

Управление образования Администрации города Нижний Тагил
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №95

Принята на заседании
педагогического совета
СОШ № 95
протокол от 26.05.2025 г. №15

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №95 МБОУ:
Е.В.Репина
Приказ №99/2 от 30.05.25



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«Юный спасатель»

Возраст обучающихся: 12-14 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Бадасян Жанна Юрьевна
учитель ОБЖ
МБОУ СОШ №95

г. Нижний Тагил
2025

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Адресат программы
- 1.3. Объем и срок освоения программы
- 1.4. Форма обучения
- 1.5. Особенности организации образовательного процесса. Режим занятий
- 1.6. Цель и задачи программы
- 1.7. Содержание программы: учебный план программы, содержание учебного плана
- 1.8. Планируемые результаты

Раздел 2. Комплекс организационно - педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график, календарно-тематическое планирование
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Формы аттестации
- 2.4. Оценочные материалы
- 2.5. Методические материалы
- 2.6. Рабочие программы (модули) курсов, дисциплин программы
- 2.7. Список литературы

Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы туристско-краеведческая.

Актуальность программы

Согласно Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, (Распоряжение правительства РФ 678-р от 31 марта 2022 года) по ее реализации дают возможность обучающимся проявить себя в социально значимой практической деятельности. Туристско – краеведческая деятельность во всех её формах способствует всестороннему развитию личности ребёнка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. Формирование практических навыков ориентирования и исследования природы на практике в полевых условиях позволяет актуализировать географические, биологические, краеведческие знания, общение во внеучебной обстановке позволяет формировать коммуникативные компетенции у учащихся. Обработка собранных во время походов материалов позволяет проводить с учащимися научные исследования самого разного характера.

Данная дополнительная общеразвивающая программа «Юный спасатель» составлена на основе следующих документов: Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», который также гарантирует право каждого человека в Российской Федерации на образование (статья 5). СанПин постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 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» (далее – СанПиН).

Деятельность «Юных спасателей» во всех ее формах способствует двустороннему развитию личности ребенка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Актуальность данной программы в том, что ее содержание отражает основные принципы построения безопасного образования детей, начиная с подросткового возраста. В ходе реализации программы школьники изучают защиту от чрезвычайных ситуаций и ведения аварийно-спасательных работ, приобрести опыт прохождения туристских маршрутов и навыки основ выживания в экстремальных условиях, изучить инструменты и приборы для ведения спасательных работ, средства защиты от поражающих факторов, способы оказания первой медицинской помощи, меры безопасности при ведении аварийно-спасательных работ, развитие морально-психологической готовности к действиям в экстремальных ситуациях.

Отличительные особенности программы

Дополнительная общеобразовательная программа туристско-краеведческой направленности «Юный спасатель» составлена в соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации № 547 от 04.09.03 г. "О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и

техногенного характера", на основе программы "Юный спасатель" Лебедева Ю.Н. зам. директора по обеспечению безопасности г. Москва 2005 год.

Отличительная особенность данной программы дополнительного образования «Юный спасатель» заключается в том, что особое внимание уделяется выездным практическим занятиям. Программа характеризуется многообразием форм и методов. Часть занятий теоретического плана ведутся методом рассказа, беседы, показа. Большая часть программы осваивается выполнением практических действий - тренировки. Основной отличительной особенностью является, то, что по итогам обучения участники объединения принимают участие в многодневном слете.

1.2. Адресат программы

Организация работы с подростками в области защиты от чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного, криминогенного характера), подготовки к действиям в чрезвычайных условиях, а также формирование активной позитивной жизненной позиции у подрастающего поколения являются актуальными направлениями любой воспитательной системы.

Она способствует развитию у подростков чувства самосохранения, умения быстро принимать правильные решения в экстремальных ситуациях различного характера.

Программа объединения рассчитана на учащихся 12-14 лет и предусматривает приобретение ими основных знаний о технике и тактике туризма, ориентировании на местности, ведению спасательных работ, оказании первой помощи, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для получения спортивных разрядов по туризму, туристическому многоборью, спортивному ориентированию, спасательному многоборью, альпинизму, скалолазанию.

1.3. Объем и срок освоения программы

Общий объем освоения программы -153 часа.

Программа рассчитана на 3 года обучения:

1 год обучения: 51 час в год

2 год обучения: 51 час в год

3 год обучения: 51 час в год

1.4. Форма обучения

Форма обучения – очная.

Теоретическое и практическое занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик. Преподаватель воспитывает у учащихся умение и навык самостоятельного принятия решений, неукоснительного выполнения требований «Инструкции по организации и проведению туристских походов».

Обязательным условием является практическое участие обучающихся в подготовке ксоревнованию. Для проведения теоретических и практических занятий рекомендуется привлекать врачей, спасателей.

Практические занятия проводятся в 1-3 дневных учебно-тренировочных похода, во время проведения туристских мероприятий, экскурсий, а также на местности (на пришкольном участке, стадионе, в парке) и в помещении (в классе, спортзале). В период осенних, зимних, весенних

каникул практические навыки отрабатываются в многодневных походах, учебно – тренировочных походах, на соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях. Особое внимание необходимо обратить на общую и специальную физическую подготовку занимающихся в объединениях детей.

После каждого года обучения за рамками учебных часов планируется участие в многодневном слете.

1.5. Особенности организации образовательного процесса. Режим занятий

Режим занятий – периодичность и продолжительность занятий.

Продолжительность одного академического часа – 40 мин.

Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Общее количество часов в неделю – 1,5 час.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1,5 часа.

1.6. Цель и задачи программы

Цель: формирование сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, правильного поведения в экстремальной ситуации, устойчивых личностных качеств, навыков и умений, необходимых для юного спасателя.

Задачи:

Обучающие:

- обучить учащихся действиям, которые будут использоваться как «подводящие» упражнения, либо как средства избирательного воздействия на развитие отдельных физических качеств, способностей;
- обучение навыкам оказания первой доврачебной помощи;
- совершенствовать двигательные умения и навыки прикладного характера, развить двигательные качества на основе общей физической подготовленности.
- пропаганда и изучение правил пожарной безопасности.

Развивающие:

- всестороннее совершенствование личностных качеств: психологическая устойчивость, физическая сила, выносливость, быстрота принятия решений, наличие необходимых знаний и навыков, позволяющих успешно действовать в экстремальных ситуациях;
- развитие памяти, логического мышления и мотивации личности к познанию;
- развитие внимательности и осторожности.

Воспитательные:

- ориентация на труд, собственные усилия;
- удовлетворение потребности детей в общении;
- воспитание приоритета общественных ценностей;
- организация содержательного досуга.

1.7. Содержание программы

Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы предполагает освоение детьми основ туризма, ориентирования, знакомство с проведением соревнований «Юный спасатель» (в качестве участников).

Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик. Преподаватель должен воспитывать у учащихся умение и навык самостоятельного принятия решений, неукоснительного выполнения требований «Инструкции по организации и проведению туристских походов».

Обязательным условием является практическое участие обучающихся в соревнованиях. Для проведения теоретических и практических занятий рекомендуется привлекать врачей, спасателей.

Практические знания проводятся в 1-3 дневных учебно-тренировочных походах, во время проведения туристских мероприятий, экскурсий, а также на местности (на пришкольном участке, стадионе, в парке) и в помещении (в классе, спортзале). В период осенних, зимних, весенних каникул практические навыки отрабатываются в многодневных степенных или категоричных походах, учебно – тренировочных походах, на соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях.

После года обучения за рамками учебных часов планируется участие в многодневном слете.

Учебный план к дополнительной общеобразовательной программе «Юный спасатель»

№ п/п	Название модуля	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	1-ый год обучения	51	18	33	Исследовательский проект Походы (подготовка и проведение; конкурс отчетов)
2	2-ой год обучения	51	17	34	Исследовательский проект Походы (подготовка и проведение; конкурс отчетов)
3	3-ой год обучения	51	15	36	Исследовательский проект Походы (подготовка и проведение; конкурс отчетов)

Модуль 1
1 год обучения к программе» «Юный спасатель»

№	Темы разделов	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Туристские путешествия. История развития туризма.	3	2	1	опрос
2.	Снаряжение для обеспечения жизнедеятельности в условиях природной среды	4	2	2	зачёт
3.	Основы топографии, туристическая подготовка и альпинизм.	10	6	4	контрольные упражнения
4.	Оказание помощи людям в условиях природной среды.	4	2	2	наблюдение за действиями обучающихся
5.	Основы первой помощи	13	3	10	Контрольные упражнения, теоретический зачет
6.	Аварийно – спасательные работы	7	1	6	беседа, опрос (устный)
7.	Физическая подготовка	4	1	3	контрольные упражнения
8.	Основы автономного существования в различных условиях	6	1	5	ситуативные игры
		51	18	33	

Содержание учебного плана
Модуль 1 год обучения. 51 часа.

Тема: 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 и их роль. История развития туризма в России. Организация физической культуры, спорта и туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии спорта и детско-юношеского туризма. Виды туризма и их характеристика. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный, познавательный, внутренний и зарубежный туризм. Оздоровительный туризм.

Практические занятия

Работа с источниками информации, разработка и оформление проектов, экскурсия на городскую станцию юных туристов «Полнос».

Тема: Снаряжение для обеспечения жизнедеятельности в условиях природной среды (36 часов)

Теория

Перечень личного снаряжения для участия в тренировочном и многодневном походе, требования к нему. Растительный и животный мир. Специальное снаряжение. Правила хранения и эксплуатации снаряжения. Основные правила укладки снаряжения. Предметы личной гигиены. Личная посуда туриста и требования к ней. Костровое снаряжение. Туристская походная печка. Кухонное снаряжение. Ремонтный набор. Медицинская аптечка.

Навигационное оборудование и снаряжение. Специальное туристское снаряжение. Оборудование и снаряжение для краеведческих наблюдений и исследований. Меры безопасности и правила поведения в природной среде. Передвижение людей в условиях пересеченной местности. Организация быта в походе. Правила поведения в лесу. Правила передвижения группы по различным формам рельефа (лес, болото, осыпи, тропы, буреломы).

Практика: Распознавание предметов первой необходимости в условиях природной среды. Преодоление завалов, лесных зарослей, заболоченных участков. Отработка основных правил поведения человека в условиях природной среды. Укладка группового и личного снаряжения.. Практическое занятие по укладке специального снаряжения. Преодоление подвесного бревна. Преодоление заболоченного участка при помощи жердей. Состав медицинской аптечки и ее назначение. Демонстрация и проверка личного ремонтного набора и индивидуальной аптечки. Проверка кострового снаряжения и отработка правильности его хранения.

Тема: Основы топографии, туристическая подготовка и альпинизм

Теория

Ориентирование в крупном городе, на местности по карте и без карты, движение по азимуту. Карта для спортивного ориентирования на местности. Значение карты для туризма и занятий ориентированием на местности. Ориентирование карты по сторонам горизонта. Масштаб карт. Виды масштабов. Измерение расстояния по карте и на местности. Топографические карты. Устройство компаса. Типы компасов. Правила обращения и работы с компасом. Определение азимута по компасу. Ориентирование карты по компасу. Узлы и их применение. Переправы через реки и овраги.

Переправа по бревну (горизонтальный маятник). Подъем со схватывающим, с подъемным устройством. Средства обеспечения индивидуальной страховки. Средства обеспечения групповой страховки. Работа с применением веревочного и тросового снаряжения. Техника лазания по различным видам рельефа.

Практические занятия

Выполнение практических заданий с картой и компасом. Отработка в природных условиях навыков использования карабина, страховки, обвязки. Практические задания по распознаванию и завязыванию узлов, навыков передвижения по пересеченной местности и использование самостраховки. Переправа через препятствия (параллельные перила, бабочка, навесная переправа).

Тема: Оказание помощи людям в условиях природной среды

Теория

Виды несчастных случаев и ЧС, угрожающих жизни и здоровью людей в условиях природной среды. Поиск и спасение людей при стихийных бедствиях. Использование подручных и специальных средств, для оказания помощи и спасения пострадавших. Способы оповещения населения и правила поведения при различных чрезвычайных ситуаций и их последствиях.

Аварии с выбросом отравляющих химических веществ. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожных покровов. Противогаз. Легкий защитный костюм Л-1. Общебойковой защитный комплект (ОЗК). Правила надевания противогаза, костюма Л-1, ОЗК.

Радиоактивное заражение местности при авариях на радиационно-опасных объектах.

Практические занятия

Отработка практических навыков подручных и специальных средств для оказания помощи пострадавшим. Надевание противогаза, костюма Л-1, ОЗК на время.

Тема: Основы первой помощи

Теория

Средства оказания первой помощи спасателя. Первой помощи при поражениях, кровотечениях, травматическом шоке. Первой помощи при переломах. Первой помощи при обморожениях и ожогах. Первой помощи при поражении отравляющими и опасными химическими веществами. Травмы головы, лица, глаз, носа, ушей. Основные проявления черепно-мозговой травмы. Порядок оказания первой помощи. Травма груди. Основные проявления травмы груди. Острая дыхательная недостаточность, пневмоторакс. Порядок оказания первой помощи. Проведение сердечно-легочной реанимации.

Практические занятия

отработка практических навыков по первой помощи при ранах и кровотечениях, при переломах, ушибах, вывихах; потертости, опрелости, мозоли и их профилактика; при ожогах, переохлаждении, тепловом ударе. Наложение повязок на конечности.

Тема: Аварийно – спасательные работы

Теория

Средства тушения пожаров и поиск пострадавших. Средства борьбы с пожаром. Тушение пожаров. Основы управления при ликвидации ЧС, знаки и сигналы. Ликвидация последствий заражения и радиоактивного заражения. Требования безопасности при ведении ПСР.

Правила поведения спасателей в зоне ЧС.

Спасательные работы на воде. Бросание спасательного круга и спасательного конца Александра. Знакомство с боевой одеждой пожарного. Соединение рукавов, разветвления и пожарного ствола. Прокладка рукавной линии.

Поисково-спасательные работы в горах, промзоне, пещерах.

Технические средства и оборудование, применяемые при ведении поисково-спасательных работ. Ликвидация последствий химического заражения.

Практические занятия

Транспортировка пострадавшего на носилках по сложному рельефу.

Отработка практических навыков бросания спасательного круга и спасательного конца Александра. Тренировка норматива по надеванию боевой одежды и снаряжения пожарного, отработка соединения рукавов, разветвления и пожарного ствола. Показ и демонстрация сигнала бедствия: международные знаки аварийной сигнализации: жестовые, кодовые.

Тема: Физическая подготовка

Теория

Влияние физических упражнений на организм туриста.

Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма. Общая физическая подготовка

Практические занятия

Легкая атлетика.

Бег на дистанции 30 м, 60 м, 100 м, бег по пересеченной местности (кросс) 2 – 5 км с преодолением естественных и искусственных препятствий.

Подвижные игры и эстафеты

Лыжный спорт

Классический и коньковый ход. Техника поворотов в движении. Преодоление на лыжах дистанции 3- 5 км на время. Спуск на лыжах по склону. Повороты и торможения во время спусков. Преодоление препятствий на лыжах. Подъем по склону «лесенкой», «елочкой», «серпантином».

Тема: Основы автономного существования в различных условиях

Теория

Возможные случаи автономного существования. Основы выживания: укрытия, добыча воды и еды, подача сигналов, бедствия. Правила поведения при вынужденной автономии. Проблемы вынужденного автономного существования. Аварийное приземление самолета в безлюдной местности. Переправа в условиях автономного существования. Движение по снежной равнине в течение нескольких дней. Поиск и очистка воды. Охота. Рыбная ловля. Способы хранения пищи в путешествии. Дикорастущие растения пригодные для пищи. Способы добывания огня без спичек. Защита ног в экстремальных условиях.

Практические занятия

Правила очистки воды. Разведение и укладывание шести типов костров, тушение тремя способами, заготовка сушняка, и дров, техника безопасности при использовании спичек. Отработка практических навыков в пешем походе и знакомство в природных условиях с растениями пригодными для пищи.

Модуль 2

2 год обучения к программе» «Юный спасатель»

№	Темы разделов	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы туристской подготовки	18	6	12	беседа, опрос (устный)
2.	Топография и ориентирование	9	4	5	соревнования по ориентированию
3.	Краеведение	3	1	2	викторина «Юный краевед»
4.	Основы медицинских знаний	11	4	7	контрольные упражнения
5.	Общая и специальная физическая часов	3	0	3	подвижные игры, эстафеты
6.	Начальная специальная подготовка	7	2	5	тестирование по Начальной специальной подготовка
		51	17	34	

Содержание учебного плана
Модуль 2 года обучения. 51 часа

1. Основы туристской подготовки.

Теория

1.1. Туристские путешествия. История развития туризма.

Роль туристских походов, путешествий, экскурсий в формировании характера человека, воспитании патриотизма, углублении знаний, полученных в школе, приобретении трудовых навыков, воспитании самостоятельности, чувства коллективизма.

История освоения России, знаменитые русские путешественники и исследователи. Книги, рассказывающие о путешествиях, и их авторы: Обручев, Арсеньев, Федосеев и др.

История развития туризма в России. Влияние государства и общественных организаций в различные периоды на развитие туризма. Современная организация туризма в стране. История развития детско-юношеского туризма в стране и в родном городе, районе. Туристские традиции своего коллектива. Знакомство с туристами-земляками.

Виды туризма: пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида туризма. Самодеятельный туризм, экскурсионный, международный.

Разрядные требования по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью, судейские звания.

1.2. Личное и групповое снаряжение

Требования к туристскому снаряжению; прочность, легкость, безопасность и удобство в эксплуатации, гигиеничность, эстетичность. Групповое и личное снаряжение туриста. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода. Обеспечение влагонепроницаемости рюкзака, палатки. Обувь туриста и уход за ней. Сушка и ремонт одежды и обуви в походе.

Кухонное оборудование для летних и зимних условий: таганки, тросики, каны, топоры и пилы, чехлы к ним. Заточка и разводка пилы, усовершенствование пил и топоров для похода. Ремонтный набор.

Снаряжение для краеведческой работы.

Специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабины, репшнуры, альпеншток.

Практические занятия

Комплектование личного и общественного снаряжения. Подгонка личного снаряжения. Изготовление, усовершенствование и ремонт снаряжения.

Теория

Организация туристского быта. Привалы и ночлеги

Требования к месту бивака:

- жизнеобеспечение — наличие питьевой воды, дров;
- безопасность — удаленность от населенных пунктов, расположение на высоких берегах рек, отсутствие на территории бивака сухих и гнилых деревьев;
- комфортность — продуваемость поляны, освещенность утренним солнцем, красивая панорама.

Организация бивака в безлесной зоне, в горах.

Установка палатки в различных условиях.

Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания. Разведение костра в сырую погоду, при сильном ветре, в сильном тумане.

Хранение кухонных и костровых принадлежностей, топора, пилы.

Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды.

Правила работы дежурных по кухне.

Практические занятия

Выбор места бивака. Самостоятельная работа по развешиванию и свертыванию лагеря.

Установка палаток в различных условиях. Заготовка дров — работа с пилой и топором.

Теория

Подготовка к походу, путешествию

Подбор группы и распределение обязанностей.

Оформление походной документации. Утверждение маршрутов многодневных походов в МКК.

Смотр готовности группы, его цели.

Подготовка снаряжения.

Смета расходов на подготовку и проведение похода.

Практические занятия

Изучение маршрутов учебно–тренировочных и зачетного (летнего) походов. Составление подробного плана–графика похода. Заполнение маршрутной документации. Составление сметы расходов.

Теория

Питание в туристском походе

Значение, режим и особенности питания в многодневном походе.

Калорийность, вес и нормы дневного рациона.

Способы уменьшения веса дневного рациона: использование сухих и сублимированных продуктов, ягод, грибов, свежей рыбы, съедобных растений.

Изменение режима питания в зависимости от условий дневного перехода.

Норма закладки продуктов. Составление меню, списка продуктов на день, на весь поход.

Практические занятия

Составление меню и списка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Теория

Техника и тактика в туристском походе

Понятие о тактике в туристском походе.

Тактика планирования нитки маршрута. Разработка плана–графика похода. Маршруты линейные и кольцевые. Радиальные выходы. Разработка запасных вариантов маршрута. Дневки. Заброска продуктов и переноска «челноком».

Изучение, разведка сложных участков маршрута. Определение способов их преодоления.

Перестроения колонны при преодолении сложных участков.

Подведение итогов дневного перехода и корректировка плана на следующий день.

Характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи, снежники.

Движение группы по дорогам и тропам. Разведка маршрута и, по необходимости, маркировка.

Техника движения на равнине по травянистой поверхности, песку, мокрому грунту, через кустарники, по камням, болоту.

Передвижение по тундре, карликовой растительности, стланику, высокотравью, густому кустарнику.

Движение в тайге. Сложности ориентирования. Техника преодоления завалов, густых зарослей, низинных заболоченных участков.

Движение в горах. Основные формы горного рельефа. Передвижение по травянистым склонам, осыпям различной величины, скалам. Правила ходьбы в горах (темп движения в зависимости от рельефа местности, правильная постановка стопы, правило трех точек опоры, исключение рывков и прыжков, интервал, движение серпантином и «в лоб», самостраховка альпенштоком, короткие привалы).

Использование силы трения, увеличение или уменьшение давления на поверхность.

Использование страховки и самостраховки на сложных участках маршрута. Использование специального снаряжения (страховочная система, веревки, карабины и т.д). Узлы: простой и двойной проводник, восьмерка, прямой, схватывающие узлы, встречный. Техника вязания узлов.

Броды через равнинные и горные реки: выбор места брода и способ прохождения. Страховка и самостраховка во время брода.

Практические занятия

Отработка техники движения и преодоления препятствий.

Теория

Туристские слеты и соревнования

Организация, проводящая мероприятие. Состав Оргкомитета, его функции. План его работы.

Утверждение главного судьи и комплектование судейской коллегии.

Выбор района проведения мероприятия, требования к нему (обеспечение безопасности, удобства подъезда и т.д.).

Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. Основные разделы правил.

Задачи и характер соревнований. Классификация соревнований.

Положение о соревнованиях. Работа мандатной комиссии. Порядок подачи и рассмотрения протестов.

Права и обязанности участников, представителей, тренеров.

Требования к снаряжению (личному и групповому) и форме одежды участников.

Порядок снятия команд и участников с соревнований.

Права и обязанности судей.

Меры по обеспечению безопасности при проведении туристских слетов, соревнований.

Разработка условий проведения соревнований.

Работа судей на этапах. Старший судья и судьи на этапах, их права и обязанности. Оборудование и оформление этапа и мест работы судей. Организация судейской страховки.

Инструктаж судей: условия преодоления этапа с показом вариантов правильного и неправильного его прохождения, трактовка нарушений и пользование таблицей штрафов. Непредусмотренные ситуации и действия судьи.

Судейская документация, порядок протоколирования и организация информации участников о допущенных нарушениях и штрафах.

Контрольное время на прохождение этапа, действие судьи в случае его превышения.

Практические занятия

Участие в разработке Положения и условий проведения школьных соревнований. Подготовка инвентаря и снаряжения для соревнований. Участие в выборе района соревнований, слета.

Участие в постановке этапов дистанции. Работа в качестве судей на этапах. Участие в соревнованиях.

Теория

Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе.

Основные причины возникновения аварийных ситуаций в туризме (слабая дисциплина, изменение состава группы, маршрута, недостаток снаряжения, неправильная техника и тактика преодоления естественных препятствий, слабая подготовленность группы и т.д.).

Разбор и анализ несчастных случаев в туризме.

Проверка туристских групп перед выходом в поход. Проверка схоженности группы. Знание маршрута всеми участниками группы, техническая, тактическая, физическая и морально–волевая подготовка участников группы.

Соответствие снаряжения и набора продуктов питания реальной сложности предстоящего маршрута. Адаптация в туризме и ее особенности применительно к видам туризма.

Психологическая совместимость людей в туристской группе и ее значение для безопасности похода. Условия, при которых проявляется несовместимость. Сознательная дисциплина — важнейший фактор успеха похода. Руководство и лидерство. Экстремальные ситуации в походе. Психология малых групп. Отношения, складывающиеся в группе. Факторы устойчивости группы.

Практические занятия

Разбор конкретных аварийных ситуаций в туризме, воспитание сознательной дисциплины, активная подготовка к походу всех участников. Психологический тренинг. Подготовка снаряжения к походам.

Теория

Действия группы в аварийных ситуациях.

Характеристика условий, затрудняющих нормальное движение и ориентирование. Тактические приемы выхода группы из аварийных ситуаций (остановка движения, разбивка лагеря, отход группы к месту предыдущей стоянки, продолжение движения до более подходящего места установки бивака).

Организация бивака в экстремальных ситуациях.

Повышение надежности страховки путем коллективных действий, соблюдение самостраховки.

Организация и тактика поиска группы, нарушившей контрольные сроки. Работа по спасению группы, терпящей бедствие. Порядок эвакуации группы с маршрута. Связь с поисково–спасательной службой и медицинскими учреждениями района похода.

Практические занятия

Отработка умений выживания и сохранения группы в экстремальных условиях. Практическое освоение современных средств и способов страховки и самостраховки в экстремальных условиях. Выработка тактики действия группы в конкретной аварийной ситуации в зависимости от вида туризма, местности и погодных условий.

Теория

Подведение итогов туристского путешествия

Разбор действий каждого участника и группы в целом. Отчеты ответственных за свою работу. Обработка собранных материалов. Подготовка маршрутной ленты, фотографий, описания по дням. Составление отчета о походе. Подготовка газеты по итогам похода.

Подготовка экспонатов для школьного музея.

Ремонт и сдача туристского инвентаря и снаряжения.

Практические занятия

Подготовка и составление отчета о походе. Ремонт туристского инвентаря и снаряжения. Подготовка отчетного вечера, выставки или газеты по итогам похода. Подготовка экспонатов для передачи в школьный музей.

2. Топография и ориентирование

Теория

Топографическая и спортивная карта

Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и зарамочное оформление. Генерализация топографической карты. Какие карты лучше использовать при проведении походов. Условные знаки топографических карт.

Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивных карт, виды спортивных карт: масштабные, внесмасштабные, линейные и площадные. Условные знаки: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть и сооружения на ней, растительный покров, местные предметы.

Изображение рельефа на топографических и спортивных картах. Отдельные типы рельефа: пойменный, мелкосопочник, овражно-балочный. Тщательное изображение различных форм рельефа на спортивных картах. Влияние рельефа на пути движения. Построение профиля маршрута.

Практические занятия

Упражнения на запоминание условных знаков. Изучение элементов рельефа по моделям и на местности. Определение по горизонталям различных форм рельефа. Выбор путей движения группы с учетом основных форм и элементов рельефа.

Теория

Компас. Работа с компасом

Компас, правила пользования им. Ориентирование карты и компаса. Азимут, снятие азимута с карты. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры. Взятие азимута на предмет.

Практические занятия

Упражнения по определению азимута, снятие азимута с карты. Тренировка на прохождение азимутальных отрезков, прохождение через контрольные пункты по азимуту без использования карты. Упражнения и соревнования на прохождение азимутальных дистанций в ограниченном коридоре.

Теория

Измерение расстояний

Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, обычной нитки.

Измерение среднего шага. Счет шагов при движении шагом, бегом на местности различной проходимости. Глазомерный способ измерения расстояния, необходимость постоянной тренировки глазомера. Определение пройденного расстояния по времени движения.

Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага.

Практические занятия

Измерение длины шага, построение графика перевода числа шагов в метры. Упражнения по отработке автоматизма при счете шагов, измерение различных отрезков на карте и на местности. Прохождение и пробегание отрезков различной длины. Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, определению ширины реки, оврага.

Теория

Способы ориентирования

Ориентирование в походе с помощью топографической карты, не дающей полной информации о местности. Определение своего местонахождения при наличии сходной (параллельной) ситуации.

Движение в походе при использовании кроки и схем участков маршрута.

Ориентирование при условии отсутствия видимости. Организация разведок в походе, опрос местных жителей, уточнение у них имеющихся карт и схем.

Движение по легенде — подробному описанию пути.

Особенности ориентирования в различных природных условиях: в горах, в тундре, на воде.

Ориентирование при использовании спортивной карты, определение точки своего стояния и выбор пути движения.

Практические занятия

Упражнения по определению точки своего местонахождения на местности при помощи карты.

Участие в соревнованиях по ориентированию.

Теория

Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки

Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды.

Определение сторон горизонта при помощи местных предметов, созданных природой и людьми, по растительности.

Причины, приводящие к потере ориентировки. Порядок действий в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной, параллельной ситуации на карте, попытка найти опорные ориентиры и подтвердить свои предположения. Необходимость выхода на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование троп, идущих в нужном направлении, движение по генеральному азимуту. Движение вдоль ручьев, рек, выход к жилью.

Поведение членов группы, необходимость жесткой дисциплины и отсутствия паники.

Действия отдельного члена группы, участника соревнований в случае потери им ориентировки.

Основная задача — движение по тропам и дорогам до выхода к населенным пунктам, стремление как можно меньше срезать тропинки, идти по азимуту. Обязательное извещение организаторов соревнований о своем местонахождении при выходе к людям во избежание напрасных поисковых работ.

Практические занятия

Упражнения по определению своего местонахождения на различных картах. Определение сторон горизонта по местным предметам, небесным светилам.

Теория

Соревнования по ориентированию

Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию. Виды стартов. Жеребьевка команд и участников. Обязанности участников соревнований.

Соревнования по ориентированию в заданном направлении, их характеристика. Соревнования на маркированной трассе. Соревнования по выбору, их разновидности, характеристика. Эстафетное ориентирование в заданном направлении. Определение результатов в соревнованиях по ориентированию.

Туристское ориентирование, движение по обозначенному маршруту. Отдельные виды ориентирования в программе туристских слетов и соревнований.

Практические занятия

Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию и туристскому ориентированию.

3. Краеведение

Теория

Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи

Территория и границы родного края. Рельеф, гидрография, растительность, полезные ископаемые и другие природные условия. Климат, его влияние на возможности занятий туризмом. Развитие промышленности, сельского хозяйства, транспорта. Характеристика населения.

История края, памятные события, происходившие на его территории. Знаменитые земляки, их роль в истории края.

Край в период Великой Отечественной войны. Настоящее и будущее родного края.

Экскурсионные объекты на территории края: исторические, архитектурные, природные, другие памятные места. Музеи. Промышленные и сельскохозяйственные предприятия.

История своего населенного пункта. Литература по изучению родного края.

Практические занятия

Экскурсии в музеи, посещение экскурсионных объектов. Работа со справочным материалом и литературой по истории края. Встречи с представителями науки и культуры, ветеранами войны и труда, интересными людьми.

Теория

Изучение района путешествия

Практические занятия

Выбор и изучение района похода, разработка маршрута.

Знакомство с отчетами туристских групп, совершивших поход в данном районе. Знакомство по литературным и другим источникам с историей, природой, климатом района путешествия. Пути подъезда к началу маршрута. Наличие экскурсионных объектов на маршруте. Учет времени на их посещение. Население данного района. Возможности пополнения продуктов на маршруте. Подготовка писем в адрес образовательных учреждений (школ, домов детского творчества и др.) с запросами по уточнению сведений о районе похода и о возможности остановки (ночлега) во время похода.

Теория

Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры

Содержание и методика краеведческих наблюдений по истории, географии, биологии, экологии, литературе и другим школьным предметам в соответствии с местными условиями.

Содержание заданий туристским группам от школы, от организаций и учреждений.

Деятельность по охране природы в условиях похода.

Изучение и охрана памятников истории и культуры. Виды памятников. Использование памятников истории и культуры в учебной и воспитательной работе.

Техника проведения краеведческих наблюдений и фиксации их: составление описаний, сбор образцов для коллекций, видео– и фотосъемка, зарисовки в походе, составление схем участков маршрута, нанесение подробностей и исправлений на карту маршрута.

Правила сбора и хранение реликтовых и других материалов. Редкие и охраняемые растения и животные.

Работа среди местного населения: участие в общественных мероприятиях, концерты самодеятельности, спортивные выступления, помощь сельским школам и лесничествам.

Практические занятия

Выполнение заданий государственных и общественных организаций. Проведение краеведческих наблюдений. Сбор гербариев, материалов для школьных музеев. Участие в работе среди местного населения.

4. Основы медицинских знаний.

Теория

Профилактика травматизма и заболеваний

Травмы и заболевания характерные в природной среде. Характеристика травм и заболеваний, меры по их профилактике.

Горные дезадаптации, признаки, первая помощь, прогноз и изменение тактики похода. Акклиматизация как средство профилактики горной болезни.

Инфекционные заболевания характерные в природной среде, причины их возникновения и механизм передачи. Признаки инфекционных заболеваний и оказание первой медицинской помощи пострадавшим.

Предупреждение обморожений и переохлаждений.

Гигиена туриста. Соблюдение правил личной гигиены в походе.

Основные принципы оказания первой медицинской помощи. Проведение осмотра пострадавшего, порядок его проведения (обеспечение проходимости дыхательных путей, наличие дыхания, наличие пульса).

Правила поведения оказывающего первую медицинскую помощь.

Практические занятия

Профилактика травм и заболеваний до выхода на маршрут и во время похода.

Теория

Средства оказания первой медицинской помощи

Состав медицинской аптечки туристской группы: перевязочные, дезинфицирующие и лекарственные средства, их характеристика.

Виды повязок и их назначение. Правила наложения повязок на голову, нижние и верхние конечности, грудь, спину, живот и т.д.

Порядок и правила использования и применения дезинфицирующих и лекарственных средств.

Порядок измерения температуры, пульса, артериального давления.

Согревающие и охлаждающие процедуры, их применение.

Практические занятия

Комплектование медицинской аптечки. Демонстрация и отработка правильной последовательности действий при осмотре, выборе и применении перевязочных материалов, дезинфицирующих и лекарственных средств.

Теория

Первая медицинская помощь при травмах

Общая характеристика повреждений. Основные правила оказания первой медицинской помощи при повреждениях и ранениях.

Характеристика различных видов кровотечений и их причины. Способы остановки кровотечений (давящая повязка, наложение жгута, пережатие артерий, сгибание конечностей). Особенности оказания первой медицинской помощи при внутреннем кровотечении. Оказание помощи при носовом кровотечении.

Характеристика различных видов травм (ушибы, растяжения и разрывы связок, вывихи, сдавливания). Причины и признаки травм. Правила оказания первой медицинской помощи при травмах.

Переломы костей и их причины. Характеристика различных видов переломов (открытые и закрытые). Правила оказания первой медицинской помощи при переломах.

Правила и способы транспортировки пострадавшего. Правила транспортной иммобилизации и дисмургия при повреждениях костей черепа и черепно-мозговой травме, позвоночника, таза, конечностей с применением подручных средств. Пневматические шины. Правильное положение тела пострадавшего при транспортировке. Техника транспортировки и страховка пострадавшего.

Практические занятия

Наложение повязок и остановка кровотечений. Наложение шин при подготовке к транспортировке пострадавшего. Изготовление транспортировочных средств. Практика переноски пострадавшего на длительные расстояния с соблюдением мер безопасности.

Теория

Первая медицинская помощь при острых состояниях и несчастных случаях

Причины и признаки укусов насекомых. Правила оказания первой медицинской помощи при укусах насекомых. Особенности оказания помощи при укусах клещей.

Причины и признаки укусов змеями, правила оказания помощи.

Причины и признаки утопления, правила оказания помощи.

Причины и признаки поражения электротоком и молнией, правила оказания помощи при электротравме и поражении молнией.

Причины и признаки термических и химических ожогов, правила оказания помощи при различных видах ожогов.

Причины и признаки отморожений и переохлаждений, правила оказания помощи.

Причины и признаки теплового и солнечного удара, правила оказания помощи.

Причины и признаки попадания инородных тел в глаза, ухо, полость рта, пищевод, дыхательные пути, правила оказания первой медицинской помощи.

Характеристика причин, вызывающих потерю сознания и остановку сердца. Причины потери сознания и остановки сердца. Сердечно-легочная реанимация и последовательность ее проведения (искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца).

Причины и признаки травматического шока, правила оказания помощи при травматическом шоке.

Причины и признаки обморока, правила оказания помощи.

Практические занятия

Демонстрация и отработка правильной последовательности действий при осмотре и выборе пособий при травмах и заболеваниях.

Теория

Первая медицинская помощь при отравлениях

Причины и признаки отравлений сильнодействующими ядовитыми веществами. Правила оказания первой медицинской помощи.

Причины и признаки отравления средствами бытовой химии, правила оказания помощи.

Причины и признаки отравления лекарственными и наркотическими препаратами, правила оказания помощи.

Причины и признаки пищевых отравлений, правила оказания помощи.

Причины и признаки отравления ядовитыми растениями, ягодами, грибами, правила оказания помощи.

Практические занятия

Отработка правил оказания помощи при отравлении лекарственными и наркотическими препаратами и ядовитыми растениями, ягодами, грибами.

5. Общая и специальная физическая подготовка

Теория

Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии на него физических упражнений

Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно–связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Изменение сердца под влиянием нагрузок различной интенсивности. Дыхание и газообмен. Постановка дыхания в процессе занятий.

Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности, совершенствование двигательных качеств человека (быстрота, сила, ловкость, выносливость).

Совершенствование координации движений под влиянием систематических занятий физической культурой и спортом.

Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом. Влияние занятий физическими упражнениями на обмен веществ.

Практические занятия

Ведение дневника самоконтроля. Изменение показателей при правильном и неправильном построении учебно–тренировочного процесса. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках

Теория

Объективные данные: вес, динамометрия, спирометрия. Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.

Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение.

Практические занятия

Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля. Изучение приемов самомассажа.

Теория

Общая физическая подготовка

Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке. Меры предупреждения переутомления.

Спортивный массаж и его применение в процессе тренировки, приемы самомассажа, противопоказания к массажу.

Практические занятия

Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки на месте и в движении.

Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.

Упражнения для туловища в различных исходных положениях на формирование правильной осанки: наклоны, повороты и вращения туловища, в положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.

Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Упражнения с предметами

Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки с вращением скакалки вперед, назад, на одной и обеих ногах, прыжки с поворотами в приседе и полуприседе.

Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.

Элементы акробатики

Кувырки (вперед, назад, в стороны) в группировке, полушпагат; полет–кувырок вперед с места и с разбега, перевороты (в стороны и вперед).

Подвижные игры и эстафеты

Игры с мячом. Игры бегом с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием. Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий с переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов. Игры на внимание, сообразительность, координацию.

Легкая атлетика

Бег на короткие дистанции — 30, 60, 100 м из различных исходных положений. Эстафетный бег на эти же дистанции. Бег по пересеченной местности (кросс) до 3—5 км с преодолением различных естественных и искусственных препятствий. Интервальный и переменный бег. Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной, пятерной прыжок и многоскоки. Метание гранаты, толкание ядра. Прыжки в высоту.

Лыжный спорт

Спортивные игры

Ручной мяч, баскетбол, футбол, волейбол.

6. Начальная специальная подготовка.

Теория

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Классификация чрезвычайных ситуаций.

Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясения, смерчи, цунами, наводнения, лавины, сели, оползни, камнепады, обвалы).

Чрезвычайные ситуации техногенного характера (аварии, обрушения, пожары и др.).

Чрезвычайные ситуации экологического характера (эпидемии, и др.).

Понятия опасных природных явлений, стихийных бедствий, аварий и катастроф.

Понятия опасности и определение опасных факторов.

История человечества - борьба за выживание.

Крупнейшие исторически известные катастрофы (гибель Помпеи и др.)

История создания спасательных служб в мире.

История создания спасательных служб на территории России.

Человек и окружающая среда. Факторы риска в современной техногенной среде.

Окружающая среда: природная, техногенная и бытовая. Взаимодействие человека в процесса деятельности с окружающей средой, аксиома о потенциальной опасности процесса взаимодействия. Понятие о риске.

Понятие о производственной среде. Источники и виды опасных и вредных факторов производственной среды, причины их возникновения. Производств и технические средства повышенной опасности. Пути негативного воздействия на биосферу, промышленные выбросы, твердые и жидкие отходы, энергетические излучения, аварии и катастрофы.

Бытовая среда. Источники и виды опасных и вредных факторов бытовой среды и их взаимосвязь с состоянием окружающей среды. Микроклимат, освещение жилых помещений, шум окружающей среды и их влияние на здоровье и безопасность деятельности. Электробезопасность при пользовании энергией в бытовых помещениях. Средства бытовой химии: правила пользования и оказание первой помощи при отравлениях и ожогах.

Практические занятия

Наблюдение и определение факторов риска в природной, городской и производственных сферах. Определение причин вредных факторов окружающей среды и выработка мер защиты.

Теория

Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС
Необходимость создания системы защиты населения от последствий чрезвычайных ситуаций. Цели и задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций (РСЧС), структура, управление и функционирование РСЧС, силы и средства РСЧС. Поисково-спасательные службы. Задачи системы обучения. Этапы и уровни подготовки спасателей. Формы и виды обучения спасателей. Специализированные курсы обучения спасателей.

Квалификационные требования к спасателям. Система аттестации и переаттестации спасателей и спасформирований.

Табель оснащения поисково-спасательной службы. Экипировка спасателя. Технические средства. Транспортные и транспортировочные средства. Средства связи и сигнализации. Медицинское обеспечение. Групповое и личное снаряжение. Назначение и применение различных видов снаряжения. Специальное снаряжение.

Практические занятия

Хранение и эксплуатация снаряжения, средств связи, транспорта.

Теория

Оказание помощи людям в условиях природной среды
Виды несчастных случаев, аварии и чрезвычайные ситуации, угрожающие жизни и здоровью людей в условиях природной среды. ЧС в туристских и альпинистских группах. Поиск и спасение людей при стихийных бедствиях. Использование подручных средств для оказания помощи и спасения пострадавших. Использование специальных спасательных средств.

Практические занятия

Подготовка мест проведения спасательных работ. Организация взаимодействия участников работ. Обеспечение страховки и самостраховки спасателей и пострадавших.

Модуль 3 3 год обучения к программе «Юный спасатель»

№	Темы разделов	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Я – спасатель. Базовый курс.	13	2	11	беседа, опрос (устный)
2.	Туристическая подготовка	9	4	5	контрольные упражнения

3.	Ориентирование.	8	2	6	тестирование: знание сторон света, работа с картой.
4.	Основы здорового образа жизни и медицинская подготовка	11	4	7	беседы, опрос (устный), ситуативные игры
5.	Психологическая и морально-волевая подготовка.	3	0	3	выполнение контрольных упражнений. Беседа.
6.	Общая и специальная физическая подготовка	7	3	4	выполнение нормативов
7	Спортивно-массовая деятельность.				выполнение контрольных упражнений
		51	15	36	

Содержание учебного плана
Модуль 3 года обучения. 51 часа

Раздел «Я – спасатель. Базовый курс»

Теория

Основы автономного существования в дикой природе. Экипировка спасателя. Подготовка экипировки спасателей. Технические средства, средства связи. Назначение и применение различных видов специального снаряжения. Юридические и правовые основы спасательной деятельности. Основы безопасности при проведении поисково-спасательных работ (ПСР).

Общие сведения о водоёмах. Оказание самопомощи и взаимопомощи, терпящим бедствие на воде. Поисково-спасательная работа на воде. Устройство и эксплуатация плавсредств, применяемых в ПСР. Приёмы спасения утопающего. Способы удаления воды из лёгких и желудка.

Виды и категории пожаров. Средства борьбы с пожарами.

Практические занятия

Хранение и эксплуатация снаряжения, средства связи, транспорта. Приборы радиационной, химической, биологической защиты (РХБЗ), их назначение.

Раздел «Туристская подготовка»

Теория

Усовершенствование туристического снаряжения применительно к условиям эксплуатации. Организация укрытий в полевых условиях. Требования к базированию. Преодоление препятствий. Техника и тактика преодоления туристских препятствий. Переправа через водные преграды. Специальная подготовка к походу.

Режим питания. Питьевой режим. Рекомендации по питьевому режиму. Водно-солевой баланс в организме.

Практические занятия

Вязка узлов (для палаток, лошадей; морские узлы, такелажные).

Раздел «Ориентирование»

Теория

штабные и немасштабные знаки. Площадные и точечные ориентиры. Способы изображения рельефа на карте. Типы рельефа (пойменный, мелкосаночник, овражно-балочный). Преодоление препятствий в заданном направлении. Организация и способы передвижения в соревнованиях по ориентированию по выбору и заданному направлению.

Практические занятия

Измерения с помощью курвиметра, измерение площадей, углов. Движение через промежуточные ориентиры. Движение по азимуту. Простейшие измерения на местности.

Раздел «Основы здорового образа жизни и медицинская подготовка»

Теория

Основы здорового образа жизни. Биологические ритмы. Спортивные травмы и их предупреждение. Санитарно-гигиенические нормы и требования к спортсмену-ориентировщику. Использование в питании природных ресурсов. Особенности питания в различных климатических условиях.

Практические занятия

Первая помощь при ожогах и перегреве тела, поражении молнией и электрическим током. Первая помощь при охлаждении тела и болезнях, обусловленных географической средой. Приемы наложения жгута. Временная остановка кровотечения. Особенности оказания первой медицинской помощи при ранениях головы, грудной клетки и живота. Первая помощь при потере сознания, сотрясении мозга, легкой и тяжелой контузии, шоке.

Способы удаления воды из лёгких и желудка.

Раздел «Психологическая и морально - волевая подготовка»

Теория

Психологические свойства спасателя. Морально-психологические требования к спасателю. Психологическая подготовка спасателей к действиям в чрезвычайных ситуациях. Самоанализ. Знакомство с элементами аутотренинга. Стресс в условиях соревнований. Регулировка стресса. Растрата психологической энергии. Развитие концентрации внимания в условиях соревнований. Развитие уверенности, самоуверенности.

Практические занятия

Упражнения на восприятие, внимание. Упражнения на наблюдательность, глазомер, чувство пространственной ориентации, воображение. Упражнения на наглядно - образную память, чувство времени и расстояния.

Раздел «Общая и специальная физическая подготовка»

Теория

Практическая часть Восстановление организма после тяжелых физических нагрузок. Развитие двигательных качеств. Специальные упражнения на развитие выносливости, силы, ловкости и др. Общеразвивающие упражнения с предметами: мячами, набивными мячами, со штангой, гирей, гантелями.

Практические занятия

Упражнения на метание гранаты, мяча и др. Упражнения в парах, единоборстве. Общеразвивающие и специальные упражнения на лыжах и с лыжами. Бег на лыжах с переменной скоростью. Бег на выносливость. Передвижения с переменной скоростью. Общеразвивающие упражнения с использованием полосы препятствий. Перелезание через препятствия. Общеразвивающие упражнения в сопротивлении. Игра в волейбол и баскетбол.

Раздел «Спортивно-массовая деятельность»

Теория

Общеразвивающие упражнения на гимнастических снарядах: на брусках, перекладине, кольцах. Общеразвивающие упражнения с элементами легкой атлетики. Упражнения с отягощениями (со штангой, гирей и др.). Общеразвивающие упражнения на гимнастической стенке. Общеразвивающие упражнения на тренажерах.

Практические занятия

Подготовка к соревнованиям. Участие в соревнованиях, сборах, походах. Выполнение нормативов (бег, прыжки в длину, (с места, с разбега), кросс, метание гранаты, прыжки в длину).

1.8. Планируемые результаты

В результате освоения учащимися дополнительной общеобразовательной программы «Юный спасатель» у обучающегося будут сформированы:

1.Метапредметные:

- о правилах ведения ЗОЖ,
- о правилах поведения человека в лесу, у водоемов, на болоте, в горах;
- о правилах передвижения по дорогам, о правилах обращения с огнем, о правилах обращения с опасными инструментами, об основных нормах гигиены;
- о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе; о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры, о рисках и угрозах нарушения этих норм;
- о действенных способах защиты природы, об истории и культуре родного края, развитие ценностного отношения к истории родного края, народу
- о основах выживания в климатических условиях;
- о применении коллективных и индивидуальных средств защиты
- о способах страховки и самостраховки.

2.Коммуникативные:

- об основах организации коллективной творческой деятельности, приобретения опыта организации совместной деятельности с другими школьниками, опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей, опыта волонтерской деятельности.

3.Личностные:

- развитие ценностного отношения школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к труду,
- приобретение опыта самообслуживания, самоорганизации и организации собственной деятельности.

Раздел №2. Комплекс организационно- педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Программа рассчитана на 34 учебные недели (244 календарных дня)

1 четверть	01.09.2025 – 26.10.2025.	8 н. (56 к.д.)
2 четверть	05.11.2025. – 30.12.2025.	8 н. (56 к.д)
3 четверть	09.01.2026 – 21.03.2026.	10н. 3д. (73 к. д.)
4 четверть	30.03.2026. – 27.05.2026.	8 н. 4 д. (59 к.д.)

Продолжительность каникул:

осенние	27.10.2025. – 04.11.2025.	9 дней
зимние	31.12.2025. – 08.01.2026.	9 дней
весенние	22.03.2026. – 29.03.2026.	8 дней
летние	28.05.2026. - 31.08.2026.	96 дней

Календарно-тематическое планирование

Модуль 1.

1 год обучения

№	Месяц	Темы разделов и занятий	Кол.часов
1.	Сентябрь	Инструктаж по технике безопасности	1,5 ч.
2.	Сентябрь	Виды туризма	1,5 ч.
3	Сентябрь	Понятие о спортивном туризме.	1,5 ч.
4.	Сентябрь	Тренировка к ТПТ.	1,5 ч.
5.	Октябрь	Тренировка по спортивному ориентированию.	1,5 ч.
6.	Октябрь	Предметы первой необходимости в условиях природной среды.	1,5 ч.
7.	Октябрь	Перечень личного снаряжения для участия в тренировочном и многодневном походе, требования к нему.	1,5 ч.
8.	Октябрь	Групповое и личное снаряжение.	1,5 ч.
9.	Ноябрь	Специальное снаряжение.	1,5 ч.
10.	Ноябрь	Правила передвижения группы по различным формам рельефа (болото, осыпи, тропы, буреломы).	1,5 ч.
11.	Ноябрь	Карта для спортивного ориентирования на местности.	1,5 ч.
12.	Ноябрь	Значение карты для туризма и занятий ориентированием на местности.	1,5 ч.
13.	Декабрь	Ориентирование карты по сторонам горизонта. Масштаб карт. Виды масштабов. Измерение расстояния по карте и на местности.	1,5 ч.
14.	Декабрь	Ориентирование в крупном городе, на местности по карте и без карты.	1,5 ч.
15.	Декабрь	Движение по азимуту.	1,5 ч.
16.	Декабрь	Топографические карты	1,5 ч.
17.	Январь	Устройство компаса. Типы компасов. Правила	1,5 ч.

		обращения и работы с компасом.	
18.	Январь	Определение азимута по компасу. Ориентирование карты по компасу.	1,5 ч.
19.	Февраль	Виды несчастных случаев и ЧС, угрожающих жизни и здоровью людей в условиях природной среды.	1,5 ч.
20.	Февраль	Способы оповещения населения и правила поведения при различных чрезвычайных ситуаций и их последствиях.	1,5 ч.
21.	Февраль	Аварии с выбросом отравляющих химических веществ.	1,5 ч.
22.	Февраль	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожных покровов.	1,5 ч.
23.	Март	Средства оказания первой помощи спасателя	1,5 ч.
24.	Март	Основы управления при ликвидации ЧС, знаки и сигналы	1,5 ч.
25.	Март	Надевание боевой одежды пожарного. Соединение рукавов, разветвления и пожарного ствола. Прокладка рукавной линии.	1,5 ч.
26.	Март	Сигналы бедствия: международные знаки аварийной сигнализации: жестовые, кодовые.	1,5 ч.
27.	Апрель	Транспортировка пострадавшего на носилках по сложному рельефу.	1,5 ч.
28.	Апрель	Поисково-спасательные работы в горах, промзоне, пещерах.	1,5 ч.
29.	Апрель	Технические средства и оборудование, применяемые при ведении поисково-спасательных работ.	1,5 ч.
30.	Апрель	Влияние физических упражнений на организм туриста.	1,5 ч.
31.	Апрель	Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма.	1,5 ч.
32.	Май	Возможные случаи автономного существования	1,5 ч.
33.	Май	Основные правила поведения в экстремальной ситуации.	1,5 ч.
34.	Май	Снаряжение для выживания. Носимый аварийный запас. Подготовка к многодневному походу.	1,5 ч.
Итого			51

Календарно-тематическое планирование
Модуль 2
2 год обучения

№	Месяц	Темы разделов и занятий	Кол. часов
1.	Сентябрь	Туристские путешествия, история развития туризма	1,5 ч.

2.	Сентябрь	Личное и групповое туристское снаряжение	1,5 ч.
3	Сентябрь	Личное и групповое туристское снаряжение	1,5 ч.
4.	Сентябрь	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	1,5 ч.
5.	Октябрь	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	1,5 ч.
6.	Октябрь	Подготовка к походу, путешествию	1,5 ч.
7.	Октябрь	Подготовка к походу, путешествию	1,5 ч.
8.	Октябрь	Питание в туристском походе	1,5 ч.
9.	Ноябрь	Техника и тактика в туристском походе	1,5 ч.
10.	Ноябрь	Техника и тактика в туристском походе	1,5 ч.
11.	Ноябрь	Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях	1,5 ч.
12.	Ноябрь	Туристские слеты и соревнования	1,5 ч.
13.	Декабрь	Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе	1,5 ч.
14.	Декабрь	Подведение итогов туристского путешествия	1,5 ч.
15.	Декабрь	Топографическая и спортивная карта	1,5 ч.
16.	Декабрь	Компас. Работа с компасом	1,5 ч.
17.	Январь	Измерение расстояний	1,5 ч.
18.	Январь	Способы ориентирования.	1,5 ч.
19.	Февраль	Профилактика травматизма и заболеваний	1,5 ч.
20.	Февраль	Средства оказания первой медицинской помощи	1,5 ч.
21.	Февраль	Средства оказания первой медицинской помощи	1,5 ч.
22.	Февраль	Средства оказания первой медицинской помощи	1,5 ч.
23.	Март	Первая медицинская помощь при травмах	1,5 ч.
24.	Март	Первая медицинская помощь при травмах	1,5 ч.
25.	Март	Первая медицинская помощь при травмах	1,5 ч.
26.	Март	Первая медицинская помощь при травмах	1,5 ч.
27.	Апрель	Первая медицинская помощь при травмах	1,5 ч.
28.	Апрель	Первая медицинская помощь при травмах	1,5 ч.
29.	Апрель	Общая физическая подготовка.	1,5 ч.
30.	Апрель	Общая физическая подготовка.	1,5 ч.
31.	Апрель	Основы безопасного ведения спасательных работ	1,5 ч.
32.	Май	Основы безопасного ведения спасательных работ	1,5 ч.
33.	Май	Основные правила поведения в экстремальной ситуации.	1,5 ч.
34.	Май	Подготовка к многодневному походу	1,5 ч.
Итого			51

Календарно-тематическое планирование
Модуль 3
3 год обучения

№	Месяц	Темы разделов и занятий	Кол. часов
1.	Сентябрь	Назначение и применение различных видов специального снаряжения.	1,5 ч.
2.	Сентябрь	Хранение и эксплуатация снаряжения, средства связи, транспорта. Подготовка к соревнованиям: «Юный спасатель»	1,5 ч.
3.	Сентябрь	Основы автономного существования в дикой природе.	1,5 ч.
4.	Сентябрь	Приборы радиационной, химической, биологической защиты (РХБЗ), их назначение.	1,5 ч.
5.	Октябрь	Оказание самопомощи и взаимопомощи, терпящим бедствие на воде.	1,5 ч.
6.	Октябрь	Приёмы спасения утопающего. Способы удаления воды из лёгких и желудка.	1,5 ч.
7.	Октябрь	Организация укрытий в полевых условиях	1,5 ч.
8.	Октябрь	Штабные и немасштабные знаки.	1,5 ч.
9.	Ноябрь	Подача сигналов бедствия	1,5 ч.
10.	Ноябрь	Техника и тактика преодоления туристских препятствий.	1,5 ч.
11.	Ноябрь	Преодоление препятствий.	1,5 ч.
12.	Ноябрь	Специальная подготовка к походу.	1,5 ч.
13.	Декабрь	Вязка узлов (для палаток, лошадей; морские узлы, такелажные).	1,5 ч.
14.	Декабрь	Организация и способы передвижения в соревнованиях по ориентированию по выбору и заданному направлению.	1,5 ч.
15.	Декабрь	Движение по азимуту. Топографическая и спортивная карта.	1,5 ч.
16.	Декабрь	Спортивные травмы и их предупреждение.	1,5 ч.
17.	Январь	Приемы наложения жгута.	1,5 ч.
18.	Январь	Особенности оказания первой медицинской помощи при ранениях головы, грудной клетки и живота.	1,5 ч.
19.	Февраль	Первая помощь при потере сознания, сотрясении мозга, легкой и тяжелой контузии, шоке. Общеразвивающие и специальные упражнения на лыжах и с лыжами.	1,5 ч.
20.	Февраль	Психологическая подготовка спасателей к действиям в чрезвычайных ситуациях.	1,5 ч.
21.	Февраль	Упражнения на наблюдательность, глазомер, чувство пространственной ориентации, воображение.	1,5 ч.
22.	Февраль	Общеразвивающие и специальные упражнения на лыжах и с лыжами.	1,5 ч.
23.	Март	Бег на выносливость	1,5 ч.
24.	Март	Передвижения с переменной скоростью.	1,5 ч.
25.	Март	Общеразвивающие упражнения с элементами легкой	1,5 ч.

		атлетики.	
26.	Март	Общеразвивающие упражнения с предметами: мячами, набивными мячами, со штангой, гирей, гантелями.	1,5 ч.
27.	Апрель	Общеразвивающие упражнения с предметами: мячами, набивными мячами, со штангой, гирей, гантелями.	1,5 ч.
28.	Апрель	Выполнение нормативов (бег, прыжки в длину, (с места, с разбега), кросс, метание гранаты, прыжки в длину.	1,5 ч.
29.	Апрель	Общая физическая подготовка.	1,5 ч.
30.	Апрель	Общая физическая подготовка.	1,5 ч.
31.	Апрель	Основы безопасного ведения спасательных работ на воде	1,5 ч.
32.	Май	Основы безопасного ведения спасательных работ на воде	1,5 ч.
33.	Май	Подготовка к многодневному походу	1,5 ч.
34.	Май	Подготовка к многодневному походу	1,5 ч.
Итого			51 ч.

2.2. Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение

1. Учебный кабинет с манекеном «Максим».
2. Кадровое обеспечение: учитель ОБЖ владеющий указанными техниками туризма и альпинизма.
3. Список рекомендуемого снаряжения для подготовки и участия в соревнованиях «Юный спасатель».

1. Вербка (диаметр 10-11 мм)40м.
2. Беседка (система).....6шт.
3. Карабин с муфтой15 шт.
4. Репшнур (диаметр 6 мм).....20-25м.
5. Коврик туристический2 шт.
6. Рукавицы брезентовые.....6 пар.
7. Самостраховка (веревка диаметр 10мм, по 3 метра)6 шт.
8. Противогаз6 шт.
9. Аптечка.....1 комплект.
10. Рюкзак.....1 шт.
11. Компас1 шт.

Данное снаряжение подходит для участия в районных и городских соревнованиях «Юный спасатель», туристическом слете (пос. Антоновск) соревнованиях по скалолазанию, пешему туризму и для практик на уроках ОБЖ.

2. Кадровое обеспечение: учитель ОБЖ, прошедший курсы повышения квалификации по музейному делу.

3. Методическое обеспечение программы:

- методические разработки и планы – конспекты занятий, методические указания и рекомендации к практическим занятиям;
- развивающие и дидактические процедуры: дидактические и психологические игры и

- упражнения;
- дидактические материалы.

2.3. Формы аттестации

Формы аттестации разрабатываются и обосновываются для определения результативности освоения программы. Они призваны отражать достижения цели и задач программы.

Аттестация проводится:

- в виде промежуточных зачетов по темам;
- участия в соревнованиях по туризму (техника пешего туризма, ориентирование, «Юный Спасатель», техника лыжного туризма, зимнее ориентирование (на лыжах), туристический слет учащихся);
- участия туристско-краеведческих конкурсах («Лесные Робинзоны»).

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозаписи, грамоты, дипломы, сертификаты участия, протоколы соревнований и конкурсов, фотографии и статьи.

Формы предъявления и демонстрация образовательных результатов проводится на ежегодных городских туристических слетах.

2.4 Оценочные материалы

Оценка успешности освоения программы проводится на основе оценочных материалов.

Оценочные материалы дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы включают критерии, показатели и технологии, позволяющие определить степень достижения планируемых результатов.

Оцениваемые параметры, качества	Критерии	Показатели	Технологии диагностирования
<u>Личностные</u> <u>УУД:</u> Нравственность Мотивация Самооценка	Установка на здоровый образ жизни; потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться	<u>Низкий уровень</u> – обучающийся не освоил социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах; не принимает участие в самоуправлении и общественной жизни; не осознает ценности здорового образа жизни, не придерживается правил безопасного поведения; не сформировано ответственное отношение к учению, не проявляет готовности к саморазвитию и самообразованию, не сформировано уважительное отношение к труду, не принимает участия в социально значимом труде; не всегда может	Наблюдение собеседование, теоретические и практические занятия

	ся к мнению одноклассников	адекватно оценивать себя в практической деятельности и жизненных ситуациях; <u>Средний уровень</u> – обучающимся освоены некоторые социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; иногда принимает участие в школьном самоуправлении и общественной жизни; не всегда проявляется моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем, частично сформированы нравственные чувства и нравственное поведение, не всегда осознанно и ответственно относится к собственным поступкам; не всегда осознает и принимает ценность здорового образа жизни; знает, но не всегда выполняет правила индивидуального и коллективного безопасного поведения. <u>Высокий уровень</u> - обучающимся освоены социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей; развито моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, сформированы нравственные чувства и нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам; осознает и принимает ценность здорового и безопасного образа жизни; знает правила индивидуального и коллективного безопасного поведения.	
--	-----------------------------------	---	--

<u>Метапредметные УУД</u> Регулятивные Познавательные Коммуникативные	Понимать и принимать учебную задачу, сформулировать учебную задачу; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности проводить сравнение и классификацию объектов. Понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. Проявлять индивидуальные творческие способности работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных; обращаться за помощью; предлагать помощь и сотрудничество; слушать собеседника; формулировать	<u>Низкий уровень</u> – обучающийся не умеет самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; не может самостоятельно планировать пути достижения целей, не умеет соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, не может оценить правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения; не владеет основами самоконтроля, самооценки. Не может самостоятельно принимать решения и осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности. Не умеет организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты. Не может формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение. Не умеет выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Не может использовать информационно-коммуникационные технологии. <u>Средний уровень</u> – обучающийся не всегда умеет самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; не всегда умеет самостоятельно планировать пути достижения целей. Не всегда соотносит свои действия с	Наблюдение собеседование, теоретические и практические занятия
---	--	---	---

	ь свои затруднения; формулировать ь собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению; осуществлять взаимный контроль.	планируемыми результатами. Не всегда в полной мере может оценить правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения. Владеет основами самоконтроля, самооценки. Не всегда может принимать самостоятельные решения и осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности. В большинстве случаев может организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе. Может формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение. Может использовать информационно-коммуникационные технологии. <u>Высокий уровень</u> - обучающийся умеет самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; умеет самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные; умеет соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата. Умеет оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения. Владеет основами самоконтроля, самооценки, принятия решений. Умеет организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе. Умеет осознанно выбирать наиболее эффективные	
--	---	---	--

		способы решения учебных и познавательных задач. Может использовать информационно-коммуникационные технологии.	
Предметные УУД			
Теоретические знания (по основным разделам программы)	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	<u>Низкий уровень</u> – обучающийся овладел менее ½ объема знаний, предусмотренных дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой. <u>Средний уровень</u> – обучающийся овладел ½ объема знаний, предусмотренных дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой. <u>Высокий уровень</u> - обучающийся овладел всем объемом знаний, предусмотренной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой.	Наблюдение собеседование, теоретические и практические занятия
Практические знания, умения, предусмотренные программой	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<u>Низкий уровень</u> – обучающийся овладел менее ½ объема практических навыков, предусмотренных дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой. <u>Средний уровень</u> – обучающийся овладел ½ объема практических навыков, предусмотренных дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой. <u>Высокий уровень</u> - обучающийся овладел всем объемом практических навыков, предусмотренной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой.	Выполнение практических работ с использованием практических заданий, предоставление продуктов деятельности по программе : отчеты о походах, фотогазеты, видеоролики и протоколы результатов соревнований.

Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании и специального оборудования и оснащения	<u>Низкий уровень</u> – обучающийся испытывает трудности при работе с оборудованием <u>Средний уровень</u> – обучающийся работает с оборудованием с помощью педагога. <u>Высокий уровень</u> – обучающийся работает с оборудованием самостоятельно.	Наблюдение практически е занятия (подведение итогов походов, экспедиций, самостоятел ьная работа по подготовке выездных мероприяти й, анализ самостоятел ьной работы по организации туристских мероприяти й).
---	--	--	---

Оценка успешности освоения программы проводится и на основе диагностики.

За период обучения учащиеся получают определенный объем знаний и умений, качество которых проверяется ежегодно. Для этой цели проводится промежуточный контроль – участие в соревнованиях и учебно-тренировочных сборах.

Отслеживания текущих результатов проводится через педагогическое наблюдение на учебном занятии во время проверки усвоенного материала и преподавания новой темы; просмотр видеоматериала; тестирование.

Непосредственное участие членов объединения «Юный спасатель» в различных мероприятиях, соревнованиях по туристско-краеведческому направлению.

Но самым важным достижением является то, что ребенок умеет ориентироваться в современном мире, приобретает навыки общения, организации досуга и свободного времени и развивает личностные качества:

- чувство патриотизма;
- волевые качества;
- умение взаимодействовать в коллективе;
- развивает наблюдательность, ощущение пространства
- развивает эмоциональную сферу.

2.5. Методические материалы

С целью эффективности реализации программы целесообразно использовать такие методы и технологии:

- информационно-развивающие (лекции, рассказы, беседы, просмотр художественных и документальных видеофильмов, книг, демонстрация способов деятельности педагога);
- практически-прикладные (освоение умений и навыков по принципу «делай как я»);
- проблемно-поисковые (учащиеся самостоятельно ищут решение поставленных перед ними задач);
- творческие (развивающие игры, моделирование ситуаций, участие в досуговых программах, создание фотогазет, сценариев);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, анализ участия в соревнованиях, анализ действия на выездах и в походах, тестирование и пр.)
- информационно-телекоммуникационные системы

Теоретические и практические занятия, прогулки, загородные тренировки, экскурсии, однодневные и многодневные походы, путешествия на разных видах транспорта, туристские слеты и соревнования, которые связаны с выездом за пределы населенного пункта, физическая, учебно-методическая, техническая, географическая и другая необходимая подготовка. На занятиях используются следующие педагогические технологии: технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающие технологии и другие.

Дидактическими материалами являются: раздаточные материалы по туризму (топокарты, литература по туризму), туристический инвентарь (компасы, карабины, жумары, восьмерки, репшнуры, беседки, блокировки, веревки).

Алгоритм учебных занятий:

1. Изучение теоретического материала;
2. Рассмотрение теоретического материала на практических занятиях;
3. Закрепление изученного материала;
4. Проверка усвоения изученного материала.

2.6. Список литературы

Нормативно-правовое сопровождение программы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.

5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
6. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 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» (далее — СанПиН).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм».
9. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее — Порядок).
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
13. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
14. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы))».
15. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».
16. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»).
17. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий».
18. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
19. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области

от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».

20 . Устав МБОУ СОШ №95.

Литература, использованная при составлении программы:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алешин В.М., Серебrenиков А.В. Туристская топография. — М., Профиздат, 1985.
3. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. — М., ЦДЮТур РФ, 1994.
4. Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. — М., ЦРИБ «Турист», 1989.
5. Бардин К.В. Азбука туризма. — М., Просвещение, 1981.
6. Берман А.Е. Путешествия на лыжах. — М., ФиС, 1968.
7. Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. — М., Знание, 1990.
8. Волков Н.Н. Спортивные походы в горах. — М., ФиС, 1974.
9. Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. - М., Издательский дом «Вокруг света», 1994.
10. Григорьев В.Н. Водный туризм. — М., Профиздат, 1990.
11. Из истории детского туризма в России (1918 – 2008 гг.) / Автор-составитель Константинов Ю.С. – М.: ФЦДЮТиК, 2008 – 312 с.
12. Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.А. Туристские слеты и соревнования. — М., Профиздат, 1984.
13. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
14. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. — М., Профиздат, 1997.
15. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. — М., ЦДЮТур 1997.
16. Куликов В.М. Походная туристская игротка. Сборники №1,2. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1994.
17. Лебединский Ю.В., Сафонова М.В. Работа кружка юных туристов в школе. — М., ЦРИБ «Турист», 1989.
18. Огородников Б.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. — М., ФиС, 1989.
19. Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристской группы. — М., ЦРИБ «Турист», 1981.
20. Обеспечение безопасности в водных путешествиях. — М., ЦРИБ «Турист», 1976.
21. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков / Под. ред. Губаненкова С.М. – СПб.: Издательский дом «Петрополис», 2007. – 278 с.
22. Подготовка судей по спортивному туризму. Учебно-методическое пособие. Авторсоставитель Ю.С. Константинов – М.: ФЦДЮТиК, 2008 – 292 с.
23. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. — М., Профиздат, 1987.

Литература для обучающихся и родителей:

1. Андреев А.А. Пеший туризм, Среднеуральское изд., 2011г.
2. Бендер Л. Энциклопедия живой природы. М., Махаон, 2005г.
3. Красная Книга Свердловской области под ред. Большакова В.Н., 2008г.
4. Кузнецова Л.А. «Сказания о лекарственных растениях», М. Высшая

5. Маслов А.Г. Обучение детей жизненным навыкам в природной среде. М., 2001 г.
6. Примаков Л.Н. Травы целебные Свердловск, Средне-Уральское книжное издательство, 1991 г.
7. Пришвин М.М. «Дневники», М. Правда 1990 г.
8. Стрижев Ю.А. — Туристу о природе. — М., Профиздат, 1986. 21. Уховский Ф.С. Уроки ориентирования. — М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
9. Штюмер Ю.А. Туристу об охране природы. — М., Профиздат, 1975.
10. Формозов А.Н. Спутник следопыта. Изд. МГУ, 1989 г.

Интернет-источники:

1. Сайт Федерации спортивного туризма России <http://www.tssr.ru>
2. Сайт Федерации спортивного туризма Санкт-Петербурга <http://rfstspb.ru/>
3. Сайт «Балтийский берег» <http://www.balticbereg.ru>
4. Сайт поисковой системы «Google» <https://www.google.ru>