

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

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

г. .

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

Дополнительная общеразвивающая программа
«Школа безопасности»
Возраст обучающихся: 12-15 лет
Срок освоения: 1 год

Разработчик программы:
Куимова Елена Михайловна -
педагог дополнительного образования

г. Алзамай, 2025 г.

Содержание

Раздел I. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка	стр.
1.1. Информационные материалы, направленность	3
1.2. Актуальность и педагогическая целесообразность программы	3
1.3. Новизна и отличительные особенности программы	3
1.4. Адресат программы и сроки освоения программы	3
1.5. Форма обучения, режим занятий, объём	4
1.6. Цель и задачи программы	4

Раздел II. Организационно – педагогические условия

2.1. Учебный план	4
2.2. Содержание учебного плана	5
2.3. Календарный учебный график	6
2.4. Учебно – тематический план	7
2.5. Планируемые результаты	13

Раздел III. Условия реализации

3.1. Формы аттестации оценочные материалы	13
3.2. Методические материалы	15
3.3. Материально-технические условия	17
3.4. Кадровое обеспечение	17
3.5. Список литературы	17
3.6. Приложения	
Приложение 1	18
Приложение 2	20
Приложение 3	22

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: кейс-методы, 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.

Уровень – 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

№ п/п	Тема	Теорет. занятия	Практич. занятия	Всего часов	Формы контроля и аттестации
I	Улица и мы	3	9	12	Входящий контроль. Собеседование
II	Безопасность в быту и общественных местах	3	10	13	Тестирование
III	Пожарная безопасность	2	12	14	Тестирование
IV	Безопасность в природной среде	2	7	9	Промежуточная аттестация. Тест .
V	Первая помощь	1	7	8	Тестирование Наблюдение
VI	Ребенок и природа	1	4	5	Наблюдение, тесты. 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. 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	январ	фев	март	апр	май	Итого
1.	Улица и мы	8	4								12
2	Безопасность в быту и общественных местах		6	7							13
3	Пожарная безопасность			1	8	5					14
4	Безопасность в природной среде					3	6				9
5	Первая помощь						2	6			8
6	Ребенок и природа							2	3		5
7	Здоровье								5	1	6
8	Безопасность на дороге в разное время года									5	5
	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.	

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

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.	

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

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 организации учебно-воспитательного процесса	Методический материал	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Форма подведения итогов
1	Улица и мы	Учебное занятие. Групповая работа. Индивидуальная работа.	Словесный, наглядный, практический		Дидактические карточки: рисунки туристов и путешественников;	Компьютер	Акция «Письмо водителю».
2	Безопасность в быту и общественных местах	Учебное занятие. Индивидуальная. Групповая работа.	Словесный, наглядный, практический.	Историко-географический очерк/ Под ред. Г.В. Грудинина. – Иркутск: ИГПУ, 2003. – 288 с.: ил.	Карточки по теме «Открытки. Заповедные места Иркутской области»: «фотографии красивых мест Байкала».	Компьютер	Домашнее задание «Моделирование ситуации «Звонок по телефону», «Звонок в дверь».
3	Пожарная безопасность	Встреча. Индивидуальная работа.	Словесный, практический, Беседа. Интервью. Обсуждение.	Как подготовиться к встрече.	Фотографии, открытки, сувениры.	Компьютер	Изготовление книжки пословиц по пожарной безопасности.
4	Безопасность в природной среде	Учебное занятие. Практика. Групповая работа. Презентации по	Словесный, наглядный, практический, иллюстративный.	Учебные фильмы (интернет)	Изображения изделий народных промыслов.	Компьютер	«Безопасность детей зимой». «Осторожно, 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 бедѐ"

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 x 14 см, бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5м x 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. Андропова.- 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-агдв. 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; Г) 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?
А) 60 мин; Б) 3 часа; В) 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; Г) 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?
А) 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; Г) 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.
А) SOS; Б) DOS; В) KOS; Г) 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-А; 2-А; 3-А; 4-А; 5-А; 6-А; 7-А; 8-А; 9-А; 10-А; 11-А; 12-А; 13-А; 14-А; 15-А; 16-А; 17-А; 18-А; 19-А; 20-А.

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 первую помощь. Имеет знания об информационной безопасности.
Низкий 40-50%	Обучающийся может вызвать экстренную помощь, имеет навыки пользования в быту.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 98160421728937443086516107854325912870385464218

Владелец Корсакова Надежда Владимировна

Действителен с 30.10.2023 по 29.10.2024