



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ

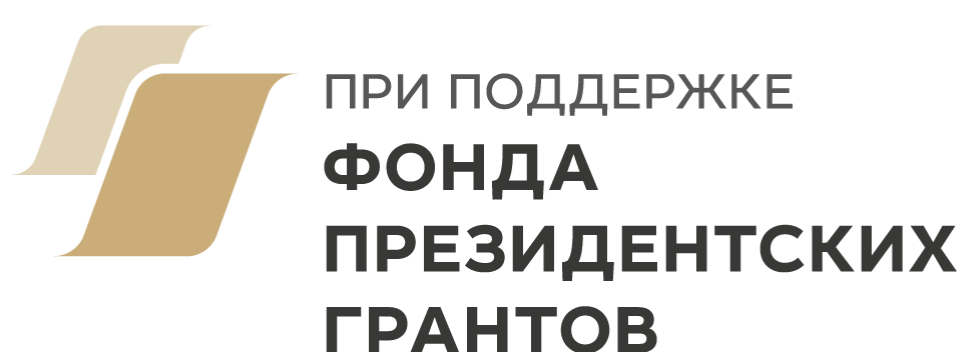
БЕЗОПАСНОСТЬ В ЛЕСУ

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ВОЛОНТЕРСКИХ ГРУПП
И ОРГАНИЗАЦИЙ

АВТОР: ОЛЬГА ПОРЯДИНА

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....	6
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	8
МОДУЛЬ 1. СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ.....	8
ЗАНЯТИЕ 1. В ГОСТИ В ЛЕС.....	9
ЗАНЯТИЕ 2. МАШЕНЬКА И СТАРИЧОК-ЛЕСОВИЧОК.....	12
ЗАНЯТИЕ 3. ПУТЕШЕСТВИЕ В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ.....	18
МОДУЛЬ 2. МЛАДШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ.....	22
ЗАНЯТИЕ 1. БЕЗОПАСНОСТЬ В ЛЕСУ.....	23
ЗАНЯТИЕ 2. БЕЗОПАСНОСТЬ В ЛЕСУ. ЧАСТЬ 2.....	27
ЗАНЯТИЕ 3. СЕКРЕТЫ ЛЕСНЫХ ОБИТАТЕЛЕЙ.....	30
МОДУЛЬ 3. СРЕДНИЙ И СТАРШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ.....	35
ЗАНЯТИЕ 1. БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В ЛЕСУ.....	36
ЗАНЯТИЕ 2. Я ЗАБЛУДИЛСЯ. ЧТО ДЕЛАТЬ?.....	41
ЗАНЯТИЕ 3. ЧТО ТАКОЕ КОМПАС? ОРИЕНТИРОВАНИЕ НА МЕСТНОСТИ....	48
ЗАНЯТИЕ 4. ТОПОГРАФИЧЕСКАЯ КАРТА – ПОНИМАЕМ, СОСТАВЛЯЕМ.....	54
МОДУЛЬ 4. ЛЮДИ ТРУДОСПОСОБНОГО И ПОЖИЛОГОВОЗРАСТА.....	62
ЗАНЯТИЕ 1. ПОДГОТОВКА К ВЫХОДУ В ЛЕС. СНАРЯЖЕНИЕ ПОХОДНОГО РЮКЗАКА.....	64
ЗАНЯТИЕ 2. ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ НА МЕСТНОСТИ.....	73
ЗАНЯТИЕ 3. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБЛУДИЛИСЬ?.....	89
МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ.....	98
БЕСЕДА 1. ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ В ЛЕСУ.....	98
БЕСЕДА 2. ЕСЛИ РЕБЕНОК ПОТЕРЯЛСЯ В ЛЕСУ.....	101
МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ВОЛОНТЕРСКИХ ГРУПП И ОРГАНИЗАЦИЙ.....	105
БЕСЕДА 1. СТРАХИ В РАЗНОМ ВОЗРАСТЕ.....	105
БЕСЕДА 2. УЯЗВИМОСТЬ ДЕТЕЙ.....	108
МОДУЛЬ 5. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ.....	110
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	114
СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	116



ГБУ АО "Служба
спасения им. И.А.
Поливаного



АГПС и ГЗ АО

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Модуль/тема	Количество часов		
	Всего	Теория	Практика
I. Старший дошкольный возраст	3	2	1
В гости в лес	1	1	-
Машенька и старичок-лесовичок	1	0,5	0,5
Путешествие в поисках сокровищ	1	0,5	0,5
II. Младший школьный возраст	3	2	1
Безопасность в лесу	1	1	1
Безопасность в лесу. Часть 2	1	-	-
Секреты лесных обитателей	1	1	-
III. Средний и старший школьный возраст	6	4	2
Безопасное поведение в лесу	1	1	-
Я заблудился. Что делать?	1	1	-
Что такое компас? Ориентирование на местности	2	1	1
Топографическая карта – понимаем, читаем, составляем	2	1	1
IV. Люди трудоспособного и пожилого возраста	10	7	3
Подготовка к выходу в лес. Снаряжение походного рюкзака	2	1	1
Топография и ориентирование на местности	2	1	1

Что делать, если вы заблудились?	2	1	1
Материал для проведения родительских собраний: Правила безопасности в лесу	1	1	-
Материал для проведения родительских собраний: Если ребенок потерялся в лесу»	1	1	-
Материал для волонтерских групп и организаций: Страхи в разном возрасте	1	1	-
Материал для волонтерских групп и организаций: Уязвимость детей	1	1	-
V. Первая помощь	6	3	3
Первая помощь при различных состояниях	4	2	2
Итоговый контроль	2	1	1
Итого	28	18	10

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ВОЛОНТЕРСКИХ ГРУПП И ОРГАНИЗАЦИЙ

В Архангельской области в настоящее время развивается волонтерское движение в сфере поиска людей, пропавших в лесах, ведь практика в Архангельской области показала, что эффективность поисков напрямую зависит от числа людей, которые выходят в тайгу и методично исследуют километры лесов и болот. Установление в лесах информационных табличек, на которых будет указан «сектор» леса и телефон для звонка в информационно-дежурный центр одновременно с программой просвещения позволит увеличить эффективность поисков в лесу. Светопоглощающее и светоотражающее покрытие позволит заблудившемуся человеку разглядеть таблички даже в темноте.

Во время обучения участники курсов будут ознакомлены с методиками установки специальных табличек в лесах и узнают, как действовать в том случае, если заблудившийся человек вышел в лесу на такую табличку.

Самыми проблемными категориями для поиска являются пожилые люди и дети. Но, как говорят, сами поисковики, детей искать сложнее, чем взрослых. Поэтому в программу включен материал, который поможет понять, особенности детского возраста, что испытывает ребенок в момент, когда потерялся и способность организма ребенка выжить в условиях таежной местности.

БЕСЕДА 1. СТРАХИ В РАЗНОМ ВОЗРАСТЕ

В знакомых ситуациях ребенок чувствует себя уверенно. Если ребенок замерз, промок или проголодался, то рядом всегда есть взрослые, у которых он может найти защиту и тепло. Проблемы решаются быстро. Но, неожиданно заблудившись, оставшись без взрослых, ребенок пугается. У него нет опыта, который помог бы справиться с ситуацией. Взрослые полагают, что ребенок будет вести себя разумно, как и всегда. Слишком часто думают, что ребенок будет руководствоваться здравым смыслом, но он не всегда срабатывает в непривычной для ребенка ситуации.

Ощущение потери ориентиров пробуждает наши самые глубокие и сильные страхи. Подобные сильные эмоции и страхи влияют и на оценку ситуации, и на поведение. Один из способов сохранить способность здраво мыслить, когда от страха сжимается сердце – это верить в себя. Вера в себя – это враг страха, это знания. Если вера ослабевает и мы начинаем сомневаться в своей способности справиться с ситуацией, то до паники совсем недалеко.

Мысли, чувства и отношения – вот фон, определяющий поведение человека в какой-либо ситуации. Определение страха звучит так: «Нормальная реакция на реальную или вымышленную опасность». Страх вызывает многие автоматические реакции, определяющие поведение. К примеру, мы знаем, когда надо бежать.

Детские страхи приблизительно следуют логике развития ребенка. Среди школьников чувство страха особенно велико в возрасте 12-13 лет, уменьшаясь в дальнейшем. С другой стороны, причины страха меняются с развитием.

Младенцы боятся конкретных событий в непосредственной близости, к примеру, резких звуков.

Четырехлетний ребенок не слишком осознает объективные опасности, тогда как шестилетний может испугаться при мысли о несчастном случае, если мама опаздывает в детский сад.

Страхи старших детей основываются на каком-либо жизненном опыте, определенных интеллектуальных способностях, таких, как способность помнить, ассоциировать, фантазировать.

Что касается причин страха, то исследования показывают, что маленькие дети особенно боятся животных. В возрасте шести, девяти, десяти лет особенно силен страх перед выдуманным животным, страх потеряться, страх смерти, неизвестности и темноты. В этом возрасте страх связан с ситуацией, которую ребенок не способен контролировать.

Дети старшего возраста часто боятся физических повреждений и неуспеваемости в школе.

В подростковом возрасте многие боятся потерпеть неудачу, быть признанными непригодными к чему-либо. Школа и оценки являются особенно важными в этом возрасте.

Страхи мальчиков и девочек сильно отличаются. Вне зависимости от возраста, девочки боятся больше, чем мальчики. Девочки больше боятся темноты, мелких животных, включая змей, незнакомых звуков, одиночества, быть похищенными или убитыми. С другой стороны, мальчики больше боятся физических повреждений, неудач, быть непригодными, ввязаться в драку, кошмаров и выдуманных животных, включая монстров.

Ранний возраст (от 1 года до 3 лет)

У ребенка зарождается осознание себя как отдельного индивида. Но это самосознание делает ребенка особенно чувствительным к расставанию. Одновременно с формированием разных способностей зарождается тяга к независимости. В этом возрасте ребенком осваивается система символов, то есть язык. В возрасте двух лет ребенок начинает говорить. В это время у ребенка начинается роман с жизнью. Мир – это новое место, которое надо исследовать, при этом риск заблудиться очень велик. Другая проблема заключается в том, что маленькие дети особенно хотят получить одобрение взрослых, и услышать от детей правильный честный ответ бывает сложно. Ребенок обычно выбирает хороший ответ, который понравится взрослому, вместо правдивого. К тому же, мысль ребенка следует за действием, поскольку он еще не умеет абстрактно мыслить. В это время ребенок учится путем игры. Проблемы детей этого возраста могут заключаться еще и в том, что они «проверяют границы», а родители ставят слишком узкие или слишком широкие рамки. Также возможно экстремальное поведение, такое как, чрезмерная двигательная активность, что может привести к травматизации ребенка. Для этой возрастной группы характерно:

- Не понимают, что они заблудились, и поэтому могут долго идти перед тем, как испугаться.
- Не знают, куда идти, чтобы прийти домой, из-за отсутствия способности ориентироваться.

- Бесцельно бродят.
- Ложатся спать там, где им удобно, к примеру, под густой растительностью, рядом с бревнами и поваленными деревьями или под ними, в трещинах скал или других укромных местах.
- Маленькие дети прячутся, когда испуганы.

Дошкольный возраст (от 3 лет до 6 лет)

В этом возрасте ребенок уже может описать свои эмоции и переживания, и это большой шаг вперед в развитии и в отношениях с людьми. Дружбя в детском саду, на игровой площадке и во дворе вызывают теперь большой интерес. В этот период изменяются игры, они становятся более символическими и сложными. Игра уменьшает стресс и является прекрасным педагогическим методом для обучения чему-то новому или установлению контакта с ребенком. Ребенок начинает понимать и обдумывать последствия своего поведения. В этом возрасте ребенок плохо понимает иронию и шутки, поэтому необходимо говорить чётко и ясно. Речь корректна, как логически, так и грамматически, но способность оценивать обстановку снижена. Поэтому родители должны следить за детьми. Дети в этом возрасте обычно очень энергичны. Разница между полами проявляется более четко, и деятельность становится более характерной для каждого пола.

Для этой возрастной группы характерно:

- Подвижны и могут идти на длительные расстояния.
- Понимают, что они заблудились, и пытаются вернуться домой.
- Легко теряются из-за своего любопытства.
- Пугаются тогда, когда понимают, что заблудились.
- Не могут ориентироваться в незнакомой обстановке.
- Требуют простых и четких указаний.
- Должны знать способы внушения себе чувства безопасности.
- Должны понимать, почему им поступать необходимо именно так.

Школьный возраст (от 7 лет до 12 лет)

В раннем школьном возрасте дети предпочитают играть с друзьями того же пола. Мальчики часто предпочитают играть в больших группах, вдалеке от дома. Девочки больше играют дома или около дома в маленьких группах. Начинают следовать правилам.

В этом возрасте испытываются физические возможности собственного тела, и дети часто рискуют. Отсутствие жизненного опыта становится теперь опасным для ребенка.

Дети систематически переоценивают свои способности и что подобная переоценка часто приводит к несчастным случаям. Часто рискующий ребенок считает, что риск получить повреждения очень маленький.

Фантазия заменяется направленным на реальность мышлением. Ребенок может передавать факты достоверно. У ребенка также развивается способность запоминать, мышление становится более абстрактным. Дети учатся управлять своими эмоциями и прятать свои чувства. Юмор становится все важнее и является важным педагогическим приемом. Дети лучше сотрудничают со взрослыми.

Для этой возрастной группы характерно:

- Имеют развитое чувство направления, способность ориентироваться улучшается с возрастом.
- Могут по разным причинам убежать или спрятаться.
- Часто не отвечают, когда их зовут по имени.

Могут заблудиться, если они попали в незнакомую обстановку.

БЕСЕДА 2. УЯЗВИМОСТЬ ДЕТЕЙ

Дети до двенадцати лет потребляют в полтора раза больше энергии, чем взрослые. Поэтому они ощущают нехватку жидкости, снижение сахара в крови и общее переохлаждение организма быстрее, чем взрослые. Это снижает их способность позаботиться о себе.

Когда ребенок не по своей воле оказывается один в лесу, малейший шорох может взбудоражить воображение мыслями о диких зверях, троллях, привидениях или «плохих взрослых». Если заблудился ребенок, его стараются искать даже в темноте. Если ребенок находится в том возрасте, когда страх перерабатывается воображением, то посторонние звуки и движущиеся лучи света от фонарей спасателей могут превратиться в ужасных монстров.

Поведение заблудившегося ребенка при низком сахаре в крови

Если ребенок понял, что заблудился, то он может испугаться и начать бегать по лесу. Интенсивная работа мускулов расходует и без того ограниченный запас сахара в организме. В отличие от прочих органов, мозг может использовать только сахар, чтобы продолжать работать, сортировать и перерабатывать информацию, впечатления. Ребенок с низким уровнем сахара в крови может принять самые неожиданные решения, потому что способность мыслить и рассуждать ухудшается. Поэтому трудно заранее предугадать поведение заблудившегося ребенка. Если ребенок использовал весь запас сахара, то мускулам и нервной системе не будет хватать «топлива». Это может привести к тому, что ребенок начнет спотыкаться в лесу, рискуя получить увечья, не успев отреагировать на ямы, канавы, корни. Поэтому важно, чтобы заблудившийся ребенок оставался на одном месте и не расходовал свой запас сахара, а также важно, чтобы ребенок не заблудился еще больше, увеличив тем самым площадь поиска.

Потеря жидкости у детей

Чтобы организм работал без сбоев, необходимо доставлять ему воду через пищу и питье. Человек постоянно теряет воду в виде мочи, кала, пота и выдыхаемого воздуха. Организм очень чувствителен к недостатку жидкости. Поскольку дети ведут активный образ жизни, они много потеют в течение дня.

Недостаток воды у детей проявляется быстрее, чем у взрослых. Потеря жидкости от 1 до 5 процентов от веса ребенка ведет к следующим последствиям:

- ухудшение работоспособности;
- медленный темп работы;
- учащенный пульс даже во время отдыха;
- чувство дискомфорта;
- темная моча;
- жажда;
- головная боль;
- потеря аппетита;
- ухудшение мыслительных способностей;
- ослабление иммунной системы ребенка.

Эти факторы опасны сами по себе. В комбинации друг с другом они могут быстро снизить температуру тела до уровня, представляющего опасность для жизни.

Переохлаждение

Дети больше подвержены переохлаждению, чем взрослые. В зависимости от погоды и времени года переохлаждение организма ребенка может быть незначительным риском или непосредственной угрозой для его жизни и безопасности. Одежда ребенка может стать решающим фактором спасения, если ребенок заблудился.

Как тело может потерять тепло:

- низкая температура воздуха;
- недостаток одежды;
- влажность. Влажная одежда забирает тепло из тела в 20 раз быстрее, чем сухая. Влажная кожа теряет тепло, влажность испаряется с кожи;
- контакт с холодными предметами, забирающими тепло. Например, если сидеть на/или привалившись к холодному камню, сидеть или лежать на холодной земле;
- сильный ветер, уносящий из одежды нагретый телом воздух;
- вдыхаемый холодный воздух охлаждает организм изнутри.

Если найден сильно переохлажденный ребенок и констатировано, что руки и ноги у него ледяные, то следует уберечь его от дальнейшего переохлаждения. Заверните ребенка в одеяло или теплую куртку. Не вносите его в теплую комнату. Ребенок может пострадать, если согреть его слишком быстро. Температура тела должна подниматься не быстрее, чем на полградуса в час. Необходимо обязательно связаться с врачом.

Мало времени, нужно реагировать быстро! Самое важное для взрослых, не думать, что потерявшийся ребенок выберется сам. Малейшее изменение погоды может сильно уменьшить шансы ребенка на выживание.

СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ

- *Список нормативных документов:*

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 22.08.1995 г. № 151-ФЗ «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей»
3. Федеральный закон от 21.12.1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»
4. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
5. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ».

- *Список литературы:*

1. Браге Карина, Харри Сепп, Ивонне Терьестам. Азбука АУ. Методическое пособие по безопасности детей на природе. Швеция: 2005. 52 с.
2. Лизунова Е.В. Особенности поведенческих реакций младших школьников в опасных ситуациях социального характера // Самарский научный вестник. 2014. №2. С. 59-61.
3. Никишин, И.В. На практику – к профессионалам (Текст) : учеб.-трениров.сборы / Никишкин, И.В. // ОБЖ. – 2013. - №11. – С. 20-26. – Опыт проведения, Республика Саха.
4. Маченин А.А. Движение «Школа безопасности» (Текст) / Маченин, А.А. // ОБЖ. – 2013. – №3. – С. 47-55.
5. Макосова, Е.С. «Патриот» воспитывает «орлят» (Текст) / Е.С. Макосова, Г.В. Мельникова// ОБЖ. – 2012. - №12. – С. 46-48.
6. Психология поведения человека в чрезвычайных ситуациях. Психологические науки.

- *Список интернет ресурсов:*

1. Безопасность жизнедеятельности. – URL: https://ru.wikipedia.org/wiki/Безопасность_жизнедеятельности/
2. Профилактическая работа профилактика. – URL:https://social_work.academic.ru/481/Профилактическая_работа_профилактика
3. Определение сторон света по природным ориентирам – URL: <https://www.popmech.ru/science/311772-mozhno-li-opredelit-storony-sveta-po-mkhu-na-derevyakh/>
4. Резать, рвать или выкручивать – URL:https://pikabu.ru/story/rezat_rvat_ili_vyikruchivat_kak_pravilno_sobirat_gribyi_4474081
5. Хлопок, вискоза, полиэстер – URL: <https://zen.yandex.ru/media/id/5eea435be0d57b0e43ff2f66/hlopok-viskoza-poliester-sintetika-vs-naturalnye-tkani-cto-vybrat-5f994414d203541abd98bd7c>
6. Что делать если укусила змея – URL:<https://velesovik.ru/novosti/435/cto-delat-esli-ukusila-zmeja---pervaya-pomosch>