

Муниципальное общеобразовательное учреждение гимназия села Малая Пурга

РАССМОТРЕНА
на заседании Методического совета
Протокол № 1 от 28.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Приказ № 177 от 29.08.2024г.

СОГЛАСОВАНА
Зам.директора по ВР
_____ С.Н.Зайцева

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«Школа безопасности»

Возраст детей 12-14 лет
Срок реализации программы 1 год

Автор-составитель:
Иванова Розалия Раисовна,
учитель начальных классов

2024 г.

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Школа безопасности" разработана в соответствии нормативными документами:

- Федеральным законом РФ от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом РФ от 27.07.2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Уставом Муниципального общеобразовательного учреждения гимназия села Малая Пурга;
- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе Муниципального общеобразовательного учреждения гимназия села Малая Пурга;
- Локальными актами МОУ "Гимназия с. Малая Пурга".

Уровень программы – базовый.

(профиль) программы - туристско-краеведческая.

Данная программа актуальна тем, что помимо общей туристской подготовки, направленной на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, удовлетворение индивидуальных потребностей в занятиях туристско-краеведческой деятельностью и спасательными работами, ориентирована на участие детей в соревнованиях «Школа безопасности».

Новизна и отличительная особенность программы заключается в том, что она предусматривает подготовку детей к соревнованиям «Школа безопасности», содержит разделы «Спасательные работы», «Выживание в природных условиях», «Основы пожарно-прикладного спорта».

Адресат программы – дети 12-14 лет, интересующиеся туризмом, спасательными работами, способные выполнять соответствующие физические нагрузки.

Объем и срок освоения программы – 144 часов

Количество человек в группе – 10-15 человек.

Формы организации образовательного процесса – очная, с применением дистанционных образовательных технологий.

Виды занятий по программе лекции, практические занятия, соревнования походы.

Режим занятий – 2 раза в неделю, по 2 часа.

Виды и периодичность контроля: промежуточный (собеседование) и итоговый (участие в походе, соревнованиях).

Цель и задачи программы

Цель программы: обучение учащихся основным туристским умениям и навыкам безопасного нахождения и проведения спасательных работ в естественной природной среде.

Задачи

1. Познакомить обучающихся с понятием туризма, туристский поход.
2. Дать основные навыки для участия в туристском походе.
3. Познакомить обучающихся со спасательными работами и оборудованием, научить проводить спасательные работы.
4. Соблюдать технику безопасности и личную гигиену в походе, ориентироваться на местности.
5. Научить оказывать первую помощь.
6. Научить ориентироваться в информационном пространстве и работать в команде.
7. Развить критическое мышление через организацию познавательной и творческой деятельности.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			Формы контроля , аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы туристской подготовки	34	15	19	Собеседование
1.1	Туристские путешествия, история развития туризма	1	1	-	
1.3	Личное и групповое туристское снаряжение	4	2	2	
1.4	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	6	2	4	
1.5	Подготовка к походу, путешествию	6	2	4	
1.6	Питание в туристском походе	3	2	1	
1.7	Туристские должности в группе	4	2	2	
1.8	Правила движения в походе, преодоление препятствий	4	2	2	
1.9	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий	3	1	2	
1.10	Подведение итогов туристского похода	3	1	2	
2.	Основы топография и ориентирования	12	6	6	Беседа, практикум
2.1	Понятие о топографической и спортивной карте	2	1	1	
2.2	Ориентирование по горизонту, азимут	2	1	1	
2.3	Компас. Работа с компасом	2	1	1	
2.4	Измерение расстояний	2	1	1	
2.5	Способы ориентирования	2	1	1	
2.6	Ориентирование по местным предметам.	2	1	1	
3.	Спасательные работы	72	18	54	Собеседование, практикум
3.1	ЧС на маршруте	4	2	2	
3.2	Экипировка туриста – спасателя	2	1	1	
3.3	Оборудование для организации спасательных работ	2	1	1	
3.6.	Лыжная подготовка	14	2	12	
3.7	Преодоление туристских препятствий	10	2	8	
3.8.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	8	2	6	
3.9.	Приемы транспортировки пострадавшего	6	2	4	

3.10.	Выживание в автономных условиях	4	2	2	
3.11.	Основы пожарно-прикладного спорта	22	4	18	
4.	Туристские слеты, соревнования	26	2	24	Участие в соревнованиях, походе
4.1.	Виды туристских соревнований. Соревнования юных спасателей. Подготовка к соревнованиям.	2	2	-	
4.2.	Участие в соревнованиях. походе	24	-	24	
	ИТОГО за период обучения	144	41	103	

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Основы туристской подготовки

1.1. Туристские путешествия, история развития туризма

Теория. Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

Краеведение, туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество», основные направления движения.

1 час

1.3. Личное и групповое туристское снаряжение

Теория. Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

2 часа

Практические занятия

Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

2 часа

1.4. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги

Теория. Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров.

Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов.

Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт).

Организация ночлегов в помещении.

Правила купания.

2 часа

Практические занятия

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

4 часа

1.5. Подготовка к походу, путешествию

Теория. Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные образовательные и другие учреждения, получение сведений у людей, прошедших планируемую маршрут.

Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Подготовка личного и общественного снаряжения.

2 часа

Практические занятия

Составление плана подготовки 1-3-дневного похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана-графика движения в 1-3-дневном походе. Подготовка личного и общественного снаряжения.

4 часа

1.6. Питание в туристском походе

Теория. Значение правильного питания в походе.

Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Организация питания в 2-3-дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.

Приготовление пищи на костре.

Питьевой режим на маршруте.

2 часа

Практические занятия

Составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

1 час

1.7. Туристские должности в группе

Теория. Должности в группе постоянные и временные. Доверие группы и ответственность за выполнение порученных обязанностей.

Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе.

Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д.

Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды).

Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

2 часа

Практические занятия

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

2 часа

1.8. Правила движения в походе, преодоление препятствий

Теория. Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй.

Режим

движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе.

Режим ходового дня.

Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

2 часа

Практические занятия

Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: лес, густой кустарник, завалы, заболоченная местность.

2 часа

1.9. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий

Теория. Дисциплина в походе и на занятиях - основа безопасности. Меры без

опасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком. Использование простейших узлов и техника их вязания.

1 час

Практические занятия

Обработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

2 часа

1.10. Подведение итогов похода

Теория. Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы.

Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеофильма, коллекций и пособий. Составление отчета для организации, давшей задание. Выполнение творческих работ участниками похода. Отчетные вечера, выставки по итогам походов. Подготовка экспонатов для школьного музея.

Ремонт и сдача инвентаря, взятого напрокат.

Оформление значков и спортивных разрядов участникам.

1 час

Практические занятия

Составление отчета о походе. Ремонт и сдача инвентаря. Подготовка экспонатов для школьного музея и предметных кабинетов.

2 часа

2. Топография и ориентирование

2.1. Понятие о топографической и спортивной картах

Теория. Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов.

Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации.

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координаты точек на карте.

Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты. Масштабы спортивной карты.

Условные знаки

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Вергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Способы и правила копирования карт.

Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

2 часов

Практические занятия

Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

Копирование на кальку участка топографической карты.

2.2 Ориентирование по горизонту, азимут

Теория. Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»).

Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник.

1 час

Практические занятия

Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

1 час

2.3 Компас, работа с компасом

Теория. Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечки. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

1 час

Практические занятия

Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка), нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки» и т.п.).

1 час

2.4 Измерение расстояний

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Измерение среднего шага. Таблица перевода шагов в метры.

Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

1 час

Практические занятия

Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

1 час

2.5 Способы ориентирования

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейные, точечные, звуковой ориентир, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.

Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути).

Протокол движения.

1 час

Практические занятия

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

1 час

2.6 Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки

Теория. Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута по Солнцу в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, ее нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных

ориентиров. Выход на крупные ориентиры, к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

1 часа

Практические занятия

Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по восстановлению местонахождения.

1 часа

3. Спасательные работы

3.1. ЧС на маршруте

Теория. Чрезвычайные ситуации. ЧС различного происхождения. Экстремальные ситуации. Правила безопасного поведения в походе, действия в экстремальных условиях и при чрезвычайных ситуациях.

2 часа

Практические занятия

Рассмотреть характерные особенности чрезвычайных ситуаций природного характера и их возможные последствия. Прохождение полосы препятствий.

2 часа

3.2. Экипировка туриста-спасателя

Теория. Экипировка туриста-спасателя: виды, назначение, приемы использования.

1 час

Практические занятия

Подгонка снаряжения. Работа со снаряжением.

1 час

3.3. Оборудование для организации спасательных работ

Теория. Оборудование для организации спасательных работ: виды, назначение, приемы использования.

1 час

Практические занятия

Работа с оборудованием при поисково-спасательных работах (ПСР).

Наведение переправ и преодоление природных препятствий без пострадавших.

1 час

3.4. Лыжная подготовка.

Практические занятия.

Движение на лыжах по равнинной и пересеченной местности. Спуск на лыжах по склону в высокой, средней и низкой стойке. Торможение плугом и полуплугом, Вынужденная остановка падением. Движение по заснеженным и обледенелым склонам на лыжах. Меры страховки и самозадержания.

14 часов

3.5. Преодоление туристских препятствий.

Теория. Переправа по веревке и бревну с перилами. Подъем и спуск по склону на схватывающем узле. Навесная переправа. Траверс склона.

2 часа

Практические занятия

Преодоление полосы препятствий из изученных элементов.

8 часов

3.6 Основные приемы оказания первой доврачебной помощи

Теория. Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм.

Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания.

Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

2 часа.

Практические занятия

Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

6 часов

3.7. Приемы транспортировки пострадавшего

Теория. Зависимость способа переноски и транспортировки пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

2 часа

Практические занятия

Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных способов транспортировки пострадавшего.

Прохождение дистанции «поисково-спасательные работы»

4 часа

3.8 Выживание в автономных условиях

Теория. Вынужденная и добровольная автономия.

Самосохранение и психологическая саморегуляция при автономном существовании.

2 часа

Практические занятия

Поиск воды и пищи. Обеззараживание. Добыча огня и топлива. Подача сигналов бедствия. Сооружение временного жилища. Выбор направления выхода к людям. Прохождение маршрута выживания.

2 часа

3.9. Основы пожарно-прикладного спорта

Теория. Основные понятия пожарно-прикладного спорта (ППС). Средства пожаротушения. Поисково-спасательные работы (ПСР) при пожарах. Помощь пострадавшим от пожара. Предотвращение пожаров в походе.

4 часа

Практические занятия

Работа с пожарными рукавами. Преодоление щита. Одевание пожарной боевки. Прохождение пожарно-тактической полосы

18 часов

4. Туристские слеты и соревнования

4.1. Виды туристских соревнований. Соревнования юных спасателей.

Подготовка к соревнованиям

Теория. Задачи туристских слетов и соревнований. Организация слетов, судейская коллегия, участники. Положения о слете и соревнованиях, условия проведения. Выбор места проведения, размещения участников и судей, оборудование места соревнований. Порядок проведения, информация. Подведение итогов и награждение победителей. Медицинское обеспечение. Охрана природы. Подготовка инвентаря и оборудования, необходимого для проведения соревнования и оформления мест проведения.

Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников. Личное и командное снаряжение участников. Меры безопасности при проведении туристских слетов и соревнований.

2 часа

Практические занятия

Участие в туристских соревнованиях школы, учреждения дополнительного образования, района в качестве участников.

24 часа

4. Ожидаемые результаты

По окончании обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе обучающиеся приобретут:

Предметные результаты:

- умение подготовиться и сходить в поход, принять участие в туристских соревнованиях;

- умение ориентироваться на местности, оказать первую доврачебную помощь, использовать самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий, проходить полосы препятствия. Умение работать со снаряжением, с оборудованием при поисково-спасательных работах, наводить переправы и преодолевать природные препятствия без пострадавших.

Метапредметные результаты:

- умение ориентироваться в информационном пространстве, работать в команде;

- навыки работы с картами и схемами.

Личностные результаты:

- развитие критического мышления;
- развитие творческой инициативы, самостоятельности, способности выдерживать нагрузки.

В конце учебного года обучающиеся должны совершить туристский поход или принять участие в туристских соревнованиях.

1. Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации программы необходимы оборудованные места проведения занятий:

- учебный кабинет;
- спортивный зал;
- учебный природный полигон с пересеченным характером местности;
- учебный природный полигон с наличием спортивной карты местности;

Объединение дополнительного образования должно быть обеспечено необходимым снаряжением и оборудованием:

Перечень группового оборудования и снаряжения (на объединение):

№	наименование	количество
1.	Палатка с тентом	4
2.	Тент кухонный	1
3.	Котлы (комплект)	1
4.	Таганок	1
5.	Топор	2
6.	Пила	1
7.	Медаптечка	1
8.	Ремнабор	1
9.	Веревка основная 20 м.	4
10.	Веревка основная 30 м	4
11.	Веревка основная 40 м.	3
12.	Веревка основная 60 м	2
13.	Локальная петля	10
14.	Карабин	30
15.	Полиспаст	1
16.	Носилки	1
17.	Волокуши	1
18.	Слайдопроектор	1
19.	Контрольные пункты, компостеры	20

Перечень личного оборудования и снаряжения (на 1 учащегося):

№№	наименование	количество
1.	Рюкзак с вкладышем	1
2.	Спальник	1
3.	Коврик туристский	1
4.	КЛИМН	1
5.	Компас	1
6.	Страховочная система	1
7.	Репшнур	2
8.	Ус самостраховки	2

9.	Карабин	4
10.	Спусковое устройство	1
11.	Жумар	1
12.	Каска	1
13.	Рукавицы брезентовые	1
14.	Лыжи, лыжные ботинки, лыжные палки	1
15.	Бахилы	1
16.	Маска ветрозащитная	1
17.	Планшет для карты	1

2. Кадровое обеспечение

Уровень образования педагога: среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлениям, соответствующим направлениям дополнительных общеобразовательных программ, реализуемых организацией, осуществляющей образовательную деятельность) и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам

Руководителем детского объединения, реализующим программу, может быть педагог дополнительного образования, прошедший инструктаж по обеспечению безопасности жизнедеятельности и обучение по дополнительным общеобразовательным программам.

6. Методические материалы

Отличительной особенностью данной программы является ориентация на компетентностный подход, позволяющий обучающимся развивать и наращивать предметные и межпредметные компетенции, необходимые для решения задач в туристско-краеведческой направленности.

Программой предусматриваются следующий методический инструментарий:

Формы организации учебной деятельности:

- групповая;
- индивидуальная (самостоятельная).

Формы занятий:

- практическое занятие;
- беседа, лекция.

Используемые методы в рамках занятий: кейс-метод, проектный метод, проблемное обучение, ТРИЗ-метод.

Виды учебной деятельности в рамках занятий:

- поиск и анализ информации;
- анализ и решение проблемных ситуаций;
- просмотр презентаций и видеороликов;
- участие в соревнованиях, походе;
- публичное выступление и защита.

В процессе выполнения самостоятельной работы можно выделить следующие уровни:

- познавательная деятельность обучающегося проявляется в узнавании, осмыслении, запоминании. Цель такого рода работ - закрепление знаний, формирование умений, навыков.
- реконструктивные самостоятельные работы. В ходе таких работ происходит перестройка решений, составление плана, тезисов, аннотирование.
- творческая самостоятельная работа требует анализа проблемной ситуации, получения новой информации. Обучаемый самостоятельно производит выбор средств и методов решения.

7. Календарный учебный график

Год обучения	I полугодие		II полугодие			Всего учебных недель
	Начало учебного года (дата)	16 недель	20 недель		Окончание учебного года (дата)	
1 год	1 сентября	У П	У И		31 мая	36

-
- **Условные обозначения:**
- У – учебные занятия по расписанию
- П – промежуточная аттестация
- И – итоговая аттестация

8. Оценочные материалы

Оценочные материалы включают в себя: тесты, критерии оценки результатов деятельности обучающихся. Педагог подбирает их самостоятельно, формируя свой методический кейс.

1. Критерии оценивания при собеседовании, тестах:

Отлично: 95% - 100% правильных ответов, глубокие познания в освоенном материале.

Хорошо: 75% - 94% правильных ответов, материал освоен полностью, без существенных ошибок.

Удовлетворительно: 51% - 74% правильных ответов, материал освоен не полностью, имеются значительные пробелы в знаниях.

2. Форма промежуточной и итоговой аттестации – практическое участие обучающихся в туристских соревнованиях, походах. Оценка проводится методом педагогического наблюдения и анализа в процессе практической деятельности обучающегося по выполнению своих туристских обязанностей в туристском походе.

Критерии оценки освоения основных умений и навыков (оцениваются при участии обучающегося в походе)

№	Критерии Уровень освоения		Оценка
1.	Теоретические знания	Высокий уровень. Умение применять полученные знания на практике.	5

		Высокий и средний уровень. Ошибки в применении полученных знаний на практике.	4
		Средний и низкий уровень. Неумение применять знания на практике	3
2.	Практические умения	Освоение основных навыков и умений	5
		Недостаточное освоение. Необходима частичная помощь руководителя.	4
		Выполнение только с постоянной помощью руководителя.	3
3.	Самостоятельность в принятии решений и действиях	Самостоятелен в принятии решений и выполнении действий.	5
		Выполняет самообслуживание, испытывает затруднения в самостоятельном выполнении походных обязанностей.	4
		Не может выполнить походные обязанности и самообслуживание.	3
4.	Мотивированность на выполнение походных обязанностей	Высокий уровень. Минимальный контроль со стороны руководителя	5
		Средний уровень. Необходим контроль по ситуации	4
		Низкий уровень. Необходим постоянный контроль	3

19-20 баллов – высокий уровень

16-18 баллов – средний уровень

14-16 баллов – низкий уровень

9. Контрольно - измерительные материалы.

Материалы для проведения входного контроля

1 Собеседование

1) Какие виды входят в «школу безопасности»?

2) Что такое ориентирование?

3) Что такое «Школа безопасности»?

4) Назовите знаменитых уроженцев нашего города

2 Практическое задание

Практическое задание проводится в виде прохождения дистанции

«дисциплина – дистанция – личная» (таблица 5).

Таблица 5

Уровень освоения

Прохождение установленного

Оценка в баллах

материала

норматива (времени) «дисциплины-

дистанции-личной»

Низкий

51-80% от установленного норматива

1 – 4 балла

Средний

31-50% от установленного норматива

5 – 7 баллов

Высокий

10-30% от установленного норматива

8 – 10 баллов

Материалы для проведения промежуточной аттестации

1 Собеседование

1) Какие виды входят в раздел «школа безопасности»?

2) Какие правила поведения мы должны соблюдать на занятиях при изучении данной программы?

3) Что входит в личное снаряжение туриста - спасателя?

4) Перечислите все виды узлов.

5) Перечислите виды травм, требующих наложения жгута.

2 Практическое задание

Практическое задание проводится в виде прохождения «дисциплина – дистанция – личная» на время

Мониторинг метапредметных и личностных результатов обучения ребенка по дополнительной образовательной программе

№	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов	Методы диагностики
1	Умение использовать различные источники информации Умение использовать различные источники информации	низкий уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с источниками информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	1	наблюдение
		средний уровень (работает с источниками информации с помощью педагога или родителей);	3	
		максимальный уровень (работает с источниками информации самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	
2	Умение использовать различные способы поиска информации (в справочника	низкий уровень умений (обучающийся испытывает серьезные затруднения в поиске информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	1	Наблюдение
		средний уровень (осуществляет поиск информации с помощью	3	

	х, энциклопедиях, сети Интернет и др.)	педагога или родителей); максимальный уровень (использует различные способы поиска информации самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	
3	Умение работать в коллективе и нести личную ответственность за выполнение общего задания	низкий уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе в коллективе); средний уровень (работает в коллективе с помощью педагога); средний уровень (периодически контролирует себя сам) максимальный уровень (работает в коллективе самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	1 3 3 5	Наблюдение. Выполнение практико-ориентированных заданий
4	Умение слушать и слышать собеседника, вести диалог, излагать свою точку зрения и аргументировать ее	низкий уровень умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при ведении диалога, изложении своей точки зрения и аргументации ее); средний уровень (ребенок при ведении диалога, изложении своей точки зрения и аргументации ее работает с помощью педагога) максимальный уровень (ребенок при ведении диалога, изложении своей точки зрения и аргументации ее работает самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	1 3 5	Наблюдение Выполнение практико-ориентированных заданий
5	Умение контролировать свои поступки	низкий уровень (ребенок не контролирует себя самостоятельно) средний уровень (периодически контролирует себя сам) высокий уровень (ребенок постоянно контролирует себя сам)	1 3 5	Наблюдение
6	Проявление интереса к занятиям в объединении	Низкий уровень (участие ребенка в образовательной программе продиктован ребенку извне) средний уровень (участие ребенка в образовательной программе поддерживается ребенком периодически) высокий уровень (участие ребенка в образовательной программе поддерживается ребенком самостоятельно)	1 3 5	Наблюдение
7	Умение воспринимать общие дела, как свои	низкий уровень (избегает участия в общих делах) средний уровень (участвует при побуждении извне) высокий уровень (инициативен в общих делах)	1 3 5	Наблюдение

	собственные			
8	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	низкий уровень (завышенная самооценка)	1	Наблюдение Выполнение практико-ориентированных заданий
		средний уровень (заниженная самооценка)	3	
		высокий уровень (нормальная самооценка)	5	

Критерии оценивания:

Высокий уровень 28-40 баллов

Средний уровень 10-27 баллов

Низкий уровень до 9 баллов

10. Рабочая программа воспитания. Календарный план воспитательной работы

*Календарный учебный график** - это составная часть образовательной программы, определяющая даты начала и окончания учебных периодов/этапов, количество учебных недель или дней, продолжительность каникул, сроки контрольных процедур, организованных выездов, экспедиций и т.п.

**Организация дополнительного образования детей имеет право выбора оформления календарного учебного графика, закрепив его форму через локальный акт образовательной организации.*

Цель: создание оптимальных условий для развития, саморазвития и самореализации личности ребенка, востребованной в современном обществе

Задачи:

- Развитие форм включения детей в интеллектуально-познавательную, творческую, общественно-полезную, художественно-эстетическую, игровую деятельность;
- Формирование культуры здоровья и здорового образа жизни;
- Организация профориентационной работы с обучающимися;
- Организация и проведение воспитательных мероприятий с обучающимися и их родителями (законными представителями).

Ожидаемые результаты:

1. Развита форма включения детей в интеллектуально-познавательную, творческую, общественно-полезную, художественно-эстетическую, игровую деятельность;
2. Сформирована культура здоровья и здорового образа жизни;
3. Организована профориентационная работа с обучающимися;
4. Организованы и проведены воспитательные мероприятия с обучающимися и их родителями (законными представителями).

2022 год в России – Год народного искусства и культурного наследия

№	Мероприятия	Сроки
1. Массовые мероприятия с обучающимися		
1.1		
2. Работа с родителями		

11. Список литературы

1. *Алексеев А.Л.* Питание в туристском походе. - М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. *Алешин В.М., Серебrenиков А.В.* Туристская топография. - М., Профиздат, 1985.
3. *Амундсен Р.* Собрание сочинений. 1-5 том. Ленинград, изд. Главсевморпути, 1937.
4. *Антропов К., Расторгуев М.* Узлы. - М., ЦДЮТур РФ, 1994.
5. *Аппенянский А.И.* Физическая тренировка в туризме. - М., ЦРИБ «Турист», 1989.
6. *Арсеньев В.К.* В дебрях Уссурийского края. - М.: Моск. рабочий, 1956.
7. *Баленко С.В.* Школа выживания. /Приложение к журналу «Зарубежное военное обозрение». - М., часть 1 - 1992, часть 2- 1994 г.
8. *Бардин К.В.* Азбука туризма. - М.: Просвещение, 1981.
9. *Березина Н., Лисе О., Самсонов С.* Мир зеленого безмолвия. - М.: Мысль, 1983.
10. *Берман А.Е.* Путешествия на лыжах. - М.: ФиС, 1968.
11. *Бринк И.Ю., Бондарец М.П.* Ателье туриста. - М.: ФиС, 1990.
12. *Варламов В.Г.* Основы безопасности в пешем походе. - М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
13. *Волков Н.Н.* Спортивные походы в горах. - М.: ФиС, 1974.
14. *Воловик В.Г.* Академия выживания. - М.: ТОЛК, 1996.
15. *Волович В.Г.* Как выжить в экстремальной ситуации. - М.: Знание, 1990.
16. *Выживание в экстремальных условиях.* - М.: ИПЦ «Русский раритет», 1993.
17. *Выживание /Сост. С.И.Коледа, П.Н. Драчев.* - Минск, 000 «Лазуррак», 1996.
18. *Ганиченко Л.Г.* Котелок над костром. - М.: ИД «Вокруг света», 1994.
19. *Ганопольский В.И.* Организация и подготовка спортивного туристского похода. - М.: ЦРИБ «Турист», 1986.
20. *Григорьев В.Н.* Водный туризм. - М.: Профиздат, 1990.
21. *Губанов И.Л., Крылова И.Л., Тихонова В.Л.* Дикорастущие полезные растения СССР. - М.: Мысль, 1976.
22. *Захаров П.П.* Инструктору альпинизма. - М.: ФиС, 1988.
23. *Зорина Т.Г.* Школьникам о лесе. - М.: Лесная промышленность, 1971.
24. *Иванов Е.И.* Судейство соревнований по спортивному ориентированию. - М.: ФиС, 1978.
25. *Казанцев А.Л.* Организация и проведение соревнований школьников по спортивному ориентированию на местности. - М.: ЦДЭТС МП РСФСР, 1985.
27. *Клан Я., Ванчур Б.* Грибы. - Прага, Артия, 1984.

28. *Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.Л.* Туристские слеты и соревнования. - М.: Профиздат, 1984.
29. *Константинов Ю.С.* Туристские слеты и соревнования учащихся. Изд. 2-е. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003.
30. *Константинов Ю.С.* Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей. - М.: ЦДЮТиК, 2001.
31. *Константинов Ю.С.* Детско-юношеский туризм. - М.: ФЦДЮТиК, 2006.
32. *Константинов Ю.С., Глаголева О.Л.* Уроки ориентирования. - М.: ФЦДЮТиК, 2005.
33. *Константинов Ю.С., Куликов В.М.* Педагогика школьного туризма. Изд. 2-е. - М.: ФЦДЮТиК, 2006.
34. *Коструб А.Л.* Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат, 1997.
35. *Кошельков С.Л.* Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
36. Краткий справочник туриста. - М.: Профиздат, 1985.
37. *Кублицкии Г.* Весь шар земной. - М.: Детская литература, 1986.
38. *Кук Ф.* Мое обретение полюса. - М.: Мысль, 1987.
39. *Куликов В.М.* Походная туристская игротка. Сборники №1,2.- М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994.
40. *Куликов В.М., Константинов Ю.С.* Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТур Минобразования России, 1997.
41. *Куликов В.М., Ротштейн Л.М.* Школа туристских вожаков. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
42. *Лондон Д.* Любовь к жизни. - Архангельск, Северо-Западное книжное издательство, 1977.
43. *Лукоянов П.И.* Лыжные спортивные походы. - М.: ФиС, 1988.
44. *Лукоянов П.И.* Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
45. Обеспечение безопасности в водных путешествиях. - М.: ЦРИБ «Турист», 1976.
46. *Маслов А.Г.* Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности». - М.: Гуманит.-изд.центр ВЛАДОС, 2000.
47. *Маслов А.Г.* Организация работы и финансирование туристско - краеведческих объединений учащихся. - М.: ЦДЮТур Минобразования России, 1999.
48. *Маслов А.Г., Константинов Ю.С.* Программа обучения жизненным
49. навыкам в системе дополнительного образования. - М.; МТО-ХОЛДИНГ, 2001.
50. *Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А.* Полевые туристские лагеря. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2000.
51. *Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н.* Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. - М.: Академия, 2004.
52. *Нурмиаа В.* Спортивное ориентирование. - М.: ФСО РФ, 1997.

53. *Огородников Б.И.* С картой и компасом по ступеням ГТО. - М.: ФиС, 1989.
54. Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристской группы. - М.: ЦРИБ «Турист», 1981.
55. Основы медицинских знаний учащихся /Под ред. М.И.Гоголева. - М.: Просвещение, 1991.
56. Параметры риска /Сост. Л.Репин. - М.: Молодая гвардия, 1987.
57. *Пармузин ЮЛ.* Тайга СССР. - М.: Мысль, 1985.
58. *Попчиковский В.К).* Организация и проведение туристских походов. - М.гПрофиздат, 1987.
59. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
60. *Ропыштейн Л.М.* Школьный туристский лагерь. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1993.
61. *Рыж.авский Г.Я.* Биваки. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
62. Самодельное туристское снаряжение /Сост. П.И. Лукоянов. - М.: ФиС, 1986.
63. Словарь юного туриста /Сост. В.М.Куликов, Л.М.Ротштейн, Ю.В.Константинова. - М.: ФЦДЮТиК. 2004.
64. Справочник путешественника и краеведа /Под. ред. Обручева СВ. Том 1 и 2. - Гос. издательство географической литературы, 1949-50.
65. *Столярен ко А.М.* Экстремальная психопедагогика. - М.: 2002.
66. *Стрижев ЮА.* Тт/ристу о природе. - М.: Профиздат, 1986.
67. Туристская игротка. Вып. 3, 4. /Сост. Л.М.Ротштейн. - М.: ЦДЮ-ТиК, 2001,2003.
68. Туризм и краеведение. Сборник программ. - М.; Советский спорт, 2005.
69. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник для институтов и техникумов физической культуры. /Сост. Ганопольский В.И. - М.: ФиС, 1987.
70. *Тыкул В.И.* Спортивное ориентирование. Пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений. - М.: Просвещение, 1990.
71. *Усыскин Г.С.* В классе, в парке, в лесу. ~ М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
72. *Уховский Ф.С.* Уроки ориентирования. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
73. *Федоров Ф.В.* Дикорастущие пищевые растения. - Чебоксары, Чувашское книжное издательство, 1989.
74. *Федосеев Г.* Смерть меня подождет. - М.: Молодая гвардия, 1964.
75. *Шибает Л.В.* В горах. Программированные задания. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
76. *Шибает А.В.* Переправа. Программированные задания. - М.: ЦДЮТурМО РФ, 1996.
77. *Шибает А.В.* Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени? Умеете ли вы предсказывать погоду? - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
78. Школа альпинизма. - М.: ФиС, 1989.

79. *Итюрмер ЮЛ.* Общественно полезная работа самодеятельных туристов. - М.: ЦРИБ «Турист», 1990.
80. *Штюрмер ЮЛ.* Опасности в туризме, мнимые и действительные. - М.: ФиС, 1983.
81. *Штюрмер ЮЛ.* Профилактика туристского травматизма. - М.: ЦРИБ «Турист», 1992.
82. Энциклопедия туриста. - М.: Научное издательство «Большая Российская энциклопедия», 1993.