


государственное автономное учреждение Калининградской области  
дополнительного образования «Калининградский областной детско-юношеский  
центр экологии, краеведения и туризма»

Рассмотрена на заседании  
методического совета  
от «03» марта 2020 г.  
Протокол № 1М



Утверждено приказом  
ГАУКОДО КОДЮЦЭКТ № 214/1  
от 24 августа 2020 г.  
Директор  И.Ф. Каплуевич

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ  
«СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ РАБОТЫ ПЕДАГОГА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ В РАМКАХ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ  
«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ  
«ТУРИЗМ И КРАЕВЕДЕНИЕ»**

Калининград  
2020 г.

## Паспорт рабочей программы модуля

### 1.1. Область применения рабочей Программы:

Рабочая программа – является частью дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Туризм и краеведение».

**1.2. Целевая аудитория:** педагоги учреждений общего и дополнительного образования.

**1.3. Цель:** повышение квалификации педагогических работников образовательных учреждений с целью обеспечения высокого качества обучения и воспитания школьников.

#### Задачи:

- получение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях; формирование умений оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;

- подготовить учащихся к действиям в различных экстремальных ситуациях;

- формировать стремление к здоровому образу жизни;

- формировать практические навыки и умения поведения в экстремальных ситуациях;

- формировать сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности;

- совершенствовать морально-психологическое состояние и физическое развитие подростков;

- популяризовать Всероссийское движение «Школа безопасности».

**1.4. Совершенствуемые профессиональные компетенции и трудовые действия**

№ п.п.	Компетенции
1.	Овладение методиками интерактивных способов обучения, формирования практических навыков и умений поведения в экстремальных ситуациях
2.	Использование в учебном процессе инновационных методов обучения
3.	Разработка индивидуально ориентированных образовательных проектов

### 1.5. Планируемые результаты обучения

В результате освоения модуля обучающийся должен уметь:

- организовать проведение занятий по предложенным методикам;

- подготовить учащихся к действиям в различных экстремальных ситуациях;

- самостоятельно критически анализировать и оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;

- формировать сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности;
- привить интерес к регулярным занятиям спортом, воспитать дисциплинированность, аккуратность и старательность.

В результате освоения модуля обучающийся должен **знать**:

- основы знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях ведения;
- основы ориентирования на местности;
- основы поисково-спасательных работ.

Программа модуля соответствует требованиям профессионального стандарта педагога.

## 2. Тематический план и содержание рабочей программы

№ п/п	Раздел/тема	Общая трудоёмкость (в часах)	Виды учебных занятий (в часах)	
			Всего	Теория
1.	Топографическая подготовка. Топографические знаки	3	1	2
2.	Ориентирование на маршруте	3	1	2
3.	Прокладка маршрута и составление плана движения	3	1	2
4.	Топографическая съёмка местности	3	1	2
5.	Ориентирование на местности по компасу и местным предметам	2	1	1
6.	Определение точки стояния методом засечек	3	1	2
7.	Движение по азимуту и по цепочке ориентиров	3	1	2
8.	Поиск пострадавшего	3	1	2
9.	Спасательные работы на воде	3	1	2
10.	Изготовление транспортировочных средств из подручных материалов	3	1	2
11.	Транспортировка пострадавшего	3	1	2
12.	Подача сигнала бедствия МАС	3	1	2
13.	Оказание первой доврачебной помощи. Кровотечения. Переломы и вывихи.	1	1	-
14.	Ожоги. Обморожения. Тепловой удар	2	1	1
15.	Пищевые отравления. Укусы насекомых	2	1	1
16.	Первая помощь тонущему. Искусственное дыхание	2	1	1
17.	Переправа по параллельным и одинарным перилам. Подъём, траверс, спуск с использованием перил	3	1	2
18.	Переправа по бревну. Укладка бревна	3	1	2
19.	Переправа через ручей вертикальным или горизонтальным маятником	3	1	2
20.	Переправа заболоченного участка по следам, кочкам	3	1	2
21.	Установка палатки. Укладка рюкзака. Разжигание костра. Типы костров. Организация навесов, укрытий из подручных средств	3	1	2

22.	Методы приготовления пищи. Хранение продуктов	3	1	2
23	Индивидуальная (самостоятельная) работа	24	-	24
24	Индивидуальные консультации	4	4	-
25	Оформление индивидуального отчёта	2	-	2
<b>ИТОГО:</b>		90	26	64

### **Содержание модуля, структурированное по разделам (темам)**

#### *Тема 1. Топографическая подготовка. Топографические знаки (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве. Обороне государства. Значение топографических карт для туристов. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических и спортивных карт. Понятие о генерализации. Три отличительных свойства карт: возраст масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Пригодность топографических карт для разработки маршрутов. Назначение спортивной карты, её отличие от топографической карты. Способы и правила копирования карт. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топографических знаков по группам. Масштабные и внемасштабные топографические знаки. Площадные и контурные топографические знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сечение горизонталей. Заложение. Горизонталы основные и вспомогательные. Отметки высот, урезы воды. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте.

*Практическая часть:* Работа с топографической картой. Чтение и изображение топографических знаков. Определение рельефа по карте.

#### *Тема 2. Ориентирование на маршруте (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Ориентирование на местности по карте в движении. Ориентирование в пути. Особенности ориентирования при движении в различных условиях. Восстановление потерянной ориентировки.

*Практическая часть:* Ориентирование на маршруте.

#### *Тема 3. Прокладка маршрута и составление плана движения (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Виды маршрутов: линейный, кольцевой, комбинированный. Категории сложности похода. Главные точки маршрута. Разработка «нитки» маршрута, мест посещения. Подготовка заброски и выброски с района путешествия.

*Практическая часть:* Прокладка маршрута и составление плана движения.

#### *Тема 4. Топографическая съёмка местности (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Виды, этапы и содержание топографической съёмки. Основные этапы топографической съёмки. Характеристики топографического обследования. Контуры Растительность и физические характеристики. Утилиты.

*Практическая часть:* Топографическая съёмка местности.

#### *Тема 5. Ориентирование на местности по компасу и местным предметам (2 ч.)*

*Теоретическая часть:* Суточное движение солнца по небосклону, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута на солнце в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, ее нахождение. Определение сторон горизонта по растительности, искусственным сооружениям (культовые сооружения).

Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостной компас. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту и его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта. Ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и спортивным жидкостным.

*Практическая часть:* Ориентирование на местности по компасу и местным предметам.

*Тема 6. Определение точки стояния методом засечек (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Определение на карте точки стояния на местности глазомерно по ориентирам, промером расстояний, по измеренным расстоянию и направлению, обратной засечкой. Определение на карте точки стояния на местности способом Болотова.

*Практическая часть:* Определение точки стояния методом засечек.

*Тема 7. Движение по азимуту и по цепочке ориентиров (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Основные направления на стороны горизонта. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо.

Определение азимута. Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Измерение и построение углов (направлений) на карте.

*Практическая часть:* Движение по азимуту и по цепочке ориентиров.

*Тема 8. Поиск пострадавшего (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Поиск «пострадавшего» по составленной легенде «пострадавшим». По сообщению по телефону или радиации. Метод засечек. Поиску в заданном квадрате (отмечен в карте). С помощью GPS навигатора.

*Практическая часть:* Поиск пострадавшего.

*Тема 9. Спасательные работы на воде (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Основные средства и методы спасения. Предметы, увеличивающие плавучесть человека: спасательный круг, «конец Александрова», спасательные шары, доски; плавсредства: лодка, плот, надувной матрац; приближение к утопающему по берегу, либо вплавь, извлечение его из воды.

*Практическая часть:* Спасательные работы на воде.

*Тема 10. Изготовление транспортировочных средств из подручных материалов (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Изготовление транспортных средств в зависимости от травмы пострадавшего, его состояния. Самодельные носилки-волокуши из шестов. Носилки-волокуши из веток. Волокуши из брезента или полиэтилена. Носилки из курток (штормовок). Верёвочные носилки. Верёвочные сиденья. Рюкзак с палкой.

*Практическая часть:* Изготовление транспортировочных средств из подручных материалов.

*Тема 11. Транспортировка пострадавшего (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Подготовка к транспортировке. Общие правила перемещения пострадавших подручными средствами. Выбор положения для транспортировки пострадавшего. Способы переноски и транспортировки пострадавшего подручными средствами. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на бухте веревки, на руках, на поперечных палках, на носилках.

*Практическая часть:* Транспортировка пострадавшего.

*Тема 12. Подача сигнала бедствия МАС (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Подача сигнала бедствия с помощью костра, зеркала, выкладывание условного знака международного кода, фонарика.

*Практическая часть:* Подача сигнала бедствия.

*Тема 13. Оказание первой доврачебной помощи. Кровотечения. Переломы и вывихи (1 ч.)*

*Теоретическая часть:* Открытый перелом нижней конечности. Открытый перелом верхней конечности. Закрытый перелом верхней конечности. Закрытый перелом нижней конечности. Компрессионный перелом позвоночника. Перелом ребер. Вывих плеча. Вывих предплечья. Вывих голеностопного сустава Наложение шины, косынки, ватно-марлевой повязки. Обработка ран. Венозное кровотечение. Артериальное кровотечение.

*Тема 14. Ожоги. Обморожения. Тепловой удар (2 ч.)*

*Теоретическая часть:* Виды ожогов (термические, химические). Степени ожогов. Причины и профилактика от ожогов. Обморожения, степени обморожения. Причины и профилактика. Тепловой удар. Причины и профилактика.

*Практическая часть:* Первая доврачебная помощь.

*Тема 15. Пищевые отравления. Укусы насекомых (2 ч.)*

*Теоретическая часть:* Укусы осы и пчелы. Укусы клеща. Укусы змей. Пищевые отравления и желудочные заболевания.

*Практическая часть:* Первая доврачебная помощь.

*Тема 16. Первая помощь тонущему. Искусственное дыхание (2 ч.)*

*Теоретическая часть:* как правильно спасти утопающего. Понятие утопления и его виды. Оказание первой помощи при утоплении. Проведение искусственного дыхания. Некоторые особенности реанимирования утопающих.

*Практическая часть:* Первая доврачебная помощь.

*Тема 17. Переправа по параллельным и одинарным перилам. Подъем, траверс, спуск с использованием перил (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Основные веревки. Вспомогательные веревки. Полиспаст. Организация и наведение перил для спуска и подъема пострадавшего. Грузовая и страховочная веревка. Транспортировка пострадавшего на носилках. Петли подвески на носилках. Снятие перилл.

*Практическая часть:* Переправа по параллельным и одинарным перилам. Подъем, траверс, спуск с использованием перил

*Тема 18. Переправа по бревну. Укладка бревна (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Используемое снаряжение: веревки, системы, карабины, верхонки или перчатки, репшнуры, бревно. Укладка бревна. Страховочные перила. Организация перил. Техника безопасности.

*Практическая часть:* Переправа по бревну. Укладка бревна.

*Тема 19. Переправа через ручей вертикальным или горизонтальным маятником (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Маятник на веревке. Страховка на жестко закрепленном маятнике. Маятник на веревке спуска. Транспортировка рюкзака. Прыжок без касания рельефа. Организация вертикального маятника через горизонтальную опору. Использование жумара или прусика для крепления к вертикальным перилам.

*Практическая часть:* Переправа через ручей вертикальным или горизонтальным маятником.

*Тема 20. Переправа заболоченного участка по следам, кочкам (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Организация переправы болота по следам. Опорные бревна и горизонтальные жерди, шесты. Падение участника с бревна или слеги.

*Практическая часть:* Переправа заболоченного участка по следам, кочкам.

*Тема 21. Установка палатки. Укладка рюкзака. Разжигание костра. Типы костров. Организация навесов, укрытий из подручных средств (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* как выбрать место для лагеря. Бивак. Оборудование бивака или укрытия. Как устанавливать палатку и организовать жизнедеятельность в походном лагере. Как быстро и качественно поставить палатку или построить простейшее укрытие из подручного материала. Строительство шалаша из природного материала. Виды, назначение и способы разведения костров. Укладка рюкзака. Список вещей.

*Практическая часть:* Установка палатки. Укладка рюкзака. Разжигание костра.

*Тема 22. Методы приготовления пищи. Хранение продуктов (3 ч.)*

*Теоретическая часть:* Приготовление пищи в походных условиях. Раскладка продуктов. Плавающая раскладка. Упаковка и хранение продуктов в походе.

*Практическая часть:* Приготовление пищи.

*23. Индивидуальная (самостоятельная) работа (24 ч.)*

Изучение дополнительных методических материалов в рамках модуля. Отработка предложенных методик на местах. Организация мероприятий с учащимися в рамках Всероссийского движения «Школа безопасности».

*24. Консультации (4 ч.)*

Организация работы школьников на местах. Методика проведения занятий и конкурсных мероприятий. Составление индивидуальных отчетов.

*25. Оформление отчетов (2 ч.).*

**Текущий контроль** и **промежуточная аттестация** в учебном плане не предусмотрены.

**Итоговая аттестация:** оформление индивидуального отчета о проведенных мероприятиях.

### **3. Организационно-педагогические условия реализации программы учебной дисциплины**

#### **3.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение модуля**

1. Волович В.Г. Академия выживания. - М., «Голк», 2010.
2. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В. Туризм и спортивное ориентирование. – М., Издательский центр «Академия», 2001.
3. Говорухин А.М., Куприн А.М., Коваленко А.Н., Гамезо М.В. Справочник по военной топографии. - М., Военное издательство МО СССР, 1980.
4. Дарман П. Учебник выживания в экстремальных ситуациях. – М., «Яуза», 2001.
5. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. - М. ФиС, 1985.
6. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования среди учащихся. - М., ЦДЮТиК, 2002.
7. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований. – Калининград, КОДЦЭОТ, 2002.
8. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности»/Учебно-метод. пособие. - М.: ВЛАДОС, 2000.
9. Новиков Г.А. Меры безопасности в туристском путешествии/Методические указания. – Минск, Белорусский республиканский совет по туризму и экскурсиям, 1972.
10. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. - М., ООО «Издательство Аристель», «Издательство АСТ», 2002.
11. Правила организации и проведения соревнований обучающихся Российской Федерации «Школа безопасности». - М., 2018г. Утверждены МЧС РФ 20 декабря 2018г. № 2-4-38.
12. Шibaев А.В. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени. – М., Центр детско-юношеского туризма, 1996.
13. Штюрмер Ю.А. Карманный справочник туриста. - М., Профиздат, 1982.

#### **3.2. Материально-технические условия реализации модуля**

Процесс реализации модуля обеспечен материально-технической базой для проведения всех видов учебных занятий, предусмотренных учебным планом: теоретической, практической работы (компьютерная техника для работы с электронными учебными пособиями; персональные компьютеры, мультимедийный проектор, картографический материал, учебные видеофильмы; тематические презентации, раздаточный иллюстративный материал (картографический материал, схемы вязки узлов, карточки с заданиями по топографии, карточки с топографическими знаками, карточки с



рисунками узлов, дидактические игры), инвентарь для практических занятий (веревки основные и вспомогательные, карабины, жумары, ФСУ «Восьмерка», страховочные системы, компаса, курвиметры, линейки, циркули измерители, топографические и спортивные карты), костровой набор, котлы, палатки, тент костровой.

Для эффективного проведения занятий предусмотрено использование современных технических средств обучения (интерактивная доска, выход в сеть Интернет).

### **3.3. Кадровое обеспечение модуля**

Реализация модуля обеспечивается педагогическими кадрами Центра и приглашенными специалистами МЧС.