

68

Б86

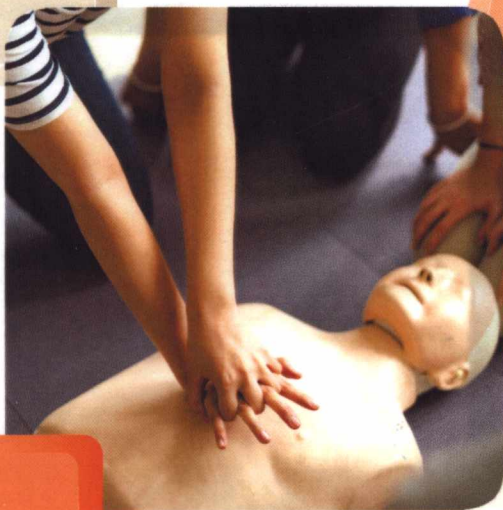
образовательный процесс

Н. И. Бочарова, Е. А. Бочаров

# МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## ОБУЧЕНИЕ ВЫЖИВАНИЮ

2-е издание



СООТВЕТСТВУЕТ  
ПРОГРАММАМ  
ВЕДУЩИХ НАУЧНО-  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
ШКОЛ

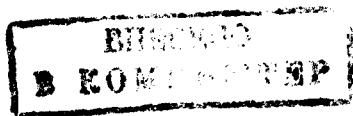
**Юрайт**  
Издательство  
biblio-online.ru

Н. И. Бочарова, Е. А. Бочаров

# МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧЕНИЕ ВЫЖИВАНИЮ

УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ  
ДЛЯ АКАДЕМИЧЕСКОГО БАКАЛАВРИАТА

2-е издание, переработанное и дополненное



Книга доступна в электронной библиотеке [biblio-online.ru](http://biblio-online.ru),  
а также в мобильном приложении «Юрайт.Библиотека»

Москва ■ Юрайт ■ 2019

УДК 614.8.084(075.8)

ББК 68.9я73

Б86

#### Авторы:

**Бочарова Наталья Ивановна** — кандидат педагогических наук, доцент, почетный работник высшего профессионального образования Российской Федерации, профессор кафедры теории и технологий дошкольного образования Института педагогики и психологии Орловского государственного университета имени И. С. Тургенева;

**Бочаров Евгений Анатольевич** — инструктор-методист Бюджетного учреждения Орловской области дополнительного профессионального образования «Учебно-методический центр по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям Орловской области», почетный участник всероссийского детско-юношеского движения «Школа безопасности».

#### Рецензенты:

*Волошина Л. Н.* — профессор, доктор педагогических наук, профессор кафедры дошкольного и специального дефектологического образования Белгородского государственного национального исследовательского университета;

*Копылов С. А.* — кандидат технических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности в техносфере и защиты человека в чрезвычайных ситуациях Орловского государственного университета имени И. С. Тургенева.

#### Бочарова, Н. И.

Б86

Методика обучения безопасности жизнедеятельности. Обучение выживанию : учеб. пособие для академического бакалавриата / Н. И. Бочарова, Е. А. Бочаров. — 2-е изд., пер. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 174 с. — (Серия : Образовательный процесс).

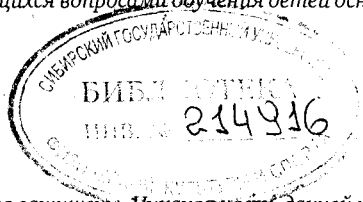
ISBN 978-5-534-08270-8

Данное учебное пособие посвящено вопросам формирования у детей и молодежи в условиях организованного обучения навыков безопасного поведения в ситуациях, угрожающих жизни и здоровью человека. В пособии представлены примерные учебные планы и программы, организационно-методические указания, требования к знаниям и умениям, а также методические разработки по тем разделам программы, которые недостаточно широко представлены в современной литературе.

*Для студентов высших учебных заведений, преподавателей, учителей, методистов и педагогов системы дополнительного образования детей, а также всех интересующихся вопросами обучения детей основам безопасности жизнедеятельности.*

УДК 614.8.084(075.8)

ББК 68.9я73



Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав. Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая компания «Дельфи».

ISBN 978-5-534-08270-8

- © Бочарова Н. И., Бочаров Е. А., 2008
- © Бочарова Н. И., Бочаров Е. А., 2019, с изменениями
- © ООО «Издательство Юрайт», 2019

# Содержание

<b>Введение</b> .....	5
<b>Первая ступень обучения — «Школа безопасности» (5—9 лет)</b> .....	9
Организационно-методические указания .....	9
Примерный учебный план работы в подготовительной группе (5—6 лет).....	14
Примерный учебный план работы в основной группе (7—9 лет) .....	15
Примерная учебная программа на первой ступени обучения.....	16
Базовые требования к знаниям, умениям и навыкам .....	22
Подготовительная группа (5—6 лет) .....	22
Основная группа (7—9 лет).....	25
<b>Вторая ступень обучения — «Школа выживания» (10—13 лет)</b> .....	29
Организационно-методические указания .....	29
Примерный календарно-тематический план.....	30
Примерная учебная программа на второй ступени обучения .....	32
Базовые требования к знаниям, умениям и навыкам .....	44
<b>Третья ступень обучения — «Школа спасения» (14—16 лет)</b> .....	51
Организационно-методические указания .....	51
Примерный календарно-тематический план на третьей ступени обучения — «Школа спасения» (14—16 лет) .....	52
Примерная учебная программа на третьей ступени обучения .....	54
Базовые требования к знаниям, умениям и навыкам .....	71
Основы здорового образа жизни и медицинская подготовка .....	76
<b>Четвертая ступень обучения — «Инструкторский корпус» (17—21 год)</b> .....	79
Организационно-методические указания .....	79
Примерный учебный план работы .....	81
Примерная учебная программа на четвертой ступени обучения .....	83
Организация воспитательной, культурно-досуговой и спортивно-массовой работы с детьми и подростками.....	84
<b>Методические материалы для работы с детьми на первой ступени обучения — «Школа безопасности»</b> .....	89
Раздел «Общефизическая и туристская подготовка» .....	89
Игры на закрепление знаний детей о туризме .....	89
Кроссворды для юных туристов .....	90
Подвижные игры с туристской тематикой .....	93

Игры и задания по ходу движения .....	94
Примерное содержание организованной двигательной деятельности детей на длительном привале (по сезонам) .....	95
Туристский слет с участием родителей .....	101
Игры, эстафеты и соревнования на туристских прогулках с участием родителей .....	103
Игры по ориентированию на местности для развития глазомера и наблюдательности .....	104
Шпартгалки для взрослых (по ориентированию) .....	106
Знаки туристской маркировки .....	108
Узлы .....	109
Типы костров .....	110
Раздел «Формирование основ безопасности жизнедеятельности» .....	111
Примерные планы-конспекты занятий для детей подготовительной группы (5—7 лет) .....	111
Примерные планы-конспекты занятий для детей основной группы (7—9 лет) .....	129
Методические рекомендации по работе с семьей на тему «Предупреждение детского травматизма» (первая ступень обучения) .....	138
<b>Методические материалы для работы с детьми на второй и третьей ступенях обучения — «Школа выживания» и «Школа спасения» .....</b>	<b>140</b>
Разделы «Психологическая подготовка» и «Ориентирование» .....	140
Анкета для новичка (с 13 лет) .....	140
Игротека .....	141
Разделы «Туристская подготовка» и «Я — спасатель» .....	147
Положение о проведении соревнований по программе «Школа безопасности» (короткая дистанция) в личном первенстве .....	147
Положение об открытых соревнованиях «Маршрут выживания» .....	152
Примерный перечень вопросов для тестирования на третьей ступени обучения — «Школа спасения» .....	156
Раздел «Физическая подготовка» .....	159
Курс атлетической подготовки на третьей ступени обучения (14—16 лет) .....	159
Календарно-тематический план обучения плаванию .....	166
<b>Приложение .....</b>	<b>170</b>
Образец зачетной книжки .....	170
Образец разворота зачетной книжки .....	171
<b>Литература .....</b>	<b>172</b>
<b>Новые издания по дисциплине «Методика обучения безопасности жизнедеятельности» и смежным дисциплинам ...</b>	<b>173</b>