Утверждена

И. о. директора МКУ города Костромы «Центр гражданской защиты города Костромы» С. А. Ведровым

19 августа 2016 г.

**Дополнительная образовательная общеразвивающая программа**

**«Юный спасатель»**

**г. Кострома**

**I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Настоящая программа предназначена для специализированного обучения детей в возрасте 10-13 лет в школе «Юный спасатель» на базе курсов гражданской защиты МКУ «Центр гражданской защиты города Костромы». Программа рассчитана на 6 месяцев обучения, в объеме 122 часов учебных занятий.

Она предназначена для подготовки обучаемых к действиям в экстремальных ситуациях, приобретения практических навыков и умений учащихся в вопросах проведения спасательных работ и оказания первой помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

Программа составлена с учетом требований Федеральных законов «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей», и «О гражданской обороне», а также в соответствии с приказами и директивами МЧС России.

В ходе обучения школьники должны изучить основные правовые документы в области защиты от чрезвычайных ситуаций и ведения аварийно-спасательных работ, приобрести знания о прохождении туристских и альпинистских маршрутов и навыки основ выживания в экстремальных условиях, изучить инструменты и приборы для ведения спасательных работ, средства защиты от поражающих факторов, способы оказания первой помощи, меры безопасности при ведении аварийно-спасательных работ, получить психологическую закалку.

По окончании подготовки школьники должны **ЗНАТЬ**:

основные положения по вопросам организации и ведения аварийно-спасательных работ (далее - АСР);

функции спасательной службы;

специфику аварий, катастроф и стихийных бедствий региона, их поражающие факторы и последствия;

принципы организации и порядок ведения АСР при различных чрезвычайных ситуациях (далее - ЧС);

способы поиска, извлечения и транспортировки пострадавших в различных условиях;

последствия применения современных видов оружия и специфику ведения АСР в этой ЧС;

основные схемы и элементы конструкций промышленных и жилых зданий и сооружений;

основные принципы устройства коммунально-энергетических сетей и возможные аварии на них;

основы применения специальных аварийно-спасательных средств, оборудования, приборов, инструментов, приспособлений;

приемы оказания первой помощи;

способы переноски и транспортировки пострадавших при различных переломах;

средства для оказания первой помощи;

способы страховки и самостраховки;

основы передвижения по различной местности;

основы выживания в различных климатических и природных условиях;

технику безопасности при выполнении АСР;

свои индивидуально-психологические особенности;

методы и приемы управления собственным состоянием;

особенности психологического воздействия обстановки на людей при ЧС;

**УМЕТЬ:**

применять и использовать спасательную технику, приборы, оборудование, СИЗ;

оказывать первую помощь пострадавшим;

работать с компасом и картой, ориентироваться на местности в любое время суток при различных погодных условиях;

контролировать свое морально-психологическое состояние при возникновении экстремальных ситуаций;

применять приемы управления своим состоянием.

**ИМЕТЬ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ:**

о законодательной базе по аварийно-спасательному делу;

об отечественном и зарубежном опыте ведения АСР в различных ЧС природного и техногенного характера;

о перспективах отечественных и зарубежных аварийно-спасательных средствах;

об основных направлениях совершенствования технологий АСР;

о природных явлениях региона;

об особенностях тушения пожаров различных категорий на различных объектах;

об основах психологических знаний и особенностях поведения человека в ЧС.

В программе изложены организация и методика обучения юных спасателей, расчет часов, наименование тем и содержание занятий по предметам обучения, учебная литература.

**II. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБУЧЕНИЯ**

1. Подготовка в школе «Юный спасатель» проводится с целью развития у подростков способности безопасного существования в условиях современного общества, умения ориентироваться и находить адекватные решения в сложных экстремальных ситуациях, а также с целью развития патриотизма и чувства гражданского долга.
2. Набирается 2 группы школьников по 15 человек.

Обучение проводится 3 раза в неделю по 2 учебных часа:

1 группа - понедельник, среда - с 15 до 17 часов;

2 группа - вторник, пятница - с 09.30 до 11.30 часов.

3. Содержание обучения определяется настоящей программой подготовки и расписанием занятий на месяц, директором МКУ «Центр гражданской защиты города Костромы». К проведению занятий привлекаются: преподавательский состав курсов гражданской защиты, руководитель аварийно-спасательного отряда (далее - АСО) и наиболее подготовленные спасатели не ниже 2 класса, специалисты отдела ГОЧС, а также преподаватели (специалисты) образовательных учреждений на договорной основе.

4. Основным методом проведения занятий с учащимися являются лекции и практические занятия.

Теоретический материал излагается путем рассказа или объяснения в объеме, необходимом для правильного и четкого выполнения обучаемыми практических приемов и действий.

5. Каждое занятие начинается с проверки степени усвоения пройденного материала. Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем в удобной для него форме. В целях наиболее эффективного использования учебного времени группа может делиться на подгруппы.

6. Особое внимание при обучении обращается на безопасность эксплуатации и обслуживания гидравлического и электрифицированного инструмента, работу в средствах индивидуальной защиты и применения специального снаряжения.

7. По окончании обучения учащиеся школы «Юный спасатель» сдают комплексный итоговый зачет. Положительно сдавшим зачет выдается удостоверение установленного образца.

**III. РАСЧЕТ ЧАСОВ НА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Предмет обучения (зачет)** | **Количество часов** |
| 1. | Медицинская подготовка | 18 |
| 2. | Организация и проведение спасательных работ | 28 |
| 3. | Основы работы со спасательным инструментом | 18 |
| 4. | Высотно-спасательная подготовка | 14 |
| 5. | Психологическая подготовка | 12 |
| 6. | Физическая подготовка | 16 |
| 7. | Туристская подготовка | 12 |
| 8. | Комплексный зачет | 4 |
| **ИТОГО:** | | **122** |

**IV. СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТОВ ОБУЧЕНИЯ:**

**1. Медицинская подготовка**

Тематический расчет часов:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Количество часов** | | |
| **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
| 1. | Основы оказания первой помощи пострадавшим | 2 | 1 | 1 |
| 2. | Первая помощь при ранениях | 2 | 1 | 1 |
| 3. | Первая помощь при термической травме | 1 | - | 1 |
| 4. | Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата | 2 | 1 | 1 |
| 5. | Терминальные состояния. Нарушения дыхательной и сердечно-сосудистой деятельности. | 2 | 1 | 1 |
| 6. | Первая помощь при потере сознания, черепно-мозговой травме | 2 | 1 | 1 |
| 7. | Первая помощь при несчастных случаях | 2 | 1 | 1 |
| 8. | Первая помощь при отравлениях, острых случаях наркомании и токсикомании, укусах змей, насекомых и собак | 2 | 1 | 1 |
| 9. | Первая помощь при шоковых состояниях и синдроме длительного сдавливания | 2 | 1 | 1 |
| 10. | Первая помощь при попадании инородных тел в организм человека | 1 | 1 | - |
| **ИТОГО:** | | 18 | 9 | 9 |

**Тема 1. Основы оказания первой помощипострадавшим**

*Занятие 1.*Теоретическое – 1 час. Основы анатомии и физиологии человека. Виды помощи. Первая помощь, основные понятия, принципы оказания. Средства оказания первой помощи и правила пользования ими. Правила обращения с пострадавшим (осмотр, перекладывание, транспортировка пострадавшего).

*Занятие 2.*Практическое – 1 час. Методы определения пульса, сердечного толчка, дыхания. Способы транспортировки пострадавшего, придание пострадавшему устойчивого бокового положения. Использование подручных средств для транспортировки пострадавшего.

**Тема 2. Первая помощь при ранениях**

*Занятие 1.*Теоретическое – 1 час. Виды ран. Инфицированные раны, методы и способы обработки раны. Кровотечения, их виды, способы остановки кровотечений. Виды ранений. Осложнения при различных ранениях. Принципы оказания первой помощи при ранениях.

*Занятие 2.*Практическое – 1 час. Наложение кровоостанавливающего жгута. Наложение давящих повязок.

**Тема 3. Первая помощь при термической травме**

*Занятие 1.*Практическое – 1 час. Ожоги. Признаки. Степени ожогов. Определение площади поврежденной поверхности (способ ладони, способ девяток). Первая медицинская помощь при ожогах. Отморожения. Признаки. Степени отморожения. Причины отморожения. Первая помощь при отморожении. Общее переохлаждение организма и тепловой удар. Первая помощь при переохлаждении и тепловом ударе.

**Тема 4. Первая помощь при травмах**

**опорно-двигательного аппарата**

*Занятие 1.*Теоретическое – 1 час. Травма мягких тканей (ушибы, растяжения, вывихи). Признаки повреждения мягких тканей, первая помощь. Травмы костей. Признаки переломов костей, их виды. Первая помощь при переломах. Способы и методы иммобилизации переломов.

*Занятие 2.*Практическое – 1 час. Иммобилизация косынкой. Иммобилизация при помощи шин. Иммобилизация при помощи подручных средств.

**Тема 5. Терминальные состояния. Нарушения дыхательной**

**и сердечно-сосудистой деятельности**

*Занятие 1.*Теоретическое – 1 час. Причины, приводящие к острому нарушению (прекращению) сердечной и дыхательной деятельности. Методика первичной диагностики (вижу, слышу, ощущаю). Понятие о клинической и биологической смерти. Реанимационные мероприятия. Показания для их проведения. Непрямой массаж сердца и искусственная вентиляция легких. Принятие решений о последовательности, объеме и особенностях рекомендуемых реанимационных мероприятий в зависимости от состояния и возраста пострадавшего.

*Занятие 2*. Практическое – 1 час. Принципы и методы проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких одним и двумя спасателями. Отработка навыков проведения реанимационного пособия на манекене 1 и 2 спасателями.

**Тема 6. Первая помощь при потере сознания, черепно-мозговой травме**

*Занятие 1.*Теоретическое– 1 час. Физиологическое и патологическое помрачение сознания. Обморок. Причины, развитие, клинические проявления, первая помощь при обмороках. Потеря сознания. Сопор. Кома. Методы определения, причины возникновения, симптоматика. Клиника черепно-мозговой травмы. Сотрясение головного мозга. Причины возникновения, механизм развития, основные клинические проявления.

*Занятие 2.*Практическое – 1 час. Отработка практических навыков – наложения повязок, наложение шейного корсета, использование транспортного щита.

**Тема 7. Первая помощь при несчастных случаях**

*Занятие 1.*Теоретическое - 1 час. Утопление. Электротравма. Основы реанимационных знаний. Проведение реанимации одним человеком и вдвоем. Правила проведения реанимации.

*Занятие 2.*Практическое – 1 час. Отработка навыков реанимации на тренажере «Максим-3».

**Тема 8. Первая помощь при отравлениях, острых случаях наркомании и токсикомании, укусах змей, насекомых и собак**

*Занятие 1.*Теоретическое – 1 час. Классификация наркотических веществ по степени воздействия на человека. Понятие – наркомания. Группа «тяжелых» наркотиков (морфин, кокаин, амфетамин, галлюциногены). Группа «легких» наркотиков (препараты конопли). Алкоголь и человек. Воздействие на организм человека, последствия употребления. Токсикомания. Общее понятие. Виды. Признаки наркотической зависимости. Последствия употребления наркотиков.

Виды отравляющих веществ и отравлений. Острая и хроническая наркомания и токсикомания. Правила поведения при укусах змей, собак и насекомых. Оказание первой помощи пострадавшим при различных отравлениях и укусах змей, насекомых и собак.

*Занятие 2.*Практическое – 1 час. Закрепление практических навыков наложения повязок, жгута.

**Тема 9. Первая помощь при шоковых состояниях и**

**синдроме длительного сдавливания**

*Занятие 1.*Теоретическое – 1 час. Механизм возникновения и развитие травматического шока. Причины и последствия синдрома длительного сдавливания.

*Занятие 2.*Практическое – 1 час. Наложение фиксирующей повязки с помощью косынки, бинта, подручного материала. Наложение шин. Иммобилизация пострадавших с переломами нижних и верхних конечностей, костей таза, позвоночника, костей черепа. Использование подручных средств при иммобилизации.

**Тема 10.Первая помощь при попадании инородных тел в организм человека**

*Занятие 1.*Теоретическое – 2 часа. Виды инородных тел и пути их попадания в ухо, нос, глаза и желудочно-кишечный тракт. Методы их удаления, первая помощь.

**2. Организация и проведение спасательных работ**

Тематический расчет часов:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Количество часов** | | |
| **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
| 1. | Ознакомление с МКУ «Центра гражданской защиты города Костромы» | 2 | 2 | - |
| 2. | Правовое обеспечение спасательных работ | 2 | 2 | - |
| 3. | Организация повседневной деятельности аварийно-спасательного формирования (АСФ) | 2 | 1 | 1 |
| 4. | Классификация ЧС (аварий, катастроф и стихийных бедствий). Причины и их последствия. | 2 | 2 | - |
| 5. | Требования безопасности | 2 | 2 | - |
| 6. | Приборы РХР и дозиметрического контроля | 2 | - | 2 |
| 7. | Действия спасателей при проведении АСР в условиях ЧС | 16 | 8 | 8 |
| **ИТОГО:** | | 28 | 17 | 11 |

**Тема 1. Ознакомление с МКУ «Центр гражданской защиты города Костромы»**

*Занятие 1.*Теоретическое – 2 часа. По отдельному плану.

**Тема 2. Правовое обеспечение спасательных работ**

*Занятие 1.*Теоретическое – 2 часа. Социально-правовые аспекты деятельности аварийно-спасательных служб, формирований и спасателей. Права, гарантии и обязанности спасателей. Основные положения по условиям труда спасателей, их аттестации и уровням профессионального роста.

**Тема 3. Организация повседневной деятельности**

**аварийно-спасательного формирования**

*Занятие 1.*Теоретическое – 1 час. Документы, регламентирующие деятельность АСО. Положение об АСО. График работы. Профессиональная подготовка спасателей. Табель технического оснащения. Организация оповещения, связи и управления. Обязанности спасателя при дежурстве у телефона на дому. Сбор и выезд спасателя на ЧС.

*Занятие 2.*Практическое – 1 час. Изучение документов, регламентирующих повседневную деятельность АСО. Основные функциональные обязанности спасателя при несении службы в составе дежурной смены, при приеме и сдаче дежурства, вызове на ЧС. Отработка сбора и выезда на ЧС. Ознакомление с табельным оснащением АСО.

**Тема 4. Классификация ЧС (аварий, катастроф и стихийных бедствий).**

**Причины возникновения и их последствия**

Занятие 1. Теоретическое – 2 часа. Определение ЧС природного и техногенного характера. Причина возникновения чрезвычайной ситуации. Сущность процессов и явлений, лежащих в основе ЧС, особенности протекания. Охват территории, географические координаты. Условия спасения людей при ЧС природного и техногенного характера.

**Тема 5. Требование безопасности**

*Занятие 1.*Теоретическое – 2 часа. Требование безопасности при ведении АСР. Правила поведения спасателей в зоне ЧС. Контроль за окружающей обстановкой. Статистика травматизма в аварийно-спасательном формировании (далее - АСФ). Причины травматизма: личные, технические, организационные. Типичные травмы спасателей. Профилактика травматизма. Травмоопасные и вредные факторы трудовой деятельности спасателей. Безопасные условия труда. Осознание степени риска. Профессиональные заболевания спасателей. Нормативные основы охраны труда спасателей. Стандарты.

**Тема 6. Приборы радиационной и химической разведки и**

**дозиметрического контроля**

*Занятие 1*. Практическое – 2 часа. Приборы радиационной разведки (ДП-5Б), их назначение и общее устройство. Порядок подготовки приборов к работе и проверка их работоспособности. Определение мощностей дозы (уровней радиации) на местности и степени радиоактивного загрязнения различных объектов.

Комплекты индивидуальных дозиметров (ДП-22В, ИД-1, ИД-11), их назначение, и общее устройство, порядок зарядки приборов и снятия показаний.

Назначение и общее устройство прибора химической разведки (ВПХР). Подготовка его к работе. Определение типа и концентрации отравляющего вещества в воздухе, на местности, технике и в почве.

**Тема 7. Действия спасателей при проведении АСР в условиях ЧС**

*Занятие 1.*Теоретическое – 2 часа. Особенности действий спасателя при ведении АСР в особых условиях: в районе социальной напряженности, в условиях химического, радиационного и биологического заражения, разрушений, пожаров и задымления. В условиях ДТП, в лесу, ночью, при работе на воде.

*Занятие 2.*Теоретическое – 2 часа. Определение места возможного нахождения пострадавших. Организация и проведение поиска пострадавших. Визуальный осмотр. Свидетельства очевидцев. Способы извлечения пострадавших, определения их состояния. Транспортировка пострадавших в безопасное место.

*Занятие 3.*Практическое – 2 часа. Действия дежурной смены при получении сигнала о возникновении чрезвычайной ситуации. Оповещение, сбор. Подготовка к ведению АСР. Оценка обстановки по прибытии к месту (объекту) работ. Получение задачи на ведение работ. Определение наличия и уровня поражающих факторов, маршрута выхода личного состава и техники к месту работ.

*Занятие 4.* Практическое – 2 часа. Средства индивидуальной защиты. Фильтрующие гражданские противогазы. Респираторы. Назначение, тактико-технические характеристики, подбор лицевых частей по размеру. Изолирующие противогазы. Назначение, принцип действия и порядок подготовки их к работе. Легкий защитный костюм (Л-1), назначение и порядок пользования.

*Занятие 5.*Практическое – 2 часа. Получение задачи на спасение пострадавших с верхних этажей здания. Подготовка к ее выполнению. Выдвижение к месту работ. Определение мест нахождения пострадавших, отработка способов снятия пострадавших с верхних этажей здания, определения их состояния, оказание первой помощи, отработка различных способов транспортировки пострадавших, погрузка их на транспорт, эвакуация в лечебные учреждения. Меры безопасности. Доклад о выполнении задачи.

*Занятие 6.*Практическое – 2 часа. Специальная и санитарная обработка. Виды и способы специальной обработки Обеззараживание транспорта и техники. Частичная и полная санитарная обработка, последовательность ее проведения при заражении (загрязнении) отравляющими и радиоактивными веществами.

*Занятие 7.*Практическое – 2 часа. Получение задачи на спасение людей, оказавшихся в воде. Подготовка к ее выполнению. Выдвижение к месту работ. Отработка различных способов спасения людей. Определение состояния пострадавших, оказание первой помощи. Эвакуация пострадавших. Меры безопасности при работе на воде.

*Занятие 8.*Теоретическое (семинар) – 2 часа. Действия спасателей при проведении АСР в особых условиях. Меры безопасности при проведении АСР. Оказание первой помощи пострадавшим.

**3. Основы работы со спасательным инструментом**

Тематический расчет часов:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Количество часов** | | |
| **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
| 1. | Штатное аварийно-спасательное оборудование и инструмент, находящийся на оснащении АСО | 2 | 2 | - |
| 2. | Гидравлический и пневматический инструмент | 2 | 1 | 1 |
| 3. | Электроинструмент и передвижные электростанции АСО | 2 | 2 | - |
| 4. | Механизмы ударного действия, мотопилы и бензорезы | 2 | 1 | 1 |
| 5. | Технические характеристики поиска людей и правила пользования ими | 1 | - | 1 |
| 6. | Техническое обслуживание аварийно-спасательного инструмента | 2 | - | 2 |
| 7. | Средства пожаротушения и средства индивидуальной защиты | 1 | - | 1 |
| 8. | Отработка практических навыков пользования аварийно-спасательных средств при проведении спасательных работ | 6 | - | 6 |
| **ИТОГО:** | | 18 | 6 | 12 |

**Тема 1. Штатное аварийно-спасательное оборудование и инструмент,**

**находящийся на оснащении АСО**

*Занятие 1.*Теоретическое – 2 часа. Приборы, приспособления и оборудование, находящееся на оснащении спасательных подразделений. Виды, общие характеристики, комплект оборудования. Сфера применения оборудования. Комплектация и назначение оборудования, инструмента и средств защиты, находящихся в дежурном автомобиле.

**Тема 2. Гидравлический и пневматический инструмент**

*Занятие 1.*Теоретическое – 1 час. Назначение, состав и основные технические характеристики, возможности гидравлических и пневматических инструментов.

*Занятие 2.* Практическое – 1 час. Порядок работы с гидравлическим и пневматическим инструментом. Меры безопасности при выполнении работ.

**Тема 3. Электроинструмент и передвижные электростанции АСО**

*Занятие 1.*Теоретическое – 2 часа. Назначение, состав, технические характеристики и возможности электроинструментов и передвижных электростанций АСО.

**Тема 4. Механизмы ударного действия, мотопилы и бензорезы**

*Занятие 1.*Теоретическое – 1 час. Изучение инструментов ударного действия, принцип работы и их технические возможности.

*Занятие 2.*Практическое – 1 час. Подготовка к работе инструмента по распиловке и резка учебных изделий.

**Тема 5. Технические характеристики поиска людей и**

**правила пользования ими**

*Занятие 1.*Практическое – 1 час. Ведение поиска людей с помощью технических средств в различных чрезвычайных ситуациях. Техническое обслуживание средств поиска.

**Тема 6. Техническое обслуживание аварийно-спасательного инструмента**

*Занятие 1.* Практическое – 2 часа. Общие требования по техническому обслуживанию и ремонту аварийно-спасательного инструмента (далее - АСИ). Возможные неисправности и порядок их устранения. Порядок проведения технического обслуживания штатных АСИ и оборудования.

**Тема 7. Средства пожаротушения и средства индивидуальной защиты**

*Занятие 1.*Практическое – 1 час. Первичные средства пожаротушения. Виды, назначение, устройство, характеристики и порядок применения огнетушителей и подручных средств для тушения огня. Меры безопасности при обращении с огнетушителями.

**Тема 8. Отработка практических навыков пользования аварийно-спасательных средств при проведении спасательных работ**

*Занятие 1, 2 и 3.*Практическое – 6 часов. Ведение работ с помощью штатного гидравлического, аварийно-спасательного инструмента: резка железобетонных конструкций, сдвигание и раздвигание обломков металлических конструкций и завалов. Развертывание и проведение АСР с применением аварийно-спасательного оборудования и инструмента.

Меры безопасности при ведении спасательных работ с использованием аварийно-спасательных средств.

**4. Высотно-спасательная подготовка**

Тематический расчет часов:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Количество часов** | | |
| **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
| 1. | Организация рабочего места и безопасность труда | 2 | 1 | 1 |
| 2. | Снаряжение для выполнения высотно-спасательных работ | 2 | - | 2 |
| 3. | Поисково-спасательные работы в условиях городской и промышленной застройки | 10 | - | 10 |
| **ИТОГО:** | | 14 | 1 | 13 |

**Тема 1. Организация рабочего места и безопасность труда**

Занятие 1.Теоретическое–1час. Правила безопасности при работе на зданиях и сооружениях городской и промышленной застройки. Средства обеспечения безопасности. Меры безопасности при использовании различного снаряжения и узлов.

Занятие 2.Практическое–1час. Рабочие сидения - сидушки, их устройства и предназначение. Сущность страховки и самостраховки. Одновременная и попеременная страховка. Выбор места организации страховки.

Тема 2. Снаряжение для выполнения высотно-спасательных работ

*Занятие 1.*Практическое–2часа. Специальные устройства и приспособления (веревка, трос, стропы, карабины, защитные каски и шлемы, спецодежда). Спусковые (тормозные)устройства, лебедки для троса и веревки. Вспомогательные приспособления.

Тема 3. Поисково-спасательные работы в условиях городской

и промышленной застройки

Занятие 1.Практическое–2 часа. Тактика подъема с применением веревки для страховкиили передвижения. Приемы использования и индивидуальной обвязки страховочного пояса и карабина. Узлы и соединения (встречный, прямой, бромшкотовый, узел Бахмана и др).

Занятие 2.Практическое – 2 часа. Техника спуска. Техника «Маятника», работа на двух веревках, пересадка с веревки на веревку, сплошные веревочные системы.

Занятие 3.Практическое - 2 часа. Техника лазания. Методы диагностической страховкии самостраховки. Лазание по деревьям и другим конструкциям. Перемещение по горизонтальным балкам. Выполнение работ под площадками.

Занятие4.Практическое - 2 часа. Порядок устройства канатной дороги для работы с противовесом. Организация страховки. Применение данной системы при проведении работ на высотных объектах и конструкциях.

Занятие5.Практическое - 2 часа. Выбор метода спуска пострадавшего в зависимости от тяжести травм. Спусковые устройства, условия спуска и положение пострадавшего при спуске. Практическое - 2 часа. Спуск универсальных носилок. Налаживание системы полиспаста для натяжения троса подвесной дороге на 40-65 м, спуск и подъем по ней носилок с грузом.

**5. Психологическая подготовка**

Тематический расчет часов:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Количество часов** | | |
| **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
| 1. | Предмет психологии. Структура, задачи, методология | 2 | 2 | - |
| 2. | Морально-психологический статус, социальное значение, функции и этика спасателя | 2 | 2 | - |
| 3. | Характеристика личности спасателя, ее психологические свойства, психические состояния и способы влияния на них | 2 | 2 | - |
| 4. | Психологическая подготовка спасателя к действиям в ЧС | 2 | - | 2 |
| 5. | Психологические особенности поведения населения в ЧС. Модели общения спасателей в ходе работы с населением | 2 | 2 | - |
| 6. | Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в ЧС | 2 | 2 | - |
| **ИТОГО:** | | 12 | 10 | 2 |

Тема 1. Предмет психологии. Структура, задачи, методология

Занятие 1.Теоретическое - 2 часа. Понятие психологии. Предмет психологии. Процессыдеятельности, мотивы и типы поведения. Индивидуально-психологические особенности личности, закономерности их изменения и развития. История развития психологиикак науки. Структура психологии, ее отрасли.

Тема 2. Морально-психологический статус, социальное значение,

функции и этика спасателя

Занятие 1. Теоретическое - 2 часа. История спасательного дела в России, профессиональные традиции, их роль в формировании личных качеств спасателя. Спасение людей - доминирующий мотив профессии. Профессиональное становление спасателя. Роль морального фактора, примеры мужества и героизма спасателей при ликвидации ЧС.

Тема З. Характеристика личности спасателя, ее психологические свойства, психические состояния и способы влияния на них

Занятие 1.Теоретическое – 2 часа. Психологические свойства личности спасателя.Структура направленности личности спасателя (потребности, мотивы, цели, установки, перспективы). Сфера проявления концепции темперамента их отражение на профессиональной деятельности спасателя. Определение способности. Проявление способности в профессиональной деятельности спасателя.

Тема 4. Психологическая подготовка спасателей к действиям в ЧС

Занятие 1. Практическое – 2 часа. Психологическая подготовленность, опыт действий в ЧС, индивидуальные особенности - факторы, определяющие психологическую устойчивость спасателя. Понятие психологической готовности кдействиям в ЧС. Физические и психологические резервы организма, условия ихмобилизации. Основные направления формирования психологической готовности к решению специальных задач по ликвидации последствий стихийных бедствий.

Отработка действий, тренировка оперативного мышления, развитие волевых качеств в реальных ЧС.

Метод психологической подготовки к действиям при ликвидации последствий стихийных бедствий. Проведение тренировок в обстановке, максимально приближенной реальной,в экстремальных погодных, климатических условиях на учебных местах с применением комбинированного воздействия факторов огня, задымленности. Создание игровых ситуаций по спасению пострадавших из-под завалов, тушение загораний на манекенах, преодоление водных преград в специальном снаряжении.

Тема 5. Психологические особенности поведения населения в ЧС.

Модели общения спасателей в ходе работы с населением

Занятие 1.Теоретическое - 2 часа. Психологическое воздействие обстановки при ЧСприродного и техногенного характера. Факторы, оказывающие травмирующее воздействие на психику человека: масштабы события, скорость его развития, опасность для жизни, потеря близких, утрата материальных ценностей, резкое ухудшение жизненногоуровня, наличие жертв, дефицит информации, потеря управления. Индивидуальные различия людей в характере реакции на ЧС.

Тема 6. Методы управления психическим состоянием

спасателя придействиях в ЧС

Занятие 1.Теоретическое–2 часа. Изменение текущего состояния спасателей при ведении работ в условиях риска, опасности для жизни, неопределенности, лимита времени, длительных и интенсивных физических нагрузок, острых эмоциональных воздействий (работа с ранеными, погибшими). Субъективные и объективные признаки состояния перевозбуждения, апатии. Понятие страха, факторы его проявления. Понятие психотерапии. Внушение и самовнушение как формы психотерапевтического воздействия на организм спасателей. Методы психотерапевтического воздействия: внушение в состоянии гипнотического сна, аутогенные тренировки, активная и пассивная мышечная релаксация. Методы психотерапии как способы управления эмоциями, действиями в экстремальных условиях, снятие эмоционального напряжения, восстановления психического здоровья спасателей.

**6. Физическая подготовка**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Количество часов** | | |
| **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
| 1. | Физические качества, необходимые спасателям | 2 | - | 2 |
| 2. | Гимнастика. Развитие силы, выносливости, устойчивости. Воспитание настойчивости и упорства, смелости и решительности. | 4 | - | 4 |
| 3. | Упражнения на перекладине, брусьях, опорные и безопорные прыжки, поднимание и переноска тяжестей, акробатические упражнения. | 2 | - | 2 |
| 4. | Предупреждение травматизма, страховка. | 2 | - | 2 |
| 5. | Кроссовая подготовка. Бег на 1 км. Бег на 3 км. | 2 | - | 2 |
| 6. | Спортивные игры. Баскетбол, волейбол, футбол. | 4 | - | 4 |
| **ИТОГО:** | | 16 | - |  |

Тема 1.**Физические качества, необходимые спасателям**

Занятие 1.Практическое – 2 часа. Физические качества, необходимые спасателям

Тема 2.**Гимнастика**

Занятие 1.Практическое – 2 часа. Гимнастика. Развитие силы, выносливости, устойчивости.

*Занятие 2.*Практическое – 2 часа. Гимнастика. Воспитание настойчивости и упорства, смелости и решительности.

Тема 3.**Упражнения на перекладине, брусьях, опорные и безопорные прыжки, поднимание и переноска тяжестей, акробатические упражнения**

Занятие 1.Практическое – 2 часа. Упражнения на перекладине, брусьях, опорные и безопорные прыжки, поднимание и переноска тяжестей, акробатические упражнения

Тема 4.**Предупреждение травматизма, страховка**

Занятие 1.Практическое – 2 часа. Предупреждение травматизма, страховка.

Тема 5.**Кроссовая подготовка**

Занятие 1.Практическое – 2 часа. Кроссовая подготовка. Бег на 1 км. Бег на 3 км.

Тема 6.**Спортивные игры**

Занятие 1.Практическое – 4 часа. Спортивные игры. Баскетбол, волейбол, футбол.

**7. Туристская подготовка**

Тематический расчет часов:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Количество часов** | | |
| **Всего часов** | **Теория** | **Практика** |
| 1. | Основы туристкой подготовки | 2 | 2 | - |
| 2. | Организация туристского быта. Привалы и ночлеги | 2 | - | 2 |
| 3. | Основы выживания в различных чрезвычайных ситуациях | 2 | 2 | - |
| 4. | Ориентирование на местности | 2 | - | 2 |
| 5. | Подготовка к туристскому походу | 4 | - | 4 |
| **ИТОГО:** | | 12 | 4 | 8 |

Тема 1. Основы туристской подготовки

Занятие 1.Теоретическое - 2 часа. Личная одежда, обувь и снаряжение туриста. Спальные мешки, рюкзаки и палатки. Дополнительное снаряжение. Правила укладки рюкзака.

Групповое снаряжение. Требования к оснащению туристской группы. Правила движения на маршруте. Типы костров.

Тема 2. Организация туристского быта.

Привалы и ночлеги

Занятие 1. Практическое - 4 часа. Изучение элементов полевого лагеря. Установка и оборудование лагерных палаток.

Тема 3. Основы выживания в различных ЧС

Занятие 1.Теоретическое - 2 часа. Факторы риска и выживания. Порок выживаемости человека (условия, время, возможность возращении к жизни).

Экстремальные условия и их влияние на человека (жара, холод, ветер, страх, переутомление, одиночество). Сигналы бедствия.

Выживание в природной среде. Организация жилья, укрытия и питания.

Тема 4. Ориентирование на местности

Занятие 1.Практическое - 2 часа. Определение сторон горизонта по компасу, небесным светилам, признакам местных предметов. Определение расстояний глазомером и по формуле тысячной. Ориентирование с помощью топографической карты.

Тема 5. Подготовка к туристскому походу

Занятие 1.Практическое - 4 часа. Укладка рюкзака, ориентирование по компасу, карте, солнцу. Правила движения на маршруте. Выбор места для ночевки, организация лагеря.

Разведение костра. Согревание и просушивание одежды. Приготовление пищи в походах. Ночевка в палатках и без палаток.

V. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Авдеева Н., Князева О., Стеркина Р. Основы безопасности детей дошкольного возраста.

Программа для дошкольных образовательных учреждений. // Дошкольное воспитание, 1997, № 3,4.

1. Григоренко Ю.Н., Костерцова У.Ю. Кипарис: Учеб. Пособие по организации детского досуга в лагере и школе – М., 1999
2. Дрогов И.А. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные туристы – спасатели. – М., 2000
3. Дубягин Ю.П., Богачева О.П. Школа выживания или 56 способов защиты ребенка от преступления. – М., 1997.
4. Ильичев А.А. Большая энциклопедия выживания. – М., 2000
5. Кудряшов Б.Г. Энциклопедия выживания. – Краснодар, 1996
6. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. – М., 1998
7. Маслов А.Г. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные инструкторы туризма. – М., 1999
8. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристические лагеря. – М., 2000
9. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для общеобраз. учрежд. 10 кл./Смирнов А.Т. и др. – М., 1999
10. Программно-методические материалы: Основы безопасности жизнедеятельности / Сост. Б.И. Мишин. – 3-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2000
11. 1000 + 1 совет туристу: Школа выживания/ Авт. – сост. Н.Б. Садикова. – Минск, 2000
12. Чеурин Г.С. Школа экологического выживания. Пособие по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» - Екатеринбург, 1992
13. Шойгу С.К., Кудинов С.М., Неживой А.Ф., Ножевой С.А. Учебник спасателя. – М., 1997
14. Бальеевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – М., 1998
15. Карякин Б.П. Самозащита. – М., 1991
16. Дубровинский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни. – М., 1999
17. Власов В.К. Как измерить свое здоровье. – М., 1997
18. Андреев Ю.А. Три кита здоровья. – М., 1991
19. Толкачев Б.С. Физкультура заслон ОРЗ. – М., 1998 и др.

Начальник курсов гражданской защиты О. Ю. Цаплина

Приложение 1

**Перечень вопросов**

**для проведения комплексного итогового зачета с учащимися по дополнительной общеразвивающей программе «Юный спасатель»**

1. Чрезвычайные ситуации. Определение. Классификация.
2. Чрезвычайные ситуации природного характера.
3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.
4. Огнетушители. Определение. Классификация.
5. Защитные сооружения гражданской обороны. Классификация.
6. Средства защиты органов дыхания. Классификация.
7. Гидравлический и пневматический аварийно-спасательный инструмент. Назначение, состав, возможности.
8. Методы определения пульса, сердечного толчка, дыхания.
9. Проведение непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.
10. Первая помощь при ранениях: наложение кровеостанавливающего жгута, наложение давящих повязок.
11. Иммобилизация конечностей при помощи шин, при помощи подручных средств. Наложение шейного корсета.
12. Десмургия. Основные правила наложение повязки «чепец», монокулярная, «варежка».
13. Промышленный альпинизм. Определение. Применение методов промышленного альпинизма при АСР.
14. Черепно-мозговая травма. Определение. Формы и признаки ЧМТ.
15. Стресс. Определение. Как справиться со стрессом.
16. Характеристика личности спасателя.
17. Техника безопасности при использовании пиротехнических изделий.
18. Психология поведения человека в чрезвычайных ситуациях.

Приложение 2

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **gerb10bw** |  |  |
| **АДМИНИСТРАЦИЯ**  **ГОРОДА КОСТРОМЫ**  **Муниципальное казенное учреждение**  **города Костромы**  **«Центр гражданской защиты города Костромы»**  Ленина ул., 86, г. Кострома, 156007  Тел. (4942) 55-02-55, 555-911;  факс (4942) 51-53-36 |  |  |

ЗАЧЕТНАЯ ВЕДОМОСТЬ

Группа учащихся школы «Юный спасатель» № \_\_\_\_

Председатель комиссии:

Члены комиссии:

Дата проведения зачета «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 201 г.

Начало зачета \_\_\_\_\_

Окончание зачета \_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя, отчество обучаемых | Форма зачета | Оценка (отметка о сдаче зачета) | Подпись руководителя зачета |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

Итого \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ из них:

Зачтено \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ не зачтено \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Не сдавали \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Начальник курсов гражданской защиты О. Ю. Цаплина