МКУ «Управление образования г. Рубцовска

Муниципальное бюджетное учреждение

дополнительного образования

«Станция туризма и экскурсий»

 Ситуационный тренинг

 **«Добро пожаловать в реальность»**

 Методические рекомендации по

 организации и проведению мероприятия

 Автор-составитель:

 **Карелин Максим Владимирович**,

педагог дополнительного образования

Рубцовск, 2023

**Пояснительная записка**

 При обучении навыкам формирования безопасного пространства и противодействия агрессии огромное значение имеет формирование морально-волевых качеств, необходимых для действий в ситуациях криминогенного характера, а также адаптация технического арсенала, отработанного в условиях спортзала, к реальным условиям современной городской среды.

 Данный методический материал представляет собой сценарий квеста с локациями максимально имитирующими различные места и бытовые зоны, в которых возможно возникновение конфликных ситуаций и угроз разного характера (подьезд, банкомат, вокзал, лестница, школьный коридор).

 Тренинг является итоговым мероприятием, в ходе которого проводится оценка уровня освоения обучающимися навыков самозащиты и состоит из следующих этапов:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название этапа | Содержание | Ответственные |
| 1. | Подготовительный | * 1. Подготовка сценария в соответствии с уровнем подготовки обучающихся.
	2. Согласование с администрацией учреждения.
	3. Изготовление декораций и имитационных средств. Оборудование локаций.
	4. Проведение инструктажа.
 | ПДО |
| 2. | Основной | Проведение мероприятия | ПДО |
| 3. | Поведение итогов | Поведение итогов мероприятия, разбор ошибок. | ПДО |
| 4. | Демонтаж. | Снятие декораций в местах оборудования локаций | ПДО |

 **Снаряжение:**

1. Макет ножа
2. Школьный рюкзак
3. Телефон
4. Шлем боксёрский закрытый
5. Футы (защита голени)
6. Раковина (защита паха)

 ПОРЯДОК ПРОХОЖДЕНИЯ ЛОКАЦИЙ И ВЫПОЛНЕНИЯ ЗАДАНИЙ НА НИХ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Средняя группа | Младшая группа |
| №п/п | Юн. | Дев. | Мал. |  Девоч. |
| 1. **«КВАРТИРА»**
 | Нападение при выходе из квартиры:В1 Локтевое удушениеВ2 Прикрытие рта ладонью с обхватом корпусаЗащита:Прихват руки+расслабл. Удар+уход разворотом под атакующую руку | Нападение при выходе из квартиры:В1 Локтевое удушениеВ2 Прикрытие рта ладонью с обхватом корпусаЗащита:Прихват руки+расслабл. Удар+уход разворотом под атакующую руку | Нападение при выходе из квартиры:В1 Локтевое удушениеВ2 Прикрытие рта ладонью с обхватом корпусаЗащита:Прихват руки+расслабл. Удар+уход разворотом под атакующую руку | Нападение при выходе из квартиры:В1 Локтевое удушениеВ2 Прикрытие рта ладонью с обхватом корпусаЗащита:Прихват руки +расслабл. Удар+уход разворотом под атакующую руку |
| 1. **«ВОКЗАЛ»**
 | Попытка похищения ребёнка под предлогом в кино сняться1.Уговариваем ребёнка2. Пытаемся увести захватом двумя руками за кистьЗащита: Голосовая команда + контроль дистанцииОсвобождение контратакой в голень+рывок за захваченную руку. | Попытка похищения ребёнка под предлогом в кино сняться1.Уговариваем ребёнка2. Пытаемся увести захватом двумя руками за кистьЗащита: Голосовая команда + контроль дистанцииОсвобождение контратакой в голень+рывок за захваченную руку. | Попытка похищения ребёнка под предлогом помочь найти родителей.1.Уговариваем ребёнка2. Пытаемся увести захватом двумя руками за кистьЗащита: Голосовая команда + контроль дистанцииОсвобождение падением на бок+контратакой в голень + низкий старт. | Попытка похищения ребёнка под предлогом помочь найти родителей1.Уговариваем ребёнка2. Пытаемся увести захватом двумя руками за кистьЗащита: Голосовая команда + контроль дистанцииОсвобождение падением на бок+контратакой в голень + низкий старт. |
| **3. «БАНКОМАТ»** | 1.Угроза ножом В1. СбокуВ2. Сзади.2. Серия ударов ножом сверху/снизу.Защита:Сбив руки+контратака ногами.Защита сумкой с контратакой**.** | 1.Угроза ножом В1. СбокуВ2. Сзади.2. Серия ударов ножом сверху/снизу.Защита:Сбив руки+контратака ногами.Защита сумкой с контратакой. | --------- |  ---------- |
| 1. **«ШКОЛА»**
 | Задели плечом1. Разворот за плечо + удар боковой прав /лев рукой2.Захват за рюкзак.Защита:Срыв захватаБлокирование +контратакаФиксация лямки на локте + контратакующая серия. | Задели плечом1.Захват за косу2.Захват за рюкзак.Защита:Разворот с фиксацией атакующей рукиФиксация лямки на локте + контратакующая серия | Задели плечом1. Разворот за плечо + удар боковой прав /лев рукой2.Захват за рюкзак.Защита:Срыв захватаБлокирование +контратакаФиксация лямки на локте + контратакующая серия | Задели плечом1. Разворот за плечо + удар боковой прав /лев рукой2.Захват за рюкзак.Защита:Срыв захватаБлокирование +контратакаФиксация лямки на локте + контратакующая серия |
| **5. «ЛЕСТНИЦА»** | Поднимаясь и разговаривая по телефону столкнулись с пьяным у того сел заряд в телефоне.1.Требует ваш телефон2. Захват за рюкзак3.Обхват сзади без прихват рук.Защита:Не вступаем в контактСброс рюкзакаСерия ударов ногами назад+серия ударов локтями в голову +уширо+бегство. | Поднимаясь и разговаривая по телефону столкнулись с пьяным у того сел заряд в телефоне.1.Требует ваш телефон2. Захват за рюкзак3.Обхват сзади без прихват рук.Защита:Не вступаем в контактСброс рюкзакаСерия ударов ногами назад+ серия ударов локтями в голову +уширо+бегство. | Поднимаясь и разговаривая по телефону столкнулись с пьяным у того сел заряд в телефоне.1.Требует ваш телефон2. Захват за рюкзак3.Обхват сзади без прихват рук.Защита:Не вступаем в контактСброс рюкзакаСерия ударов ногами назад+ серия ударов локтями в голову +уширо+бегство. | Поднимаясь и разговаривая по телефону столкнулись с пьяным у того сел заряд в телефоне.1.Требует ваш телефон2. Захват за рюкзак3.Обхват сзади без прихват рук.Защита:Не вступаем в контактСброс рюкзакаСерия ударов ногами назад+ серия ударов локтями в голову +уширо+бегство. |
| **6. «СКАМЕЙКА В ПАРКЕ»** | Играем в телефон.Атакующий пытается отнять1.Захват за кисть2.Школьный захват.Защита:Освобождение контратака+рывок за кулак.Освоб. за корень носа. | Играем в телефон.Атакующий пытается отнять1.Захват за кисть2.Школьный захват.Защита:Освобождение контратака+рывок за кулак.Освоб. за корень носа | Играем в телефон.Атакующий пытается отнять1.Захват за кисть2.Школьный захват.Защита:Освобождение контратака+рывок за кулак.Освоб. за корень носа | Играем в телефон.Атакующий пытается отнять1.Захват за кисть2.Школьный захват.Защита:Освобождение контратака+рывок за кулак.Освоб за корень носа |