# Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества г. Алзамай»

Рассмотрена на педагогическом совете: Протокол № 4\_ от «26\_» 08. 2025 г.

Утверждена приказом директор МБУДО «ДДТ г. Алзамай» № 86 от «29» 08. 2025 г.

.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» Возраст обучающихся: 12-15 лет

Срок освоения: 1 год

Разработчик программы: Куимова Елена Михайловна педагог дополнительного образования

# Содержание

Раздел І. Комплекс основных характеристик программы
Пояснительная записка
1.1.Информационные материалы, направленность
1.2. Актуальность и педагогическая целесообразность программы
1.3. Новизна и отличительные особенности программы
1.4.Адресат программы и сроки освоения программы
1.5.Форма обучения, режим занятий, объём
1.6.Цель и задачи программы
Раздел II. Организационно – педагогические условия
2.1.Учебный план
2.2.Содержание учебного плана
2.3. Календарный учебный график
2.4.Учебно – тематический план
2.5.Планируемые результаты
Раздел III. Условия реализации
3.1Формы аттестации оценочные материалы.       13
3.2.Методические материалы
3.3. Материально-технические условия
3.4. Кадровое обеспечение
3.5.Список литературы
3.6.Приложения
Приложение 1
Приложение 2
Приложение 3

#### Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

#### Пояснительная записка

Программа составлена на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа безопасности». Автор составитель: Карачев Евгений Александрович, педагог дополнительного образования).

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Актуальность: заключается в том, что в условиях современного мира, повышения уровня опасности и роста технологических аварий и катастроф необходимо совершенствование знаний и умений в области обеспечения личной и общественной безопасности. Для этого необходимо расширение знаний безопасности жизнедеятельности со школьного уровня, до уровня специальной подготовки в условиях деятельности дополнительного образования. Данная программа дает возможность наиболее емко дать знания в области безопасности и спасательного дела. Она призвана расширить кругозор ребенка и дать ему соответствующую возрасту адекватную картину мира, подготовить его к действиям в чрезвычайных ситуациях, привить практические навыки оказания пострадавшим первой доврачебной помощи, изучить правила противопожарной и дорожной безопасности, вести здоровый образ жизни.

**Новизна программы** заключается в том, что традиционные темы, такие как пожарная, дорожная безопасность, первая помощь интегрируются с актуальными направлениями: информационная безопасность и психологическая устойчивость при ЧС. В программу включены практико — ориентированные занятия: моделирование ситуаций, тренировки, практикумы по оказанию первой помощи. Используются интерактивные методы: кейсметоды, ролевые игры, цифровые викторины.

Программа предполагает использование ресурсов электронной библиотеки.

**Отличительной особенностью** программы является то, что ключевой идеей программы является воспитание личности безопасного типа, а так же подготовка обучающихся к реальной жизни. Комплексность данной программы дает возможность обучающимся осуществлять ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию и, может быть, жизненный путь.

**Адресат программы** дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» предназначена для обучения школьников в возрасте 13-14 лет.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы 11-12 лет.

Подростки в силу своих возрастных психологических особенностей в повседневной жизни не всегда могут правильно оценить возникающие риски и во многих ситуациях завышают свои возможности. Детский организм находится в состоянии становления, многие процессы подвижны и неустойчивы. В экстремальной, трудной ситуации у подростка происходит торможение в центральной нервной системе, и он в большинстве случаев не может своевременно принимать правильные решения, совершать оперативные действия. Возникает необходимость познакомить детей с правилами безопасного поведения и выживания в различных ситуациях.

Реализация Программы «Школа безопасности» позволит обучающимся получить возможность повысить свой интерес к наукам, расширить знания, научиться практическим умениям и навыкам в области обеспечения безопасности жизнедеятельности.

**Сроки освоения программы:** дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» рассчитана на 1 год обучения.

#### Форма обучения – очная.

**Уровен**ь – базовый.

**Общий объем программы и режим:** Программа «Школа безопасности» рассчитана на 72 учебных часа, из расчета 1 раз в неделю по 2 академических часа (продолжительность занятий 40 минут, перерыв между занятиями не менее 10 минут).

**Цель:** сформировать у детей сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности, практические навыки и умения поведения в экстремальных ситуациях, стремление к здоровому образу жизни.

#### Задачи:

- формировать у обучающихся сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности;
- формировать представление об опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни;
- формировать умения оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья и принимать правильное решение в соответствии с ситуацией;
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни.

Раздел 2. Организационно – педагогические условия Учебный план

№	Тема	Теорет.	Практич.	Всего	Формы контроля и
$\Pi/\Pi$		занятия	занятия	часов	аттестации
I	Улица и мы	3	9	12	Входящий контроль.
1					Собеседование
II	Безопасность в быту и	3	10	13	Тестирование
11	общественных местах	3	10	13	
III	Пожарная	2	12	14	Тестирование
111	безопасность	2	12	14	
	Безопасность в				Промежуточная
ΙV		2	7	9	аттестация.
	природной среде				Тест.
V	Попрад помочи	1	7	8	Тестирование
v	Первая помощь	1	'	0	Наблюдение
1/1	Deferrer v warmans	1	4	5	Наблюдение, тесты.
VI	Ребенок и природа	1	4	5	Сдача нормативов.
VII	Здоровье	1	5	6	

VIII	Безопасность на дороге в разное время года	1	4	5	Итоговая аттестация.
	Итого:	14	58	72	

#### Содержание учебного плана

#### I. Улица и мы

Теория. Вводное занятие. Населённый пункт, в котором мы живём. Инструктаж по технике безопасности. Остановочный и тормозной путь автомобиля. Дорога и скрытая опасность. При переходе проезжей части дороги главное соблюдать безопасность. Что такое ДТП? ГИБДД — помощник и друг. Особенности профессии сотрудника ГИБДД. Транспортные средства оперативных служб. Поведение при чрезвычайных ситуациях на транспорте. Электросамокаты, электровелосипеды, моноколёса, сегвеи. Мотоцикл, кроссовый мотоцикл, питбайк. Мопед, скутер, квадроцикл.

Практика. Встреча с работником ГИБДД. Безопасность передвижения на средствах индивидуальной мобильности.

#### II. Безопасность в быту и общественных местах.

Теория. Один дома. Домашние животные. Бытовая химия. Правила пользования газом и электричеством. Безопасность на железнодорожном транспорте и в метро. Безопасность на водном и воздушном транспорте. Источники опасности в общественных местах. Основные риски

в ситуациях криминогенного характера в общественных местах. Основные риски

в ситуациях криминогенного характера в общественных местах. Конфликты, их предупреждение и выход из них. Ответственность несовершеннолетних. Опасные и вредоносные компьютерные программы. Опасный контент. Роль личности в профилактике вовлечения в деструктивные течения и группы.

Практика. Пожарная безопасность в жилых домах. Правила поведения в толпе, при массовых беспорядках, панике. Пожарная безопасность в общественных местах. Культура взаимодействия с окружающими людьми. Буллинг и троллинг в школьной среде. Как не стать жертвой манипуляторов и мошенников. Опасные увлечения молодёжи. III. Пожарная безопасность.

Теория. Причины возникновения пожаров. Знаки пожарной безопасности. Понятие о пожарной профилактике. Противопожарный режим в школе. Действия при возникновении пожара. Весенний и летний пожароопасные сезоны. Люди огненной профессии. Люди огненной профессии.

Практика. Средства пожаротушения. Пожарное оборудование. Система пожарной сигнализации и автоматического пожаротушения. Встреча с человеком профессии пожарный. Просмотр видеороликов на тему «Возникновение пожароопасной ситуации». IV. Безопасность в природной среде.

Теория. Причины вынужденной автономии. Съедобные и ядовитые растения. Добыча и очистка воды. Добыча и очистка воды. Съедобные и ядовитые растения. Экстремизм. Терроризм.

Практика. Виды автономного существования. Организация отдыха на природе. Способы ориентирования. Добыча и очистка воды. Сигналы бедствия и способы подачи. V. Первая помощь.

Теория. Первая помощь при попадании инородных тел в дыхательные пути. Первая помощь при травмах опорно - двигательного аппарата. Первая помощь при термических и химических ожогах, попадании агрессивных жидкостей в глаза. Первая помощь при обморожении и переохлаждении. Первая помощь при укусах насекомых и змей. Транспортировка пострадавших.

Практика. Транспортировка пострадавших. Первая помощь при ранениях и возникновении наружных кровотечений.

#### VI. Ребенок и природа

Теория. Правила поведения при грозе. Контакты с животными.

Практика. Съедобные и несъедобные грибы. Съедобные ягоды и ядовитые растения. Сбор грибов и ягод

#### VII Раздел.

Теория. Здоровье. Ценность здорового образа жизни. Микробы и вирусы. Вредные привычки. На воде, на солнце. Одежда и здоровье.

Практика. Личная гигиена. Одежда и здоровье.

#### VIII Раздел.

Теория. Безопасность на дороге в разное время года. Безопасность на дороге в осеннее время года. Безопасность на дороге в зимнее время года. Безопасность на дороге весной. Безопасность во время летних каникул.

Практика. Оценка знаний: игра-турнир «Юные знатоки безопасности жизнедеятельности». Подведение итогов за учебный год.

#### Календарный учебный график

	Тема	сен	ОКТ	нояб	декаб	ЯНВ	фев	март	апр	май	Итого
1.	Улица и мы	8	4								12
2	Безопасность		6	7							13
	в быту и										
	общественных										
	местах										
3	Пожарная			1	8	5					14
	безопасность										
4	Безопасность					3	6				9
	в природной										
	среде										
5	Первая						2	6			8
	помощь										
6	Ребенок и							2	3		5
	природа										
7	Здоровье								5	1	6
8	Безопасность									5	5
	на дороге в										
	разное время										
	года										
	Итого:	8	10	8	8	8	8	8	8	6	72

## Учебно – тематический план

	Тема	Теория (мин)	Практика (мин)	Всего (часы)	Дата	Контроль и индивидуальные занятия
	I Раздел. Улица и мы					
1	Вводное занятие. Населённый пункт, в котором мы живём. Инструктаж по технике безопасности.	10	30	1	2-7 сен.	Входящий контроль Наблюдение. Устный опрос.
2	Безопасный путь в школу и домой. Практические задания: составление маршрутного листа «Дорога в школу».	10	30	1	2-7 сен.	
3	Играй, но о дороге не забывай.	10	30	1	8-14 сен.	
4	Остановочный и тормозной путь автомобиля.	10	30	1	8-14 сен.	
5	Дорога и скрытая опасность.	10	30	1	15-21 сен.	
6	При переходе проезжей части дороги главное соблюдать безопасность.	10	30	1	15-21 сен.	
7	Что такое ДТП?	10	30	1	22-28 сент.	
8	ГИБДД — помощник и друг. Особенности профессии сотрудника ГИБДД. Встреча с работником ГИБДД.	10	30	1	22-28 сент.	
9	Транспортные средства оперативных служб.	10	30	1	29сент 5 окт.	
10	Поведение при чрезвычайных ситуациях на транспорте.	10	30	1	29сент 5 окт.	

		1			T T
11	Безопасность передвижения на средствах индивидуальной мобильности. Электросамокаты, электровелосипеды, моноколёса, сегвеи.	10	30	1	6-12 окт.
12	Мотоцикл, кроссовый мотоцикл, питбайк. Мопед, скутер, квадроцикл.	10	30	1	6-12 окт.
	II Раздел. Безопасность в быту и общественных местах				
13	Один дома. Домашние животные. Бытовая химия.	10	30	1	13-19 окт.
14	Правила пользования газом и электричеством. Пожарная безопасность в жилых домах.	10	30	1	13-19 окт.
15	Безопасность на железнодорожном транспорте и в метро.	10	30	1	20-26 окт.
16	Безопасность на водном и воздушном транспорте.	10	30	1	20-26 окт.
17	Источники опасности в общественных местах.	10	30	1	27 окт 2 нояб.
18	Основные риски в ситуациях криминогенного характера в общественных местах.	10	30	1	27 окт 2 нояб.
19	Пожарная безопасность в общественных местах.	10	30	1	3-9 нояб.

20	П	10	20	1	3-9
20	Правила поведения в	10	30	1	
	толпе, при массовых				нояб.
	беспорядках, панике.				
21	Культура взаимодействия с	10	30	1	10-16
	окружающими людьми.				нояб.
	Конфликты, их				
	предупреждение и выход				
	из них.				
22	Γ	10	20	1	10.16
22	Буллинг и троллинг в	10	30	1	10-16
	школьной среде. Как не				нояб.
	стать жертвой				
	манипуляторов и				
	мошенников.				
23	Опасные увлечения	10	30	1	17-23
	молодёжи.				нояб.
	Ответственность				
	несовершеннолетних.				
	-				
24	Опасные и вредоносные	10	30	1	17-23
	компьютерные программы.				нояб.
	Опасный контент.				
	Sinceribin Rollfelli.				
25	Роль личности в	10	30	1	24-30
	профилактике вовлечения в				нояб.
	деструктивные течения и				поло.
	группы.				
	группы.				
	III Раздел. Пожарная				
	_				
	безопасность				
26	Причины возникновения	10	30	1	24-30
	пожаров.				нояб.
27	Средства пожаротушения.	10	30	1	1-7
					декаб.
28	Знаки пожарной	10	30	1	1-7
	безопасности.				декаб.
29	Понятие о пожарной	10	30	1	8-14
	профилактике.	= =		_	дек.
30	Противопожарный режим в	10	30	1	8-14
	школе.	10		1	дек.
	micone.				ACK.
31	Действия при	10	30	1	15-21
) 1	_	10	30	1	
	возникновении пожара.				дек.
			1		

32	Оказание первой медицинской помощи пострадавшим на пожаре.	10	30	1	15-21 дек.	Промежуточная аттестация. Тестирование.
33	Весенний и летний пожароопасные сезоны.	10	30	1	22-28 дек.	
34	Пожарное оборудование.	10	30	1	22-28 дек.	
35	Система пожарной сигнализации и автоматического пожаротушения.	10	30	1	5-11 янв.	
36	Люди огненной профессии.	10	30	1	5-11 янв	
37	Люди огненной профессии. «Встреча с человеком профессии пожарный».	10	30	1	12-18 янв.	
38	Просмотр видеороликов на тему «Возникновение пожароопасной ситуации».	10	30	1	12-18 янв.	
39	Обсуждение ситуаций, приводящих к пожароопасной ситуации.	10	30	1	19-25 янв.	
	IV Раздел. Безопасность в природной среде					
40	Виды автономного существования. Причины вынужденной автономии.	10	30	1	19-25 янв.	
41	Организация отдыха на природе. Способы ориентирования.	10	30	1	26-1 фев.	
42	Добыча и очистка воды. Съедобные и ядовитые растения.	10	30	1	26-1 фев.	
43	Правила безопасного поведения на водоёмах.	10	30	1	2-8 фев.	
44	Правила безопасного поведения в горах и в лесу.	10	30	1	2-8 фев.	

		1			т т
45	Сигналы бедствия и способы подачи.	10	30	1	9-15 фев.
46	Основы противодействия экстремизму и терроризму.	10	30	1	9-15 фев.
47	Экстремизм.	10	30	1	16-22 фев.
48	Терроризм.	10	30	1	фев. 16-22 фев.
	V Раздел. Первая помощь				
49	Первая помощь при попадании инородных тел в дыхательные пути.	10	30	1	23-28 фев.
50	Первая помощь при ранениях и возникновении наружных кровотечений.	10	30	1	23-28 фев.
51	Первая помощь при травмах опорно- двигательного аппарата.	10	30	1	1-8 марта
52	Первая помощь при термических и химических ожогах, попадании агрессивных жидкостей в глаза.	10	30	1	1-8 марта
53	Первая помощь при обморожении и переохлаждении.	10	30	1	9-15 марта
54	Первая помощь при укусах насекомых и змей.	10	30	1	9-15 марта
55	Транспортировка пострадавших.	10	30	1	16-22 марта
56	Практика. Транспортировка пострадавших.	10	30	1	16-22 марта
	VI Раздел. Ребенок и				

	природа				
57	Съедобные и несъедобные грибы.	10	30	1	23-29 марта
58	Съедобные ягоды и ядовитые растения.	10	30	1	23-29 марта
59	Сбор грибов и ягод.	10	30	1	6-12 апр.
60	Правила поведения при грозе.	10	30	1	6-12 апр.
61	Контакты с животными.	10	30	1	13-19 апр.
	VII Раздел. Здоровье				
62	Ценность здорового образа жизни.	10	30	1	13-19 апр
63	Микробы и вирусы.	10	30	1	20-26 апр.
64	Личная гигиена. Одежда и здоровье.	10	30	1	20-26 апр.
65	Вредные привычки.	10	30	1	27-3 мая
66	На воде, на солнце.	10	30	1	27-3 мая
67	Личная гигиена. Одежда и здоровье.	10	30	1	4-10 мая
	VIII Раздел. Безопасность на дороге в разное время года				
68	Безопасность на дороге в осеннее время года.	10	30	1	4-10 мая
69	Безопасность на дороге в зимнее время года.	10	30	1	11-17 мая
70	Безопасность на дороге весной.	10	30	1	11-17 мая
71	Безопасность во время летних каникул.	10	30	1	18-26 мая

72	Оценка знаний: игра-	10	30	1	18-26	Итоговая
	турнир «Юные знатоки				мая	аттестация.
	безопасности					Тестирование.
	жизнедеятельности».					Викторина.
	Подведение итогов за					
	учебный год.					

#### Планируемые результаты:

- уметь вызвать экстренные службы;
- уметь применять навыки безопасного поведения в быту и на природе (правила пользования газом, электроэнергией, поведения при обрушениях, на воде);
- уметь анализировать простые ситуационные задачи и предлагать адекватные решения;
- уметь демонстрировать основы информационной безопасности: надежные пароли, подозрительные ссылки, защита персональных данных;
- понимать, как использовать физиологические резервы человеческого организма;
- уметь оказать посильную доврачебную помощь;
- уметь использовать (при необходимости) природные лекарственные средства;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для сохранения жизни и здоровья своей и окружающих.

## Раздел 3. Условия реализации

#### Формы аттестации и оценочные материалы

Оценочная деятельность в сентябре осуществляется входящим контролем. Это оценка исходного уровня знаний перед началом образовательного процесса. Входящий контроль осуществляется в форме опроса обучающихся. Промежуточная аттестация проводится в конце первого полугодия как оценка качества усвоения программы за прошедший период обучения в форме теста. Обучающимся будет предложен Тест «Правила поведения на природе» (Приложение 1). Итоговая аттестация проходит в конце года. Оценка результатов предполагает выявление уровня освоения теоретических знаний, практических умений и навыков в соответствии с программными требованиями. Обучающимся будет предложен «Итоговый тест» (Приложение 2).

Высокий уровень освоения программы: обучающийся умеет вызвать экстренные службы, оперирует знаниями о том, как поступить в опасной ситуации не только по отношению к себе, но и к другим. Умеет оказать посильную первую помощь, умеет использовать (при необходимости) природные лекарственные средства, имеет знания об информационной безопасности. Имеет навыки пользования приборами в быту.

Средний уровень освоения программы: обучающийся умеет вызвать экстренные службы, имеет навыки пользования приборами в быту, оперирует тем, как поступить в опасной ситуации по отношению к себе. Умеет оказать посильную первую помощь. Имеет знания об информационной безопасности. Низкий уровень: обучающийся может вызвать экстренную помощь, имеет навыки пользования в быту (Приложение 3).

Также в качестве методов диагностики освоения Программы используется наблюдение, анкетирование, тестирование, беседа, метод рефлексии.

Это дает возможность оценить личностный рост обучающегося. Позволяет выявить то, каким он пришел, чему научился и каким стал. Позволяют понять, какие основные знания, умения, практические навыки приобрел обучающийся, какие важнейшие личностные качества сформированы у него за период обучения и за время общения с педагогом и сверстниками.

### Методическое обеспечение

№	Раздел, тема	Форма занятий	Приемы и методы	Методический	Дидактический	Техническое	Форма
			организации	материал	материал	оснащение	подведения
			учебно-			занятий	итогов
			воспитательного				
			процесса				
1	Улица и мы	Учебное занятие.	Словесный,		Дидактические		Акция «Письмо
		Групповая работа.	наглядный,		карточки: рисунки	Компьютер	водителю».
		Индивидуальная	практический		туристов и		
		работа.			путешественников;		
2		Учебное занятие.	Словесный,	Историко-	Карточки по теме	Компьютер	Домашнее
		Индивидуальная.	наглядный,	географический	«Открытки.		задание
	Безопасность в	Групповая работа.	практический.	очерк/ Под ред. Г.В.	Заповедные места		«Моделирование
	быту и			Грудинина. –	Иркутской области		ситуации «Звонок
	общественных			Иркутск: ИГПУ,	»: «фотографии		по телефону»,
	местах			2003. – 288 с.: ил.	красивых мест		«Звонок в дверь».
					Байкала».		
3		Встреча.	Словесный,	Как подготовиться к	Фотографии,	Компьютер	Изготовление
		Индивидуальная	практический,	встрече.	открытки,		книжки пословиц
	Пожарная	работа.	Беседа.	1	сувениры.		по пожарной
	безопасность		Интервью.		J 1		безопасности.
			Обсуждение.				
4		Учебное занятие.	Словесный,	Учебные фильмы	Изображения	Компьютер	«Безопасность
	Безопасность в	Практика.	наглядный,	(интернет)	изделий народных		детей зимой».
	природной среде	Групповая работа.	практический,		промыслов.		«Осторожно,
		Презентации по	иллюстративный.				зимняя дорога».

		темам.					
5	Первая помощь	Учебное занятие. Практика. Групповая работа. Индивидуальная.	Словесный, наглядный, практический методы.	Герб, флаг, гимн.	Таблицы, карточки	Компьютер	Практикум «Оказание первой помощи людям».
6	Ребенок и природа	Групповая работа. Индивидуальная. Просмотр фильмов.	Словесный, наглядный, практический методы.	Видеоролик «Детям о Великой Отечественной войне».	Фотографии военных лет.	Компьютер, презентация.	Фотоконкурс «Зимняя река»
7	Здоровье	Групповая. Индивидуальная. Наблюдение.	Словесный, практический, Беседа. Интервью.		Презентация. Рисунки «Береги живое».	Компьютер, презентация.	Мероприятие «Путешествие в страну безопасности»
8	Безопасность на дороге в разное время года	Практика. Групповая работа. Презентации по темам.	Словесный, практический, Беседа.		Фотовыставка «Родной край».		"Соблюдая ПДД, не окажешься в беде"

#### Материально-техническое обеспечение

Технические средства обучения: компьютер, проектор, экран.

Плакаты:

- Безопасность дорожного движения
- Пожарная безопасность
- Безопасность в быту
- Активный отдых на природе
- Безопасность на воде.

Средства медицинской защиты: аптечка индивидуальная, бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7 м х 14 см, бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5м х 10см, вата медицинская, шина, жгут кровоостанавливающий эластичный.

#### Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования».

#### Список литературы:

- 1. Волович, В. Г. Академия выживания / В. Г. Волович. М.: Толк, 1995.
- 2. Волович, В. Г. Как выжить в экстремальной ситуации / В. Г. Волович. М: Знание, 1990.
- 3. Гостюшин, А. В. Энциклопедия экстремальных ситуаций / А. В. Гостюшин. М.: Зеркало, 1994.
- 4. Гражданская оборона / под ред. генерала армии А. Т. Алтунина. -М.: Воениздат, 1982.
- 5. Лифлянский, В. Г. и др. Лечебные свойства пищевых продуктов / В. Г. Лифлянский, В.
- В. Закревский, М. Н. Андронова. М.: Терра, 1996.
- 6. Поляков, В. В. Безопасность человека в экстремальных ситуациях / В. В. Поляков, Е. А. Сербаринов. М, 1992.
- 7. Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах. -М.: Воениздат, 1990.
- 8. Проблемы безопасности при чрезвычайных ситуациях. М: ВИМИТ, 1993.
- 9. Справочник лекарственных растений. М., 1999.
- 10. Справочные данные о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и экологического происхождения. Ч. 2. М.: МЧС, 1995.
- 11. Чрезвычайные ситуации и защита от них / сост. А. Бондаренко. М., 1998.

#### Тест на тему: «Правила поведения на природе»

- 1. Что необходимо знать в походе? (выбрать правильный ответ)
- а) правила личной гигиены; б) дисциплину; в) правила личной безопасности.
- 2. Какая задача при подготовке и проведении похода является главной? Укажите правильный ответ:
  - а) выполнение целей и задач похода; б) обеспечение безопасности; в) полное прохождение маршрута; г) все верно.
- 3. Что необходимо предпринять, если во время маршрута вы заблудились?
  - а) искать тропу или дорогу обратно; б) найти возвышенное место; в) успокоиться и оценить обстановку
- 4. Наиболее удобной обувью в походе являются:
  - а) туристические ботинки; б) сапоги резиновые; в) туфли на высокой платформе;
  - г) кроссовки;
- 5. Как высушить промокшую обувь в походе? Укажите правильный ответ:
  - а) вытащить из обуви стельки и протереть внутри досуха тряпкой; б) набить обувь сухой травой или бумагой и поставить их недалеко от костра; в) поставить обувь к теплу, но не к открытому огню; г) вбить в землю около костра колышки и повесить на них обувь
- 6. Обеззараживание воды в походных условиях осуществляется:
  - а) кипячением; б) очисткой через песочный фильтр; г) очисткой через марлю и вату.
- 7. Что нужно делать, если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы? Ваши действия в правильной последовательности:
  - а) искать следы своих товарищей; б) ждать, когда за вами вернутся; в) не сходить с места; д) развести костер.
- 8. Что необходимо предпринять если во время маршрута на вашем пути встретился дикий зверь?
  - а) кричать очень громко; б) размахивать руками; в)застыть на месте.
- 9. При прохождении маршрута в лесу ваша группа попала в экстремальную ситуацию? Выберите из предложенных вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:
  - а) при наличии в группе пострадавших направить их в сопровождении нескольких человек искать населенный пункт с целью оказания помощи; б) если есть пострадавшие, ослабленные, больные, оказать им первую медицинскую помощь;
  - в) подавать аварийные сигналы поисковым группам; г) при помощи компаса определить направление выхода и послать группу разведки для определения расстояния до ближайшего населенного пункта; д) при отсутствии запаса продуктов питания организовать поиск воды и пищи;
- 10. В походе ваш товарищ слегка поранил руку. Что вам необходимо сделать?
  - а) наложить шину; б) обработать рану; в ) дать успокоительное.
  - 11. Что делать при укусах насекомых?
  - а) дать таблетку; б) позвонить близким; в) плакать; г) ничего не делать.

Что значит оставаться « один на один с природой»?

а) отдых на море; б) выезд в другую страну; в) поход в лес.

Как правильно разводить костер? Разместите предложенные ниже действия в правильном порядке:

- а) положить на почву растопку; б) на растопку положить ветки; в) поджечь костер двумя тремя спичками; г) приготовить растопку и дрова; д) сверху веток положить поленья, дрова; е) соблюдать правила пожарной безопасности.
- 14. Назовите, какие растения можно использовать, чтобы заварить чай:
  - а) листья березы; б) листья малины и земляники; в) волчьи ягоды; г) бузина;
  - д) черника; е) брусника; ж) полынь;
- 15. Какие главные правила должны соблюдать на природе?
  - а) громко кричать; б) не разорять гнезда; в) не вырывать растения с корнями.

#### Правильные ответы на тесты:

1-абв. 2-г. 3-в. 4-абг. 5-абвг. 6-а. 7-вабд. 8-в. 9-бгвад. 10-в. 11-а. 12-в. 13-агдве. 14-бде. 15-бв.

#### Итоговый тест

- 1. При наличии велосипедной дорожки...
- А) нужно ехать только по ней; Б) ехать только по тротуару; В) ехать по проезжей части;  $\Gamma$ ) ехать в крайнем левом ряду вместе с автомобилями; Д) верно все вышеуказанное.
- 2. Чего нельзя делать во время грозы?
  - А) все ответы верные; Б) купаться в водоёмах; В) касаться металлических сооружений; Г) держать в руках длинные металлические предметы; Д) стоять рядом с высокими деревьями.
- 3. В какое время года реки и озёра опасны? А) в любое время года; Б) весной; В) зимой; Г) летом; Д) осенью.
- 4. Чрезмерное понижение температуры тела человека под воздействием холода это... А) переохлаждение; Б) болевой шок; В) отморожение; Г) перелом; Д) обморок.
- 5. Сколько времени подросткам можно находиться у монитора компьютера? A) 60 мин; Б) 3 часа; B) 30 мин; Г) 6 часов; Д) сколько хочешь.
- 6. Что делать если укусил клещ?
  - А) аккуратно расшатать и потянуть насекомое против часовой стрелки; Б) раздавить насекомое; В) залить кипятком;  $\Gamma$ ) приложить бинт с бензином; Д) смазать клеща вареньем.
- 7. Повреждение тканей организма, вызванное действием высокой температуры, называется ...
  - А) ожогом; Б) отморожением; В) тепловым ударом; Г) ушибом; Д) разрывом связок.
- 8. Правила поведения на воде.
  - А) купание в разрешённых местах; Б) плавание во время грозы; В) разрешено глубоко нырять и заплывать за буйки; Г) можно цепляться за судно; Д) можно купаться ночью.
- 9. Какой должна быть толщина льда, чтобы по нему можно было передвигаться человеку? A) не менее 10 см.; Б) не менее 15 см.; В) не менее 18 см.; Г) не менее 20 см.; Д) не менее 25 см.
- 10. Для чего человеку нужны витамины?
  - А) витамины способствует нормальному росту и развитию организма; Б) это таблетки, стимулирующие бодрость; В) они заменяют еду человеку;  $\Gamma$ ) чтобы играть; Д) они не нужны.
- 11. Вечерний приём пищи должен быть за...
  - А) 2-3 часа до сна; Б) 30 минут до сна; В) 4 часа до сна; Г) 1 час до сна; Д) 5 минут до сна.
- 12. Ты получил ушиб. При этом:
  - А) появилась боль; Б) появилась сыпь на коже; В) видны кости на месте повреждения; Г) продолжаешь активно двигаться; Д) ничего не происходит.
- 13. Чтобы остановить кровь и для обеззараживания раны на улице можно использовать: А) подорожник; Б) листья тополя; В) листья берёзы; Г) плоды яблони; Д) плоды рябины.

- 14. Что делать при укусах насекомых:
  - А) дать таблетку от аллергии и промыть ранку раствором марганцовки; Б) позвонить родителям; В) громко кричать; Г) ничего не делать; Д) позвонить в службу спасения.
- 15. Назови признак теплового удара у детей:
  - А) сухая горячая кожа, учащенный пульс; Б) ведёт себя активно; В) кожные покровы холодные; Г) появление сыпи по всему телу; Д) у детей не может быть теплового удара.
- 16. Что делать при ожоге в домашних условиях?
  - А) убрать с повреждённого участка тела горячий предмет; Б) проколоть появившийся волдырь иглой; В) обработать сам ожог зеленкой; Г) смазать обожженную кожу маслом; Д) вызвать пожарных.
- 18. С какого возраста можно ездить на велосипеде по краю проезжей части?
  - А) с 14 лет; Б) с 10 лет; В) с 16 лет; Г) с 18 лет; Д) с любого возраста.
- 19. Назовите международный сигнал бедствия.
  - A) SOS; Б) DOS; В) KOS;  $\Gamma$ ) SOC; Д) KOS;
- 20. Что делать, если пристаёт незнакомый человек?
  - А) кричать: «Я вас не знаю! Я никуда с вами не пойду!»; Б) сесть в машину к незнакомому человеку; В) пойти с ним за гаражи, в подвал; Г) позовёте его играть; Д) поведёте его к себе домой.

Ключ к тесту: 1-A; 2-A; 3-A; 4-A; 5-A; 6-A; 7-A; 8-A; 9-A; 10-A; 11-A; 12-A; 13-A; 14-A; 15-A; 16-A; 17-A; 18-A; 19-A; 20-A.

# Приложение 3.

# Уровни освоения программы

Уровни	Характеристика уровня	
Высокий 85-90%	Обучающийся умеет вызвать экстренные службы, оперирует знаниями о том, как поступить в опасной ситуации не только по отношению к себе, но и к другим. Умеет оказать посильную первую помощь, умеет использовать (при необходимости) природные лекарственные средства, имеет знания об информационной безопасности. Имеет навыки пользования в быту.	
Средний 70-85%	Обучающийся умеет вызвать экстренные службы, имеет навыки пользования в быту, оперирует о том, как поступить в опасной ситуации по отношению к себе. Умеет оказать посильную первук помощь. Имеет знания об информационной безопасности.	
Низкий 40-50%	Обучающийся может вызвать экстренную помощь, имеет навыки пользования в быту.	