. При прохождении маршрута вдали от населённых пунктов внезапно наступило похолодание и пошёл проливной дождь. Руководитель группы принял решение изменить маршрут и график движения группы. Подумайте и ответьте:

- А) В какой вид экстремальной ситуации попала туристская группа?
- Б) Какие ещё виды экстремальных ситуаций в природе вы знаете?
- В) Какой вид экстремальной ситуации в природе является наиболее опасным в нашей местности? Причины.

2. Ежегодно тысячи туристов-школьников уходят в походы. Ваша группа тоже готовится к летнему походу. Подумайте и ответьте:

- А) Какие подготовительные мероприятия следует провести перед походом?
- Б) Какая задача при подготовке и проведении похода является главной?
- В) Почему о маршруте и сроках его прохождения руководитель похода должен сообщить в местную поисково-спасательную службу?

3. В походе существуют правила поведения на маршруте, на привале, при преодолении препятствий.

- А) Назовите основные из этих правил.
- Б) Что рекомендуется взять с собой, уходя даже на короткое время в лес?
- В) Как называются хорошо заметные местные предметы, по которым можно определить своё местонахождение?

4. Вам предстоит отправиться в недельный турпоход. При подготовке к нему необходимо подобрать одежду и обувь. Подумайте и ответьте:

- А) Каким требованиям должна удовлетворять обувь, предназначенная для туристских походов? Перечислите, какая обувь подходит для этой цели?
- Б) Какая одежда наиболее удобна в походе?
- В) Почему верхняя одежда должна иметь яркую расцветку?

5. Если человек заблудился, то для него важно определить своё местоположение и расположение объектов на местности относительно сторон горизонта и местных предметов. Подумайте и ответьте:

- А) Каким образом можно определить стороны горизонта в ясную погоду днём и ночью?
- Б) Как определить направление «север – юг» по местным предметам?
- В) Как правильно сориентироваться в горах?

6. Когда заблудившейся человек (или группа) ориентируется и определяет направление, в котором будет двигаться, для них становится главным не потерять это направление во время движения. Подумайте и ответьте:

- А) Какие способы выдержать выбранное направление движения вы можете предложить для заблудившихся?
- Б) Как правильно двигаться зимой?
- В) Как в этом случае преодолевать реки, ручьи и болота?

7. Группа туристов из нескольких человек летом попала в экстремальную ситуацию. У одного из туристов подвернулась нога, у другого поднялась температура. Оба пострадавших самостоятельно двигаться не могут. Помощь придёт не ранее, чем через 2 – дня. До ближайшего населённого пункта около 100 км. Палатки нет. Подумайте и ответьте:

- А) Какое решение вы посоветуете принять старшему группы?
- Б) Какие временные жилища можно соорудить для защиты от холода, солнца и дождя?
- В) Каким требованиям должно удовлетворять место, выбранное для лагеря?

8. В походе очень важные функции выполняет костёр, Он необходим для многих нужд. Подумайте и ответьте:

- А) Какие виды костров вы знаете и для чего они предназначены?
- Б) Как правильно выбрать место для разведения костра?
- В) Каким образом можно добыть огонь при отсутствии спичек и зажигалки и как развести костёр?

Приложение № 3

Фрагмент практической работы по темам: «Пожарная безопасность»

I. Тема: Применение первичных средств пожаротушения.

II. Цель. Закрепление знаний о мерах пожарной безопасности и правилах безопасного поведения при пожарах. Приобретение умений использования первичных средств пожаротушения.

III. Задачи.

1. Изучить закон «О пожарной безопасности» (фрагмент).
2. Изучить памятки по правилам безопасного поведения при пожарах.
3. Научиться пользоваться огнетушителем.

IV. Время выполнения 1 учебный час.

V. Оборудование. Памятки, огнетушитель, учебный фильм, Федеральный Закон «О пожарной безопасности».

VI. Задание.

1. .Просмотреть учебный фильм.
2. Изучить Федеральный Закон «О пожарной безопасности».
3. Законспектировать статьи, раскрывающие права, обязанности, ответственность граждан в области пожарной безопасности.
4. Изучить памятки.
5. Ответить на вопросы.
- 6 . Практическое использование огнетушителя.

Приложение № 4

Всемирная организация здравоохранения считает, что здоровье людей на 51% зависит от образа жизни, на 20% — от социальных и природных условий, на 20% — от особенностей наследственности человека и на 9% — от деятельности служб здравоохранения.

Начертите круговую и прямоугольную диаграммы по теме.

Сделайте вывод, ответив на вопросы:

1. Может ли человек повлиять на состояние своего здоровья? Почему Вы так считаете (*дайте ответ, используя данные диаграммы*).
2. Какова цель пропаганды гигиенических знаний?