

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования «Детско-юношеский центр»**

ПРОГРАММА

**организации летнего отдыха и оздоровления
несовершеннолетних**

в условиях ДООЦ «Ласточка»

«Школа социального успеха»

(адресат программы: дети и подростки от 7 до 16 лет)

Касимов, 2019 г.

Содержание

Пояснительная записка	3
Актуальность программы	5
Отличительная особенность программы	5
Новизна программы	6
Направленность программы	7
Адресат программы	7
Цель и задачи программы	7
Ожидаемые результаты	8
Принципы реализации программы	9
Направления воспитательной работы	10
Формы организации деятельности детей	11
Развитие детского самоуправления	13
Образовательная деятельность:	14
Условия реализации программы	44
Кадровое обеспечение программы	44
Ожидаемые результаты	44

Пояснительная записка

«Я измеряю ценность жизни
не количеством прожитых лет,
а количеством полезных, добрых дел,
а так же тем, сколь важным и весомым
оказался этот труд для общества»

Али Апшерон, теолог,
общественный деятель и миротворец

Летние каникулы - самая лучшая пора для развития творческих способностей и совершенствования возможностей ребенка, вовлечения детей в новые социальные связи, удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей. Стратегия государственной молодёжной политики отметила основные проблемы современного общества: низкая вовлеченность молодёжи в социальные процессы и общественную деятельность, отсутствие условий для самореализации молодёжи, социальная изоляция молодых людей, несоответствие жизненных установок, ценностей и моделей поведения молодых людей приоритетам развития страны.

Одним из эффективных способов решения проблем, является привлечение подрастающего поколения к добровольческой деятельности, развитие и внедрение инновационных форм поддержки и развития добровольчества. Добровольческая деятельность несёт в себе огромный потенциал, как для общества, так и для каждого человека, участвующего в ней. Во-первых, добровольчество является основой гражданского общества, его можно рассматривать как мощную социальную технологию, формирующую не только активную гражданскую позицию, но и вместе с тем уважительное отношение к людям разных культур и национальностей, так как вовлеченность в добровольчество не имеет профессиональных, религиозных, расовых, возрастных, гендерных и даже политических границ. Во-вторых, добровольчество является той социально ориентированной деятельностью, участие в которой способствует успешной адаптации и социализации подрастающего поколения в условиях современного общества. И, в-третьих, организация добровольческой деятельности в детском лагере

способствует поиску новых идей, технологий, форм и методов работы с подростками.

Программа «Школа социального успеха» предусматривает комплекс мер, направленных как на развитие условий семейного, школьного воспитания, так и на индивидуальную психолого-педагогическую коррекцию личности трудного подростка, а также мер по восстановлению его социального статуса в коллективе сверстников и в социуме через занятия в создаваемых предпрофильных объединениях, участие в социально значимой деятельности.

Программа разработана с учетом нормативно-правовых документов:

- Конвенция ООН о правах ребенка;
- Конституция РФ;
- Федеральный закон «Об общих принципах организации местного самоуправления в РФ» от 06.10.2003 № 131-ФЗ;
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 № 124-ФЗ;
- Федеральный Закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.1999 № 52-ФЗ;
- Федеральный Закон «О защите прав потребителей» от 07.02.1992 № 2300-1;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 г. № 197-ФЗ;
- Федеральный закон «О внесении изменений и дополнений в закон РФ «О защите прав потребителей и кодекс РСФСР «Об административных нарушениях» от 09.01.96 г. № 2-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 г. № 1008

- Инструктивные письма Минобрнауки РФ от 14.04.2011 г. № МД-463/06, от 26.10.2012 № 09-260, от 01.04.2014 № 09-613, от 18.11.2015 № 09-3242;
- Устав МБУ ДО «ДЮОЦ»
- Положение о структурном подразделении ДООЦ «Ласточка»;
- Правила внутреннего распорядка в ДООЦ «Ласточка».

Актуальность программы

Исходя из вышеизложенного, актуальность данной программы состоит в следующем:

Для общества:

Актуальность программы обусловлена возможностью реализации модели успешной социализации детей и подростков, включение их в общественно-значимую деятельность, развитие общественно-значимых компетенций – лидерские качества, инициативность, содействие выбора профессии.

Для ДООЦ «Ласточка»:

Формирование коллектива, имеющего опыт социально-значимой деятельности, планирования и проведения мероприятий, направленных на развитие социально-значимого опыта, создание и реализацию социально-значимых проектов, что в свою очередь приводит к возможности развития всего лагеря, профилактика правонарушений среди несовершеннолетних, социализация (ресоциализация) подростков.

Отличительные особенности программы

Программа «Школа специального успеха» нацелена на профилактику и предупреждение правонарушений несовершеннолетних, решение проблем адаптации и социальной поддержки подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации. Среди основных задач Программы: совершенствование сетевого взаимодействия, обеспечивающего создание условий для воспитания и социализации подростков, разработку индивидуального образовательного маршрута в условиях предпрофильной подготовки,

вовлечение подростков в позитивную деятельность, адекватную их интересам, способностям и психическому состоянию, содействие выбору профессионального и жизненного самоопределения подростков, развитие различных форм внешкольной подростковой инициативы по оказанию помощи инвалидам, престарелым, многодетным семьям, другим категориям лиц группы социального риска, развитие системы организованного досуга, отдыха, занятости детей и подростков «группы риска», формирование чувства гражданской ответственности за судьбу страны, народа, готовность защищать интересы государства.

Новизна программы

В ходе реализации программы будут созданы два объединения: «Школа безопасности» и «Гвардейская школа».

Курс «Школа безопасности» - это система мероприятий по профориентации подростков, организации их занятости во время оздоровительной кампании. В рамках Курса планируется проведение теоретических и практических занятий по разделам: «Пожарное дело», «Ориентирование на местности», «Действия в экстремальных ситуациях», «Безопасная дорога», «Начальная медицинская подготовка», осуществляется вовлечение подростков в природоохранную деятельность, краеведение, детско-юношеский социальный туризм. Курс «Гвардейская школа» - это система мероприятий с использованием современных форм, методов и средств военно-патриотического воспитания несовершеннолетних. В рамках Курса планируются теоретические и практические занятия по разделам: «Основы подготовки к военной службе», «Тактико-специальная подготовка», «Огневая подготовка», «Подготовка по Уставам». Курс предполагает развитие физических и волевых качеств подростков «группы риска», подготовку к службе в армии, формирование нравственных качеств, уважительного отношения к людям старшего поколения, оказание помощи ветеранам войны и труда через участие в акциях, соревнованиях, экскурсиях, слетах.

Реализация Программы включает в себя психолого-педагогическое сопровождение, теоретические и практические занятия с подростками «группы риска».

Направленность программы

Направленность программы - социально-педагогическая, т.е. у каждого возникнет чувство сопричастности к большому коллективу, повысится социальная активность детей и подростков, понимание и принятие ими ответственности за собственные поступки и действия. Реализация программы поможет детям в развитии ценностного отношения к людям, природе, творчеству, культуре, правилам поведения, труду, в желании принимать активное участие в социально – полезной деятельности, уважительного отношения к старшему поколению. Повысится уровень социальной адаптированности детей и подростков, что будет проявляться в принятии ими норм и правил поведения, в лёгком установлении контактов с людьми, в умении эффективно взаимодействовать с ними, в знании своих сильных сторон и использовании их в целях самореализации.

Адресат программы

Программа универсальная, так как может использоваться для работы с детьми из различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья, мероприятия выбираются с учетом возрастных особенностей детей.

Участие в проектах основывается на добровольном желании участников: детей и подростки от 7 до 16 лет.

Количество участников программы: 140 человек в одну смену.

Срок реализации программы: 4 смены по 21 день.

География участников: Рязанская область, Касимовский район, д. Залесное

Цель и задачи программы

Целью данной программы является профилактика и предупреждение правонарушений несовершеннолетних путем разработки и внедрения новой системы методов и технологий по социальной адаптации подростков.

Задачами Программы:

- 1) Совершенствование сетевого взаимодействия, обеспечивающего создание условий для воспитания и социализации подростков;
- 2) разработка индивидуального образовательного маршрута в условиях предпрофильной подготовки; вовлечение подростков в позитивную деятельность, адекватную их интересам, способностям и психическому состоянию,
- 3) содействие выбору профессионального и жизненного самоопределения подростков;
- 4) развитие различных форм внешкольной подростковой инициативы по оказанию помощи инвалидам, престарелым, многодетным семьям, другим категориям лиц группы социального риска;
- 5) развитие системы организованного досуга, отдыха, занятости детей и подростков «группы риска»;
- 6) моральная, психологическая и физическая подготовка молодежи к трудностям и сложностям армейской жизни; формирование чувства гражданской ответственности за судьбу страны, народа, готовность защищать интересы государства;
- 7) формирование у обучающихся стойких мотивов, ориентированных на здоровый образ жизни;
- 8) привлечение к поисково-исследовательской деятельности, формирование и развитие практических навыков туристической деятельности.

Ожидаемые результаты

В процессе реализации программы ожидается формирование у детей и подростков следующих ценностных ориентаций и установок:

-повышение ответственности перед обществом за свои поступки и поведение;

- приобретение знаний и желания получить профессию социальной значимости;
- развитие добровольческого потенциала;
- развитие способности к эмпатии у детей и подростков;
- готовность к самостоятельному принятию решений;
- готовность к социально-ориентированному взаимодействию;
- понимания системы представления об общности исторической судьбы, уникальности национальной культуры, значимости государства, его ценности и суверенности.

Реализация программы поможет детям в развитии ценностного отношения к людям, сверстникам, ветеранам, правилам поведения, в желании принимать активное участие в социально – полезной деятельности.

Принципы реализации программы

1. Принцип многообразия видов, форм и содержания деятельности, рассчитанных на доминирующие способности, интерес и потребности (интеллектуально - познавательные, художественно-творческие, организаторско - лидерские и др.).

2. Принцип свободы и творчества на право выбора:

- форм и способов организации жизни в коллективе, участие в досугово-развлекательных мероприятиях;
- выбор формы участия в оздоровительных программах.

3. Принцип социальной активности через включение подростков в социально значимую деятельность при проведении разноплановых просветительских, оздоровительных, спортивных, досуговых мероприятий.

4. Принцип взаимосвязи педагогического управления и самоуправления, реализация которого предполагает формирование временных творческих групп, объединений из числа взрослых и детей по организации жизнедеятельности лагеря.

5. Добровольная помощь.

Направления воспитательной работы

Программа работы с детьми в условиях загородного лагеря разнопланова и многообразна. Воспитательная работа осуществляется по следующим направлениям:

1. Патриотическое – воспитание чувства гражданского достоинства, уважения к памяти защитников Отечества, героической истории государства и своей малой Родины.

2. Гражданское – воспитание чувства ответственности перед собой и другими, чувства гордости за достижения своих сограждан, земляков, родителей, воспитание правовой культуры.

3. Духовно-нравственное – воспитание на основе русского искусства, литературы, живописи, музыки, архитектуры, народного творчества, фольклора, народных промыслов и т.д.; обрядов, обычаев, а так же игр, забав и т.д.

4. Физкультурно-спортивное – воспитание культуры спорта, туризма, как фактора оздоровления; развитие двигательной деятельности.

5. Экологическое – активное общение с родной природой, воспитание бережного отношения к ней.

6. Просветительское – работа по формированию у детей культуры и навыков здорового образа жизни и санитарно-просветительская работа, повседневное гигиеническое воспитание и образование.

7. Трудовое и общественно-полезное – воспитание уважения к людям труда, героическим профессиям (пожарного, полицейского, военного, сотрудника МЧС) творческого отношения к труду, как к основе развития человека.

8. Лидерское – работа по формированию и развитию организаторских качеств, умений и навыков самоопределения, саморазвития и самовыражения.

Именно условия загородного лагеря отличающиеся наибольшей вариативностью деятельности детей, благоприятны для увеличения количества интересов воспитанников.

Формы организации деятельности детей

Формы воспитательной деятельности, направленные на решение поставленных задач программы, разнообразны и должны в полной мере охватить весь контингент воспитанников, располагая каждого к определению деятельности удовлетворяющей личностные потребности социально – психологического характера.

К данным формам относятся:

- Экспромты
- Огоньки
- Театральные представления
- Конкурсные и шоу – программы
- Социальные проекты
- Интеллектуальные игры
- Трудовые дела
- Экскурсии
- Спортивные и подвижные игры, соревнования.
- Гостиные
- Марш – старт
- Игры на местности
- Саморазвивающийся спектакль

Используемые формы реализуют в воспитательной деятельности следующие потребности личности ребенка:

- потребность в игре: проживание ребенком мира фантазий, идеальных и реальных отношений, пробовать и становится тем, кем не всегда удается быть в реальной жизни. Игра – это воображаемая или реальная

деятельность, целенаправленная и организуемая в коллективе воспитанников с целью отдыха, развлечения, воспитания, общения, развития и т.д.;

– потребность в удовлетворении интересов и способностей: увлеченность личностно – значимой деятельностью, в которой нуждается растущий человек;

– потребность в общении: общение со сверстниками и со взрослыми – в деятельности, игре, в обмене знаниями и умениями, в спорте, творчестве, в досуге и т.д.;

– потребность в творчестве: участие в разнообразной творческой деятельности, в ходе которой осуществляется развитие;

– потребность в уважении и защите: отношение к ребенку как личности, обеспечение условий защищенности в психологическом и физическом плане;

– потребность в самореализации и самоактуализации: утверждение своего «Я». Признание достоинств, реализованных в деятельности и общении способностей и потенциальных возможностей;

– потребность в освоении социальных ролей: освоение не только ролей товарища и друга, воспитанника, сына или дочери, но и соучастника в делах и взаимоотношениях с людьми, лидера в отряде, организатора творческих, общественных дел и т.д. Поле этих ролей расширяется и, в конечном счете, определяет судьбу в определении своей позиции, своего места в жизни;

Создание особых ситуаций – катализаторов эмоций. Данные ситуации помогают раскрыть эмоциональные ресурсы коллектива, они являются своеобразными ситуациями – катализаторами эмоций. В деятельности детского коллектива эти ситуации часто встречаются в самых различных сочетаниях:

– соревновательные ситуации. Возникновение соревновательности – это одна их психологических особенностей детей. Уникальная черта такой ситуации – быстрый переход от эмоций к мотиву деятельности, стремлению

добиваться успеха. Но есть и негативные моменты, при частом использовании возникает нездоровая конкуренция, озлобленность, нетерпимость к другим людям, к другим коллективам;

– ситуация совместных переживаний. Коллектив бывает труднее «зажечь», но если это удастся, то эмоции вспыхивают ярче и переживаются дольше, чем у отдельной личности. Совместные переживания могут значительно увеличивать силу эмоциональных реакций каждого члена отряда;

– ситуации новизны. Потребность в новых впечатлениях велика у детей. Поэтому вожатый должен экспериментировать, вводить новые элементы в формы и методы работы, в общение с детьми, в оформление пространства лагеря, что создает благоприятный эмоциональный фон;

– ситуации успеха - неуспеха. Эти ситуации способны вызвать огромный диапазон эмоций - от эйфории, восторга до гнева или уныния. Настроение отряда зависит от того, насколько успешно он принимает участие в общелагерных мероприятиях или насколько удалось или не удалось дело, проводимое в самом отряде. Такие ситуации - проверка на сплоченность детского коллектива;

– ситуации неожиданности. Ситуация неожиданности - это своеобразная «эмоциональная атака». Добрый сюрприз - и на лице ребенка появилась улыбка.

Развитие детского самоуправления.

Организационная структура программы включает в себя деятельность детского самоуправления и добровольчества. Самоуправление развивается тогда, когда дети оказываются в ситуации выбора решения поставленной проблемы. Именно принятие решения является ключевым для формирования мотива группового действия. Самоуправление в лагере развивается практически во всех видах деятельности временного детского коллектива. В зависимости от тематики каждой смены – модель детского самоуправления включена в игровой словарь.

Детское самоуправление строится на трех взаимосвязанных между собой понятиях: «деятельность», «самодеятельность» и «самоорганизация». Самоуправление в лагере складывается из деятельности временных и постоянных органов. К временным органам самоуправления относятся: деятельность дежурного отряда, работа творческих и инициативных групп, работа советов дела.

Постоянно действующие органы включают в себя:

- Совет командиров (собирается один раз в день) участвует в организации тематических дней, принимает решения о корректировке программы, выборах экспертного совета;
- Пресс – центр отвечает за информационное обеспечение, сбор информации о смене, оформляет стенд, выпускает газету, работает с внешними информационными службами и отделами;
- Совет физоргов координирует оздоровительную деятельность, организует спортивные соревнования, утренние зарядки;
- Экспертный совет - организует тематические дни и оценивает реализацию проектов. Следит за системой стимулирования и отражением результатов на стенде.

Образовательная деятельность

Образовательная деятельность программы «Школа социального успеха» представлена в механизме реализации:

- реализация курса «Школа безопасности»;

(краткосрочная программа 1 час в день, 18 часов в смену)

Актуальность: знания, полученные в результате освоения программы, обучающиеся способны применять в жизненных ситуациях чрезвычайного характера.

Новизна: привлечение преподаванию курса «Школа безопасности» привлеченных специалистов.

Особенность: занятия с элементами экскурсий проходят на базе МЧС, Пожарной части № 25, ДОСААФ

Тематическое планирование курса «Школа безопасности»

(18 часов в смену, 1 час в день)

<i>№ П/п</i>	<i>Наименование тем и разделов</i>	<i>Кол-во часов (Теория)</i>
1	Безопасная дорога	8,5
1.1.	Личное и групповое снаряжение	1
1.2.	Укладка рюкзака. Установка палатки.	1
1.3.	Костры, их типы. Правила разведения костра. Костровое хозяйство.	1
1.4.	Питание в походе. Приготовление пищи.	1
1.5.	Узлы, отработка техники.	1
1.6.	Параллельная переправа.	1
1.7.	Навесная переправа	0,5
1.8.	Спуск – подъем.	0,5
1.9.	Правила движения в походе.	0,5
1.10.	Дорога, её элементы и правила поведения на дороге.	0,5
1.11.	Изучение района путешествий.	0,5
2	Ориентирование на местности.	2,5
2.1.	Топографическая карта. Условные знаки.	0,5
2.2.	Ориентирование по горизонту. Азимут.	0,5
2.3.	Компас. Работа с компасом.	0,5
2.4.	Измерение расстояний.	0,5
2.5.	Способы ориентирования	0,5
3	Начальная медицинская подготовка	2
3.1.	Личная гигиена, профилактика различных	0,5

	заболеваний	
3.2.	Походная медицинская	0,5
3.3.	Оказание первой доврачебной помощи	0,5
3.4.	Приемы транспортировки пострадавшего	0,5
4	Пожарное дело	2,5
4.1.	Средства индивидуальной защиты спасателя	0,5
4.2.	Специальная транспортная техника спасателей	0,5
4.3.	Техника связи и оповещения	0,5
4.4.	Способы эвакуации пострадавшего из опасной зоны	0,5
4.5.	Работа со средствами связи и сигналы	0,5
5	Действия в экстремальных ситуациях	2,5
5.1.	Окружающая среда и опасности повседневной жизни	0,5
5.2.	Стихийные бедствия, аварии, катастрофы. Защита от них	0,5
5.3.	Действия в аварийных ситуациях.	0,5
5.4.	Выживание в условиях автономного существования	0,5
5.5.	Основы безопасного проведения спасательных работ	0,5
	ИТОГО за период обучения	18

Содержание программы

1. Безопасная дорога

1.1. Личное и групповое снаряжение

Требования к туристскому снаряжению: прочность, лёгкость, безопасность и удобство в эксплуатации, гигиеничность, эстетичность. Перечень личного снаряжения. Типы рюкзаков, спальных мешков, их преимущества и недостатки. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Уход за снаряжением.

Перечень группового снаряжения. Типы палаток и их назначение, преимущества и недостатки. Уход за групповым снаряжением.

Практическое занятие. Составление списков личного и группового снаряжения для походов. Ознакомление с имеющимся туристским снаряжением. Уход за снаряжением.

Знать: требования к туристскому снаряжению; перечень личного и группового снаряжения; порядок ухода за снаряжением.

Уметь: составить перечень личного и группового снаряжения для однодневного и многодневного походов.

1.2. Укладка рюкзака. Установка палатки.

Практическое занятие. Правила размещения предметов в рюкзаке. Обеспечение влагонепроницаемости рюкзака. Отработка навыков по укладке рюкзака. Подгонка снаряжения.

Уметь: правильно разместить вещи в рюкзаке; обеспечить влагонепроницаемость рюкзака; подогнать снаряжение.

Практическое занятие на местности. Установка палатки. Размещение в ней вещей. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Разборка и упаковка палаток.

Знать: порядок установки палаток различных типов; правила поведения в палатке.

Уметь: правильно установить палатку и разместить в ней вещи; предохранить палатку от промокания.

1.3. Костры, их типы. Правила разведения костра. Костровое хозяйство.

Различные типы костров и их назначение. Требования к выбору места для костра. Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания. Разведение костра в сырую погоду. МБ при заготовке дров и при обращении с огнём. Требования по уборке места для костра перед уходом группы.

Костровые приспособления. Варочная посуда. Способы подвески котлов. Кухонные принадлежности. Походные топоры и пилы. Требования к топорам и пилам, порядок их упаковки и транспортировки. МБ.

Практическое занятие. Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

Знать: основные типы костров и их назначение; правила разведения костра в сырую погоду; костровое хозяйство; МБ при заготовке дров и при обращении с огнем.

Уметь: выбрать место для костра; заготовить дрова; разводить костры в любых условиях погоды; подвесить котлы для приготовления пищи.

3.10. Сушка и ремонт снаряжения. Ремонтный набор.

Способы сушки снаряжения. Подготовка и ремонт снаряжения. Уход за снаряжением. Меры безопасности при сушке снаряжения.

Состав и назначение ремонтного набора.

Практическое занятие. Формирование ремонтного набора. Освоение правил работы с инструментом и ремонта снаряжения.

Знать: способы сушки снаряжения; меры безопасности при сушке снаряжения; состав ремонтного набора.

Уметь: просушить своё снаряжение, исключив его порчу; составить перечень ремнабора; производить ремонт снаряжения.

1.4. Питание в походе. Приготовление пищи.

Значение, режим и особенности питания в многодневном походе. Набор продуктов для приготовления пищи на костре и для перекуса. Нормы продуктов на человека. Понятие о меню-раскладке. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Особенности приготовления пищи на костре. Нормы закладки продуктов в котёл. Организация питания в многодневном походе.

Практическое занятие. Составление меню, списка продуктов на день, на весь поход. Закупка, фасовка, упаковка продуктов.

Знать: основные требования к продуктам, используемым в походе; правила хранения продуктов в походе; принцип составления меню и списка продуктов.

Уметь: составлять меню и список продуктов; фасовать и упаковывать продукты; готовить на костре каши и супы из концентратов.

1.5. Узлы, отработка техники.

Узлы, применяемые в туризме. Деление узлов на группы по назначению:

1. Для связывания веревок одинакового диаметра (прямой, рифовый, встречный, ткацкий).

2. Для связывания веревок разного диаметра (академический, шкотовый, брамшкотовый).
3. Для крепления веревки к опоре (удавка, восьмерка через карабин, штык с количеством шлагов не менее трех, беседочный, булинь, стремя, проводник, проводник-восьмерка).
4. Узлы для страховки и само страховки (проводник, проводник-восьмерка, схватывающий всех модификаций).

Практические занятия по отработке навыков вязки узлов.

Знать: деление узлов на группы по назначению.

Уметь: вязать узлы: прямой, рифовый, встречный, ткацкий, академический, шкотовый, брамшкотовый, удавка, стремя, проводник, проводник-восьмерка, булинь.

1.6. – 1.8. Техника безопасности при преодолении этапов технической полосы. (паралелька, навесна, спуск- подъем).

Требования к снаряжению. Проверка исправности личного снаряжения. Само страховка.

Техника преодоления этапов технической полосы. Индивидуальная работа. Командная работа. Наведение этапов

1.9. Правила движения в походе.

Практическое занятие. Отработка порядка построения. Проверка снаряжения, веса рюкзаков. Распределение участников в колонне (цепочке) по должностям, физическому состоянию, полу и т. д. Дистанция между участниками. Отработка походного туристского шага; темп и ритмичность движения. Хронометраж времени при движении группы. Отработка действий на первом (техническом) привале.

Уметь: соблюдать своё место в колонне при движении группы, дистанцию, меры безопасности; поддерживать заданный темп и ритм

движения; выполнять обязанности по должности, занимаемой в данном походе.

1.10. Дорога, её элементы и правила поведения на дороге.

Дороги и их элементы. Проезжая часть. Разделительная полоса. Полоса движения.

Тротуар. Прилегающие территории. Перекрестки.

Границы перекрестков. Пересечение проезжих частей на перекрестках. Населенные пункты.

ПДД для пешеходов – правосторонне движение, правила перехода дороги, места перехода проезжей части дороги. Обход стоящего транспорта у обочины. Движение пеших групп и колонн. Регулируемые и нерегулируемые перекрестки. Средства регулирования движения. Знаки.

1.11. Изучение района путешествия.

Практические занятия. Выбор и изучение района похода. Знакомство по литературным и иным источникам с климатом, рельефом, гидрографией, растительностью, границей района путешествия. Транспортные пути, проезд к начальной и от конечной точек маршрута.

История, памятные события, произошедшие на территории района путешествия. Население, известные люди. Наличие экскурсионных объектов и учет времени на их посещение. Возможности пополнения продуктов, наличие узлов связи, лечебных учреждений на маршруте. Подготовка писем в адрес образовательных учреждений (школ, домов детского творчества и др.) с запросами по уточнению сведений о районе похода и возможности остановки (ночлега) во время похода.

Знакомство с отчетами туристских групп, беседы с опытными туристами, совершившими поход в данном районе.

Знать: порядок изучения района путешествия.

Уметь: производить сбор краеведческих сведений о районе похода.

2. Ориентирование на местности.

2.1. Топографическая карта. Условные знаки.

Определение топографии и топографических карт. Значение топокарт для туристов. Содержание топографической карты (условные знаки, масштаб, рамка, координатная сетка, возраст). Понятие о генерализации. Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Знать: содержание топокарты и её значение для туристов.

5.2. Масштаб, работа с масштабом. Измерение расстояний на карте.

Масштаб. Определение, виды масштабов: численный, именованный, линейный. Стандарты численных масштабов. Работа с численным и линейным масштабами. Порядок и способы измерения расстояний на карте.

Практическое занятие. Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба и измерению расстояний на карте.

Знать: виды масштабов; порядок и способы измерения расстояний на карте.

Уметь: работать с масштабами.

5.3. Условные знаки топокарт.

Назначение и свойства условных знаков. Виды топографических условных знаков и их общие свойства. Масштабные и внесматбные топонимы и их характеристика. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Деление топонимов по группам.

Практическое занятие. Изучение топонимов по группам (дороги и дорожные сооружения; населенные пункты, строения; гидрография; растительность; рельеф; пояснительные). Топографические диктанты, упражнения на запоминания знаков, игры, мини соревнования.

Знать: виды и деление топонимов по группам.

Уметь: читать и определять значение топонимов.

2.2 . Ориентирование по горизонту. Азимут.

Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо (“Роза направлений”).

Понятие об азимуте. Азимут истинный (географический) магнитный. Порядок определения истинного азимута по карте и его отличие от простого угла (чертеж). Измерение азимута транспортиром, компасом. Магнитное склонение.

Практическое занятие. Измерение и построение углов (направлений по карте). Азимутальный тренировочный треугольник. Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное измерение азимутов на карте (транспортиром).

Знать: основные направления на стороны горизонта; понятие об азимуте.

Уметь: измерить и построить азимут.

2.3. Компас. Типы компасов и правила работы с ними.

Что такое компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова и спортивного жидкостного компаса. Правила обращения с ними. Четыре

действия с компасом. Визирование и визирный луг. Ориентир. Что может служить ориентиром.

Практическое занятие. Ориентирование карты по компасу. Определение сторон горизонта и градусное значение дополнительных направлений. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка).

Знать: устройство компасов и правила обращения с ними; четыре действия с компасом; что может служить ориентирами.

Уметь: обращаться с компасом; выполнять четыре действия с компасом.

2.4. Определение расстояний.

Способы измерения расстояний на местности: шагами, глазомерным способом, по времени движения, по слышимости звуков, с помощью спички и т. д.

Практическое занятие. Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, определению ширины реки, оврага. Тренировка глазомера. Измерение расстояния по затраченному времени.

Знать: способы измерения расстояний на местности.

Уметь: измерять расстояния на местности различными способами, в т. ч. и до недоступного предмета.

2.5. Способы ориентирования.

Понятие ориентирования на местности. Способы ориентирования. Виды ориентиров: линейные, точечные, звуковой ориентир, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте. Оценка скорости движения.

Ориентирование с помощью карты, с компасом и без него. Ориентирование по местным предметам, созданным природой и людьми, по растительности. Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды.

Причины, приводящие к потере ориентировки. Действия в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной, параллельной ситуации на карте, попытка найти опорные ориентиры и подтвердить свои предположения. Необходимость выхода на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование троп, идущих в нужном направлении, движение по генеральному азимуту. Движение вдоль ручьев, рек, выход к жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

Поведение членов группы, необходимость жесткой дисциплины и отсутствия паники. Действия отдельного члена группы в случае потери им ориентировки.

Практические занятия. Занятия по практическому прохождению мини-марш-рута. Упражнения по определению азимута на предмет (ориентир). Движение по заданному азимуту, обход препятствий. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точек стояния на топокарте. Имитация ситуации потери ориентировки.

Знать: понятие ориентирования и способы ориентирования; действия в случае потери ориентировки.

Уметь: ориентироваться на местности, определить ориентиры движения, точку стояния на карте, сохранять общее направление движения; действовать в случае потери ориентировки.

3. Начальная медицинская подготовка.

3.1. Личная гигиена. Профилактика заболеваний.

Личная гигиена при занятиях туризмом. Гигиена тела, одежды и обуви. Закаливание организма - основное средство повышения сопротивляемости простудным заболеваниям. Водные процедуры: умывание, обтирание, парная баня, душ, купание. Закаливание воздухом, солнцем. Значение систематических занятий физкультурой и спортом для укрепления здоровья.

Вредные привычки: курение, употребление спиртных напитков и их влияние на организм человека.

Меры по профилактике характерных для пешеходного туризма заболеваний. Особенности посещения районов с различными инфекционными заболеваниями (клещевой энцефалит, вирусный гепатит, туляремия и др.). Общий, местный и точечный массаж при утомлении, простудных заболеваниях, мышечных болях.

Практическое занятие. Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов. Применение средств личной гигиены на тренировках и в походах. Освоение приёмов массажа.

Знать: гигиенические требования при занятиях туризмом; сущность и способы закаливания; меры профилактики заболеваний.

Уметь: ухаживать за телом, одеждой и обувью; выполнить комплекс упражнений утренней зарядки; основные приёмы массажа.

3.2. Походная медицинская аптечка.

Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств. Показания и противопоказания к применению лекарственных препаратов. Хранение, транспортировка, пополнение походной аптечки. Индивидуальная аптечка туриста. Лекарственные растения.

Практическое занятие. Формирование походной аптечки. Знакомство с лекарственными препаратами и их использование.

Знать: состав походной аптечки, назначение и дозировку препаратов; правила хранения и транспортировки аптечки.

Уметь: сформировать аптечку, упаковать препараты, обеспечив их сохранность; правильно применять и использовать препараты.

3.3. Основные приёмы по оказанию первой доврачебной помощи.

Предупреждение и лечение респираторных и простудных заболеваний, ангины, обморока. Помощь при тепловом и солнечном ударе, пищевых отравлениях, желудочных заболеваниях. Профилактика отравлений и желудочно-кишечных заболеваний. Подбор, хранение продуктов, питьевой воды. Обеззараживание воды. Мытьё рук, посуды.

Ожоги. Отморожения. Как их избежать. Первая доврачебная помощь. Порезы и раны. Нагноения. Обработка ран, наложение жгута, ватно-марлевой повязки, способы перевязывания ран. Остановка кровотечения. Оказание первой помощи при получении порезов, ран, при нагноениях.

Практическое занятие. Освоение способов перевязывания ран, наложения жгута. Обработка ран. Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему при пищевых отравлениях.

Ушибы. Растяжения. Вывихи. Переломы. Признаки. Правила оказания первой доврачебной помощи. Порядок наложения шин из подручных предметов. Правила снятия одежды.

Потертости, мозоли. Опрелости. Меры по предотвращению потертостей, мозолей, опрелостей. Оказание помощи. Заболевания, связанные с укусами клещей, змей. Первая помощь.

Оказание помощи при поражении молнией, электрическим током, утопающему. Искусственное дыхание.

Практическое занятие. Отработка правил наложения шин. Отработка выполнения приёмов искусственного дыхания.

Знать: правила оказания первой доврачебной помощи при рассмотренных заболеваниях и травмах. Профилактика пищевых отравлений, потертостей, мозолей. Признаки ушибов, растяжений, вывихов, переломов.

Уметь: определить травму или поставить диагноз; оказать первую доврачебную помощь; произвести остановку кровотечения, наложение шин, искусственное дыхание.

3.4. Приёмы транспортировки пострадавшего.

Зависимость способа транспортировки пострадавшего от характера и места повреждения, состояния, количества оказывающих помощь. Способы транспортировки пострадавшего. Обездвиживание пострадавшего подручными средствами. Положение пострадавшего при транспортировке. Порядок изготовления носилок из шестов.

Знать: способы транспортировки пострадавшего; порядок изготовления носилок и положение пострадавшего при транспортировке.

Уметь: выбрать способ транспортировки пострадавшего.

Практическое занятие. Разучивание различных способов транспортировки и обездвиживания пострадавшего; изготовление носилок и волокуш.

Уметь: изготавливать транспортировочные средства и правильно транспортировать пострадавшего.

4. Пожарное дело

4.1. Средства индивидуальной защиты спасателя.

4.2. Специальная транспортная техника спасателей.

4.3. Техника связи и оповещения.

Техника связи и оповещения. Использование мобильной связи, радиостанций, систем ГЛОНАСС

4.4. Способы эвакуации пострадавшего из опасной зоны.

Разработка предварительных планов реагирования подразделений ПСС на ЧС.

Закрепление должностных обязанностей за личным составом.

Исполнительская дисциплина, контроль за соблюдением мер безопасности командирами и начальниками.

Контроль за обстановкой и динамикой развития потенциально опасных факторов.

Создание спокойной рабочей обстановки: удаление посторонних лиц с места работы спасателей, отсутствие лишних разговоров и громких криков, подача команд голосом без крика, исполнение команды только при четком ее понимании, получение подтверждения правильности принятой команды заранее обусловленными жестами и сигналами при работе в условиях плохой слышимости или при других обстоятельствах.

4.5. Работа со средствами связи и сигналы

Назначение связи.

Организация связи и схема обеспечения связью ПОР. Альтернативная связь.

Порядок радиообмена. Основные типы радиостанций, их характеристика и требования эксплуатации.

Сигналы бедствия и помощи, их подача.

Практические занятия

Занятия на средствах связи.

5. Действия в экстремальных ситуациях

5.1. Окружающая среда и опасности повседневной жизни.

Понятия об опасных и вредных факторах окружающей среды. Источники опасных и вредных факторов на улице, дома, в природе.

Пожары в жилых помещениях, причины их возникновения. Опасные факторы горения. Особенности горения синтетических материалов. Способы прекращения горения веществ и материалов. подручные (первичные) средства пожаротушения и порядок их применения. Правила поведения и действия при возникновении загораний и пожара. Меры предохранения от получения ожогов, отравлений газом и дымом. Оказание первой помощи пострадавшим при пожаре.

Опасности электробытовых приборов. Действие электрического тока на организм человека. Факторы, влияющие на исход электротравмы. Электробезопасность при пользовании электроэнергией в бытовых помещениях. Меры по электробезопасности при нахождении вне помещений. Первая помощь пострадавшему от электрического тока.

Средства бытовой химии и меры предосторожности при их использовании. Первая помощь при отравлениях и ожогах средствами бытовой химии.

Правила поведения в общении с природой и животным миром. Опасные явления природы, возникновение и последствия. Меры предосторожности во время грозы. Ядовитые растения, опасные животные и насекомые. Первая помощь при отравлении, укусе змеи, насекомого. Правила безопасного поведения на воде. Правила обращения с огнем в лесу.

Практические занятия

Применение подручных средств пожаротушения, практика пользования техническими средствами пожаротушения, профилактика и оказание помощи при поражении электротоком, оказание помощи при отравлениях, оказание первой помощи утопающему.

5.2. Стихийные бедствия, аварии, катастрофы и способы защиты от их последствий.

Краткая характеристика наиболее опасных стихийных бедствий для данной местности. Первичные и вторичные опасные факторы стихийных бедствий. Оповещение и информирование населения об опасностях стихийного бедствия. Сигнал «Внимание всем!». Правила поведения и действия при стихийных бедствиях. Способы защиты от последствий стихийных бедствий.

Аварии и катастрофы на промышленных предприятиях, транспорте и их возможные последствия (химическое заражение, радиационное загрязнение, пожары, взрывы). Потенциальные опасности аварий и катастроф местных предприятий и их влияние на здоровье человека. Оповещение и информирование населения о грозящей опасности произошедших аварий и катастроф. Основные способы защиты от опасных факторов аварий и катастроф. Простейшие средства защиты органов дыхания и правила пользования ими. Практическая отработка способов защиты от стихийных бедствий. Отработка приемов надевания и снятия средств личной защиты.

5.3. Действия в аварийных ситуациях.

Основные причины возникновения аварийных ситуаций (слабая дисциплина, изменение состава группы, маршрута, недостаток снаряжения, неправильная техника и тактика преодоления естественных препятствий, слабая подготовленность группы и т.д.).

Разбор и анализ несчастных случаев в туризме.

Проверка туристских групп перед выходом в поход. Проверка схоженности группы и умение руководителя принять правильное решение, знание маршрута всеми участниками группы, техническая, тактическая, физическая и морально-волевая подготовка участников группы.

Соответствие снаряжения и набора продуктов питания реальной сложности предстоящего маршрута. Адаптация в туризме и ее особенности применительно к видам туризма.

Психологическая совместимость людей в туристской группе и ее значение для безопасности похода. Личный пример, авторитет руководителя. Условия, при которых проявляется несовместимость. Сознательная дисциплина — важнейший фактор успеха похода. Руководство и лидерство. Экстремальные ситуации в походе. Психология малых групп. Отношения, складывающиеся в группе. Факторы устойчивости группы.

Практические занятия

Разбор конкретных аварийных ситуаций в туризме, воспитание сознательной дисциплины, активное участие в подготовке похода. Психологический тренинг. Подготовка снаряжения к походам.

5.4. Выживание в условиях автономного существования.

Понятие об автономном существовании человека. Факторы выживания в условиях автономного существования. Роль эмоционально-волевой устойчивости человека в условиях автономного существования.

Обеспечение выживания в условиях вынужденной автономии природного характера. Подача сигналов бедствия. Ориентирование на местности. Подручные средства жизнеобеспечения. Питание в условиях автономного существования. Способы добычи огня и приготовление пищи без кухонной посуды. Водопотребление и водообеспечение.

Профилактика возможных заболеваний. Лекарственные растения и их использование. Само- и взаимопомощь при ранениях и ушибах, ожогах и тепловых ударах, пищевых отравлениях, укусах змей и насекомых.

Практическая отработка умений и навыков выживания в природных условиях.

5.5. Основы безопасного проведения спасательных работ.

Четкое руководство ПСР, единоначалие и строгая исполнительская дисциплина. Создание рабочей обстановки. Определение опасных и безопасных зон. Инструктаж руководителя работ о командах и сигналах. Установление наблюдения за возможными опасностями. Разведка и подготовка пути эвакуации пострадавших. Организация эвакуации пострадавших и контроль за их состоянием во время транспортировки.

Практические занятия

Подготовка мест проведения спасательных работ. Организация взаимодействия участников работ. Обеспечение страховки и самостраховки спасателей и пострадавших.

-реализация курса «Гвардейская школа».

(краткосрочная программа 1 час в день, занятия чередуются 1 час практические, 1 час теоретические)

Актуальность программы

В наше время в жизни большинства людей не хватает физической двигательной активности, здоровых привычек, положительных эмоций, в

том числе, радости общения и ощущения успеха. Это касается также детей и молодежи. Отсутствие увлечений, самореализации и успешности приводит к неуверенности в собственных силах, и, вслед за этим, к ухудшению самочувствия, эмоционального, психического и физического здоровья.

В жизни человека, в его организме всё должно быть сбалансировано; ему необходим вполне определенный объём физической и эмоциональной нагрузки, определенное количество разнообразных питательных веществ, информации, социального общения, определенное время для работы, творчества, сна и отдыха. Если человек получает слишком мало или, наоборот, слишком много нагрузки, информации, пищи или отдыха, тогда нарушается равновесие систем и расстраиваются их функции. Если нет равновесия – нет здоровья и благополучия. Очень важным фактором для здоровья и самочувствия любого человека является возможность его самореализации.

Занятия физической культурой и спортом, доармейская военная подготовка занятия в военно-патриотическом клубе – это путь становления здоровой и успешной творческой личности. У детей, активно занимающихся спортом и готовящихся к службе в армии, развиваются не только физическое, но и психическое здоровье, морально-нравственные качества личности, что, в свою очередь, способствует формированию гражданско-патриотических взглядов и профилактике различных вредных привычек.

Новизна программы состоит в том, что она соединяет в себе занятия по комплексной до армейской подготовке, а также медицинскую, физическую подготовку. Таким образом, программа имеет не только военно-патриотическую, но и оздоровительную, реабилитационную направленность.

Тематический план к программе «Гвардейская школа»

	Темы разделов	Количество часов
	Основы подготовки к военной службе	4,5ч
1	Правовые основы военной службы	0,5
2	История Российской армии	0,5
3	Роль армии в обществе. Особенности развития военной организации государства в современных условиях.	0,5
4	Виды Вооруженных сил РФ и рода войск.	0,5
5	Военная присяга – клятва война на верность Родины – России.	0,5
6	Прохождения военной службы по призыву и по контракту	0,5
7	Патриотизм и верность воинскому долгу-качества защитника Отечества.	0,5
8	Дружба и войсковое товарищество-основы боевой готовности частей и подразделений.	0,5
9	Офицерский корпус ВС РФ, его традиции и современный состав. Как стать офицером?	0,5
10	Караульная служба.	1
	Уставы Вооружённых сил РФ	3 ч
1	Общевойсковые уставы	0,5
2	Уставы внутренней службы ВС РФ	0,5
3	Боевой устав.	0,5
4	Строевой устав	0,5
5	Устав гарнизонной и караульной служб Вооружённых Сил РФ.	0,5
6	Дисциплинарный Устав Вооружённых Сил РФ.	0,5
	Тактико-специальная подготовка	7 ч
1	Действия солдата на поле боя (тактика)	0,5
2	Теория и методика рукопашного боя	0,5
3	Элементы строя, виды строя	0,5
4	Индивидуальная строевая подготовка	0,5
5	Строевая подготовка в составе отделения	0,5
6	Строевые приемы и движения без оружия	0,5
7	Тактика ведения боя разведгруппы	0,5
8	Отработка действий подразделения	0,5
9	Ориентирование на местности	1
10	Военная топография	0,5
11	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	1
12	Безопасность при использовании оружия массового оружия.	0,5
	Огневая подготовка	3,5ч
1	История возникновения оружия	0,5
2	История создания отечественного оружия	0,5

3	Изучение систем огнестрельного оружия	0,5
4	Основы стрельбы	0,5
5	Меры безопасности при проведении стрельб и метании гранаты	0,5
6	Современное стрелковое оружие	0,5
7	Тактико-технические характеристики автомата Калашникова	0,5
	ИТОГО:	18 часов

План практических занятий к программе «Гвардейская школа»

	Темы разделов	Количество часов
	Общая физическая подготовка	3 ч
1	Развитие выносливости (кроссы, бег на лыжах)	1
2	Развитие силы (тренажерный зал)	1
3	Занятия на полосе препятствий	1
	Армейский рукопашный бой	5 ч
1	Техника защиты	1
2	Техника ударов руками	1
3	Техника ударов ногами	1
4	Техника падений и самостраховки	1
5	Техника борьбы	1
	Строевая подготовка	2 ч
1	Индивидуальная строевая подготовка	0,5
2	Строевая подготовка в составе отделения	0,5
3	Строевые приемы и движения без оружия	0,5
4	Строевые приемы и движения с оружием	0,5
	Огневая подготовка	4ч
1	Сборка и разборка автомата Калашникова	1
2	Приемы стрельбы из карабина	1
3	Приемы стрельбы из автомата	0,5
4	Стрельба из пневматической винтовки	1
5	Метание гранаты	0,5
	Занятия по ОЗК	4ч
	Упражнение по одеванию противогаза	0,5
	Упражнение по одеванию защитного костюма	0,5
	Ориентирование на местности	2ч
	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	1ч
	ИТОГО:	18 часов

Содержание программы.

Основы подготовки к военной службе

История Российской армии:

Куликовская битва: условия, ход, примеры мужества и воинской доблести, значение.

Походы А.В. Суворова: личность Суворова, его победы, «Наука побеждать». *Отечественная война 1812 г.*: причины, ход, роль М.И. Кутузова и народа.

Великая Отечественная война 1941-1945 гг.: причины, ход, примеры массового героизма, значение.

Вооружение Российских Вооружённых сил:

Сухопутные войска. Военно-морской флот. Военно-воздушные силы. Сухопутные войска. Ракетные войска стратегического назначения: история, ракетные армии и входящие в них дивизии.

Космические войска: первые части космического назначения, главное управление космических средств

Уставы Вооружённых сил РФ

Общевойсковые уставы: содержание Строевого устава, Устава гарнизонной и караульной службы, Дисциплинарного устава.

Устав внутренней службы ВС РФ: общие положения, военнослужащие и взаимоотношения между ними, общие должностные и специальные обязанности военнослужащих.

Уставы гарнизонной и караульной службы: общие положения, организация и несение гарнизонной службы, организация и несение караульной службы.

Боевой устав мотострелковых войск: действия солдат и подразделений в бою.

Строевая подготовка.

Элементы строя, виды строя: строи и управление ими.

Индивидуальная строевая подготовка: одиночная строевая подготовка (общие положения), повороты на месте и в движении, движение строевым шагом, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него, отдавание воинского приветствия на месте и в движении.

Строевая подготовка в составе отделения: общие положения строевой подготовки в составе отделения, повороты на месте и в движении, движение строевым шагом, размыкание и смыкание, отдавание воинского приветствия командиру, исполнение строевой песни.

Строевые приёмы и движения без оружия: движение строевым шагом, движение бегом, изменение скорости движения, выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно».

Строи отделения, взвода и роты в пешем порядке: Строи взвода, развёрнутый и походный строй.

Строевая подготовка в составе отделения: повороты на месте и в движении, движение строевым шагом, размыкание и смыкание, отдавание воинского приветствия командиру.

Строевые приёмы с оружием: строевая стойка с оружием, повороты и движения с оружием. Выполнение команд «Ложись», «К бою», «Встать».

Прохождение торжественным маршем: прохождение торжественным маршем с исполнением строевой песни, строевые тренировки.

Огневая подготовка.

Меры безопасности при стрельбе.

Пневматическое оружие: Боевые свойства и устройство пневматического оружия. Стрельба из положения, стоя, лежа и с колена из пневматического оружия.

Меры безопасности при стрельбе: Техника безопасности при стрельбе из пневматической винтовки.

Пневматическое оружие: Боевые свойства и устройство пневматического оружия.

Изготовка к стрельбе и стрельба из ПВ: стрельба из положения, стоя, лежа и с колена из пневматического оружия.

Автомат Калашникова: назначение, боевые свойства, устройство и принцип действия, приемы стрельбы.

Разборка и сборка АК-74: неполная разборка, снаряжение магазина, сборка разборка автомата АК-74.

Ручные осколочные гранаты: назначение, боевые свойства, устройство и принцип действия.

Способы метания гранат: приемы и правила метания, из положения стоя и лёжа.

Топография и ориентирование

Ориентирование на местности: ориентирование на местности без карты, сущность ориентирования, определение направлений на стороны горизонта по компасу, небесным светилам, признакам местных предметов.

Топографическая карты.

Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и зарамочное оформление. Генерализация карты. Условные знаки топографических карт.

Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты.
Условные знаки спортивной карты: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть, сооружения, растительный покров, местные предметы.

Изображение рельефа на топографической и спортивной картах.

Практические занятия

Определение масштаба карты. Изучение форм рельефа на карте и на местности. «Путешествие» по карте.

Упражнения на запоминание условных знаков.

Ориентирование: компас, его устройство, правила обращения.
Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры.

Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Действия при потере ориентировки.

Практические занятия

Ориентирование по местным предметам. Определение азимута по карте.
Определение азимута по ориентиру. Прохождение азимутальных отрезков.
Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

Тактико-специальная подготовка

Действия солдата в бою: способность передвижения на поле боя, выбор места для стрельбы и наблюдения, изготовление окопа, оборона и наступление.

Действия солдата в бою: способность передвижения на поле боя, выбор места для стрельбы и наблюдения, изготовление окопа, оборона и наступление.

Установка и обнаружение мин: устройство, принцип действия, их установка и обнаружение.

Основные приемы оказания первой доврачебной помощи

Медицинская аптечка. Ее комплектование, хранение, транспортировка.
Перечень и назначение лекарственных препаратов. Личная аптечка туриста.

Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных травмах (переломы, кровотечения), тепловом и солнечном ударе, ожогах, укусах насекомых и пресмыкающихся.

Правила переноски пострадавшего.

Практические занятия

Комплектование медицинской аптечки.

Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему: определение травмы, практическое оказание помощи. Переноска пострадавшего

Защита от оружия массового поражения

Фильтрующий противогаз: назначение, устройство, принцип действия и применение, подгонка и подготовка к работе.

Общевойсковой защитный комплект: назначение, состав и применение.
Правильность и последовательность одевание ОЗК, надевание ОЗК на время.

Общая физическая подготовка.

Преодоление препятствий: разучивание передвижений в узких проходах, в проходах лабиринта.

Бег по пересечённой местности: кросс 1000м, кросс 3000м, кросс с препятствиями.

Ходьба на лыжах 1000, 5000 метров.

Упражнение: вис на перекладине, сгибания и разгибание рук в упоре лежа, на пресс.

Преодоление полосы препятствий.

Армейский рукопашный бой

освобождение от захвата, защита от ударов штыком, ножом., удары руками: прямые, боковые, снизу, болевые и удушающие приёмы, броски

Топография и ориентирование

Топографическая и спортивная карты. Измерение расстояний.

Топографическая и спортивная карты. Их отличия. Условные знаки топографической и спортивной карты. Изображение рельефа на топографической и спортивной карте. Влияние рельефа на выбор пути движения.

Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, обычной нитки. Глазомерный способ определения расстояний. Необходимость постоянной тренировки глазомера. Определение расстояния шагами. Определение пройденного расстояния по времени движения.

Практические занятия

Упражнения на запоминание условных знаков.

Измерение расстояний на карте с помощью линейки, курвиметра, нитки.

Измерение длины шага, перевод числа шагов в метры.

Ориентирование

Ориентирование компаса и карты. Снятие азимута с карты. Определение азимута на предмет. Движение по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры.

Соревнования по спортивному ориентированию. Правила соревнований.

Практические занятия

Движение по азимуту по пересеченной местности.

Упражнения в различных видах спортивного ориентирования.

Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

Реализацию программы «Школа социального успеха» предполагается осуществить на основе следующих принципов:

- гуманистических начал, многообразия и вариантности форм организации жизнедеятельности и образования детей;
- непрерывность образования и воспитания;
- воспитывающего обучения;
- приоритета интересов каждого обучающегося и учета его интеллектуальных и психофизиологических личностных особенностей;
- обеспечение подростку комфортной эмоциональной среды – «ситуация успеха» и развивающего общения.

Отличие данной программы заключается в том, что она направлена на реализацию широкого спектра направлений деятельности (общая и специальная физическая подготовка, основы выживания, ориентирование, стрелковая подготовка, основы медицинских знаний, правила дорожного движения, основы рукопашного боя и др.), объединенных общей целью и задачами.

- мероприятия, приуроченные к государственным и национальным праздникам России в 2020 году, памятным датам и событиям российской истории и культуры;
- реализация Проекта «Летняя школа – занимательные каникулы!» (выездные занятия педагогов дополнительного образования учреждений города Касимова по технической направленности, социально-педагогической направленности, военно-патриотической, физкультурно-спортивной направленности. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Условия реализации программы

Кадровое обеспечение программы

Педагогический коллектив – старший воспитатель, воспитатели, вожатые, педагоги дополнительного образования, инструктор по физической культуре, педагоги дополнительного образования города Касимов, привлеченные специалисты МЧС, Полиции, Росгвардии. Психолого-педагогическое сопровождение воспитанников ДООЦ «Ласточка» специалистами центр «Доверие».

Ожидаемые результаты

1. Качественное эффект оздоровления в ДООЦ «Ласточка».
2. Создание оптимальных условий для развития и самореализации детей и подростков;
2. Успешная реализация курса «Школа безопасности», «Гвардейская школа».
3. Уменьшение количества подростков, состоящих на различных видах учета.
4. Обеспечение непрерывности процесса обучения и воспитания; расширение информационного поля и возможность применения практических навыков полученных в ходе теоретических и практических занятий.
5. Обеспечение безопасности жизни и здоровья детей и подростков, закрепление ими навыков безопасного поведения и здорового образа жизни.
6. Воспитание толерантных отношений, упрочение атмосферы доверия и чувства защищенности перед невзгодами жизни, обретение уверенности в своих силах.
7. Формирование позитивных жизненных ценностей.

Использование представленных в Программе форм работы послужит созданию условий для самореализации способностей и задатков детей и подростков, формированию позитивного отношения к здоровому образу жизни, выбору будущей профессии.