

Министерство образования Тульской области

Государственное образовательное учреждение дополнительного образования  
Тульской области «Центр дополнительного образования детей»

Программа принята на заседании  
методического совета  
ГООУ ДО ТО «ЦДОД»,  
протокол № 11  
от «23» 01 2025 г.

Утверждаю  
Директор ГООУ ДО ТО «ЦДОД»  
Ю. В. Грошев  
Приказ от «18» 01 2025 г. № 49



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программе  
**«Школа безопасности»**

утверждена приказом директора ГООУ ДО ТО «ЦДОД»  
от «23» 01 2024 г. № 31

Направленность: туристско-краеведческая  
Уровень сложности: стартовый  
Возраст: 9-15 лет  
Срок реализации и объем: 17 недель (72 часа)

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Харченко Юрий Дмитриевич

г. Тула, 2025 г.

### **Пояснительная записка**

В 2025 году возникла необходимость разработки рабочей программы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Школа безопасности». Данная рабочая программа разработана в соответствии с действующей нормативно-правовой базой федерального, регионального и локального уровней.

**Направленность** рабочей программы «Школа безопасности» - туристско-краеведческая. Она направлена на развитие познавательных, исследовательских навыков обучающихся по изучению природы, истории, культуры родного края, привлечение обучающихся к социальным инициативам по охране природы, памятников культуры среды проживания, поисковые работы малоизвестных фактов истории родного края, экскурсионная, музейная, архивная и экспедиционная работа.

**Уровень сложности:** стартовый.

**Отличительные особенности программы и новизна** в том, что программа не является частью школьной программы по ОБЖ, она предусматривает сосредоточение внимания учащихся на вопросах приобретения практических навыков, необходимых для жизни в современном обществе и в автономии. Занятия по программе дают возможность осуществлять подготовку учащихся к ежегодно проводимым мероприятиям, связанным с тематикой ОБЖ: соревнованиям «Безопасное колесо», «Школа безопасности», «Зарница», соревнованиям допризывной молодежи.

**Адресат программы** - обучающиеся в возрасте от 9 до 15 лет. На обучение по данной программе принимаются дети на принципах добровольности, без специального отбора, разной степени подготовленности, заинтересованные в своем физическом развитии, расширении кругозора, получении знаний, умений и навыков в участии движения «Школа безопасности». Группа комплектуется из расчета 20 человек в группе.

В работе учитываются особенности психофизиологического развития обучающихся разных возрастных групп (память, мышление, внимание, воображение, учебная деятельность, речь и др.), так как каждому возрасту присущи свои специфические особенности, влияющие на приобретение обучающимися умений и навыков.

Знание психофизиологических особенностей конкретных возрастных групп обучающихся позволяет педагогу не только осуществлять дифференцированный подход к обучаемым, но и предоставляет возможность профессионально грамотно выбрать наиболее эффективные формы и методы обучения.

**Срок освоения:** 17 недель (72 часа). Объем программы составляет 72 часа, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы в полном объеме.

**Форма обучения:** очная.

**Особенности организации образовательного процесса и формы организации образовательного процесса.** Организация образовательного процесса - традиционная, всем составом объединения. Работа по программе проводится с разновозрастной группой обучающихся, что предполагает вариативность занятий в зависимости от степени развития учебных навыков, в том числе навыков исследовательской деятельности и навыков самостоятельного изучения материала, возрастных особенностей и личных предпочтений обучающихся. Занятия проводятся с группой обучающихся в виде практических занятий в помещении, на спортивной площадке, на местности. Теоретические знания сообщаются детям в ходе практических занятий.

Использование наглядных пособий, технических средств, дидактического и методического материала обеспечивает разнообразие форм и методов обучения.

В случае введения дистанционного обучения педагог через различные доступные цифровые платформы обеспечивает проведение ранее запланированных занятий, разрабатывает вариативную часть программы, которая позволяет менять темы, разделы программы. Обучение детей с использованием дистанционных технологий осуществляется в соответствии с локальным актом ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Допускается использование электронных образовательных ресурсов сети Интернет, не противоречащих нормам этики и морали, в форме веб-занятий (мастер-классов, видео экскурсий и

т.п.) и чат-занятий; электронной почтовой рассылки (методические рекомендации), работы в мессенджерах (консультации по работам), кейс-технологии, презентации, работы в ВКонтакте и др.

Программа реализуется как дополнительная общеразвивающая программа в сетевой форме с участием ГОУ ДО ТО «Центр дополнительного образования детей» и МКОУ «ЧНОШ «Росинка».

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 учебных часа с обязательным проведением 10-минутной динамической паузы, всего 72 часа в год, в соответствии с локальными актами ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Программа предполагает возможность коррекции количества часов на изучение отдельных тем, включая участие в соревнованиях «Школа безопасности», а также проведение похода в каникулярный или летний период.

Программа «Школа безопасности» составлена на основе примерной учебной программы объединений туристской, туристско-спортивной направленности, автор – А.Г. МАСЛОВ, Заслуженный учитель Российской Федерации, к.п.н., заместитель директора Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения.

### **Цель и задачи программы**

*Цель программы:* формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, создание условий для развития творческого потенциала, самореализации, социальной адаптации, укрепления здоровья и подготовки юных спасателей.

*Задачи:*

*научить:*

- приемам основам спортивного туризма;
- основам безопасности жизнедеятельности в условиях общества и общественной среды обитания - природы;
- навыкам общения и взаимодействия в группе;

*привить:*

- устойчивый интерес к занятиям по туризму и краеведению;
- чувство уважения, любви к своей малой Родине;
- чувство гордости за свою родину, российский народ и историю России;
- уважительное отношение к семейным ценностям;
- бережное отношение к окружающему миру;

*развить:*

- наблюдательность, внимательность;
- интеллектуальное, духовное и физическое развитие обучающихся;
- смекалку, изобретательность и устойчивый интерес к краеведению и туризму;
- самостоятельность обучающихся на базе благоприятных условий для проявления инициативы;
- творческий потенциал, ответственность и самовыражение личности в достижении общественно ценных и лично значимых целей;

*сформировать:*

- устойчивый интерес к туризму как форме здорового образа жизни;
- представления о правилах поведения на природе во время соревнований, тренировочных занятий, экскурсий, походов и путешествий;
- чувства бережного и уважительного отношения к памятникам истории, архитектуры, искусства, природы родного края;
- устойчивый интерес к краеведению и туризму;
- навыки работы в команде;
- умение анализировать свою деятельность (с помощью педагога) и проводить ее коррекцию;
- основы знаний в области туризма и краеведения;
- стремление к освоению новых знаний и умений, к достижению более высоких и оригинальных творческих результатов;
- мотивацию к здоровому образу жизни;

*воспитать:*

- трудолюбие, терпение;

- уважительное отношение к другому человеку, доброжелательность;
- духовно-нравственные качества личности: уважение к труду и его результатам, уважение к людям труда и их профессии и др.;
- активность, целеустремленность, настойчивость;
- ответственность за свою деятельность;
- уверенность в себе и результатах своей деятельности.

Календарный учебный график.

Объединение «Школа безопасности», группа 1.3.

Место проведения занятий – МКОУ «ЧНОШ «Росинка».

Педагог дополнительного образования Харченко Юрий Дмитриевич

№ занятия	Дата проведения	Кол-во часов	Тема занятия	Форма организации занятий	Формы контроля/ аттестации
1	02.02	1	Информация о работе объединения, техника безопасности, анкетирование. Личное и групповое туристское снаряжение	Беседа	Опрос
2		1	Организация туристского быта.	Мастер-класс	Анализ
3	06.02	1	Привалы и ночлеги. Ночлег в палатке	Мастер-класс	Анализ
4		1	Организация ночлега в различных условиях	Беседа	Опрос
5	09.02	1	Приготовление пищи на костре	Мастер-класс	Анализ
6		1	Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе	Мастер-класс	Соревнование
7	13.02	1	Переправы через реки	Мастер-класс	Соревнование
8		1	Техника передвижения на пешем маршруте с рюкзаком	Лекция	Опрос
9	16.02	1	Укладка рюкзака	Тренировка	Соревнование
10		1	Установка и снятие палатки	Мастер-класс	Соревнование
11	20.02	1	Разжигание костра, кипячение воды (пережигание нити)	Мастер-класс	Педагогическое наблюдение
12		1	Съедобные и ядовитые растения, их распознавание, методы приготовления	Мастер-класс	Педагогическое наблюдение
13	27.02	1	Добывание огня без спичек, методы хранения и переноса огня	Мастер-класс	Педагогическое наблюдение
14		1	Подъем, спуск по склону с самостраховкой, по	Тренировка	Соревнование

			перилам		
15	02.03	1	Спуск по перилам и Подъем по склону с верхней страховкой	Тренировка	Соревнование
16		1	Траверс склона по перилам	Тренировка	Соревнование
17	06.03	1	Переправа маятником по бревну (горизонтальный маятник) Переправа методом «вертикальный маятник»	Тренировка	Выполнение упражнения
18		1	Переправа с опорой на перила по бревну, на перила по параллельным перилам	Беседа	Тестирование, участие в соревнованиях
19	09.03	1	Траверс склона с альпенштоком	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
20		1	Подъем по склону и Спортивный спуск спортивным способом	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
21	13.03	1	Узлы петлевые, узлы для связывания веревок	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
22		1	Узлы схватывающие, узлы для обвязок	Тренировка	Педагогическое наблюдение
23	16.03	1	Отработка технического приема «Тонкий лед с наведением перил и страховки»	Тренировка	Педагогическое наблюдение
24		1	Районы родного края, подверженные наибольшей опасности возникновения чрезвычайных ситуаций природного и экологического характера	Тренировка	Педагогическое наблюдение
25	20.03	1	Общая физическая подготовка. Упражнения для рук и плечевого пояса, для туловища и ног	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
26		1	Эстафеты с применением сложных двигательных заданий, требующих координации движений	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
27	23.03	1	ОФП по повышению выносливости, по улучшению скорости	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
28		1	Общеразвивающий комплекс упражнений, прыжки	Тренировка	Педагогическое наблюдение

29	27.03	1	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы.	Тренировка	Педагогическое наблюдение
30		1	Общегеографическая характеристика родного края	Тренировка	Педагогическое наблюдение
31	30.03	1	Рельеф, гидрография, растительность, климат	Тренировка	Педагогическое наблюдение
32		1	Характеристика промышленности, сельского хозяйства, транспорта, дорожной сети	Тренировка	Педагогическое наблюдение
33	03.04	1	Работа со справочной литературой и картографическим материалом по родному краю	Тренировка	Соревнование
34		1	Игра-квест «Знатоки природы Тульского края»	Игра	Опрос
35	06.04	1	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	Тренировка	Анализ
36		1	Помощь при переломах, ранах, кровотечениях	Игра	Конкурс
37	10.03	1	Изготовление средств транспортировки пострадавшего, Приемы оказания ПДП пострадавшему, приемы транспортировки	Тренировка	Анализ
38		1	Обработка ран, наложение жгута, ватно-марлевые повязки, освоение способов бинтования ран	Тренировка	Анализ
39	13.04	1	Приемы искусственного дыхания, закрытого массажа сердца	Тренировка	Анализ
40		1	Оказание первой доврачебной помощи при обмороках	Тренировка	Анализ
41	17.04	1	Оказание первой доврачебной помощи при ушибах, ссадинах, потертостях	Тренировка	Анализ
42		1	Организация перил. Снятие перил	Тренировка	Анализ
43	20.04	1	Отработка технического приема «Подъем с наведением перил», «Спуск с наведением перил»	Тренировка	Анализ
44		1	Отработка технического приема «Тонкий лед с наведением перил и страховки»	Тренировка	Анализ
45	24.04	1	Отработка технического приема «Траверс с наведением перил» , «Траверс с альпенштоком»	Тренировка	Анализ
46		1	Отработка технического приема «Вертикальный подъем», «Спуск дюльфером»	Тренировка	Анализ

47	27.04	1	Отработка технического приема «Наклонная навесная переправа»	Тренировка	Анализ
48		1	Отработка технического приема «Гать»	Тренировка	Анализ
49	04.05	1	Участие в соревнованиях «Школа безопасности» муниципальный этап	Соревнование	Анализ
50		1	Участие в соревнованиях «Школа безопасности» муниципальный этап	Соревнование	Анализ
51	08.05	1	Отработка элементов водного похода на соревнованиях «ШБ»	Мастер-класс	Анализ
52		1	Соревнования среди обучающихся группы	Соревнования	Анализ
53	11.05	1	Топографическая и спортивная карта	Лекция	Опрос
54		1	Виды топографических карт и основные сведения о них	Лекция	Опрос
55	15.05	1	Определение масштаба карты при отсутствии данных	Мастер-класс	Анализ
56		1	Старение карты, изменения, происходящие на местности	Лекция	Опрос
57	18.05	1	Преодоление склонов, техника движения и страховки	Лекция	Опрос
58		1	Движение по подвесному бревну, по параллельным перилам.	Ролевая игра	Анализ
59	22.05	1	Участие в соревнованиях «Школа безопасности» региональный этап	Соревнование	Анализ
60		1	Участие в соревнованиях «Школа безопасности» региональный этап	Соревнование	Анализ
61	25.05	1	Участие в соревнованиях «Школа безопасности» региональный этап	Соревнование	Анализ
62		1	Участие в соревнованиях «Школа безопасности» региональный этап	Соревнование	Анализ
63	29.05	1	Кроссовая подготовка. Специальные беговые упражнения, Общеразвивающие упражнения.	Ролевая игра	Анализ
64		1	Силовая подготовка. Упражнения в парах на пресс, отжимания, подтягивания	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
65	30.05	1	Специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие физических качеств, для специальной подготовки	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения

66	1	Упражнения на развитие выносливости	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
67	1	Способы сооружения временных укрытий	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
68	1	Организация поисково-спасательных работ силами группы, Поиск отставшего или заблудившегося члена группы, Действия группы при несчастном случае	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
69	1	Чрезвычайные ситуации природного характера и действия в случае их возникновения	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
70	1	Сохранение направления движения в различных условиях видимости. Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
71	1	Итоговая аттестация (тесты)	Тестирование	Контроль за выполнением упражнения
72	1	Итоговая аттестация (практика)	Практические задания	Контроль за выполнением упражнения

### Планируемые результаты

#### После окончания обучения (стартовый уровень сложности) обучающиеся

##### Должны знать:

- где располагается Тульская область на карте;
- краткую историю Тульского Кремля;
- как с помощью фурнитуры подгоняется рюкзак под нужный размер;
- какие личные и общественные вещи нужны в походе;
- технику безопасности при разжигании костра и приготовлении пищи, виды костров;
- возможные обязанности в походе;
- для чего используются туристические узлы;
- правила безопасного поведения в городе, за городом, в лесу;
- какие плоды и растения, произрастающие в лесу, можно употреблять в пищу;
- правила личной гигиены в походе;
- необходимый состав мед. аптечки;
- устройство и принцип работы компаса;
- определённое количество топографических знаков, условных обозначений.

##### Должны уметь:

- собирать рюкзак, подгонять рюкзак под нужный размер;
- ухаживать и правильно хранить личные вещи и общественное снаряжение в походе;
- устанавливать палатку;
- разводить костры по назначению, пользоваться костровым оборудованием (топором, пилой);
- передвигаться по равнине и слабопересечённой местности с рюкзаком;
- изготавливать носилки, используя жерди;



- транспортировать пострадавшего по слабопересечённой местности;
- надевать страховочную систему, используя встречный узел, двойной булинь;
- использовать средства самостраховки, завязывать туристические узлы (прямой, восьмёрка, схватывающий, карабинную удавку);
- индивидуально проходить туристические этапы;
- действовать в составе команды, при прохождении этапов, используя командную верёвку сопровождения;
- строить простейшее укрытие в лесу;
- измерить расстояние по карте, двигаться по азимуту, определять азимут на предмет;
- выполнять упражнения на перекладине, ходить на лыжах, играть в пионербол, знать основы спортивной игры в волейбол.

#### **Будут воспитаны:**

- дружелюбное отношение друг к другу;
- уважительное отношение к педагогу;
- дисциплинированность, взаимопомощь.

#### **Будут сформированы:**

- понятия спортивного туризма и спортивного ориентирования;
- основы знаний в области спортивного туризма, спортивного ориентирования и краеведения;
- навыки работы в команде;
- начальные умения и навыки работы необходимым снаряжением;
- основы культуры поведения на занятиях.

#### **У обучающихся разовьются:**

- начальные спортивные способности;
- наблюдательность, внимательность;
- любознательность в области спортивного туризма, спортивного ориентирования и краеведения;
- начальное умение работать со снаряжением;
- умение работать в команде;
- гармоничную, многогранную личность, направляемую педагогом в первые годы;
- начальные навыки самостоятельной работы при выполнении практических заданий на тренировках.

В результате освоения очередной темы каждый ребенок должен не только получить представление об отдельных сторонах туристского похода (соревнованиях), но видеть осязаемый результат:

- знать маршрут похода (соревнований) и уметь описать его родителям;
- унести домой список личного снаряжения, понимать, какую обувь и одежду нужно взять в поход (соревнования);
- знать, что из общественного снаряжения должна выделить конкретная семья для организации похода (топор, пилу, рукавицы и т.д.);
- иметь список продуктов для похода (соревнований) и понимать, как они будут приобретаться;
- получить список медицинской аптечки и понимать, какие лекарства необходимо взять ему лично (при необходимости);
- какие краеведческие сведения о маршруте должен добыть он лично, какую должность он будет исполнять в походе и т.д.

То есть, занятия по программе лучше всего организовать в форме подготовки к походу, перспектива участия в котором будет поддерживать интерес детей к занятиям, а также придавать осмысленность и целесообразность их деятельности.

#### ***Информационное обеспечение программы***

Карточка дополнительной общеразвивающей программы «Школа безопасности» размещена в АИС «Навигатор дополнительного образования детей области», дополнительная общеразвивающая программа «Школа безопасности» - на официальном сайте учреждения в разделе «Сведения об образовательной организации. Образование» <https://тоцпод.рф/образование/> .

### Список электронных образовательных ресурсов

- 1 URL:<http://dopedu.ru> (27.12.24)
- 2 URL:[www.pedsovet.org](http://www.pedsovet.org) (24.12.24)
- 3 URL:[www.uchportal.ru](http://www.uchportal.ru) (25.12.24)
- 4 URL:<http://dopedu.ru> (25.12.24)
- 5 URL:[www.school-russia.prosv.ru](http://www.school-russia.prosv.ru) (23.12.24)
- 6 URL: [www.ed.gov.ru](http://www.ed.gov.ru) (28.12.24)
- 7 URL: <http://www.edu.ru/> (09.12.24)

Электронные источники:

- 1 [www.photosight.ru](http://www.photosight.ru)
- 2 <http://goroda-rossii.com>
- 3 <http://www.ostashkov.ru>
- 4 [http://community.livejournal.com/famous\\_places/](http://community.livejournal.com/famous_places/)
- 5 <http://www.tounb.tula.net/Exgibition/kreml.html>
- 6 <http://wiki.penzadom.ru/index.php>
- 7 <http://www.myslo.ru/gazeta/663/history/2975/http://www.myslo.ru/gazeta/661/history/2910>

### Список литературы

#### Для педагога:

1. Алексеев, А.А. Питание в туристском походе. М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алешин, В.М. Карта в спортивном ориентировании. М. ФиС.: 1983г.
3. Антропов, К., Расторгуев, М. Узлы. М., ЦДЮТур РФ, 1994.
4. Ганопольский, В.И. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
5. Герман, Ю.В. Проведение и судейство конкурсов на туристских слетах и соревнованиях. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
6. Захаров, П.П. Инструктору альпинизма. – М.: Физкультура и спорт, 1988.
7. Иванов, Е.И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию.- М.: ФиС, 1978.
8. Иванов, В.Д., Федотов Ю.Н. Организация и проведение соревнований по горному туризму. – М.: ЦРИБ «Турист», 1980.
9. Кодыш, Э.Н. Соревнования туристов. - М.: Физкультура и спорт, 1990.
10. Кодыш, Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.А. Туристские слеты и соревнования. М., Профиздат, 1984.
11. Константинов, Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000.
12. Константинов, Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма: Учебно-методическое пособие. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2002.
13. Кошельков, С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. – М., ЦДЮТур МО РФ, 1997.
14. Лукоянов, П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
15. Маслов, А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. Учебно-методическое пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.
16. Маслов, А.Г. Организация работы и финансирование туристско-краеведческих объединений учащихся. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
17. Новиков, А.Л. Учебно-познавательные игры с элементами топографии. М.: 2004г.
18. Огородников, Б.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. М., ФиС, 1989.
19. Основы безопасности в пешем походе. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
20. Правила соревнований по различным видам туризма (туристскому многоборью).
21. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. Пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений. М., Просвещение, 1990.

22. Шибаев, А.В. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени? М.: 1996г.
23. Школа альпинизма. – М.: Физкультура и спорт, 1989.
24. Штюмер, Ю. А. Профилактика туристского травматизма: Метод. рекомендации: «Как не стать жертвой несчастного случая». – М.: 1992.
25. Штюмер, Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. – 2-е перераб., доп. изд. – М.: ФиС, 1983.
26. Физическая подготовка туристов. – М.: ЦРИБ «Турист», 1985.

**Литература для обучающихся (родителей)**

1. Алексеев, А.А. Питание в туристском походе. – М.:2011. 71
2. Балабанов, И.В. Узлы. – Москва, 2006.
3. Бурцев, В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования. – М.: ФЦДЮТиК, 2007.
4. Кругов, А.И. Задачник по краеведению. – Москва «Русское слово», 2006.
5. Крутецкая, В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи. – СПб.: Изд. Дом «Литера», 2008.
6. Словарь туриста-краеведа: учеб.-метод. пособие/ Ю.С. Константинов, А.И. Персин/ - М.: ООО «Буки-Веди», 2018.
7. Физическая культура. Учебник для учащихся 5-7 кл. общеобразовательных учреждений. / Под ред. М.Я. Виленского. - М.: Просвещение, 2010.

Пронумеровано, пронумеровано и  
скреплено печатью

4 листов

(207/11 листов)

Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»  
Ю.В.Грошев

