

**Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области
Областное государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Большенагаткинский техникум технологии и сервиса»**

РАССМОТРЕНО

на Педагогическом совете

ОГБПОУ Большенагаткинский ТТиС

Протокол № 1 от 30.08.2025 г.

Председатель _____ О.Ю. Мынина

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора ОГБПОУ

Большенагаткинский ТТиС

_____ О.Ю. Мынина

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Школа безопасности»**

Направленность: туристско-краеведческая направленность

Уровень: продвинутый

Возраст обучающихся: 15-17 лет

Разработчик программы:
Педагог-организатор
Наумова Т.Н.

с. Большое Нагаткино, 2025 год

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3. Планируемые результаты освоения программы	6
1.4. Учебно-тематический план	8
1.5. Содержание учебно-тематического плана	10
2. Комплекс организационно-педагогических условий	16
2.1. Календарный учебный график	16
2.2. Формы аттестации/контроля	22
2.3. Оценочные материалы	22
2.4. Методическое обеспечение программы	22
2.5. Условия реализации программы	24
2.6. Воспитательный компонент	26
3. Список литературы	32
Приложение	34

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовое обеспечение программы:

Дополнительная общеразвивающая программа по направлению «Школа безопасности» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;

СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Локальные акты образовательной организации:

Устав образовательной организации ОГБПОУ Большенагаткинский ТТиС;

Положение о разработке, структуре и порядке утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в ОГБПОУ Большенагаткинский ТТиС;

Положение о порядке проведения входного, текущего контроля, итогового контроля освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся в ОГБПОУ Большенагаткинский ТТиС;

Положение о реализации дополнительных общеобразовательных программ с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в ОГБПОУ Большенагаткинский ТТиС;

Направленность (профиль): туристско-краеведческая

Актуальность программы:

Жизнь выдвигает на первый план проблемы укрепления физического, духовного и нравственного здоровья подрастающего поколения. Чрезвычайная ситуация - это нарушение нормальных условий жизни и деятельности людей на объекте или территории, вызванное аварией, катастрофой, стихийным бедствием, эпидемией, пожаром, применением способов поражения либо других факторов, которые могут привести к гибели людей и материальному ущербу. Общая задача - формирование у подрастающего поколения сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной

безопасности, обучение навыкам правильного поведения в экстремальных условиях, популяризация здорового образа жизни.

Отличительные особенности программы:

Отличительной особенностью программы является наличие социального заказа в области безопасного поведения, привлечение к совместным тренировкам, консультациям, проведению соревнований сотрудников МЧС. Недостаточная подготовленность к экстремальным ситуациям может привести к тяжелым, а порой и трагическим последствиям. Чтобы избежать их, необходимо:

знать виды экстремальных ситуаций, их особенности;

уметь выполнять особые действия, соответствующие специфике конкретных экстремальных ситуаций; вероятных в жизни и деятельности; обладать повышенной экстремальной устойчивостью, чтобы безопасно выходить из экстремальных испытаний без негативных последствий для жизни и здоровья; способность к успешным действиям в специфичных экстремальных ситуациях, наиболее свои намерения, наступательно преобразуя обстоятельства экстремальной ситуации и гибко управляя своим поведением быть способным настойчиво, невзирая на трудности, реализовывать обладать специально развитыми качествами, повышающими. Не подлежит сомнению, что хорошо подготовленный к экстремальным ситуациям человек более уверен в себе, чем неподготовленный.

Новизна программы:

Программа «Школа безопасности», которая ориентирована на создание у подростков правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. В таком случае новизна программы может быть связана с новыми подходами к преподаванию безопасности, которые позволяют ребёнку решать современные задачи в целях своей безопасности.

Адресат программы:

Программа предназначена для обучения детей (подростков) в возрасте 14-17 лет.

Этот возраст называют подростковым. Это наиболее сложный, критический период. Главная особенность подросткового периода – резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития личности: стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость, личную автономию. Несмотря на это, этот возраст – самый благоприятный для творческого и профессионального развития. Он является наиболее интересным в процессе становления и развития личности. Именно в этот период молодой человек входит в противоречивую, часто плохо понимаемую жизнь взрослых, он как бы стоит на ее пороге, и именно от того, какие на данном этапе он приобретет навыки и умения, какими будут его социальные знания, зависят его дальнейшие шаги.

Уровень освоения программы:, продвинутый

Наполняемость группы: 12 человек

Объем программы: 144 часа

Срок освоения программы: 1 год

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа с каждой группой

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательного процесса:

Форма обучения - очная, с использованием ресурсов электронного обучения, при необходимости использование дистанционных технологий (например, платформы Vebinar).

Основной формой обучения в «Школе безопасности» являются практические и комбинированные занятия. Использование элементов игры значительно повышает эффект развития специальных физических качеств. Обучение в объединении очное, групповое. Группы могут быть разновозрастные.

Соревнования должны носить классификационный характер. Цель данных соревнований - определение степени усвоения туристической техники и воспитание навыка самостоятельных физических занятий.

Форма обучения: очная.

Объём программы делится на 2 модуля $60 + 84 = 144$ учебных часа. Программа рассчитана на 1 год обучения с периодичностью занятий – 2 раза в неделю по 2 часа с одной группой (по 45 минут с 10-минутным перерывом).

Режим занятий по программе

Год обучения	Количество учебных часов	Число занятий в неделю	Продолжительность занятия (часов)
1	60/84	2	2
Всего:	144	2	2

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: целью программы является формирование сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, обучение начальным навыкам правильного поведения в экстремальных условиях, готовности подрастающего поколения к защите Отечества. Продвинутой модуль Цель – углубление знаний и умений обучающихся о личной и общественной безопасности, правильному поведению в экстремальных условиях.

Задачи программы:

Образовательные:

Продвинутый модуль
 углубить специальные знания по вопросам школы безопасности, туризма, ориентирования и краеведения;
 углубить знания, умения и навыки по технике пешеходного туризма, необходимые для безопасной жизнедеятельности в условиях природной среды и в экстремальных ситуациях
 знать алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации, виды переломов или ран.
 общие требования техники безопасности для любых аварийно-спасательных и других неотложных работах;
 виды чрезвычайных ситуаций и способы их локализации;
 теоретические аспекты выживания;
 теоретическую основу тактики выполнения работ при чрезвычайной ситуации;
 основы организации технологического процесса при чрезвычайной ситуации.

Развивающие:

Продвинутый модуль
 повышать уровень общей физической подготовленности на основе занятий школой безопасности, туризмом;
 развивать глазомер, выносливость, координацию движений, внимание, память;
 развивать психологическую устойчивость к экстремальным ситуациям в туристических походах и в жизни;
 формировать способы поведения в обществе, в условиях природной среды и экстремальных ситуациях;
 оказывать сердечно-легочную реанимацию, накладывать шины на конечности или повязки, соответствующей травме;

Воспитательные:

Продвинутый модуль
 формировать способы самоконтроля;
 содействовать воспитанию чувства товарищества, взаимопомощи и волевых качеств (целеустремлённости, настойчивости и упорства, смелости и решительности, выдержки, терпения и самообладания, самостоятельности и инициативности);
 формировать здоровый образ жизни.

1.3. Планируемые результаты освоения программы**Предметные образовательные результаты:**

Продвинутый модуль

Обучающиеся	должны	знать:
основы	профессии	«спасатель»;
технику передвижения и преодоления	естественных и искусственных	
препятствий в пешеходных и лыжных	путешествиях;	
технические и тактические приёмы преодоления	естественных и искусственных	
препятствий;		
способы ориентирования	без компаса и карты;	
способы поиска и транспортировки	пострадавшего;	
способы оказания первой	помощи;	
знать алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации, виды переломов		
или		ран.
Обучающиеся	должны	уметь:
ориентироваться	на	местности;
рисовать	планы	местности;
разрабатывать маршрут	туристского	похода;
разрабатывать план	поисково-спасательных	работ;
показать принципы реанимации, провести сердечно-легочную реанимацию;		
накладывать шины на конечности или повязки, соответствующей травме.		
транспортировать		пострадавших;
выстраивать алгоритм действий команды («Боевого расчёта») при производстве		
аварийно-спасательных		работ

Метапредметные результаты:

Продвинутый	модуль
планировать свои действия в соответствии с поставленной целью;	
осуществлять пошаговый и итоговый контроль;	
осознавать свое продвижение в овладении знаниями и умениями	

Личностные

результаты:

Продвинутый		модуль
сформировано	профориентационное	самоопределение;
развита	адекватная	самооценка;
развито чувство ответственности за выполнение своей части работы при работе		
в		группе;
наличие установки на здоровый образ жизни и её реализация в своём		
поведении;		
наличие морально и психологической устойчивости в момент проведения		
аварийно-спасательных	работ	на тренировке

Ожидаемые результаты:

Готовность и способность к саморазвитию и личностному росту; активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях; проявление дисциплинированности, трудолюбия и

упорства в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов; формирование чувства гордости за Родину, ценностей многонационального российского общества; формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

1.4 Учебный план продвинутого модуля

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1. Введение.					
1.1.	Введение в программу.	2	2		Наблюдение
Итого		2	2		
2. Основы школы безопасности					
2.1	Основные виды чрезвычайных ситуаций.	2	2		Тестирование
2.2	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	2	2		Тестирование
Итого		4	4		
3. Чрезвычайные ситуации техногенного и биолого-социального характера					
3.1	Техногенные ЧС по основанию происхождения	2	2		Тестирование
3.2	Классификация техногенных ЧС по масштабу	2	2		Тестирование
3.3	Фазы развития ЧС техногенного характера	2	2		Тестирование
3.4	Мероприятия для минимизации возникновения рисков чрезвычайной ситуации	2	2		Тестирование
3.5	Характеристика биолого-социальных ЧС (эпидемии, ЧС криминогенного характера)	2	2		Тестирование
3.6	Оказание первой помощи, приемы транспортировки пострадавшего	10	2	8	Наблюдение, опрос
Итого		20	12	8	

4. Чрезвычайные ситуации природного характера					
4.1	Общие закономерности ЧС природного характера (стихийные бедствия)	2	2		Тестирование
4.2	Классификация ЧС природного характера	2	2		Тестирование
4.3	Оказание первой помощи в условиях ЧС природного характера (пожары, наводнения)	8	2	6	Тестирование
4.4	Создание и использование средств транспортировки пострадавшего	4		4	Наблюдение, опрос
Итого		16	6	10	
5. Тактика и техника проведения поисково-спасательных работ, аварийно-спасательных работ					
5.1	Мероприятия по поиску пострадавшего	12	1	11	Наблюдение
5.2	Мероприятия по спасению пострадавшего	12	1	11	Наблюдение
5.3	Планирования маршрута выхода к населенному пункту или путям сообщения	2	1	1	Наблюдение
5.4	Тактика движения в естественной среде.	2		2	Наблюдение
5.5	Техника преодоления естественных препятствий. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий	14		14	Наблюдение
5.6	Проведение и участие в соревнованиях по ПСР	8		8	Соревнования
Итого		60	3	57	
6. Социально-психологическая подготовка					
6.1	Самосознание. «Я» - концепция.	2	2		Опрос, анкетирование
6.2	Основы психологической подготовки к походам, соревнованиям.	2	2		Опрос
Итого		4	4		
7.Общая и специальная физическая подготовка					
7.1	Врачебный контроль, самоконтроль,	2	1	1	Наблюдение

	предупреждение спортивных травм на тренировках				
7.2	Общая физическая подготовка	12		12	Соревнования нормативы
7.3	Специальная физическая подготовка	26		26	Соревнования
7.4	Проведение и участие в соревнованиях «Школа безопасности»	8		8	Соревнования
Итого		56	1	55	
ИТОГО за период обучения		144	24	120	

1.5 Содержание учебного плана продвинутого модуля

1. Введение

Введение в программу. Организационное занятие. Общие вопросы, цели и задачи на год.

2. Основные составляющие школы безопасности

2.1. Основные виды чрезвычайных ситуаций.

Виды чрезвычайных ситуаций. Классификация чрезвычайных ситуаций. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций по причинам возникновения и масштабам.

2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Что такое РСЧС, что входит. Полномочия РСЧС, основными задачами, функционирование РСЧС

3. Чрезвычайные ситуации техногенного и биолого-социального характера

3.1 Техногенные ЧС по основанию происхождения.

ЧС на транспорте, взрывы, пожары, выбросы химических, радиоактивных и биологически активных веществ. Обрушение зданий, ЧС на коммунальных системах жизнеобеспечения. ЧС на гидротехнические сооружения и т.д.

3.2 Классификация техногенных ЧС по масштабу.

Локального, муниципального, межмуниципального, регионального, межрегионального, федерального характера.

3.3 Фазы развития ЧС техногенного характера.

Накопление отклонений от нормального состояния. Иницилирующее событие, ведущее к критическому событию. Сама чрезвычайная ситуация. Остаточное воздействие факторов поражения. Локализация и ликвидация последствий чрезвычайной ситуации.

3.4 Мероприятия для минимизации возникновения рисков чрезвычайной ситуации.

Обеспечение качества и надежности систем безопасности, обеспечение надежности устойчивости зданий к нагрузкам, профилактические работы и своевременное техническое обслуживание. Профилактика проявлений экстремизма и терроризма. Снижение уровня нагрузок на технологические и транспортные системы объектов инфраструктуры. Повышение квалификации персонала и повышение контроля качества выполняемых работ, рациональное размещение объектов хозяйственного комплекса.

3.5 Характеристика биолого-социальных ЧС

Источникам биолого-социальных ЧС. ЧС криминогенного характера. Инфекционные заболевания. Основные меры, принимаемые при возникновении биолого-социальной ЧС.

3.6 Оказание первой помощи, приемы транспортировки пострадавшего.

Практические занятия: Отработка приёмов оказания первой помощи и транспортировки пострадавшего.

Оборудование: носилки спасательные, тренажер-манекен взрослого пострадавшего «Виктор-1.01 Г» для отработки навыков эвакуации пострадавших, дыхательный мешок Амбу, комплект шин транспортных складных КШТС, санитарная сумка.

4. Чрезвычайные ситуации природного характера.

4.1 Общие закономерности ЧС природного характера

Основные общие закономерности стихийных бедствий природного происхождения. Различия по масштабам и характеру источника возникновения.

4.2 Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.

Группы ЧС в зависимости от механизма и природы происхождения.

Геофизические опасные явления, землетрясения, извержения вулканов, цунами.

Геологические опасные явления, оползни, сели, обвалы, осыпи, лавины, склонный смыв, просадка (провал) земной поверхности, абразия, эрозия, курумы, пыльные бури. Метеорологические и агрометеорологические опасные явления: бури (9-11 баллов), ураганы (12-15 баллов), смерчи (торнадо), шквалы, вертикальные вихри (потoki), крупный град, сильный дождь (ливень), сильный снегопад, сильный гололед, сильный мороз, сильная метель, сильная жара, сильный туман, засуха, суховеи, заморозки и т.п.

4.3 Оказание первой помощи в условиях ЧС природного характера

Практические занятия: Отработка на местности приёмов оказания первой помощи.

Оборудование: носилки спасательные, тренажер-манекен взрослого пострадавшего «Виктор-1.01 Г» для отработки навыков эвакуации пострадавших, дыхательный мешок Амбу, комплект шин транспортных складных КШТС, санитарная сумка.

4.4 Создание и использование средств транспортировки пострадавшего.

Практические занятия: Изготовление транспортировочных средств и транспортировки пострадавшего на значительные расстояния по пересеченной местности.

Оборудование: носилки спасательные, тренажер-манекен взрослого пострадавшего «Виктор-1.01 Г» для отработки навыков эвакуации пострадавших, дыхательный мешок Амбу, комплект шин транспортных складных КШТС, санитарная сумка, карабины туристские, система страховочная грудная и нижняя обвязки, жумар, спусковое устройство, веревка 10 мм, рюкзак.

5.Тактика и техника проведения поисково-спасательных работ, аварийно-спасательных работ

5.1 Мероприятия по поиску пострадавшего.

Общие методы и способы проведения поисковых работ, общий алгоритм проведения поисково-спасательных работ, аварийно-спасательных работ, способы применения сил и средств при поиске, общие требования к подготовке участников поисково-спасательных работ в природной среде, поиск, с применением небольших подготовленных пеших поисково-спасательных групп, поиск, с применением технических средств и транспорта.

5.2 Мероприятия по спасению пострадавшего.

Эвакуация. Общее планирование эвакуации. Самостоятельный выход пострадавшего в сопровождении. Эвакуация неподвижного пострадавшего силами спасателей.

Практические занятия: Отработка на местности приёмов по спасению пострадавшего.

Оборудование: компас жидкостной, рации, носилки спасательные, тренажер-манекен взрослого пострадавшего «Виктор-1.01 Г», дыхательный мешок Амбу, комплект шин транспортных складных КШТС, санитарная сумка, каска туристическая, карабины туристские, система страховочная грудная и нижняя обвязки, жумар, спусковое устройство, веревка 10 мм, рюкзак, палатка туристическая, тент от дождя, набор котелков, спальный мешок, коврик теплоизоляционный для туризма

5.3 Планирование маршрута выхода к населенному пункту или путям сообщения.

Практические занятия: Отработка на местности планирования маршрута выхода к населенному пункту или путям сообщения. Прохождение маршрутов и дистанций без специального снаряжения.

Оборудование: рюкзак, палатка туристическая, тент от дождя, набор котелков, спальный мешок, коврик теплоизоляционный для туризма.

5.4 Тактика движения в естественной среде.

Практические занятия: Выход в природную среду для отработки тактики движения.

Оборудование: компас жидкостной, рации, карабины туристские, система страховочная грудная и нижняя обвязки, жумар, спусковое устройство, веревка 10 мм, рюкзак, палатка туристическая, тент от дождя, набор котелков, спальный мешок, коврик теплоизоляционный для туризма.

5.5 Техника преодоления естественных препятствий. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий.

Основные приемы и техники преодоления естественных препятствий. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий

Практические занятия: Отработка техника преодоления естественных препятствий. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий.

Оборудование: компас жидкостной, рации, карабины туристские, система страховочная грудная и нижняя обвязки, жумар, спусковое устройство, веревка 10 мм, рюкзак, палатка туристическая, тент от дождя, набор котелков, спальный мешок, коврик теплоизоляционный для туризма.

5.6 Проведение и участие в соревнованиях по ПСР

Организация и судейство видов «Поисково-спасательные работы», «Аварийно-спасательные работы». Примерные задания и препятствия в этих видах соревнований. Выбор полигона, построение дистанции.

Обеспечение безопасности при проведении соревнований: предстартовая проверка инвентаря и снаряжения; проверка знания границ полигона, порядка действий в аварийной ситуации; организация консультаций по правильному прохождению технически сложных этапов. Прием дистанции заместителем главного судьи по безопасности и инспектором соревнований.

Описание отдельных технических этапов и специальных заданий. Таблицы штрафов за ошибки и нарушения. Порядок определения результатов соревнований.

Практические занятия: Подготовка судейской документации. Участие в планировании дистанций, в судействе на этапах, в работе службы секретариата во время соревнований. Участие в соревнованиях в качестве участников.

Оборудование: компас жидкостной, рации, носилки спасательные, тренажер-манекен взрослого пострадавшего «Виктор-1.01 Г», дыхательный мешок Амбу, комплект шин транспортных складных КШТС, санитарная сумка, каска туристическая, карабины туристские, система страховочная грудная и нижняя обвязки, жумар, спусковое устройство, веревка 10 мм, рюкзак, палатка туристическая, тент от дождя, набор котелков, спальный мешок, коврик теплоизоляционный для туризма.

6. Социально-психологическая подготовка

6.1. Самосознание. «Я» - концепция.

Термины: самосознание, «Я» - концепция, самоотношение.

Практические занятия: Составление «Я» - концепции. Тест «Самооценка».

6.2 Основы психологической подготовки к походам, соревнованиям.

Значение психологической подготовки. Влияние психологической подготовки на психологический климат в команде. Морально-психологическая подготовка. Формирование морально-психологических качеств. Формирование волевых качеств.

7. Общая и специальная физическая подготовка

7.1. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках

Практические занятия: Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля. Изучение приёмов самомассажа.

7.2. Общая физическая подготовка

Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем физическом развитии спортсменов, в успешном овладении техникой и тактикой. Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные, индивидуальные занятия членов группы.

Практические занятия: см. приложение

Оборудование: отдельные виды ОФП рекомендуется проводить при наличии оборудования (см. приложение).

7.3 Специальная физическая подготовка

Практические занятия: Упражнения на развитие физических качеств, необходимых для специальной подготовки.

Ориентирование. Лыжная подготовка (при наличии оборудования). Туристская техника. Игры с различными упражнениями туристской техники.

Оборудование: каска туристическая, карабины туристские, система страховочная грудная и нижняя обвязки, жумар, спусковое устройство, веревка 10 мм, рюкзак, палатка туристическая, тент от дождя, набор котелков, спальный мешок, коврик теплоизоляционный для туризма.

7.4. Соревнования «Школа безопасности»

Организация и судейство соревнований «Маршрут выживания». Примерные задания и препятствия в этих видах соревнований. Выбор полигона, построение дистанции.

Обеспечение безопасности при проведении соревнований: предстартовая проверка инвентаря и снаряжения; проверка знания границ полигона, порядка действий в аварийной ситуации; организация консультаций по правильному прохождению технически сложных этапов. Прием дистанции заместителем главного судьи по безопасности и инспектором соревнований.

Описание отдельных технических этапов и специальных заданий. Таблицы штрафов за ошибки и нарушения. Порядок определения результатов соревнований.

Практические занятия: Подготовка судейской документации. Участие в планировании дистанций, в судействе на этапах, в работе службы секретариата во время соревнований. Участие в соревнованиях в качестве участников.

Оборудование: компас жидкостной, рации, носилки спасательные, тренажер-манекен взрослого пострадавшего “Виктор-1.01 Г”, дыхательный мешок Амбу, комплект шин транспортных складных КШТС, санитарная сумка, каска туристическая, карабины туристские, система страховочная грудная и нижняя обвязки, жумар, спусковое устройство, веревка 10 мм, рюкзак, палатка туристическая, тент от дождя, набор котелков, спальный мешок, коврик теплоизоляционный для туризма.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Программа рассчитана на 1 года обучения (60/84),общий объем программы 144 часов

Год обучения -1

Количество учебных недель-36

Количество учебных дней-72

Сроки учебных периодов: 1 полугодие- 01.10.2025-30.12.2025гг

2 полугодие- 12.01.2026г-30.06.2026гг

Место проведения: учебный кабинет №14, стадион, спортивный зал

Время проведения занятий: 16.00-18.00

1 полугодие

№ п/п	Месяц	Количество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1.	Октябрь	2	Введение в программу	Теоретическое	Наблюдение
2.	Октябрь	2	Основные виды чрезвычайных ситуаций.	Теоретическое	Тестирование
3.	Октябрь	2	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	Теоретическое	Тестирование
4.	Октябрь	2	Техногенные ЧС по основанию происхождения	Теоретическое	Тестирование
5.	Октябрь	2	Классификация техногенных ЧС по масштабу	Теоретическое	Тестирование
6.	Октябрь	2	Фазы развития ЧС техногенного	Теоретическое	Тестирование

			характера		
7.	Октябрь	2	Мероприятия для минимизации возникновения рисков чрезвычайной ситуации	Теоретическое	Тестирование
8.	Октябрь	2	Характеристика биолого-социальных ЧС (эпидемии, ЧС криминогенного характера)	Теоретическое	Тестирование
9.	Ноябрь	2	Оказание первой помощи, приемы транспортировки пострадавшего	Теоретическое	Тестирование
10.	Ноябрь	2	Оказание первой помощи, приемы транспортировки пострадавшего	Комбинированное	Наблюдение
11.	Ноябрь	2	Оказание первой помощи, приемы транспортировки пострадавшего	Комбинированное	Наблюдение
12.	Ноябрь	2	Оказание первой помощи, приемы транспортировки пострадавшего	Комбинированное	Наблюдение
13.	Ноябрь	2	Оказание первой помощи, приемы транспортировки пострадавшего	Комбинированное	Наблюдение
14.	Ноябрь	2	Общие закономерности ЧС природного характера (стихийные бедствия)	Теоретическое	Тестирование
15.	Ноябрь	2	Классификация ЧС природного характера	Теоретическое	Тестирование
16.	Ноябрь	2	Оказание первой помощи в условиях ЧС природного характера (пожары, наводнения)	Комбинированное	Тестирование
17.	Декабрь	2	Оказание первой помощи в условиях ЧС природного характера (пожары, наводнения)	Практическое	Тестирование

18.	Декабрь	2	Оказание первой помощи в условиях ЧС природного характера (пожары, наводнения)	Практическое	Тестирование
19.	Декабрь	2	Оказание первой помощи в условиях ЧС природного характера (пожары, наводнения)	Практическое	Тестирование
20.	Декабрь	2	Создание и использование средств транспортировки пострадавшего	Практическое	Наблюдение
21.	Декабрь	2	Создание и использование средств транспортировки пострадавшего	Практическое	Наблюдение
22.	Декабрь	2	Мероприятия по поиску пострадавшего	Комбинированное	Наблюдение
23.	Декабрь	2	Мероприятия по поиску пострадавшего	Практическое	Наблюдение
24.	Декабрь	2	Мероприятия по поиску пострадавшего	Практическое	Наблюдение
25.	Январь	2	Мероприятия по поиску пострадавшего	Практическое	Наблюдение
26.	Январь	2	Мероприятия по поиску пострадавшего	Практическое	Наблюдение
27.	Январь	2	Мероприятия по поиску пострадавшего	Практическое	Наблюдение
28.	Январь	2	Мероприятия по спасению пострадавшего	Комбинированное	Наблюдение
29.	Январь	2	Мероприятия по спасению пострадавшего	Практическое	Наблюдение
30.	Январь	2	Мероприятия по спасению пострадавшего	Практическое	Наблюдение

31.	Январь	2	Мероприятия по спасению пострадавшего	Практическое	Наблюдение
32.	Январь	2	Мероприятия по спасению пострадавшего	Практическое	Наблюдение
33.	Февраль	2	Мероприятия по спасению пострадавшего	Практическое	Наблюдение
34.	Февраль	2	Планирования маршрута выхода к населенному пункту или путям сообщения	Комбинированное	Наблюдение
35.	Февраль	2	Тактика движения в естественной среде.	Практическое	Наблюдение
36.	Февраль	2	Техника преодоления естественных препятствий. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий	Практическое	Наблюдение
37.	Февраль	2	Техника преодоления естественных препятствий. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий	Практическое	Наблюдение
38.	Февраль	2	Техника преодоления естественных препятствий. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий	Практическое	Наблюдение
39.	Февраль	2	Техника преодоления естественных препятствий. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий	Практическое	Наблюдение
40.	Февраль	2	Техника преодоления естественных препятствий. Техника безопасности	Практическое	Наблюдение

			при преодолении естественных препятствий		
41.	Март	2	Техника преодоления естественных препятствий. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий	Практическое	Наблюдение
42.	Март	2	Техника преодоления естественных препятствий. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий	Практическое	Наблюдение
43.	Март	2	Проведение и участие в соревнованиях по ПСР	Практическое	соревнования
44.	Март	2	Проведение и участие в соревнованиях по ПСР	Практическое	соревнования
45.	Март	2	Проведение и участие в соревнованиях по ПСР	Практическое	соревнования
46.	Март	2	Проведение и участие в соревнованиях по ПСР	Практическое	соревнования
47.	Март	2	Самосознание. «Я» - концепция.	Теоретическое	анкетирование
48.	Март	2	Основы психологической подготовки к походам, соревнованиям	Теоретическое	анкетирование
49.	Апрель	2	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	Комбинированное	Наблюдение
50.	Апрель	2	Общая физическая подготовка	Практическое	соревнования

51.	Апрель	2	Общая физическая подготовка	Практическое	соревнования
52.	Апрель	2	Общая физическая подготовка	Практическое	соревнования
53.	Апрель	2	Общая физическая подготовка	Практическое	соревнования
54.	Апрель	2	Общая физическая подготовка	Практическое	соревнования
55.	Апрель	2	Общая физическая подготовка	Практическое	соревнования
56.	Апрель	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
57.	Май	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
58.	Май	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
59.	Май	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
60.	Май	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
61.	Май	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
62.	Май	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
63.	Май	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
64.	Май	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
65.	Июнь	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
66.	Июнь	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
67.	Июнь	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
68.	Июнь	2	Специальная физическая подготовка	Практическое	Соревнования
69.	Июнь	2	Проведение и участие в соревнованиях «Школа безопасности»	Практическое	Соревнования

70.	Июнь	2	Проведение и участие в соревнованиях «Школа безопасности»	Практическое	Соревнования
71.	Июнь	2	Проведение и участие в соревнованиях «Школа безопасности»	Практическое	Соревнования
72.	Июнь	2	Проведение и участие в соревнованиях «Школа безопасности»	Практическое	Соревнования

2.2. Формы аттестации/контроля

Формы аттестации/контроля для выявления предметных и метапредметных результатов:

тестирование, конкурс, сдача нормативов,

Формы аттестации/контроля формы для выявления личностных качеств:

наблюдение, опросы, анкетирование,

Особенности организации аттестации/контроля:

Формы аттестации включают в себя следующие этапы: входную, промежуточную и итоговую.

1. Входная аттестация (диагностика) проводится с целью выявления уровня подготовки обучающихся.

Входная аттестация проводится в первый месяц учебных занятий с занесением результатов в диагностическую карту.

2. Промежуточная аттестация проводится в середине периода обучения по программе.

3. Итоговая аттестация (диагностика) проводится с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств обучающегося и их соответствия прогнозируемым результатам данной программы.

Аналитико-диагностический блок дополнительной общеразвивающей программы включает в себя:

диагностику обученности (знания, умения, навыки по профилю программы); диагностику обучаемости;

текущую диагностику (зачеты по темам, результаты участия в соревнованиях и т.д.).

Итоговой аттестацией для продвинутого модуля программы является успешное выполнение контрольных практических заданий и участие в соревнованиях «Школа безопасности».

2.3. Оценочные материалы

- участие в походах по разным видам туризма;
- участие в организации и проведении слетов, соревнований, других массовых мероприятий

в качестве участников и помощников руководителей;

- участие в школьных, городских и муниципальных соревнованиях по туризму и ориентированию;

- выполнение нормативов по физической подготовке;

Мониторинг реализации программы осуществляется 2 раза (в середине и в конце учебного

года), в походах в каникулярное время.

Результатом наиболее успешного освоения образовательной программы является присвоение

спортивного разряда или значка «Юный спасатель».

2.4. Методическое обеспечение программы

Методические материалы:

Учебно-методический комплекс к программе «Школа безопасности» включает:

Научно – методический и информационный журнал «ОБЖ. Основы безопасности жизнедеятельности».

Атлас добровольного спасателя.

Сборник ситуационных задач по отработке практических навыков по спасению жизни пострадавших по теме «Экстремальные ситуации. Оказание первой помощи».

Методическая разработка «Рабочая тетрадь по первой помощи».

Методическая разработка «Универсальная спасательная петля. Рекомендации. Методика использования»

Методики и технологии:

В программе используются следующие методы обучения:
 объяснительно-иллюстративный;
 наглядный;
 игровой;
 метод проблемного изложения;
 практический;
 организация тренировочного и соревновательного процесса;
 Педагогические технологии:
 развивающее обучение;
 разноуровневое обучение;
 коллективная система обучения;
 обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа);
 информационно-коммуникационные технологии;
 здоровьесберегающие технологии и др.

Краткое описание работы с методическими материалами:

Во время занятий обучающиеся получают основы теоретических знаний и практических навыков о правильном поведении в экстремальных ситуациях; знания, умения и навыки по технике пешеходного туризма, необходимые для безопасной жизнедеятельности в условиях природной среды и в экстремальных ситуациях, знания алгоритма проведения сердечно-легочной реанимации, виды переломов или ран.
 общие требования техники безопасности для любых аварийно-спасательных и других неотложных работах;
 виды чрезвычайных ситуаций и способы их локализации;

теоретические аспекты выживания;
 теоретическую основу тактики выполнения работ при чрезвычайной ситуации;
 основы организации технологического процесса при чрезвычайной ситуации,
 решают ситуационные задачи, тесты, изучают основы формирования
 здорового образа жизни

2.5. Условия реализации программы

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определённые условия:

наличие помещения для учебных занятий, рассчитанного на 12 человек отвечающего правилам СанПин;

наличие ученических столов и стульев, соответствующих возрастным особенностям обучающихся;

шкафы стеллажи для оборудования, а также разрабатываемых и готовых прототипов проекта;

наличие необходимого оборудования согласно списку;

наличие учебно-методической базы: качественные иллюстрированные определители животных и растений, научная и справочная литература, наглядный материал, раздаточный материал, методическая литература.

Материально-техническое обеспечение программы:

№ п\п	Наименование	Ед. изм.	Кол-во
1	Каска туристическая	шт.	15
2	Коврик теплоизоляционный для туризма	шт.	17
3	Компас жидкостной	шт.	15
4	Палатка туристическая	шт.	4
5	Рюкзак	шт.	17
6	Спальный мешок	шт.	17
7	Рация	компл.	3
8	Тент от дождя	шт.	2
9	Набор котелков	набор	1
10	Карабины туристские	шт.	30
11	Система страховочная грудная и нижняя обвязки	компл	15
12	Жумар	шт.	15
13	Веревка 10 мм	м	250
14	Спусковое устройство	шт.	15
15	Тренажер-манекен взрослого пострадавшего "Виктор-1.01 Г"	шт.	1
16	Комплект шин транспортных складных КШТС	компл.	2
17	Носилки спасательные	шт.	2
18	Дыхательный мешок Амбу	шт.	2

19	Санитарная сумка	шт.	3
----	------------------	-----	---

Информационное обеспечение программы:

Информационное обеспечение программы:

Наименование	Ссылка	Область применения
Учительский портал:	http://www.uchportal.ru	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»	http://festival.1september	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Портал «Мой университет»	http://moi-sat.ru	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Сеть творческих учителей	http://www.it-n.ru	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Сообщество взаимопомощи учителей	http://pedsovet.su	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о безопасности жизнедеятельности	http://www.bezopasnost.edu.ru	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	http://www.hardtime.ru	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Все о пожарной безопасности	http://www.0-1.ru	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Искусство выживания	http://www.goodlife.narod.ru	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Мой компас	http://moikompas.ru/compass/bezopasnost_det	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Первая медицинская помощь	http://www.meduhod.ru	Используется для поиска необходимой информации

		по темам занятий
Портал детской безопасности	http://www.spas-extreme.ru	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий

Кадровое обеспечение программы:

Для реализации программы требуется педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

2.6. Воспитательный компонент

Цели и задачи воспитательной работы:

1. Формирование представления у учащихся о будущей деятельности на пользу общества.
2. Подготовка учащихся к дальнейшему обучению, направленному на овладение будущей профессией.
3. Помощь в овладении навыками самостоятельности (принятие решений, самовоспитание, самообразование).
4. Развитие познавательной активности учащихся, продолжить работу по мотивации учебно-тренировочной деятельности.
5. Обучение умению объективно оценивать свои интеллектуальные и физические возможности.
6. Совершенствование навыков здорового образа жизни.
7. Привитие чувства сопричастности к судьбам Отечества и родного края, формирование гражданской позиции.
8. Использование педагогических приёмов для демонстрации учащимся значимости его физического и психического здоровья, для будущего самоутверждения.
9. Создание оптимально комфортных условий для развития личности, сохранения её неповторимости и раскрытия её потенциальных способностей.
10. Максимальное сближение интересов родителей и педагогов по формированию развитой личности.

Направления воспитательной работы:

1. Гражданско-патриотическое направление.
2. Учебно-познавательная деятельность.
3. Физическое воспитание и безопасность жизнедеятельности.
4. Психолого-педагогическое сопровождение.
5. Работа с родителями.

Гражданско-патриотическое направление:

Цели:

- 1) формирование гражданской позиции, привитие чувства сопричастности к судьбам Отечества и родного города;
- 2) обучение пониманию смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей.

Задачи:

- 1) формировать у учащихся культуру миропонимания;
- 2) формировать у учащихся осознание исторического прошлого и будущего и своей роли в нём; 3) обучение решению задач правового воспитания, связанных с проблемой морального саморазвития и самосовершенствования

<i>№</i>	<i>Содержание и формы работы</i>	<i>Ответственный</i>
1	Беседа: «Что вы хотите от жизни?»	руководитель
2	Беседа: «Семья в жизни человека»	руководитель
4	Беседы с представителями правоохранительных органов об ответственности учащихся за правонарушения.	руководитель, инспектор ПДН
5	Беседы о борьбе с террором.	руководитель
6	Дискуссия на тему: «Я имею право на...»	руководитель
7	«Встреча поколений» - мероприятия в честь Дня Победы.	руководитель, актив группы

Учебно-познавательная деятельность:

Цель:

1) оказание помощи ученикам в развитии в себе способностей действовать целесообразно, мыслить рационально и эффективно; 2) обогащение представления об окружающем мире, развитие потребности в расширении кругозора.

Задачи:

1) определить круг реальных учебных возможностей ученика; 2) создать условия для подтверждения учащихся в интеллектуальном и физическом развитии; 3) формировать культуру интеллектуального и физического развития и совершенствования.

<i>№</i>	<i>Содержание и формы работы</i>	<i>Ответственный</i>
1	Изучение результативности деятельности членов старшей группы за предыдущий учебный год для организации коррекционной работы.	руководитель
2	Сотрудничество с учителями-предметниками по изучению индивидуальных возможностей интеллектуальной и физической деятельности каждого учащегося.	руководитель
3	Контроль за успеваемостью учащихся группы	руководитель
4	Помощь в развитии физических способностей и достижении высоких результатов.	руководитель
5	Проводить обсуждение прочитанного и увиденного в СМИ о спорте.	руководитель
6	Принимать активное участие в предметной неделе физической культуры.	руководитель

Физическое воспитание и безопасность жизнедеятельности:

Цель:

-использование педагогических технологий и методических приёмов для демонстрации учащимся значимости его физического и психического здоровья, для будущего самоутверждения.

Задачи:

- 1) знакомить учащихся с опытом и традициями предыдущих поколений по сохранению здоровья нации;
- 2) формировать у учащихся культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья.

<i>№</i>	<i>Содержание и формы работы</i>	<i>Ответственный</i>
1	Беседы по пожарной безопасности.	руководитель
2	Беседа-напоминание о правилах поведения на занятиях в спортивном зале.	руководитель
3	Беседы по профилактике простудных заболеваний.	руководитель
4	Беседа о личной гигиене и режиме дня.	руководитель
5	Участие в соревнованиях по различным видам спорта.	руководитель
6	Беседы о вреде курения, алкоголя, наркотиков.	руководитель

Психолого-педагогическое сопровождение:

Цель:

создание оптимально комфортных условий для развития личности, сохранения её неповторимости и раскрытия её потенциальных способностей.

Задачи:

- 1) изучать личность ребёнка;
- 2) учитывать в работе черты характера и подбирать соответствующие методы работы;
- 3) поддерживать связь и взаимодействие в работе с учителями, родителями.

<i>№</i>	<i>Содержание и формы работы</i>	<i>Ответственный</i>
1	Индивидуальные беседы с учащимися.	руководитель
2	Посещение семей учащихся.	руководитель

3	Изучение уровня воспитанности учащихся.	руководитель
4	Использование различных психолого-педагогических методов для изучения коллектива.	руководитель
5	Организационное собрание. Выборы актива группы.	руководитель
6	Беседа: «Что значит – человек состоялся?»	руководитель
7	Беседа «Как бороться с конфликтами»	руководитель

Работа с родителями:

Цель:

максимальное сближение интересов родителей и педагогов по формированию развитой личности.

Задачи:

- 1) организация и совместное проведение досуга детей и родителей;
- 2) организация психолого-педагогического просвещения родителей через систему родительских собраний, тематических и индивидуальных консультаций, бесед;
- 3) создание условий для благоприятного взаимодействия всех участников учебно-воспитательного процесса - педагогов, детей и родителей.

<i>№</i>	<i>Содержание и формы работы</i>	<i>Ответственный</i>
1	Работа с родительским активом.	руководитель
2	Информирование родителей о результатах тренировочной деятельности ребёнка, его психологическом состоянии.	руководитель
3	Участие родителей в подготовке и проведении спортивных мероприятий.	руководитель
4	Индивидуальные беседы и консультации.	руководитель

3. Список литературы

для педагога:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М., ЦДЮТур МО РФ, 2020.
2. Алешин В.М., Серебrenников А.В. Туристская топография. М., Профиздат, 2021.
3. Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. М., ЦРИБ "Турист", 2022.
4. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 2021.
5. Берман А.Е. Путешествия на лыжах. М., ФиС, 2022.
6. Бринк И.Ю., Бондарец М.П. Ателье туриста. М., ФиС, 2023
7. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М., ЦРИБ "Турист", 2023.
8. Волков Н.Н. Спортивные походы в горах. М., ФиС, 2024.
9. Выживание в экстремальных условиях. М., ИПЦ "Русский раритет", 2023.
10. Выживание. Сост. С.И.Коледа, П.Н. Драчев, Минск, ООО "Лазурак", 2000.
11. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. М., ЦДЮТур МО РФ, 2024.
12. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. – М., ЦДЮТур МО РФ, 2023.
13. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности». - М., Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000.
14. Маслов А.Г. Организация работы и финансирование туристско – краеведческих объединений учащихся. – М., ЦДЮТур Минобразования России, 2023.
15. Нурмимаа В. Спортивное ориентирование. М., ФСО РФ, 2021.
16. Основы медицинских знаний учащихся. Под ред. Гоголева М.И. М., Просвещение 2021.
17. Штюрмер Ю.А. Профилактика туристского травматизма. М., ЦРИБ "Турист", 2022.

для обучающихся и родителей (законных представителей):

1. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. М., ЦДЮТур РФ, 2024.
2. Волович В.Г. Академия выживания. – М.: ТОЛК, 2021.
3. Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. М., «Знание», 2000.
4. Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. М., Издательский дом "Вокруг света", 2024.
5. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., Профиздат, 2021.
6. Краткий справочник туриста. М., Профиздат, 2022.
7. Куликов В.М. Походная туристская игротка. Сборники № 1,2. М., ЦДЮТур МО РФ, 2024.
8. Энциклопедия туриста. М., Научное издательство "Большая Российская энциклопедия", 2023.

Информация для карточки в Навигаторе

Полное название: ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО НАПРАВЛЕНИЮ «ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»

Публичное название: «ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»

Краткое описание:

Программа носит профориентационный характер, знакомит с основами профессии «спасатель» и помогает самоопределиваться в выборе профессии.

Введение. Знакомство с профессией «спасатель»

Спасатель МЧС – это сотрудники Министерства чрезвычайных ситуаций, которые первыми приходят на помощь при наводнениях, пожарах, стихийных бедствиях, авариях и, при необходимости, оказывают медицинскую помощь пострадавшим. Эти специалисты спасают жизни людей в экстремальных условиях.

Сотрудники МЧС работают в сплоченных и четко организованных командах, куда входят представители разных специальностей, которые действуют согласованно. В группу спасателей входят: пожарные, водолазы, врачи, водители, альпинисты.

Спасатели готовы прийти на помощь 24 часа в сутки в любую точку страны. Они в считанные минуты прибывают на место терактов, стихийных бедствий и катастроф. Профессиональные сотрудники МЧС способны мгновенно оценить ситуацию и масштаб трагедии. За короткий промежуток времени они организуют эвакуацию людей, оказывают первую помощь, извлекают из-под завалов раненых. Помимо глобальных катастроф и масштабных трагедий, спасателей вызывают и те, кто попал в беду и не смог самостоятельно решить проблему.

Особенность профессии состоит в том, что специалисты могут работать не только в городе, но и за его пределами. Они спасают заблудившихся в лесу, находят горнолыжников в горах после схода лавины, достают из рек и озер утопающих и т.д.

Эту специальность называют благородной и всеми уважаемой, самых отважных награждают орденами и дают им медали. Но, вместе с тем, эта профессия является одной из самых опасных и рискованных.

К личным качествам спасателя можно отнести: решительность, смелость, выносливость, ответственность, аккуратность, уверенность, находчивость, эмоциональная устойчивость. Таким сотрудникам необходимо уметь работать в команде, быть в хорошей физической форме, иметь быструю реакцию, твердый характер, устойчивую нервную систему, выдержку и самообладание, устойчивость внимания.

Профессия спасатель МЧС не предусматривает обязательного высшего образования. Для того, чтобы работать в системе Министерства чрезвычайных ситуаций на рядовых должностях, достаточно иметь полное среднее образование, хотя лучше, конечно, получить какое-либо техническое или военное образование. Также можно обучиться в средних специальных учебных заведениях по специальности «защита в чрезвычайных ситуациях», «пожарная безопасность».

Если же человек хочет занять руководящую должность, то ему нужно будет получить высшее образование в одном из вузов системы МЧС РФ.

Продвижение по карьерной лестнице в МЧС имеет сходство с другими силовыми ведомствами. Для повышения необходимо иметь специализированное образование и опыт работы. Для хорошего руководителя очень важно иметь опыт работы «в поле», то есть непосредственно на месте ЧП.

Заработная плата спасателя МЧС формируется из нескольких составляющих. В первую очередь речь идет о должностном окладе и доплате за звание, эти величины

четко установлены и могут немного отличаться в зависимости от специфики работы и региона.

Немалую часть заработка сотрудника составляют надбавки и стимулирующие выплаты. Они бывают одноразовыми или регулярными:

- за выслугу и рабочий стаж;
- за работу с секретными документами;
- за опасные или вредные условия труда;
- за освоение дополнительной специальности;
- за командировки в отдаленную местность или регион с суровыми

климатическими условиями

- за особые достижения

Спасателям также выплачиваются премии по итогам работы за месяц или квартал.

Размер каждой выплаты может варьироваться для разных работников. Если говорить о том, какая выплата является самой большой, то стоит отметить надбавку за работу в опасных условиях, которая может равняться должностному окладу. Обычно эту выплату получают члены аварийно-спасательных команд. За выслугу лет доплачивается от 10 до 40% от оклада, квартальные премии могут составлять 50-100%.

Так же сотрудники министерства могут рассчитывать на материальную помощь на оздоровление в размере одного должностного оклада в течение календарного года. Если же в семье спасателя есть определенные трудности, то он может написать рапорт и получить помощь в размере 5 окладов.

Данная профессия относится к числу востребованных на рынке труда. Количество пожаров, техногенных и природных катастроф не уменьшается. Уже одно описание условий, в которых приходится работать спасателям, дает понимание того, что в этих структурах высокая текучка кадров. Кто-то не справляется с нагрузками и увольняется, кто-то уходит на повышение, поэтому приток новых специалистов всегда актуален.

Тест по теме «Чрезвычайные ситуации природного характера и действия в случае их возникновения»
Продвинутый модуль

Вариант № 1

1. Что такое землетрясение?
 - а) область возникновения подземного удара
 - б) подземные толчки и колебания поверхности Земли**
 - в) проекция центра очага землетрясения на земную поверхность
 - г) это природное явление, связанное с процессами в окружающей атмосфере
2. По шкале итальянского ученого Меркалли в баллах оценивается(-ются):
 - а) сила землетрясения, его интенсивность**
 - б) величина смещения земной коры в очаге землетрясения
 - в) величина разрывов в верхней части мантии
 - г) степень разрушений в эпицентре землетрясения
3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера (наиболее характерные) по месту их возникновения можно разделить на:
 - а) химические, биологические, военные
 - б) радиационные, химические, гидродинамические, транспортные**
 - в) социальные, экологические, психологические
 - г) региональные, федеральные, радиационные
4. Что из перечисленного относится к природным катастрофам?
 - а) метеорологические**
 - б) топологические**
 - в) тектонические**
 - г) социальные
 - д) специфические
5. Что можно отнести к метеорологическим катастрофам?
 - а) бури**
 - б) засухи**
 - в) пожары**
 - г) морозы**
 - д) эпидемии
6. Если случился пожар, то какие действия необходимо выполнить?
 - а) идти в сторону, противоположную пожару**
 - б) оценить обстановку и определить, откуда исходит опасность, а также сообщить в пожарную охрану о пожаре**
 - в) укрыться в здании и ждать помощи пожарных
 - г) двигаться в сторону незадымленной лестничной клетки или к выходу**
7. Что можно отнести к биолого-социальным катастрофам?
 - а) терроризм**
 - б) аварии на химических объектах
 - в) общественные беспорядки**
 - г) землетрясения

д) транспортные катастрофы

8. Экстренной мерой по защите населения от поражающих факторов чрезвычайной ситуации является:

- а) своевременное оповещение населения об опасностях, возникающих в условиях чрезвычайных ситуаций
- б) обеспечение населения средствами индивидуальной защиты
- в) качественное обучение правилам поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций
- г) эвакуация населения из опасных районов**

9. Как вы будете действовать при получении сигнала оповещения о радиационной аварии, если вы находитесь в своем доме (квартире)?

- а) освободите от продуктов питания холодильник, вынесите скоропортящиеся продукты и мусор, выключите газ, электричество, погасите огонь в печи и проследуйте на сборный эвакуационный пункт
- б) включите радио и выслушаете сообщение, выключите электричество, наденете средства индивидуальной защиты, вывесите на двери табличку «В квартире жильцов нет» и проследуйте на сборный эвакуационный пункт
- в) немедленно закроете окна, двери, вентиляционные отверстия, включите радиоприемник или телевизор и будете готовы к приему информации о дальнейших действиях**
- г) выключите газ, электричество, возьмете необходимые продукты питания, вещи и документы, наденете средства индивидуальной защиты и проследуете на сборный эвакуационный пункт

10. Что не является главной целью террористов?

- а) психологическое воздействие.
- б) уничтожение противника.**
- в) самореклама.
- г) способ достижения цели.

11. Экстремистская деятельность не только не может улучшить жизнь граждан, но, напротив, может стать основой для крайней формы экстремизма, которой является...

- а) вандализм;
- б) терроризм;**
- в) хулиганство;
- г) похищение граждан;
- д) ограбление.

12. Если самолёт, захваченный террористами, освобождает группа захвата, заложникам необходимо:

- а) воспользовавшись суматохой, попробовать самостоятельно выбраться из самолёта;
- б) лечь на пол и оставаться там до конца операции, не мешая её проведению;**
- в) попытаться вырвать оружие у террориста и помочь атакующей группе;**
- г) если нет другой возможности, спрятать голову за спинку впереди стоящего кресла и закрыть её руками;**

д) попытаться забрать свои вещи с багажной полки, так как после взрыва или пожара это будет сделать уже невозможно.

Вариант №2

1. Вы находитесь дома одни. Вдруг задрожали стекла и люстры, с полок начали падать посуда и книги. Вы срочно:

а) позвоните родителям на работу, чтобы предупредить о происшествии и договориться о месте встречи

б) займете место в дверном проеме капитальной стены

в) закроете окна и двери, быстро спуститесь в подвальное помещение

г) подойдете к окну и узнаете у прохожих, что случилось

2. Что надо делать с получением сигнала о приближении урагана, бури, смерча при нахождении в доме (квартире)?

а) закрыть окна, включить радиоприемник для получения информации от управления ГО и ЧС

б) плотно закрыть двери и окна, отключить электроэнергию, занять безопасное место у стен внутренних помещений

в) закрыть окна и двери с наветренной стороны здания, а с подветренной открыть, убрать с балконов и подоконников вещи, которые могут быть подхвачены воздушным потоком

г) закрыть краны газовой сети, включить радиоприемник с автономным питанием для получения информации от управления ГО и ЧС

3. Как следует выходить из зоны лесного пожара?

а) навстречу ветру, используя для этого просеки, дороги

б) перпендикулярно направлению ветра, используя для этого открытые пространства

в) если загорелась одежда, то нужно бегом покинуть опасную зону по направлению ветра

г) если вы в составе группы, то нужно разделиться и по одному выходить навстречу ветру

4. Что можно отнести к топологическим катастрофам

а) наводнения

б) снежные лавины

в) оползни

г) ураганы

д) кораблекрушения

5. Что можно отнести к техногенным катастрофам относят

а) транспортные катастрофы

б) производственные катастрофы

в) войны

г) терроризм

д) землетрясения

6. Выберите, что относится к ЧС техногенного характера:

а) геофизические и геологические явления, приведшие к человеческим жертвам

б) аварии на электростанциях и очистных сооружениях

- в) аварии на химически опасных объектах и атомных электростанциях
- г) авиационные катастрофы, повлекшие за собой значительное количество человеческих жертв и требующие проведение поисково-спасательных работ

7. Сирены и прерывистые гудки предприятий и транспортных средств означают сигнал оповещения:

- а) «Тревога!»
- б) «Внимание! Опасность!»
- в) «Внимание всем!»**
- г) «Химическая (радиационная) опасность!»

8. Чрезвычайное событие это:

- а) события, заключающиеся в отклонении протекающих процессов или явлений от нормы
- б) события, вызывающие отрицательное воздействие на жизнедеятельность людей
- в) события, вызывающие отрицательное воздействие на функционирование экономики, социальную сферу, природную среду
- г) все варианты верны**
- д) среди перечисленных вариантов правильного ответа нет

9. К неверным действиям человека, оказавшегося в зоне степного пожара, относится

- а) попытка покинуть место пожара перпендикулярно направлению ветра;
- б) ожидание помощи;**
- в) попытка покинуть место пожара и дышать через мокрый платок (шарф);
- г) попытка обойти зону пожара, если её обойти невозможно, то преодолеть границу огня против направления ветра.

10. Терроризм — это ...

- а) способ выражения недовольства властью.
- б) идеология насилия, связанная с устрашением населения.
- в) совокупность действий, направленных на улучшение уровня жизни граждан.**

11. Экстремизм угрожает:

- а) активному отдыху в природе;
- б) пожарной безопасности в доме;
- в) соблюдению законности в государстве;**
- г) возникновением чрезвычайных ситуаций природного характера;
- д) безопасности выполнения домашних хозяйственных работ;
- е) законным политическим правам и свободам граждан;**
- ж) гражданскому миру и национальному согласию;**
- з) духовной, религиозной терпимости в обществе.**

12. Вставьте в текст подходящие слова:

- а) ...? - осквернение зданий или иных сооружений, порча имущества на общественном транспорте или иных общественных местах.
- б) ...? - идеология насилия и практика воздействия на принятие органами власти решений, связанных с устрашением населения и иными формами противоправных насильственных действий.

Терроризм, хулиганство, вандализм, экстремизм.**ТАБЛИЦЫ ПРАВИЛЬНЫХ ОТВЕТОВ**

вопроса	г
1	
	в
2	
	б
3	
	б
4	
	бг
5	
	2 вариант
6	
	б
7	
	в
8	
	а
9	
	абв
10	
	аб
11	
	бвг
12	
	в
1 вариант	
	г
б	
	б
а	
	в
б	
	вежз
абв	
	Вандализм,
абвг	терроризм
абг	
ав	

Тест по теме «Топографические и спортивные карты»

1) Соответствие между понятиями и определениями:

План

чертеж местности, выполненный в условных знаках и в крупном масштабе.

(1 см - 50 метров и крупнее) / глазомерная, комбинированная съемка, дешифровка аэрофотоснимков; охватывают несколько км.

Кроки

чертеж участка местности с подробным отображением важнейших элементов с соблюдением масштаба.

Абрис Схематический чертеж участка, начерченный от руки. Без соблюдения масштаба

Схема местности рисунок местности, содержащий значимые для прохождения маршрута объекты.

Топографические карты. Подробные общегеографические карты, отображающие размещение и особенности основных природных соц-экон. объектов местности.

2) Как называется отбор и обобщение изображаемых на карте объектов:

- a. система условных знаков
- b. картографическая генерализация
- c. топографическая карта
- d. кроки

3) Назовите понятие: Математическая формула, применяемая при отображении шарообразной земли на плоскость.

- a. проекция

4) Линейные условные знаки применяются для:

- a. выражения масштаба в карте (лес, болото)
- b. показания объекта небольшого размера, очертания, которые не выражены в масштабе карты (мосты, башни)
- c. изображения условно вытянутых объектов (дороги, реки)

5) Как в топографии называется все, что находится на поверхности земли, а также подземные коммуникации?

- a. рельеф
- b. абрис
- c. ситуация

6) Как называется наука, разрабатывающая географические и геометрические методы изучения местности с целью создания на этой основе крупномасштабных геометрических карт?

- a. топография

7) Топографические карты имеют:

- a. единый масштаб
- b. единую систему знаков
- c. единое содержание

Масштаб не соблюдается, когда создается:

- a. План.
- b. Кроки
- c. Абрис
- d. Топографическая карта

8) Чертеж участка местности с подробным отображением важнейших элементов и соблюдением масштаба – это:

- a. кроки
- b. абрис
- c. план

9) Ориентирование на местности разделяется на:

- a. общее
- b. массовое
- c. детальное
- d. групповое

10) Определение своего положения, точки стояния относительно сторон горизонта и окружающих объектов:

- a. ориентирование
- b. азимут
- c. линия движения
- d. линейное ориентирование

11) Основные моменты ориентирования:

- a. определение сторон горизонта
- b. определение места положения
- c. определение дальнейшего движения
- d. все вышеперечисленное

**Примерные упражнения по общей физической подготовке
(рекомендуются для проведения в спортивном зале, спортивной площадке)**

Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки на месте и в движении.

Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.

Упражнения для туловища, направленные на формирование правильной осанки в различных исходных положениях: наклоны, повороты и вращения туловища; в положении лежа - поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.

Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Упражнения с предметами (при наличии оборудования). Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки с вращением скакалки вперед, назад на одной и обеих ногах, прыжки с поворотами в приседе и полуприседе.

Упражнения сотягощением(при наличии оборудования): упражнения с набивными мячами - бросание и прием в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями.

Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком (при наличии оборудования): сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.

Элементы акробатики. Кувырки (вперед, назад, в стороны) в группировке, полушпагат; полет-кувырок вперед с места и с разбега, перевороты (в стороны и вперед).

Подвижные игры, и эстафеты (при наличии оборудования). Игры с мячом; бег с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий с переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов. Игры на внимание, сообразительность, координацию.

Легкая атлетика (при наличии оборудования). Бег на короткие дистанции 30, 60, 100 м из различных исходных положений. Эстафетный бег на этих же дистанциях. Бег на 100, 800 м. Бег по пересеченной местности (кросс) до 3-5 км с преодолением различных естественных и искусственных препятствий. Интервальный и переменный бег. Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной, пятерной прыжок и многоскоки. Метание гранаты, толкание ядра. Прыжки в высоту.

Лыжный спорт (при наличии лыж). Изучение попеременного и одновременного способа ходьбы на лыжах. Изучение техники поворотов на месте и в движении. Прохождение на лыжах дистанции 3, 5 км на время. Спуски и подъемы на склонах различной крутизны. Повороты и торможение во время спусков. Разучивание приемов падения в экстренных ситуациях.

Гимнастические упражнения (при наличии оборудования). Упражнения на снарядах: гимнастическая стенка, канат, шест, лестница, скамейка, перекладина, брусья, кольца. Опорные и простые прыжки с мостика и трамплина через «козла», «коня».

Спортивные игры (при наличии оборудования): ручной мяч, баскетбол, футбол, волейбол.

Примерные упражнения по специальной физической подготовке (рекомендуются для проведения в спортивном зале, спортивной площадке, на местности, в том числе при наличии соответствующего оборудования)

Ориентирование.

Движение по азимуту по открытой и закрытой местности. Измерение расстояний на местности вовремя бега по дорогам, тропам, просекам, по лесу различной проходимости, склонам различной крутизны.

Движение без помощи компаса по Солнцу. Бег в «мешок». Бег с выходом на линейные и площадные ориентиры. Бег с выходом в заданную точку со строгим контролем направления и расстояния.

Выбор пути и движение с учётом рельефа местности, проходимости растительности, почвенного покрова. Движение по маркированной трассе с фиксацией основных встречающихся ориентиров. Выход на контрольные пункты и уход с них в заранее выбранном направлении.

Лыжная подготовка (при наличии оборудования).

Движение на лыжах по равнинной и пересечённой местности. Спуск на лыжах по склону в высокой, средней и низкой стойке. Подъём обычным шагом, способами «ёлочка» и «лесенка». Торможение «плугом» и «полуплугом». Вынужденная остановка падением. Повороты в движении переступанием, из положения «плуга» и «полуплуга». Тропление лыжни на открытой местности и в лесу. Движение по заснеженным и обледенелым склонам на лыжах. Меры страховки и самозадержания.

Туристская техника.

Движение по ровной, по сильно пересечённой местности, по лесу через кустарники и завалы, по заболоченной местности, движение по дорогам, тропам и без троп. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями. Прохождение различных этапов соревнований по технике туризма: спуски и подъёмы, траверс склонов, переправы и т.д.

Игры с различными упражнениями туристской техники.

Упражнения на развитие выносливости. Бег в равномерном такте по равнинной и пересечённой местности, открытой и закрытой, том числе и по заболоченной, на дистанции от 5 до 15 км. Бег «в гору». Ходьба на лыжах на дистанции от 5 до 15 км. Марш-броски и туристические походы (однодневные и многодневные). Многократное пробегание различных отрезков с изменением скорости, темпа и продолжительности бега в различных условиях местности. Смешанное передвижение с чередованием ходьбы, бега. Бег по песку, по кочкам; бег на мелком месте в воде. Упражнения со скакалкой в заданном темпе.

Упражнения на развитие быстроты. Бег с высокого и низкого старта со скоростью на дистанции 30, 60, 100, 200, 400 м. Бег на месте в быстром темпе с высоким подниманием бедра. Бег семенящий, прыжковый. Бег с внезапной сменой направлений, с внезапными остановками, с обеганием препятствий.

Эстафеты: встречные, с преодолением препятствий, с прыжками, по кругу и т.д. Быстрое приседание и вставание. Бег с переменной скоростью и повторный бег. Бег боком и спиной вперед. Бег змейкой между расставленными в различном положении стойками.

Упражнения со скакалкой: два прыжка на один оборот скакалки, один прыжок на два оборота скалки, чередование различных прыжков на одной и двух ногах. Бег через барьеры различной высоты на дистанции 60, 1.00, 200 м.

Различные игры и игровые упражнения, выполняемые в быстром темпе (баскетбол 3:3, футбол 5:5, с укороченными таймами).

Упражнения для развития ловкости и прыгучести. Прыжки в длину в яму с песком, через яму с водой, канаву, ручей. Прыжки по кочкам. Прыжки в высоту через планку, жердь, поваленное дерево с одной и двух ног. Прыжки через «коня», «козла». Прыжки на одной и обеих ногах на месте и в движении. Прыжки со скакалкой и в движении. Прыжки вверх из положения приседа, упора присев. Бег-прыжки и прыжки по ступенькам в заданном темпе. Прыжки вниз с гимнастической лестницы, бровки оврага, берега реки и т.д.

Упражнения для развития силы. Сгибание и разгибание рук и упором о предметы на разной высоте от пола (гимнастическую стенку, стул, гимнастическую скамейку, пол). Из упора лежа отталкивание от пола с хлопком. Приседания на двух и одной ногах. Прыжки и подскоки на одной и двух ногах без отягощения и с отягощением (гантели, набивные мячи весом 2-4 кг, диск от штанги, штанга) с последующим быстрым выпрямлением.

Броски набивного мяча одной и двумя руками из-за головы, от груди, снизу, сбоку, броски с поворотом туловища

Упражнения для развития силы отдельных мышечных групп (туловища, рук, ног) без предметов и с предметами (набивными мячами, гантелями, резиновыми амортизаторами).

Упражнения со штангой (40-60% от веса спортсмена), повороты туловища со штангой на плечах, приседания, выжимания и выталкивания штанги от груди и др.

Упражнения на гимнастической стенке: подтягивание на руках, поднятие ног до угла 90° и др.

Эстафеты с переноской тяжелых предметов (набивных мячей, камней, партнеров по команде и т.д.).

Упражнения для развития гибкости, на развитие и расслабление мышц. Ходьба с выпадами, перекрестным шагом. Пружинистые приседания в положении выпада, «полушпагат», «шпагат». Маховые движения руками и ногами в различной плоскости. Пружинистые наклоны туловища вперед, в стороны, назад из различных исходных положений. Парные упражнения с сопротивлением на гибкость, растяжение и подвижность суставов. Круговые движения туловищем, повороты с движением и без движения руками и ногами. Упражнения с палками, булавами. Отведение ног и рук в различных упражнениях, из различных исходных положений, на месте и в движении. Размахивание руками и ногами с расслаблением мышц при взмахе вперед, назад, в стороны. Махи свободно опущенными руками при повороте туловища.

Наклоны вперед, в стороны, медленный бег с расслаблением мышц плечевого пояса и рук. Встряхивание рук, ног на месте и в движении. Упражнения на восстановление дыхания - глубокий вдох и продолжительный выдох.

Элементы акробатики: кувырки, перекаты, перевороты, ложные падения на лыжах. Гимнастические упражнения на различных снарядах, требующие сложной координации движений. Упражнения на равновесие, выполняемые на гимнастическом бревне, скамейке. Переправа по бревну через овраг, ручей, канаву; переправа по качающемуся бревну. Подъем по гимнастической лестнице, стенке, в том числе без помощи ног; подъем по крутым склонам оврагов, берегов ручьев.

Элементы скалолазания. Упражнения на стенке по развитию координации движений, увеличению подвижности суставов. Акробатические и гимнастические упражнения на стенках, полках. Передвижение по предметам с ограниченной площадью: бревну, буму, перилам, параллельным брускам, подъем по шесту, по наклонной лестнице без рук. Сжатие теннисного мяча, резинового кольца, кистевого эспандера. Подтягивание на перекладине с переходом в упор. Лазание по вертикальному и горизонтальному канату

Лазание по вертикальной стенке со страховкой. Движение по полке (карнизу) шириной 1-3 см с упором ногами в стену на страховке. Движение по высоко натянутым параллельным перилам (10-15 м). Подъем на стременах.

Спортивные игры: баскетбол, гандбол, футбол со специальными заданиями. Эстафеты с применением сложных двигательных заданий, требующих проявления координации движений.

Преодоление туристской полосы препятствий.

Примерное теоретическое содержание темы «Психологические процессы и состояния: внимание, память, мышление»

Внимание. Внимание - направленность и сосредоточенность сознания человека на определенных объектах при одновременном отвлечении от других.

Виды внимания: непроизвольное, произвольное, послепроизвольное.

Структура и характеристика внимания: объем, распределение внимания, переключение, персеверация (явление, связанное с затруднением переключения внимания), устойчивость, концентрация.

Факторы, влияющие на произвольное внимание: установка, мотивация, эмоциональное состояние, личностные особенности (самообладание, темперамент), интенсивность стимула, значимость стимула или ситуации, особенности ситуации.

Нарушение концентрации внимания - рассеянность («порхающее» и «липкое» внимание).

Развитие внимания.

Память. Память - запоминание, сохранение и последующее воспроизведение информации. Основные процессы памяти - запоминание, сохранение, воспроизведение, забывание. Продуктивность памяти. Механическое и смысловое запоминание. Виды памяти:

по характеру психической активности - двигательный тип памяти, эмоциональная память;

по предъявляемым стимулам (виду и форме информации) - образная, словесно-логическая (смысловая);

по анализаторам - зрительная, слуховая, осязательная, обонятельная, вкусовая.

Произвольная и непроизвольная память.

Кратковременная, долговременная и оперативная память (удерживание информации на период совершения операций)

Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации.

Условия, влияющие на запоминание: установка, мотивация, эмоциональное состояние, уровень концентрации внимания, значимость информации для индивида.

Мнемотехника - приемы и способы заучивания фактологического материала. Приемы мнемотехники.

Мышление. Мышление - отражение общих свойств вещей и явлений и нахождение закономерных связей и отношений между ними, процесс обобщенного и опосредованного познания действительности.

Виды мышления: теоретическое (словесно-логическое) и практическое (наглядно-образное, наглядно-действенное).

Мыслительные операции: анализ, синтез, обобщение, абстрагирование, сравнение, классификация, аналогия.

Пути развития и активизации мышления. Формулирование вопроса - анализ возможных ответов или решений и выбор из них верного - проверка правильности решения.

Примерное теоретическое содержание темы «Чувства. Стресс»

Чувства - переживаемые в различной форме внутренние отношения человека к тому, что происходит в его жизни, что он познает или делает.

Формы переживания чувств: эмоции, аффекты, настроения, стрессовые состояния, собственно чувства (в узком значении слова).

Стресс - состояние общего возбуждения, психологического напряжения при деятельности в трудных, необычных, экстремальных ситуациях. Стресс - неспецифическая реакция организма на резкоменяющиеся условия среды.

Стадии развития стресса - реакция тревоги, фаза сопротивления, фаза истощения. Дистресс.

Влияние стресса на организм человека. Как справиться со стрессом.

Саморегуляция поведения.

Примерное теоретическое содержание темы «Воспитание в обществе. Становление личности»

Индивидуум и личность. Личность - продукт развития индивидуума в обществе. Индивидуальность личности (темперамент, черты характера, Привычки, преобладающие интересы, качества познавательной деятельности, восприятие, память, мышление, воображение; способности, индивидуальный стиль деятельности). Условия проявления индивидуальности. Потребности и мотивы. Социальные нормы поведения. Цели и ценности.

Социальный контроль - влияние общества на установки, представления, идеалы и поведение человека. Составляющие социального контроля - экспектации, нормы и санкции.

Экспектации - требования окружающих по отношению к данному человеку, выступающие в форме ожиданий.

Социальные нормы - некие образцы, предписывающие то, что люди должны говорить, думать, чувствовать, делать в конкретных ситуациях. Признаки социальных норм: общезначимость, возможность применения группой или обществом санкций, наличие субъективной стороны, взаимозависимость, масштабность.

Санкции - процедуры, при помощи которых поведение индивида приводится к норме социальной группы. Виды санкций: негативные и позитивные, формальные и неформальные.

Формы социального контроля поведения: закон, табу, обычай, традиции, мораль.

Становление (и самоопределение) личности при всех формах социального контроля. Совесть, нравы, манеры, привычки, этикет.

Социализация - процесс и результат социального развития человека, при котором он усваивает систему знаний, норм и ценностей, позволяющих ему функционировать в качестве полноправного члена общества. Роль образования и приобретения профессии в социализации личности. Роль творчества. Три стадии развития личности в процессе социализации: адаптация, индивидуализация (персонализация) и интеграция.

Механизмы социализации. Подражание, имитация, идентификация. Полоролевая идентификация. Механизм социальной оценки желаемого поведения. Конформность и неконформность (негативизм). Социальные группы, в которых происходит становление личности: семья, школа, объединения по интересам, неформальные (уличные) группы.

К чему надо стремиться?

Человек личностно-зрелый обладает следующими характеристиками:

- развитое чувство ответственности;
- потребность в заботе о других людях;
- способность к активному участию в жизни общества, к психологической близости с другими людьми;
- способность к эффективному использованию своих знаний и возможностей, решению различных жизненных проблем на пути к полной са-

морализации;

- высокий уровень общей жизнедеятельности;
- толерантное отношение к трудностям и способность их преодолевать.

Развитие человека в процессе реальной деятельности на основе взаимодействия с другими людьми.

Движущая сила социального развития - противоречие между растущими потребностями человека и реальными возможностями их удовлетворения.

Чередование стабильных периодов развития с нестабильными (кризисными) периодами, которые выступают как переходные этапы и несут в себе возможности качественных новообразований личности.

Наиболее благоприятные условия социального развития личности: социальная поддержка, референтная группа и потребности личности.

Сензитивность - особая чувствительность по отношению к тем или иным внешним воздействиям, способствующим формированию определенных психических и личностных новообразований.

Примерное теоретическое содержание темы «Процессы и закономерности общения»

Общение – многоплановый процесс развития контактов между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности и включающий в себя обмен информацией, выработку единой стратегии взаимодействия, восприятие и понимание людьми друг друга.

Три стороны общения: коммуникативная – передача информации; интерактивная – взаимодействие; перцептивная – взаимовосприятие.

Средства общения: язык; интонация; мимика, жесты, поза, взгляд; расстояние (зависимость от национальных, культурных традиций, степени доверия с собеседником).

Вербальная (речевая) и невербальная (жестовая) формы общения.

Виды общения: непосредственное общение (формальное и межличностное), опосредованное или косвенное. Массовое общение.

Конструктивное общение. Условия конструктивного общения:

- общение на условиях равноправия и неподчинения своей воле;
- уважения права на личное мнение и принятое решение;
- уважение ценности и опыта собеседника;
- умение слушать и понимать собеседника.

Способы снижения эмоциональной напряжённости общения. Управление эмоциями и чувствами (уважение чувств других людей, терпение и невозмутимость при выслушивании собеседника, уход от негативной борьбы за власть, подавление желания мщения, обвинения, упреков и критики).

Особенности общения в современном мире:

- преобладание массового опосредованного общения;
- увеличение количества вынужденных контактов между людьми;
- иллюзия общения – квазиобщение посредством телевидения, компьютера.

Примерное теоретическое содержание темы: «Социальная группа»

Социальная группа – устойчивая совокупность людей, связанных системой взаимоотношений, регулируемых общими ценностями и нормами. Классификация групп: малые и большие, реальные (контактные) и условные: формальные (официальные) и неформальные (неофициальные); по уровню развития – развитые, недостаточно развитые и низкоразвитые группы.

Основной признак социальной группы – способность индивидов к согласованным действиям. Действие группового давления. Установление определенных отношений в группе.

Уровень группового развития – характеристика сформированности межличностных отношений, результат процесса формирования группы. Группы высшего уровня социально-психологического развития – коллективы; просоциальные группы, диффузные группы, асоциальные ассоциации, антиобщественные корпорации.

Малая группа – основные признаки – совместная деятельность и общая цель. Референтная группа – источник социальных установок и ценностных ориентаций субъекта. Конформизм, неконформизм и самоопределение личности в группе. Сплочённость группы – характеристика системы внутригрупповых связей, показывающая степень совпадения оценок, установок и позиций членов группы по отношению к объектам (лицам, задачам, идеям, событиям), наиболее значимым для группы в целом.

Примерное теоретическое содержание темы «Лидер в группе. Его роль и требования к нему»

Лидер – личность, за которой все остальные члены группы признают право брать на себя наиболее ответственные решения, затрагивающие их интересы и определяющие направления, и характер деятельности всей группы. Формальный и неформальный лидер.

Авторитет – особый вид влияния на людей, способность человека, не прибегая к принуждению, направлять поступки и мысли других людей.

Ответственность – осознанное чувство принятия решения, от которого зависит успех деятельности и существования группы.

Примерное теоретическое содержание темы «Самосознание. «Я» - концепция»

Самосознание – процесс, с помощью которого человек познаёт себя и относится к самому себе. «Я» - концепция, её составляющие: когнитивная (самопонимание), оценочная составляющая (самооценка); поведенческая составляющая. Особенности поведения при адекватной, завышенной или заниженной самооценке.

Самоотношение. Самоуважение – позитивное самоотношение. Уровень притязаний. Самоуважение и любовь к себе. Как добиться уверенности в себе. Права человека, позволяющие поддерживать уверенность в себе.

**Примерная итоговая аттестация для продвинутого модуля
Критерии оценки успешности выполнения контрольного практического задания**

Оказание первой помощи сердечно-легочной реанимации

Критерий: Да/Нет

Правильное ОПП при СЛР с комментарием

Участник работает в медицинских перчатках

Определение признаков жизни: участник прикладывает ухо к губам пострадавшего

Визуальное наблюдение на экскурсию (поднятием/опусканием) грудной клетки пострадавшего

Участник проверяет наличие/отсутствие пульса на сонной артерии и отсчитывает 10 секунд вслух

Участник дает команду на вызов скорой помощи

Участник освобождает грудную клетку пострадавшего от одежды, препятствующей проведению реанимационных мероприятий

Пояс пострадавшего расстегнут

Участник размещает основание ладони своей руки на пострадавшего в точку компрессии, вторую ладонь участник кладет на первую

Участник совершает 30 компрессий подряд и 2 вдоха

Участник проверил ротовую полость на наличие инородных тел

Руки участника находятся в вертикальном, перпендикулярном положении, относительно пострадавшего

Количество компрессий участник отсчитывает вслух

Перед началом вентиляции участник освободил дыхательные пути пострадавшего;

Голова пострадавшего запрокинута назад, для размещения верхних дыхательных путей в одну плоскость

Нос пострадавшего зажат

Участник проверяет признаки жизни любым способом и сообщает об отсутствии признаков жизни окружающим

Пострадавший оживлен

Лучший показатель времени

Остановка кровотечения, наложение повязок (десмургия)

Критерий: Да/Нет

осмотр пострадавшего произведен, (вид травмы установлен)

участники, непосредственно участвующие в оказании ПП в СИЗ (медицинские перчатки надеты)

Перед наложением жгута произведено пальцевое прижатие артерии в определённой точке выше кровотечения.

Жгут наложен правильно (туго, выше раны, каждый тур перекрывает последующий на одну треть).

Записка с ФИО спасателя, временем наложения и датой наложения под

жгутом (озвучено голосом).

Наложение стерильной салфетки на рану

наложение повязки на рану (вид повязки соответствует виду раны на теле пострадавшего наложена надежно и защищает рану от повторного попадания инфекции и инородных тел)

передача пострадавшего работникам скорой помощи (обозначение голосом)

лучший показатель времени.

Иммобилизация опорно-двигательной системы пострадавшего (травмы шейного и поясничного отдела позвоночного столба, перелом конечностей "открытый, закрытый")

Критерий: Да/Нет

осмотр пострадавшего произведен, (вид травмы установлен)

Спасатель в СИЗ (медицинские перчатки надеты)

шейный корсет надет

шейный корсет надет правильно (двумя спасателями, и место для подбородка на корсете расположено под подбородком пострадавшего, корсет плотно прилегает к шее и зафиксирован)

Жгут наложен

Жгут наложен правильно (туго, выше раны, каждый тур перекрывает последующий на одну треть)

пострадавший уложен на спинальный щит (пострадавший уложен по команде корректно, без падений и дополнительных ударов, на счет, не менее тремя спасателями)

травма накрыта стерильной салфеткой (травма полностью накрыта и зафиксирована повязкой для фиксации шин)

правильное формирование шин (на неповрежденной конечности)

фиксация необходимого количества суставов согласно наставлению по ОПП Ф323

боковые шины наложены правильно (плотно прилегают к конечности пострадавшего, обязательное наличие мягких валиков в областях суставов)

коммуникация с пострадавшим на протяжении всей процедуры оказания ПП

передача пострадавшего работникам скорой помощи (обозначение голосом)

лучший показатель времени

Примерные условия проведения соревнований обучающихся «Школа безопасности» (региональный уровень)

1. Полоса препятствий

В соревнованиях участвует команда из 6 человек.

Команда на время преодолевает полосу препятствий. Возможно «сквозное» прохождение этапов участниками команды. Взаимопомощь участников команды допускается. Финиш по последнему участнику команды.

Результат команды-победителя определяется по наименьшей сумме времени прохождения и штрафных баллов, переведенных во время (1 балл-10 сек.). В случае равенства результатов победитель определяется по наименьшей сумме штрафных баллов. Штрафы на этапах определяются согласно таблицы.

Участники должны быть в спортивной форме, закрывающей локти и колени, иметь перчатки или рукавицы, спортивную обувь без металлических шипов.

Возможные этапы видасоревнований «Полоса препятствий»

1.	Переправа по качающимся перекладинам: горизонтальные свободно подвешенные, перекладины, на высоте 2-2,5 м, расстояние между перекладинами до 0,5 м, длина этапа 5-7 м. Участники при переправе держатся за них руками.
2.	Движение по подвесному бревну. Бревно свободно подвешено на высоте 30 см. Длина бревна 5-7 м, толщина 20-30 см.
3.	«Бабочка» Пройти по нижней горизонтальной веревке, держась за верхнюю. Верхняя веревка закреплена концами к опорам на высоте 1,5-2 м и серединой за середину нижней веревки.
4.	«Паутина» Преодолеть препятствие по горизонтально, вертикально или наклонно натянутым веревкам.
5.	Переправа по горизонтальной веревке. Длина этапа 15-20 м. Преодолеть препятствие с помощью рук и ног.
6.	Переправа по наклонному бревну с перилами. Длина бревна 5-7 м, толщина 20-30 см.
7.	Переправа по параллельным верёвкам. Пройти по нижней горизонтальной веревке, держась за верхнюю.
8.	«Маятник» Преодолеть препятствие при помощи вертикально-подвешенной верёвки
9.	«Ромб» Горизонтально-подвешенная верёвочная лестница, крутящаяся вокруг своей оси. Преодолеть препятствие с помощью рук и ног.
10.	Движение по лазу («мышеловка») Преодолеть препятствие ползком, не сбив планки. Возможно «сквозное» прохождение этапа участниками команды.

11.	Спуск Преодолеть препятствие при помощи судейской верёвки спортивным способом (верёвка за спиной, обязательны рукавицы (перчатки) и штормовка с длинными рукавами)
12.	Подъём Преодолеть препятствие при помощи судейской верёвки спортивным способом (верёвка берётся на излом)
№ п/п	Ошибки и нарушения
Штраф – 1 балл	
1.	Заступ за контрольную линию
2.	Касание земли одной ногой
3.	Сбитие планки (за каждую)- не более 5 баллов на каждого участника
4.	Потеря личного снаряжения (за каждое)
Штраф – 3 балла	
1.	Двое на этапе
Штраф – 5 баллов	
1.	Падение (Срыв без восстановления движения)
Штраф – снятие с этапа	
1.	Не прохождение этапа минимум одним участником команды.
2.	Невыполнение условий этапа, дистанции
3.	Игнорирование требований судьи по обеспечению безопасности при прохождении этапа, дистанции

2. Маршрут выживания

В соревнованиях участвует вся команда – 6 человек (+руководитель команды).

Соревнования проводятся в форме похода (до 8 км) с использованием спортивной карты местности, с выполнением заданий на маршруте. На старте командам выдается спортивная карта и зачетная маршрутная книжка (далее – ЗМК), где указаны последовательность прохождения этапов и выполнения заданий, контрольное время (далее – КВ) работы на этапах и всей дистанции (ОКВ). При превышении КВ этапа команда к дальнейшей работе на этапе не допускается и получает дополнительно штрафы за каждого участника непрошедшего этап и штраф за неснятое снаряжение. При превышении ОКВ команда занимает место после команд, уложившихся в ОКВ. В случае отсутствия отметок судьи о приходе команды на этап, считается, что данный этап команда не прошла, и она занимает место после всех команд с более полным зачётом.

На отдельных участках маршрута команде могут быть предложены задания для самостоятельного выполнения (при отсутствии представителя). При этом команду может сопровождать судья-посредник. Технические этапы преодолеваются согласно Регламента пешеходного туризма.

Снаряжение команды и участников согласно списка. В зависимости от условий выполнения заданий часть снаряжения команды может быть

запрещена к использованию. Команде не разрешается использовать дополнительное снаряжение.

Победитель определяется по наибольшей сумме баллов, набранных за выполнение заданий на всей дистанции. В случае равенства баллов победитель определяется по наибольшей сумме баллов на приоритетных этапах, которые будут сообщены представителям и капитанам команд до старта.

Перед стартом команда проходит предстартовую проверку, на которой проверяется:

- минимальное личное, групповое снаряжение и медаптечка по списку (является обязательным для всех команд и считается контрольным грузом);
- знание границ полигона (любой участник по выбору судьи);
- действия команды в чрезвычайной (аварийной) ситуации (руководитель).

При отсутствии любого предмета (по спискам) или незнании границ полигона и действий в чрезвычайной (аварийной) ситуации команда штрафуются и выпускается на старт только после полного выполнения вышеуказанных требований. Старт при этом не откладывается. Предстартовая проверка проводится за 10 минут до старта.

Команда допускается к работе на этапах (если это не оговорено в технической информации) только в полном составе. Штрафы на этапах определяются согласно таблицы.

Участники должны быть в спортивной форме, закрывающей локти и колени, иметь спортивную обувь без металлических шипов.

Участники младшей возрастной группы проходят отдельные технические этапы без самонаведения (по судейским перилам).

Общие ошибки и нарушения	
Штраф – 1 балл	
1	Заступ за контрольную линию, касание земли (воды)
2	Незавинченная муфта карабина
3.	Работа без рукавиц на спуске и страховке
4.	Неправильный ответ
5.	Отсутствие единицы снаряжения
6.	Потеря личного снаряжения (за каждое) - не более 10 баллов на команду
Штраф – 2 балла	
1	Неправильно завязан узел (за каждый)- не более 15 баллов на команду
2	<u>Падение (срыв)</u> в пределах этапа с самозадержанием (с повисанием на самостраховке)
Штраф – 3 балла	
1	Двое на этапе (нахождение на жердях более 1 участника)
2	Нарушение или отсутствие самостраховки, страховки
Штраф – 4 балла	
1	Потеря судейской страховки, верёвки сопровождения (при наличии)
2	Неправильное выполнение технического приёма
Штраф – 5 баллов	
1	Падение

2	зависание на самостраховке без возобновления движения / не штрафуются, если команда собственными силами смогла вытянуть повисшего участника с помощью верёвки сопровождения)
Штраф – 10 баллов	
1	Потеря группового снаряжения (независимо от кол-ва)
Штраф – 15 баллов	
1	Непрохождение участника
Штраф – снятие с этапа	
1.	Игнорирование требований судьи по обеспечению безопасности при прохождении этапа, дистанции
2.	Техническая неподготовленность команды

Возможные этапы и задания вида соревнований «Маршрут выживания»

1.	Определение азимута на объект (без руководителя)		МО –20 баллов
	Команда азимут на указанный объект с использованием компаса. Результат капитан заносит в ЗМК и сообщает судье под роспись		
	Штрафы:	ошибка на каждые 4 ⁰ , исключая первые 4 ⁰	– 1 балл
2.	Движение по азимуту		МО –20 баллов
	Получив азимут и длину хода, команда движется к указанной точке. При выходе на финиш этапа капитан записывает в ЗМК номер вешки и сообщает его судье под роспись		
	Штрафы:	ошибка до 5 % длины хода не штрафуются	
		за ошибку от 5 до 10 % длины хода	– 5 баллов
		от 10 до 15 %	– 10 баллов
		свыше 15 %	– 20 баллов
3.	Движение в заданном направлении		МО –по кол-ву КП
	Команда должна преодолеть при помощи карты маршрут, проходя в заданном порядке КП, занося их шифры в ЗМК		
	Штрафы:	за каждый неотмеченный КП	– 4 балла
		нарушение порядка прохождения КП	– 10 баллов
4.	Определение топографических знаков по карточкам. (без руководителя)		МО – 10баллов
	Команда получает карточки с изображением топонимов и определяет их		
	Штрафы:	неправильный ответ	– 1 балл (за каждый)
5.	Переправа по судейской веревке с перилами. (Технический этап)		МО – 40баллов

	Переправиться на другой берег, идя по нижней веревке и держась за верхнюю, используя самостраховку	
6.	Навесная переправа через реку. Самонаведение. (Технический этап)	МО – 135баллов
	*Навесная переправа через реку по судейским перилам. (Технический этап)	МО – 40 баллов
	Команда организует переправу участников, выбирает варианты выполнения задания. Рюкзаки переправляются отдельно от участников	
7.	Подъем по склону с использованием перил (Технический этап)(самостраховка страхующим устройством типа «Жумар» или схватывающим узлом)-самонаведение Оборудование промежуточных точек страховки - судейское.	МО – 80баллов
8.	Спуск по склону с использованием перил (Технический этап) (самостраховка ФСУ либо схватывающим узлом)-самонаведение, самосброс перил	МО – 90баллов
9.	Спуск по склону с наращиванием перил. (Технический этап) Промежуточная точка страховки судейская (самостраховка ФСУ либо схватывающим узлом)-самонаведение, самосброс перил- только для старшей группы	МО – 120баллов
10.	Траверс склона, с самостраховкой усом от грудного перекрестья обвязки. Самонаведение. (Технический этап) Оборудование промежуточных точек страховки - судейское. Организация перила - сквозная	МО – 80 баллов-
11.	Крутонаклонная навесная вверх по судейским перилам (Технический этап)	МО – 60 баллов
12.	Переправа на судейских плавсредствах	МО – 40 баллов
	Команда, используя надувной катамаран и резиновую лодку, переправляется на другой берег (в указанное судьей место).	
	<i>Штрафы: индивидуальные:</i>	
	<i>неправильная посадка или высадка из плавсредства</i>	<i>– 1 балл</i>
	<i>неправильно надет спасжилет</i>	<i>– 1 балл</i>
	<i>командные:</i>	
	<i>совершение опасных маневров</i>	<i>– 2 балла</i>
	<i>опасное поведение участников во время движения</i>	<i>– 3 балла</i>

	<i>Падение участника с плавсредства</i>	- 5 баллов
	<i>Переворот плавсредства</i>	-20 баллов
13.	Передвижение с соблюдением правил дорожного движения	МО – 10 баллов
	Команда проходит указанный маршрут организованной колонной с соблюдением правил дорожного движения. Возможны вопросы участникам по ПДД для пешеходов и велосипедистов (по карточкам)	
	<i>Штрафы:</i>	
	<i>неправильный ответ на тестировании</i>	- 1 балл (за каждый)
	<i>нарушение правил движения пешеходов</i>	- 2 балла (за каждое)
14.	Действия в районе аварии с утечкой аварийно химически опасных веществ	МО – 26 баллов
	После получения судейской информации об угрозе поражения АХОВ и времени подхода зараженного облака команда оценивает обстановку изготавливает ватно-марлевую повязку и, используя подручные средства защиты органов дыхания, выходит из зоны заражения.	
	<i>Штрафы:</i>	
	<i>неправильный выбор направления выхода из зоны заражения</i>	- 2 балла
	<i>подручное средство защиты органов дыхания не смочено водой</i>	- 2 балла
	<i>остались открытыми нос или рот</i>	- 2 балла
	<i>подручное средство не обеспечивает должной защиты от АХОВ</i>	-4 балла
15.	Преодоление болота при помощи жердей Команде необходимо преодолеть препятствие при помощи судейских жердей. Кол-во жердей -7. Нахождение на жердях - не более одного участника.	МО – 40 баллов
16.	Укладка бревна и переправа по нему с помощью верёвки. (Технический этап) Рюкзаки переправляются отдельно	МО – 90 баллов

17.	*Укладка бревна и переправа по нему с помощью верёвки.) Рюкзаки можно переправлять на одном плече	МО – 50 баллов
------------	---	----------------

	Команда любым способом укладывает бревно через препятствие и переправляется на другой берег, используя для самостраховки верёвку.		
	Штрафы :	Заступ за контрольную линию	-1 балл
		Двое на этапе	-3 балла
		падение	-5 баллов
		перелом бревна	-20 баллов
18.	Сигналы оповещения гражданской обороны		МО – 21балл
	За одну минуту каждый участник команды отвечает на три предложенных вопроса (по карточкам)		
	Штрафы:	неправильный ответ на тестировании	– 1 балл (за каждый)
19.	Действия при ситуации криминогенного характера МО-90 баллов Команде необходимо правильно оценить обстановку и выполнить правильные действия согласно ситуации, в последствии оказать помощь правоохранительным органам в описании ситуации, преступников, «пострадавших».		
	Штрафы:	неправильные действия - до 50 баллов неполное описание ситуации, преступников, «пострадавших» – до 30 баллов	
	Ситуации приносящие ущерб экологии, природе. Команде необходимо правильно оценить обстановку и в последствии оказать помощь правоохранительным органам в описании ситуации.		
	Штрафы:	неполное описание ситуации–до 10 баллов	
20.	движение по обозначенному маршруту (МО - по кол-ву КП) Команда движется по обозначенному на карте маршруту, проходя через КП, установленные на местности, но не обозначенные на карте, фиксирует их проколом компостера или записывает шифр КП		
	Штрафы:	за каждый неотмеченный КП– 4 балла	
21.	Движение по маркированному маршруту МОпо кол-ву КП Команде необходимо пройти на местности маршрут размеченной маркировкой, отмечая встретившиеся на пути КП		
	Штрафы:	за каждый неотмеченный КП– 4 балла	
22.	Спасательные работы на акватории. За КВ этапа участники команды должны бросить спасательный круг, конец Александрова, в зону «утопающего». (Зона «утопающего» - 4 поплавка в форме квадрата со стороной 1,5-2м., расстояние -5-6 м.) Подплыть на лодке к «утопающему», правильно втащить его в лодку. Оказать помощь пострадавшему на воде. (Команда оказывает доврачебную помощь «пострадавшему» на воде (участник команды по ее выбору) после того, как лодка причалила к берегу).		МО – 80 баллов
	Штрафы :	Неправильное выполнение технического приёма спасения пострадавшего	-3 баллов
		опасное поведение участников в лодке во время	– 5 баллов

		<i>движения и втаскивания в лодку (доставки на берег) «утопающего»</i>	
		<i>непопадание спасательного круга</i>	<i>- 10 баллов</i>
		<i>переворот плавсредства</i>	<i>- 20 баллов</i>
		<i>не проведено обследование полости рта</i>	<i>- 1 балл</i>
		<i>не удалена вода из дыхательных путей «пострадавшего»</i>	<i>- 1 балл</i>
		<i>не соблюдается необходимая последовательность при оказании медпомощи</i>	<i>- 5 баллов</i>
		<i>неправильное проведение непрямого массажа сердца, искусственного дыхания</i>	<i>- 2 балла</i>
		<i>не производится согревание «пострадавшего»</i>	<i>- 1 балл</i>
		<i>Оказание помощи самим пострадавшим</i>	<i>- 3 балла</i>
23.	Поиск пострадавшего на заданном ограниченном участке местности. Команде необходимо за контрольное время найти на определённом участке местности (лес, овраг и т.п.) любым способом «Условно пострадавшего» не проявляющего жизненной активности» (КП) и выйти в указанную зону		МО – 30 баллов
24.	Оказание первой помощи пострадавшему. Команде необходимо оказать первую помощь условно-пострадавшему (один из участников команды) согласно «полученной травме» с помощью командной мед.аптечки, ответить на теоретические вопросы и изготовить носилки для транспортировки пострадавшего. Носилки изготавливаются согласно правил по туристскому многоборью из 2 –ух жердей длиной 2,5м и трёх поперечин длиной 70см. В качестве полотна используются только штормовки или верёвка, дополнительно можно использовать туристский коврик. Возможные травмы: переломы конечностей.		МО – 50 баллов
	Штрафы:	<i>Неправильный ответ на теоретические вопросы</i>	<i>-3 балла (за каждый)</i>
		<i>незнание способов перевязки подручными средствами</i>	<i>- 1 балл</i>
		<i>неправильный действия при наложении жгута</i>	<i>- 1 балл</i>
		<i>неправильный действия при наложении шины</i>	<i>- 1 балл</i>
		<i>Оказание помощи самим пострадавшим</i>	<i>- 3 балла</i>
		<i>не изготовлены носилки</i>	<i>- 10 баллов</i>
25.	Транспортировка пострадавшего. Команде необходимо организовать транспортировку пострадавшего на носилках по пересечённой местности, вброд согласно правилам по туристскому многоборью по		МО – 20 баллов

	указанному судьёй коридору.		
	<i>Штрафы</i> :	<i>неправильная транспортировка пострадавшего</i>	<i>- 3 балла</i>
		<i>падение пострадавшего</i>	<i>- 5 баллов</i>
		<i>разрушение носилок</i>	<i>- 10 баллов</i>
26.	Движение по легенде. Команде необходимо при помощи письменного описания проложить на карте маршрут условно-пострадавшего и пройти по нему. На маршруте оборудованы КП (призма и средства отметки). Команда отмечает в ЗМК встретившиеся на пути движения КП.		МО – по кол-ву КП
	<i>Штрафы</i> :	<i>за каждый неотмеченный КП</i>	<i>- 4 балла</i>
		<i>нарушение порядка прохождения КП</i>	<i>- 10 баллов</i>
27.	Вязка туристских узлов. Перечень узлов: «проводники» – восьмёрка, «австрийский проводник» – каждый узел вяжется одной верёвкой диаметра 10 мм; «булинь», «стремя», «штык», – каждый узел вяжется на вертикальной опоре одной верёвкой диаметра 10мм; «схватывающий», «грейпвайн», «двойной проводник» – вяжутся на усмотрение участника как на отдельных верёвках диаметром 6мм (схватывающий с контрольным узлом), так и на одной верёвке диаметра 6мм (для схватывающего предоставляется судейская перильная верёвка). Узлы указаны на одной карточке		
	<i>Штрафы</i> :		

На «Маршруте выживания» возможны непредвиденные ситуации, о которых участники узнают либо перед стартом, либо на маршруте, за правильное выполнение которых даются премиальные баллы (до 10 баллов за каждое).

Примерный список вопросов этапа «Сигналы оповещения гражданской обороны»

Какие сигналы являются сигналами оповещения гражданской обороны?
 Способы подачи сигнала «Внимание всем!!!».
 С какой целью подается сигнал «Внимание всем!!!»?
 Действия населения по сигналу «Внимание всем!!!».
 Способы подачи сигнала «Воздушная тревога».
 С какой целью подается сигнал «Воздушная тревога»?

Действия населения по сигналу «Воздушная тревога».
 Способы подачи сигнала «Отбой воздушной тревоги».
 С какой целью подается сигнал «Отбой воздушной тревоги»?
 Действия населения по сигналу «Отбой воздушной тревоги».
 Способы подачи сигнала «Радиационная опасность».
 С какой целью подается сигнал «Радиационная опасность»?
 Действия населения по сигналу «Радиационная опасность».

Перечень условных травм и заболеваний

Открытые и закрытые переломы конечностей.

Состав мед. аптечки

Обеззараживающие средства, перевязочные материалы, жгут, лейкопластырь, ножницы, нитки, иголки, материал для изготовления ватно-марлевых повязок (на каждого участника).

Список минимального снаряжения

Личное:

Верёвка диаметром 10мм, длиной 2,5-3м., для организации самостраховки	1 шт.
Страховочные системы (верх, низ)	1 шт.
Карабины	3 шт.
Штормовка, рукавицы или перчатки	1 шт.
Каска	1 шт.
Верёвка диаметром 6мм, для организации самостраховки (схватывающий узел или жумар, ФСУ)	1 шт.
Фляга для воды не менее 500мл	1 шт.

Групповое:

Верёвка диаметром 10мм, длиной 20м	2шт.
Верёвка диаметром 10мм, длиной 40м	1шт.
Верёвка диаметром 10мм, длиной 2м., для фиксации пострадавшего	2 шт.
Укомплектованная медаптечка в сумке	1 шт.
Рюкзак	мин. 1 шт.
Компас	мин. 1 шт.
Карандаш, линейка, ручка, блокнот, транспортир	1 набор
Топор в чехле	1 шт.
Нож в чехле	1 шт.
Необходимое снаряжение для организации быта и ночёвки, приготовления пищи в полевых условиях, материал для изготовления навеса и носилок	на всю команду
Сотовый телефон у представителя команды.	1 шт.
Фляга для воды 5л	мин. 1 шт.