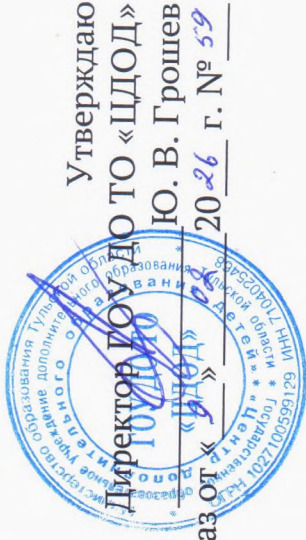


Государственное образовательное учреждение дополнительного образования  
Тульской области «Центр дополнительного образования детей»

Программа принята на заседании  
методического совета  
ГОУ ДО ТО «ЦДОД»,  
протокол № 9  
от « 9 » 02 2026 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программе

**«Школа безопасности»**

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

Направленность: туристско-краеведческая  
Уровень сложности: стартовый  
Возраст: 9-15 лет  
Срок реализации и объем: 16 недель (72 часа)

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Рудакова Анна Евгеньевна

г. Тула, 2026

## **Пояснительная записка**

В 2026 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 15 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:** 16 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 МБОУ ЦО №18.

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу и 1 раз 3 часа с обязательным проведением 10-минутной динамической паузы, всего 72 часа, 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.

### **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 1.2.

Место проведения занятий – МБОУ ЦО №18.

Педагог дополнительного образования Рудакова Анна Евгеньевна.

№ занятия		Кол-во часов	Тема занятия	Форма организации занятий	Формы контроля/ аттестации
1.	10.02	1	Информация о работе объединения, техника безопасности, анкетирование. Личное и групповое туристское снаряжение	Беседа	Опрос
2.	12.02	1	Организация туристского быта.	Мастер-класс	Анализ
3.	14.02	1	Привалы и ночлеги. Ночлег в палатке	Мастер-класс	Анализ
4.		1	Организация ночлега в различных условиях	Беседа	Опрос
5.		1	Приготовление пищи на костре	Мастер-класс	Анализ
6.	17.02	1	Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе	Мастер-класс	Соревнование
7.	19.02	1	Переправы через реки	Мастер-класс	Соревнование
8.	21.02	1	Техника передвижения на пешем маршруте с рюкзаком	Лекция	Опрос
9.		1	Укладка рюкзака	Тренировка	Соревнование
10.		1	Установка и снятие палатки	Мастер-класс	Соревнование

11.	24.02	1	Разжигание костра, кипячение воды (пережигание нити)	Мастер-класс	Педагогическое наблюдение
12.	26.02	1	Съедобные и ядовитые растения, их распознавание, методы приготовления	Мастер-класс	Педагогическое наблюдение
13.	28.02	1	Добывание огня без спичек, методы хранения и переноса огня	Мастер-класс	Педагогическое наблюдение
14.		1	Подъем, спуск по склону с самостраховкой, по перилам	Тренировка	Соревнование
15.		1	Спуск по перилам и Подъем по склону с верхней страховкой	Тренировка	Соревнование
16.	3.03	1	Траверс склона по перилам	Тренировка	Соревнование
17.	5.03	1	Переправа маятником по бревну (горизонтальный маятник) Переправа методом «вертикальный маятник»	Тренировка	Выполнение упражнения
18.	7.03	1	Переправа с опорой на перила по бревну, на перила по параллельным перилам	Беседа	Тестирование, участие в соревнованиях
19.		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.	10.03	1	Узлы петлевые, узлы для связывания веревок	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
22.	12.03	1	Узлы схватывающие, узлы для обвязок	Тренировка	Педагогическое наблюдение
23.	14.03	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.		1	Общая физическая подготовка. Упражнения для рук и плечевого пояса, для туловища и ног	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
26.	17.03	1	Эстафеты с применением сложных двигательных заданий, требующих	Тренировка	Контроль за выполнением

			координации движений		упражнения
27.	19.03	1	ОФП по повышению выносливости, по улучшению скорости	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
28.	21.03	1	Общеразвивающий комплекс упражнений, прыжки	Тренировка	Педагогическое наблюдение
29.		1	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы.	Тренировка	Педагогическое наблюдение
30.		1	Общегеографическая характеристика родного края	Тренировка	Педагогическое наблюдение
31.	24.03	1	Рельеф, гидрография, растительность, климат	Тренировка	Педагогическое наблюдение
32.	26.03	1	Характеристика промышленности, сельского хозяйства, транспорта, дорожной сети	Тренировка	Педагогическое наблюдение
33.	28.03	1	Работа со справочной литературой и картографическим материалом по родному краю	Тренировка	Соревнование
34.		1	Игра-квест «Знатоки природы Тульского края»	Лекция	Опрос
35.		1	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	Тренировка	Анализ
36.	31.03	1	Помощь при переломах, ранах, кровотечениях	Игра	Конкурс
37.	2.04	1	Изготовление средств транспортировки пострадавшего, Приемы оказания ПДП пострадавшему, приемы транспортировки	Тренировка	Анализ
38.	4.04	1	Обработка ран, наложение жгута, ватно-марлевые повязки, освоение способов бинтования ран	Тренировка	Анализ
39.		1	Приемы искусственного дыхания, закрытого массажа сердца	Тренировка	Анализ
40.		1	Оказание первой доврачебной помощи при обмороках	Тренировка	Анализ

41.	7.04	1	Оказание первой доврачебной помощи при ушибах, ссадинах, потертостей	Тренировка	Анализ
42.	9.04	1	Организация перил. Снятие перил	Тренировка	Анализ
43.	11.04	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.		1	Отработка технического приема «Траверс с наведением перил» , «Траверс с альпенштоком»	Тренировка	Анализ
46.	14.04	1	Отработка технического приема «Вертикальный подъем», «Спуск дюльфером»	Тренировка	Анализ
47.	16.04	1	Отработка технического приема «Наклонная навесная переправа»	Тренировка	Анализ
48.	18.04	1	Отработка технического приема «Гать»	Тренировка	Анализ
49.		1	Участие в соревнованиях «Школа безопасности» муниципальный этап	Соревнование	Анализ
50.		1	Участие в соревнованиях «Школа безопасности» муниципальный этап	Соревнование	Анализ
51.	21.04	1	Отработка элементов водного похода на соревнованиях «ШБ»	Мастер-класс	Анализ
52.	23.04	1	Итоговая аттестация обучающихся	Соревнования	Анализ
53.	25.04	1	Топографическая и спортивная карта	Лекция	Опрос
54.		1	Виды топографических карт и основные сведения о них	Лекция	Опрос
55.		1	Определение масштаба карты при отсутствии данных	Мастер-класс	Анализ
56.	28.04	1	Старение карты, изменения, происходящие на местности	Лекция	Опрос
57.	30.04	1	Преодоление склонов, техника движения и страховки	Лекция	Опрос
58.	5.05	1	Движение по подвесному бревну, по параллельным перилам.	Ролевая игра	Анализ
59.	7.05	1	Участие в соревнованиях «Школа	Соревнование	Анализ

			безопасности» региональный этап		
60.	12.05	1	Участие в соревнованиях «Школа безопасности» региональный этап	Соревнование	Анализ
61.	14.05	1	Участие в соревнованиях «Школа безопасности» региональный этап	Соревнование	Анализ
62.	16.05	1	Участие в соревнованиях «Школа безопасности» региональный этап	Соревнование	Анализ
63.		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.	19.05	1	Специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие физических качеств, для специальной подготовки	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
66.	21.05	1	Упражнения на развитие выносливости	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
67.	23.05	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.	26.05	1	Сохранение направления движения в различных условиях видимости. Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты	Тренировка	Контроль за выполнением упражнения
71.	28.05	1	Итоговая аттестация (тесты)	Тестирование	Контроль за выполнением упражнения
72.	30.05	1	Итоговая аттестация (практика)	Практические задания	Контроль за выполнением упражнения

Пронумеровано, пронумеровано и  
скреплено печатью

5 листов

( *меди* ) листов

Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»

Ю.В.Грошев

