

Управление образования Администрации городского округа Сухой Лог
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 10»
(МАОУ СОШ № 10)

Принята на заседании
координационно - методического совета
протокол № 1 от 30 августа 2024 г.



Утверждаю
Директор МАОУ СОШ № 10
О. А. Просвирякова
приказ № 154-од от 02 сентября 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»

Возраст обучающихся: 5-11 класс

Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Пилипака Станислав Валерьевич,
педагог дополнительного образования

с. Новопышминское,
2024 год

Содержание

| | |
|--|----|
| 2. Комплекс основных характеристик | 3 |
| 2.1. Пояснительная записка | 3 |
| Направленность общеразвивающей программы | 3 |
| Актуальность общеразвивающей программы | 3 |
| Отличительные особенности программы | 3 |
| Адресат общеразвивающей программы | 3 |
| Режим занятий, периодичность и периодичность занятий | 3 |
| Объем и срок освоения программы | 3 |
| Особенности организации образовательного процесса | 3 |
| Формы организации образовательного процесса | 4 |
| 2.2. Цели и задачи программы | 4 |
| 2.3. Учебный (тематический) план | 4 |
| 2.4. Содержание учебного (тематического) плана | 12 |
| 2.5. Планируемые результаты | 15 |
| 3. Организационно-педагогические условия | |
| 3.1. Календарный учебный график | 17 |
| 3.2. Условия реализации программы | 17 |
| Материально-техническое обеспечение | 18 |
| Кадровое обеспечение | 18 |
| Методические материалы | 19 |
| 3.3. Формы аттестации | 25 |
| 3. Список литературы | 28 |

2. Комплекс основных характеристик

2.1. Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа безопасности» туристско-краеведческая.

Актуальность программы

Одним из направлений Концепции духовно-нравственного воспитания является формирование ценностной сферы развития личности обучающегося, в том числе через принятие и включение его в особые формы культурно-исторической, социальной и духовной жизни родного села (города, поселка), а также через направления сохранения и укрепления здоровья детей. В наше время как никогда актуальна проблема двигательной активности школьников. Хорошо, если оздоровление ребёнка тесно интегрируется с какими-либо другими направлениями, желательно, чтобы взаимосвязаны были несколько видов деятельности: игровой, познавательный, досугово-развлекательной, туристско-краеведческий и др. Очень важно, чтобы вид деятельности был доступен каждому и особенных талантов и специальных громоздких затрат не требовал.

Туристско-краеведческая деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению родного края, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Самый массовый и самый доступный вид туризма - пешеходный туризм. Самодеятельный туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира. Беседы с детьми младшего школьного возраста показывают, что у детей есть интерес к такой деятельности. Этим и объясняется необходимость разработки программы внеурочной деятельности туристско-краеведческой направленности «Туристической тропой».

Занимаясь в кружке, ребенок освоит все премудрости пешеходного туризма, сможет овладеть определёнными навыками и умениями. Программа кружка направлена на развитие в ребёнке стремления к познанию, к совершенствованию волевых качеств: целеустремлённости, настойчивости, ответственности, взаимовыручки.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что программа «Школа безопасности» расширяет и углубляет знания обучающихся в основной школе по предмету ОБЖ и направлена на обеспечение дополнительной теоретической и практической подготовке по основам безопасности жизнедеятельности.

Новизна программы состоит в том, что впервые предложена система поведенческих алгоритмов действий в экстремальных ситуациях, рассмотрены психологические основы выживания в природных условиях.

Адресаты программы

учащиеся 5-11 классов (10-17 лет), имеющие допуск к занятиям от фельдшера школы.

Режим занятий:

Продолжительность одного академического часа – 40 минут

Общее количество часов в неделю – 2 часа

Занятия проводятся – 2 академических часа в неделю

Объем и срок освоения программы:

Объем часов по программе составляет - 68 часов.

Данная программа рассчитана на 1 год обучения

Особенности организации образовательного процесса

Форма обучения очная

Формы организации образовательного процесса

Словесные методы: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: показ упражнений, наглядные пособия, видеофильмов.

Практические методы: метод упражнений; игровой; соревновательный, круговой тренировки.

Формы обучения: Индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Уровень сложности программы – «базовый».

«Базовый уровень» предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно тематического направления программы.

Виды занятий Теоретические, практические комбинированные

Формы подведения результатов: контрольные упражнения, тестирование, практические работы.

2.2. Цели и задачи программы

Цель: Формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности, а также для освоения обучающимися туристических навыков.

Задачи:

Обучающие:- расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу по географии, истории, биологии, ОБЖ, физике, математике, литературе и физической подготовки;

- приобретение умений и навыков в работе с картой, компасом;

- приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;

- обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

Развивающие:

- физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);

- выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в туристических слётах, соревнованиях и походах.

С учётом возрастной периодизации для занятий зачисляются учащиеся с 3-го по 6-й классы. Можно начинать заниматься с любого возраста предложенных классов. Зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний

Воспитывающие:

- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;

- формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;

- гуманное отношение к окружающему миру;

- умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости.

Основные целевые ориентиры воспитания в программе определяются в соответствии с предметными направленностями и приоритетами, заданными «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года», они направлены на воспитание и формирование ценностного отношения к региональной и местной культуре; уважения к историческому и культурному наследию народов России, памятникам героям и

защитникам Отечества; уважения к ценностям, святыням традиционных религий народов России; культуры общения, взаимопомощи; эстетической культуры; трудолюбия и уважения к труду, к трудящимся, результатам труда; экологической культуры, навыков охраны природы, сбережения природных ресурсов; стремления и умения применять научные знания в природной среде; личной ответственности за действия в природной среде, неприятие действий, приносящих вред природе; опыта сохранения уникального природного и биологического многообразия России, природного наследия Российской Федерации, ответственного отношения к животным; стремления к заботе о своём здоровье и здоровье окружающих людей; способности видеть и реагировать на угрозы безопасности; готовности брать на себя ответственность за достижение общих целей; настойчивости, последовательности, принципиальности; воли, упорства, дисциплинированности в туристической деятельности; готовности к анализу и реализации своей нравственной позиции на основе российских базовых ценностей, традиционных духовно-нравственных ценностей народов России;

2.3. Содержание общеразвивающей программы Учебный план «Школа безопасности»

| N п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/кон троля |
|----------|--|------------------|--------|----------|----------------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Вводное занятие. | 2 | 2 | - | |
| 1.1 | Инструктаж по ТБ. Общие сведения о подготовке и проведении походов. Условия участия в походах. Требования к участникам. | 1 | Теория | | Тестирование |
| 1.2 | Инструктаж по ТБ. Общие сведения о подготовке и проведении походов. Условия участия в походах. Требования к участникам. | 1 | Теория | | Тестирование |
| 2 | Организация и подготовка похода. | 4 | 1 | 3 | |
| 2.1 | Понятие о карте. Условные знаки топографических карт. Масштаб и его виды. Способы определения расстояний до недостижимых объектов. Особенности изображения местности на картах спортивного ориентирования. | 1 | Теория | | Тестирование |
| 2.2 | Чтение и изображение топонимов; расчет расстояний по карте с помощью линейки, курвиметра, нитки, линий сетки. | 1 | | Практика | Контрольное упражнение |

| | | | | | |
|-----|--|---|--------|----------|------------------------|
| 2.3 | Компас. Азимуты — прямой и обратный. Определение азимута по карте и на местности. Способы изображения рельефа на топокартах и картах спортивного ориентирования. Правила ориентирования на местности. Способы ориентирования по местным признакам. Способы составления топокарт. Правила проведения туристических соревнований — ориентировочные этапы. | 1 | | Практика | Контрольное упражнение |
| 2.4 | Правила ориентирования на местности, определение азимутов по карте; определение по карте высот точек, превышения, крутизны склонов с помощью горизонталей; разработка маршрута 2—3-х дневного похода. | 1 | | Практика | Контрольное упражнение |
| 3 | Туристское снаряжение. | 2 | 1 | 1 | |
| 3.1 | Ориентирование по спортивным картам; определение азимутов объектов и объектов по азимуту; движение по азимуту; определение точки стояния по карте и на местности, расстояний «на глаз» и шагами; площадная топоъемка; ориентирование по легенде, в заданном направлении, на маркированной дистанции, по обозначенному на карте маршруту, по заданному азимуту. | 1 | Теория | | Тестирование |
| 3.2 | Ориентирование по спортивным картам; определение азимутов объектов и объектов по азимуту; движение по азимуту; определение точки стояния по карте и на местности, расстояний «на глаз» и шагами; площадная топоъемка; ориентирование по легенде, в заданном направлении, на маркированной дистанции, по обозначенному на карте маршруту, по заданному азимуту. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |

| | | | | | |
|----------|--|----------|----------|----------|----------------------|
| 4 | Гигиена туриста. | 4 | 1 | 3 | |
| 4.1 | Основные приемы страховки. Страховочная система. Основные и вспомогательные веревки. Карабины. | 1 | Теория | | Тестирование |
| 4.2 | Основные приемы страховки. Страховочная система. Основные и вспомогательные веревки. Карабины. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 4.3 | Надевание страховочной системы, ее блокировка, встегивание карабина, муфтование карабина. Маркировка веревок. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 4.4 | Надевание страховочной системы, ее блокировка, встегивание карабина, муфтование карабина. Маркировка веревок. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 5 | Туристский бивак. | 8 | 1 | 7 | |
| 5.1 | Назначение и способ вязки основных узлов. | 1 | Теория | | Тестирование |
| 5.2 | Вязание узлов: прямой, академический, шкотовый; брамшкотовый, булинь, двойной булинь; встречный; простой проводник, «двойной проводник», «восьмерка»; «прустик», карабинный, австрийский проводник. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 5.3 | Вязание узлов: прямой, академический, шкотовый; брам-шкотовый, булинь, двойной булинь; встречный; простой проводник, «двойной проводник», «восьмерка»; «прустик», карабинный, австрийский проводник. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 5.4 | Вязание узлов: прямой, академический, шкотовый; брам-шкотовый, булинь, двойной булинь; встречный; простой проводник, «двойной проводник», «восьмерка»; «прустик», карабинный, австрийский проводник. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 5.5 | Правила подъема и спуска по склону спортивным способом, траверса склона по перилам. Правила, схемы и способы навески перил. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 5.6 | Навеска перил, подъем и спуск по склону спортивным способом, траверс | 1 | | Практика | Контрольный |

| | | | | | |
|-----|---|----|--------|----------|----------------------|
| | склона по перилам. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | | | | норматив |
| 5.7 | Навеска перил, подъем и спуск по склону спортивным способом, траверс склона по перилам. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 5.8 | Навеска перил, подъем и спуск по склону спортивным способом, траверс склона по перилам. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6 | Применение параллельных веревок для преодоления препятствий, способы их навески с возможностью снятия, после прохождения препятствия. Правила движения и транспортировки груза по параллельным веревкам. | 28 | 4 | 24 | |
| 6.1 | Навеска параллельных веревок и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | Теория | | Тестирование |
| 6.2 | Навеска параллельных веревок и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | |
| 6.3 | Навеска параллельных веревок и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | Теория | | Тестирование |
| 6.4 | Применение навесной переправы для преодоления препятствий, способы ее навески с возможностью снятия, после прохождения препятствия. Правила движения и транспортировки груза. | 1 | | Практика | |
| 6.5 | Наведение навесной переправы с самосбросом и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | |
| 6.6 | Наведение навесной переправы с самосбросом и преодоление препятствия. Страховка и | 1 | Теория | | Тестирование |

| | | | | | |
|------|---|---|--------|----------|----------------------|
| | самостраховка участников, техника безопасности. | | | | |
| 6.7 | Наведение навесной переправы с самосбросом и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.8 | Наведение навесной переправы с самосбросом и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | Теория | | Тестирование |
| 6.9 | Наведение навесной переправы с самосбросом и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.10 | Применение переправы по бревну с перилами и шестом, и бродов для преодоления препятствий, способы перил возможностью снятия, после прохождения препятствия. Правила движения и транспортировки груза. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.11 | Наведение бревна, перил и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.12 | Наведение бревна, перил и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.13 | Наведение бревна, перил и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | | |
| 6.14 | Правила движения по жердям и кочкам в реальных условиях и на соревнованиях. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.15 | Правила движения по жердям и кочкам в реальных условиях и на соревнованиях. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.16 | Переправа по болоту по кочкам и способы движения группы по жердям. Страховка и самостраховка участников, | 1 | | Практика | Контрольный норматив |

| | | | | | |
|------|---|---|--|----------|----------------------|
| | техника безопасности. | | | | |
| 6.17 | Переправа по болоту по кочкам и способы движения группы по жердям. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.17 | Переправа по болоту по кочкам и способы движения группы по жердям. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.19 | Применение вертикального маятника и правила его навески с возможностью снятия веревки. Правила движения. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.20 | Навеска вертикального маятника и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.21 | Навеска вертикального маятника и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.22 | Правила преодоление крутых травянистых склонов, осыпей и морен, снежных склонов с использованием альпенштока и ледоруба. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.23 | Траверс склона с альпенштоком и ледорубом. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.24 | Траверс склона с альпенштоком и ледорубом. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.25 | Правила соревнования, порядок прохождения трассы, штрафы и тактика прохождения трассы командой. Судейская страховка и самостраховка. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.26 | Правила прохождения простых скальных участков. Три точки опоры. Использование пальцев, кистей рук при скалолазании, правила постановки ног. Страховка и самостраховка участников. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 6.27 | Правила прохождения простых снежно-ледовых участков. Правила постановки ног. Страховка и самостраховка участников. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |

| | | | | | |
|------------|---|-----------|---------------|-----------|----------------------|
| 6.28 | Прохождение туристической полосы препятствий, состоящей из различных этапов ТПТ. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 7 | Медицинская подготовка | 20 | 1 | 19 | |
| 7.1 | Нормы личной и общественной гигиены. Экология и туризм. Экологические требования. Эколога-краеведческая работа в походе. | 1 | Теория | | Тестирование |
| 7.2 | Основные функции медика. Аптечка: состав и хранение. Типичные травмы в походе, их профилактика и оказание первой доврачебной помощи при: простудах; порезах, кровотечениях; ушибах, переломах; потертостях, ожогах; отравлениях. Правила транспортировки пострадавшего. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 7.3 | Основные функции медика. Аптечка: состав и хранение. Типичные травмы в походе, их профилактика и оказание первой доврачебной помощи при: простудах; порезах, кровотечениях; ушибах, переломах; потертостях, ожогах; отравлениях. Правила транспортировки пострадавшего. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 7.4 | Выбор медикаментов из аптечки и оказание первой доврачебной помощи при условной травме; транспортировка пострадавшего по слабопересеченной местности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 7.5 | Выбор медикаментов из аптечки и оказание первой доврачебной помощи при условной травме; транспортировка пострадавшего по слабопересеченной местности. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 7.6 | Организация краеведческих наблюдений в походе. Метеорологические измерения и наблюдения. Наблюдения за водоемами. Фенологические наблюдения. Экологические наблюдения. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |

| | | | | | |
|--------------|--|-----------|-----------|-----------|----------------------|
| 7.7 | Организация краеведческих наблюдений в походе. Метеорологические измерения и наблюдения. Наблюдения за водоемами. Фенологические наблюдения. Экологические наблюдения. | 1 | | Практика | Контрольный норматив |
| 7.8 | Первая помощь при травмах ОДА | 1 | | | Контрольный норматив |
| 7.9 | Первая помощь при травмах ОДА | 1 | | | Контрольный норматив |
| 7.10 | Первая помощь при травмах ОДА | 1 | | | Контрольный норматив |
| 7.11 | Первая помощь при травмах ОДА | 1 | | | Контрольный норматив |
| 7.12 | Первая помощь при травмах ОДА | 1 | | | Контрольный норматив |
| 7.13 | Первая помощь при травмах ОДА | 1 | | | Контрольный норматив |
| 7.14 | Первая помощь при травмах ОДА | 1 | | | Контрольный норматив |
| 7.15 | Первая помощь при травмах ОДА | 1 | | | Контрольный норматив |
| 7.17 | Первая помощь при травмах ОДА | 1 | | | Контрольный норматив |
| 7.18 | Первая помощь при травмах ОДА | 1 | | | Контрольный норматив |
| 7.19 | Первая помощь при травмах ОДА | | | | Контрольный норматив |
| 7.20 | Первая помощь при травмах ОДА | 1 | | | Контрольный норматив |
| ВСЕГО | | 68 | 11 | 57 | Контрольный норматив |

Содержание учебного плана.

1. Вводное занятие.

Знакомство с программой, целями и задачами кружка. Значение туризма и спортивного ориентирования в пропаганде активного и здорового образа жизни.

2. Организация и подготовка похода.

Укладка в рюкзак личного снаряжения. Состав ремонтного набора и аптечки. Питание в походе (нормы закладки продуктов на одного человека). Распределение обязанностей по построению, движению, созданию бивака и приготовлению пищи. Возможные опасности при движении, пересечении дорог, непредсказуемые погодные условия, ядовитые насекомые, пресмыкающиеся и растения. Удобная одежда и обувь в походе. Правила разведения костра и приспособления для приготовления пищи. Экологическая культура в пути и на месте стоянки. Взаимовыручка и поддержка товарища по походу. Значение, режим и особенности организации питания туристов в сложном спортивном походе. Весовые и калорийные нормы дневного рациона. Перечень наиболее часто применяемых в туристских походах продуктов и блюд, их калорийность, стоимость, вес. Замена обедов перекусами. Составление меню и расчет потребного количества продуктов на каждый прием пищи. Использование консервов, концентратов, сухарей, сублиматов, сухофруктов, приправ. Закупка, расфасовка и затаривание продуктов питания. Правила раскладки продуктов по рюкзакам. Хранение, экономия и учет расхода продуктов в пути. Пополнение продовольствия в пути, использование ягод, грибов, свежей рыбы, различных трав и растений для приготовления пищи. Технология приготовления походных блюд. Обязанности завхоза по питанию. Обязанности дежурных по кухне. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре.

3. Туристское снаряжение.

Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста, требования к каждому предмету.

Личное снаряжение. Одежда и обувь туриста в дальнем походе, типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на лямках, изготовление непромокаемого вкладыша). Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, рукавицы, свитер, сменная обувь, белье, носки). Типы лыж, какие лыжи и крепления пригодны для похода, установка и подгонка креплений, смоление и смазывание лыж; предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка). Альпеншток, его конструкция, изготовление, правила использования. Прочие предметы личного снаряжения: блокнот, карандаши, ручка, конверты, репшнур, туалетные принадлежности, посуда, очки, часы, мешочки для упаковки снаряжения, планшет для карты, накомарник, запасные стельки, куски тесьмы, шнура и т. д. Как готовить личное снаряжение к походу.

Групповое снаряжение. Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Типы палаток, как подготовить палатку к походу (конструкция стоек, колышки, веревки, амортизаторы, тенты, полог, подстилка, проклеивание швов). Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Обязанности старосты по палатке. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хознабор): таганок, крючки, цепочки, рукавицы, сухое горючее, растопка, неприкосновенный запас спичек, ножи разные, клеенка столовая, фанерка, половник, мочалки, мыло и горчица сухая, веревка, палка для развешивания, соль. Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды. Топоры, пилы. Как заточить и развести пилу. Состав и назначение ремаптечки, обязанности реммастера до и во время похода. Особенности снаряжения для зимнего похода. Документы, инструменты, основная и вспомогательная веревки, фотоаппараты, рыболовные принадлежности, фонари. Обязанности завхоза группы по снаряжению.

4. Гигиена туриста.

Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Купание в походе. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в

летних походах. Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Нормы нагрузок в путешествии. Врачебный контроль. Самоконтроль в походе и на экскурсии. Признаки заболеваний и травм. Знание съедобных растений и грибов, умение использовать лекарственные растения на практике. Знание и умение отличать в гербарии, на рисунках, в походе и на экскурсии лекарственные и ядовитые растения родного края. Применение растений в быту и медицине. Знание и умение отличать съедобные грибы от ядовитых. Умение оказать помощь при повреждениях кожи, растяжения мышц, вывихе сустава. Искусственное дыхание. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями и укусов насекомых, обморожениях, головных болях, желудочных, простудных заболеваниях. Умение накладывать простейшую повязку на руку и ногу. Умение организовать транспортировку пострадавшего. Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды. Индивидуальный медицинский пакет туриста.

5. Туристский бивак.

Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Привалы и биваки. Требования к месту бивака: наличие питьевой воды, дров, изолированность от посторонних, безопасность при ухудшении погодных условий (подъем воды в реке, падение деревьев при ветре, туман в низинах и т. п.). Эстетические требования к месту бивака. Гигиенические требования к месту бивака. Планирование и разведка места бивака, вынужденная остановка на ночлег. Туристский бивак в холодное время года, при непогоде, при отсутствии доброкачественной воды. Организация бивачных работ. Типовая планировка территории бивака, элементы комфорта на туристском биваке. Учет ветра, солнечной экспозиции, наличия вредной растительности, насекомых, сырости грунта. Как надо обращаться с рюкзаком на биваке. Место для установки палаток. Приемы установки палатки в различных условиях. Использование полиэтиленовых пленок, поролон. Как ликвидировать комаров в палатке. Оборудование походной постели. Правила поведения туристов в палатке. Место для вещей и обуви. Выбор места для костра. Где запрещается разводить костер. Типы костров и их назначение. Оборудование, инвентарь для костра и приготовления пищи. Конструкции для подвески посуды над пламенем. Обложной костер. Топливо для костра, способы заготовки растопки и топлива. Использование походного примуса. Складирование дров, укрытие дров от дождя, подсушивание; место для разделки дров. Как работать пилой и топором; меры безопасности для костровых. Разведение костра при ветре, дожде, тумане; «кислородное голодание» костра, способы регулирования пламени костра. Поведение туристов у костра, сушка одежды и обуви, оборудование специального костра для сушки вещей и оборудования. Физический смысл процесса сушки, правила сушки. Место для топора, рукавиц и другого инвентаря, место для ведер с горячей пищей. Раздача пищи. Прием пищи. Яма для отбросов. Организация и способы мытья посуды в походе (в полевых условиях и в помещениях). Умывание и купание. Правила безопасности при купании. Уборка мусора, гашение костра, свертывание бивака. Особенности организации ночлега в населенных пунктах. Как пользоваться русской печью, дровяной плитой. Основные правила соревнований по навыкам походного туристского быта

6. План и карта.

Виды и свойства карт. Масштаб карты (численный, именованный и линейный). Умение определять расстояние на карте. Знание условных знаков спортивной карты и умение по ним читать карту. Ориентирование с помощью карты и компаса. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейным и числовыми масштабами. Курвиметр. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте. Измерение направлений (азимут) на карте. Транспорт. Определение термина «ориентирование». Виды

ориентирования на туристских соревнованиях: открытый, маркированный, обозначенный и азимутальный маршруты, ориентирование по легенде.

7. Определение расстояний простейшими способами.

Приближённые измерения на местности. Походные эталоны: средняя длина шага, размеры подручных средств (лопаты, топоры, спичечные коробки, карандаши и авторучки). Глазомер. Видимый горизонт. Походные дальномёры (расстояние между телеграфными столбами, высота телеграфного столба, средняя высота леса и т.д.) Ориентир по аэрофотоснимкам. Определение сторон горизонта по Солнцу. Ориентирование по Луне. Две Медведицы. Положение Полярной звезды. Ориентирование по местным признакам в лесу и степи. Ориентирование без компаса и карты. Топография и ориентирование. Компас и его устройство. Работа с компасом и картой. Определение по компасу азимута. Движение по азимуту. Использование данных современных космических технологий при ориентировании на местности. Топография и ориентирование. Топографические знаки. Топографическая съёмка местности. Чтение карты. Приёмы ориентирования карты. Работа на школьной площадке с компасом и картой. Нахождение контрольных пунктов по карте и на местности на время.

Практические занятия. Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка). Ориентирование карты по компасу. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.

8. Краеведение.

История Сухоложского района. Город Сухой Лог и его окрестности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Географические особенности г. Сухой Лог и его окрестностей. Охрана природы. Краеведческая работа в походе. Краеведческие наблюдения, используя данные современных космических технологий, сбор и оформление краеведческого материала. Ведение полевого дневника. Географическое положение, рельеф и климат Сухоложского района. История заселения и освоения территории. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества. Практические работы с картами атласа Свердловской области. Охрана природы. Сохранение природного единства в зонах отдыха и туризма.

9. Физическая подготовка.

Туристская техника и спортивное ориентирование. Правила по комплексу туристских соревнований. Особенности технической подготовки к различным видам соревнований. Контрольно- туристский маршрут, командная и индивидуальная техника. Узлы и их назначение. Вязка узлов. Грудная обвязка и страховочная система. Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и самостраховка. Игры на местности.

10. Оформление документации соревнования и похода.

Знакомство участников с положением о проведении соревнования по спортивному ориентированию и туристическому слёту. Подача заявки на участие в соревнованиях. Сбор справок о состоянии здоровья участников команды. Знакомство с правилами организации и проведения похода участников и их родителей под роспись с предоставлением справок о состоянии здоровья. Составление плана похода Оформление походных документов и сметы. Подбор картографического материала.

2.5. Планируемые результаты

Личностные результаты:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

Предметные результаты:

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;
- формирование экстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умения оказывать первую медицинскую помощь;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

Основные принципы реализации программы – научная обоснованность, доступность, учет возрастных особенностей школьников, практическая целесообразность, субъектность, деятельностный и личностный подходы, преемственность.

3. Организационно-педагогические условия

3.1. Календарный учебный график

| № | Основные характеристики образовательного процесса | Учебный год |
|---|---|---|
| 1 | Количество учебных недель | 34 |
| 2 | Количество часов в неделю | 1 |
| 3 | Количество часов в год | 34 |
| 4 | Неделя в первом полугодии | 17 |
| 5 | Неделя во втором полугодии | 17 |
| 6 | Начало занятий | 2 сентября 2024 г. |
| 7 | Каникулы | 26.10.2024 - 04.11.2024 29.12.2024 - 08.01.2025 23.03.2024 - 30.03.2025 |
| 8 | Окончание учебного года | 26 мая 2025 |

3.2. Условия реализации программы

Занятия проводятся в группе.

Возраст учащихся 10 – 17 лет

Набор в группы : принимаются все желающие. При приеме проводится собеседование с ребенком и фельдшером школы.

Для успешной реализации программы следует использовать следующие методы: методы обучения: работа в группах;

индивидуальные занятия;

наглядность; практика; использование ИКТ;

решение проблемных ситуаций; рефлексия.

Методы воспитания: формирование сознания личности;

организация деятельности и формирование опыта общественного поведения,

стимулирование поведения и деятельности. Виды предполагаемой деятельности:

игровая;

досуговая;

организаторская;

трудовая;

спортивно-оздоровительная; аналитическая; учебная;

профорIENTATIONная.

Все виды деятельности направлены на решение поставленных задач. Формы занятий:

лекции, практикумы, проекты. При реализации программы используются различные педагогические технологии, методы, формы и приемы организации занятий.

Образовательные технологии: моделирующая (игровая);

проблемного обучения; коммуникативная; интерактивного обучения;

ситуативного обучения;

групповых решений (сенектика); здоровьесберегающая.

В том числе: социально- педагогические технологии.

- 1.Опора на положительные качества личности/создание «ситуации успеха».
- 2.Формирование будущих жизненных устремлений/профориентация.
- 3.Включение в значимую общественно-полезную деятельность.
- 4.Доверительность и уважение во взаимоотношениях педагога с подростками/терпение и выдержка, сотрудничество, партнерские отношения.

Технологии работы направлены на то, чтобы поставить девиантное поведение под социальный контроль, включающий:

- замещение, вытеснение наиболее опасных форм девиантного поведения под социально- педагогический контроль;
- направление активности ребенка в общественно;
- одобряемое или нейтральное русло;

Материально- техническое обеспечение

Системы страховочные туристические, веревки туристические, каски спортивные, карабины спортивные автоматические.

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования

Формы организации образовательной деятельности:

Словесные методы: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: показ действий, наглядные пособия, видеофильмов.

Практические методы: применение оборудования

Формы организации учебного занятия

Индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Формы организации учебного занятия

| № п/п | Название раздела, тема | Материально-технические оснащение, дидактико-методический материал | Формы, методы, приемы обучения, технологии | Формы учебного занятия |
|-------|--|--|--|------------------------|
| 1 | Инструктаж по ТБ. Общие сведения о подготовке и проведении походов. Условия участия в походах. Требования к участникам. | Презентация | Групповая | Теория |
| 2 | Инструктаж по ТБ. Общие сведения о подготовке и проведении походов. Условия участия в походах. Требования к участникам. | Презентация | Групповая | Теория |
| 3 | Понятие о карте. Условные знаки топографических карт. Масштаб и его виды. Способы определения расстояний до недостижимых объектов. Особенности изображения местности на картах спортивного ориентирования. | Презентация | Групповая | Теория |
| 4 | Чтение и изображение топонимов; расчет расстояний по карте с помощью линейки, курвиметра, нитки, линий | Презентация | Групповая | Теория |

| | | | | |
|---|--|--------------------------------------|-----------|----------|
| | сетки. | | | |
| 5 | Компас. Азимуты — прямой и обратный. Определение азимута по карте и на местности. Способы изображения рельефа на топокартах и картах спортивного ориентирования. Правила ориентирования на местности. Способы ориентирования по местным признакам. Способы составления топокарт. Правила проведения туристических соревнований — ориентировочные этапы. | Презентация | Групповая | Теория |
| 6 | Правила ориентирования на местности, определение азимутов по карте; определение по карте высот точек, превышения, крутизны склонов с помощью горизонталей; разработка маршрута 2—3-х дневного похода. | Презентация | Групповая | Практика |
| 7 | Ориентирование по спортивным картам; определение азимутов объектов и объектов по азимуту; дви-19аар19е по азимуту; определение точки стояния по карте и на местности, расстояний «на глаз» и шагами; площадная топосъемка; ориентирование по легенде, в заданном направлении, на 19аар-кированной дистанции, по обозначенному на карте маршруту, по заданному азимуту. | Презентация | Групповая | Теория |
| 8 | Ориентирование по спортивным картам; определение азимутов объектов и объектов по азимуту; дви-19аар19е по азимуту; определение точки стояния по карте и на местности, расстояний «на глаз» и шагами; площадная топосъемка; ориентирование по легенде, в заданном направлении, на 19аар-кированной дистанции, по обозначенному на карте маршруту, по заданному азимуту. | Презентация Компасы | Групповая | Теория |
| 9 | Основные приемы страховки. Страховочная система. Основные и вспомогательные веревки. Карабины. | Презентация Страховочные системы, | Групповая | Теория |

| | | | | |
|----|--|---|-----------|----------|
| | | карабины | | |
| 10 | Основные приемы страховки. Страховочная система. Основные и вспомогательные веревки. Карабины. | Презентация Страховочные системы, карабины | Групповая | Практика |
| 11 | Надевание страховочной системы, ее блокировка, встегивание карабина, муфтование карабина. Маркировка веревок. | Презентация Страховочные системы, карабины | Групповая | Практика |
| 12 | Надевание страховочной системы, ее блокировка, встегивание карабина, муфтование карабина. Маркировка веревок. | Презентация Страховочные системы, карабины | Групповая | Теория |
| 13 | Назначение и способ вязки основных узлов. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 14 | Вязание узлов: прямой, академический, шкотовый; брамшкотовый, булинь, двойной булинь; встречный; простой проводник, «двойной проводник», «восьмерка»; «прусик», карабинный, австрийский проводник. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 15 | Вязание узлов: прямой, академический, шкотовый; брамшкотовый, булинь, двойной булинь; встречный; простой проводник, «двойной проводник», «восьмерка»; «прусик», карабинный, австрийский проводник. | Презентация Веревка туристическая | Групповая | Теория |
| 16 | Вязание узлов: прямой, академический, шкотовый; брамшкотовый, булинь, двойной булинь; встречный; простой проводник, «двойной проводник», «восьмерка»; «прусик», карабинный, австрийский проводник. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 17 | Правила подъема и спуска по склону спортивным способом, траверса склона по перилам. Правила, схемы и способы навески перил. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 18 | Навеска перил, подъем и спуск по склону спортивным способом, траверс склона по перилам. Страховка и само страховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 19 | Навеска перил, подъем и спуск по склону спортивным способом, траверс склона по перилам. Страховка и само страховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 20 | Навеска перил, подъем и спуск по склону спортивным способом, траверс склона по перилам. Страховка и само страховка | Веревка туристическая | Групповая | Практика |

| | | | | |
|----|--|-----------------------|-----------|----------|
| | участников, техника безопасности. | | | |
| 21 | Применение параллельных веревок для преодоления препятствий, способы их навески с возможностью снятия, после прохождения препятствия. Правила движения и транспортировки груза по параллельным веревкам. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 22 | Навеска параллельных веревок и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 23 | Навеска параллельных веревок и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 24 | Навеска параллельных веревок и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 25 | Применение навесной переправы для преодоления препятствий, способы ее навески с возможностью снятия, после прохождения препятствия. Правила движения и транспортировки груза. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 26 | Наведение навесной переправы с самосбросом и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 27 | Наведение навесной переправы с самосбросом и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 28 | Наведение навесной переправы с самосбросом и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 29 | Наведение навесной переправы с самосбросом и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 30 | Наведение навесной переправы с самосбросом и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |

| | | | | |
|----|---|-----------------------|-----------|----------|
| 31 | Применение переправы по бревну с перилами и шестом, и бродов для преодоления препятствий, способы перил возможностью снятия, после прохождения препятствия. Правила движения и транспортировки груза. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 32 | Наведение бревна, перил и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 33 | Наведение бревна, перил и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 34 | Наведение бревна, перил и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | Практика |
| 35 | Правила движения по жердям и кочкам в реальных условиях и на соревнованиях. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 36 | Правила движения по жердям и кочкам в реальных условиях и на соревнованиях. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 37 | Переправа по болоту по кочкам и способы движения группы по жердям. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 38 | Переправа по болоту по кочкам и способы движения группы по жердям. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 39 | Переправа по болоту по кочкам и способы движения группы по жердям. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 40 | Применение вертикального маятника и правила его навески с возможностью снятия веревки. Правила движения. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 41 | Навеска вертикального маятника и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 42 | Навеска вертикального маятника и преодоление препятствия. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 42 | Правила преодоление крутых травянистых склонов, осыпей и морен, снежных склонов с | Веревка туристическая | | |

| | | | | |
|----|---|-----------------------|-----------|--|
| | использованием альпенштока и ледоруба. | | | |
| 44 | Траверс склона с альпенштоком и ледорубом. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | | |
| 45 | Траверс склона с альпенштоком и ледорубом. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | | |
| 46 | Правила соревнования, порядок прохождения трассы, штрафы и тактика прохождения трассы командой. Судейская страховка и самостраховка. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 47 | Правила прохождения простых скальных участков. Три точки опоры. Использование пальцев, кистей рук при скалолазании, правила постановки ног. Страховка и самостраховка участников. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 48 | Правила прохождения простых снежно-ледовых участков. Правила постановки ног. Страховка и самостраховка участников. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 49 | Прохождение туристической полосы препятствий, состоящей из различных этапов ТПТ. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 50 | Прохождение туристической полосы препятствий, состоящей из различных этапов ТПТ. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 51 | Прохождение туристической полосы препятствий, состоящей из различных этапов ТПТ. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 52 | Прохождение туристической полосы препятствий, состоящей из различных этапов ТПТ. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 53 | Прохождение туристической полосы препятствий, состоящей из различных этапов ТПТ. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 54 | Прохождение туристической полосы | Веревка | Групповая | |

| | | | | |
|----|--|--------------------------|-----------|--|
| | препятствий, состоящей из различных этапов ТПТ. Страховка и самостраховка участников, техника безопасности. | туристическая | | |
| 55 | Личное снаряжение, подбор для различных видов и продолжительности походов. Способы уменьшения веса снаряжения. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 56 | Основные функции снаряженца. Групповое снаряжение: список, хранение, уход, выдача, приемка. Функции зампотеха. Примусс или газовая горелка: устройство, обслуживание, ремонт. Техника безопасности при работе с примусом или газовой горелкой. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 57 | Основные функции снаряженца. Групповое снаряжение: список, хранение, уход, выдача, приемка. Функции зампотеха. Примусс или газовая горелка: устройство, обслуживание, ремонт. Техника безопасности при работе с примусом или газовой горелкой. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 58 | Основные функции завхоза. Организация питания в походах разной продолжительности. Правила приготовления походных блюд. Правила развески, упаковки и хранения продуктов. Состыковка по весу снаряжения и питания. | Веревка туристическая | Групповая | |
| 59 | Основные функции завхоза. Организация питания в походах разной продолжительности. Правила приготовления походных блюд. Правила развески, упаковки и хранения продуктов. Состыковка по весу снаряжения и питания. | Туристическое снаряжение | Групповая | |
| 60 | Ремонт снаряжения; составление меню и раскладки продуктов для 2—3-дневного похода; распределение веса на маршрут. | Туристическое снаряжение | Групповая | |
| 61 | Ремонт снаряжения; составление меню и раскладки продуктов для 2—3-дневного похода; распределение веса на маршрут. | Туристическое снаряжение | | |
| 62 | Нормы личной и общественной гигиены. Экология и туризм. Экологические требования. Эколого-краеведческая работа в походе. | Туристическое снаряжение | Групповая | |

| | | | | |
|----|---|--------------------------|-----------|--|
| 63 | Основные функции медика. Аптечка: состав и хранение. Типичные травмы в походе, их профилактика и оказание первой доврачебной помощи при: простудах; порезах, кровотечениях; ушибах, переломах; потертостях, ожогах; отравлениях. Правила транспортировки пострадавшего. | Туристическое снаряжение | Групповая | |
| 64 | Основные функции медика. Аптечка: состав и хранение. Типичные травмы в походе, их профилактика и оказание первой доврачебной помощи при: простудах; порезах, кровотечениях; ушибах, переломах; потертостях, ожогах; отравлениях. Правила транспортировки пострадавшего. | | Групповая | |
| 65 | Выбор медикаментов из аптечки и оказание первой доврачебной помощи при условной травме; транспортировка пострадавшего по слабопересеченной местности. | | Групповая | |
| 66 | Выбор медикаментов из аптечки и оказание первой доврачебной помощи при условной травме; транспортировка пострадавшего по слабопересеченной местности. | | Групповая | |
| 67 | Организация краеведческих наблюдений в походе. Метеорологические измерения и наблюдения. Наблюдения за водоемами. Фенологические наблюдения. Экологические наблюдения. | | Групповая | |
| 68 | Организация краеведческих наблюдений в походе. Метеорологические измерения и наблюдения. Наблюдения за водоемами. Фенологические наблюдения. Экологические наблюдения. | | Групповая | |

3.3. Формы аттестации/ контроля

Формы оценочных средств, формы итоговой аттестации

| Форма контроля оценивания | | |
|---------------------------|------------------------|---------------------|
| Текущий контроль | Промежуточный контроль | Итоговая аттестация |
| Посещаемость | закрепление полученных | Тесты |

| | | |
|---------------------------|---|---------------------|
| успеваемость | теоретич. знаний в ходе практич. подготовки | |
| Посещаемость успеваемость | Тесты | Практическая работа |
| Посещаемость успеваемость | Тесты | Практическая работа |
| Овладение приемами | Практическая работа | Практическая работа |
| Овладение приемами | Тестовые упражнения | Практическая работа |
| Овладение приемами | Тестирование | Практическая работа |
| Овладение приемами | Тестирование | Практическая работа |

Итоговая аттестация

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме тестирования и практической работы. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования Программы и методов обучения.

Критерии оценивания

Критерии оценки результативности определяются по трем уровням результативности: высокий, средний, низкий и не должны противоречить следующим показателям: высокий уровень – успешное освоение обучающимся более 70% содержания образовательной программы; средний уровень – успешное освоение обучающимся от 50% до 70% содержания образовательной программы; низкий уровень – успешное освоение обучающимся менее 50% содержания образовательной программы.

Характеристика оценочных материалов

| | Планируемые результаты | Критерии оценивания | Виды контроля | Диагностический инструментарий |
|----------------|---|--|------------------------|---|
| личностные | Освоение двигательного действия | Успешное выполнение | Тестирование | Мониторинг развития умений и навыков |
| метапредметные | Применение изученных приемов в игровой практике | Результативность | Моделирование ситуации | Мониторинг показателей результативности и |
| предметные | Применение знаний умений и навыков на практике | Реализация знаний, умений и навыков в игре | Моделирование ситуации | Статистические данные |

Протокол оценивания
Протокол оценки результатов освоения
дополнительной общеобразовательной программы

Вид аттестации: (входящая, текущая, промежуточная, итоговая)

Форма контрольного занятия:

теория:

практика:

| № п/ п | ФИО обучающегося | Уровень усвоения программного материала | | | | | | Результат аттестации |
|---------------------|------------------|---|-------------------|------------------|-------------------|-------------------|------------------|-------------------------|
| | | Теория | | | Практика | | | |
| | | высокий (балл) | средний (балл) | низкий (балл) | высокий (балл) | средний (балл) | низкий (балл) | |
| 1 | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | |
| ... | | | | | | | | |
| Итого (чел.) | | чел | чел | чел | чел | чел | чел | |

Всего аттестовано:.

Из них по результатам аттестации:

Высокий уровень чел. ____ %

Средний уровень ____ чел. ____ %

Низкий уровень ____ чел. ____ %

Дата _____ г Подпись педагога

3. Список литературы

Нормативные документы:

Дополнительное (нормативно-правовое) направление:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ № 273) с последующими изменениями.
2. Федеральный закон от 29.12.2010 г. № 436-ФЗ (ред. от 18.12.2018) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
3. Федеральный закон от 24.06.1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
4. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).
5. Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 10).
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».
7. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.06.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
9. Постановление 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» (далее - СанПиН).
10. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).
11. 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»).
12. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
13. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

14. Закон Свердловской области «Об образовании в Свердловской области» от 16 июля 1998 года № 26-ОЗ с последующими изменениями.
15. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
16. Устав МАУДО Центр дополнительного образования.

Литература, использованная при составлении программы (для педагога)

- 1.1. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. – М.: ЦЦЮТур МО РФ, 1995г.
- 1.2. В.И. Тыкул «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений). – М.: «Просвещение», 1990г.
- 1.3. К.В. Бардин «Азбука туризма». М., Просвещение, 1973.
- 2. Туризм:**
 - 2.1. Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1983г.
 - 2.2. Ю.С. Константинов «Туристская игротека». - М.: Владос, 2000г.
- 3. Топография и ориентирование. Туристская техника:**
 - 3.1. Организация и проведение слётов и соревнований по пешеходному туризму: Методические рекомендации. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983г.
 - 3.2. А.М. Куприн «Умей ориентироваться на местности». - М.: ДОСААФ, 1969г.
- 4. Подготовка и проведение похода:**
 - 4.1. Организация и проведение спортивного туристского похода. – М.: Турист, 1986г.
 - 4.2. А.Ю. Остапец «На маршруте туристы - следопыты». М.: «Просвещение», 1987г.
- 5. Краеведение:**
 - 5.1. И.А. Юньев «Краеведение и туризм». М.: Знание, 1974г.
 - 5.2. Работа кружка юных туристов в школе: Методические рекомендации.- М.: Турист, 1989г.
- 6. Зелёная аптека:**
 - 6.1. Ю.Шальков «Здоровье туриста». – М.: Физкультура и спорт, 1987г.
- 7. Медицина:**
 - 7.1. Первая медицинская помощь дома и на улице. Под ред. Профессора В.А. Попова. – Ленинград, 1991г