

**Муниципальное казенное учреждение «Отдел образования администрации Александровского района Оренбургской области»**

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования Александровского района Оренбургской области  
«Центр развития»**

**РАССМОТРЕНО  
И СОГЛАСОВАНО**  
Методический совет  
Протокол № 3 от 28.03.2023

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора МАУДО «Центр развития» от 28.03.2023 №17



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
туристско-краеведческой направленности  
«Школа безопасности»  
(творческое объединение «Школа безопасности»)**

Возраст учащихся: 10-16 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Журмухамбетов Нургалей Евгеньевич  
педагог дополнительного образования  
I квалификационная категория

с. Александровка, 2023г.

## Содержание

<b>1. Комплекс основных характеристик программы .....</b>	<b>3</b>
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Планируемые результаты освоения программы .....	6
1.4. Учебно-тематический план .....	7
1.5. Содержание учебно-тематического плана .....	10
<b>2. Комплекс организационно-педагогических условий .....</b>	<b>15</b>
2.1. Календарный учебный график .....	15
2.2. Формы аттестации/контроля .....	22
2.3. Оценочные материалы .....	22
2.4. Методическое обеспечение программы.....	22
2.5. Условия реализации программы.....	24
2.6. Воспитательный компонент .....	27
<b>3. Список литературы .....</b>	<b>28</b>
<b>4. Приложение.....</b>	<b>31</b>

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1. Пояснительная записка

### Нормативно-правовое обеспечение программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

– Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.);

– Национальным проектом «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 03.09.2018 г. протокол № 10);

– Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» Национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 03.09.2018 г. протокол № 10).

– Федеральным проектом «Патриотическое воспитание» Национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам от 03.09.2018 г. протокол № 10)

– Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);

– Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

– Приказом Министерства образования и науки РФ «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (от 23 августа 2017 г. № 816);

– Приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (от 03.09.2019 г. № 467);

– Приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (от 27.07.2022 г. № 629);

– Постановлением Правительства Оренбургской области «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития системы дополнительного образования детей Оренбургской области» (от 04.07.2019 г. № 485 - пп);

– Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-

эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (от 28.09.2020 г. № 28);

– Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (от 28.01.2021 г. № 2) (разд.VI.«Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

– Письмом Министерства просвещения России от 31.01.2022 г. № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

– Рабочей концепции одаренности. Министерство образования РФ, Федеральная целевая программа «Одаренные дети», 2003 г.;

– Уставом муниципального автономного учреждения дополнительного образования Александровского района Оренбургской области "Центр развития".

**Направленность (профиль):** туристско-краеведческая

**Актуальность программы:**

Современная цивилизация изнежила человека, развратила мягкой мебелью и автомобилем, отучила жить среди дикой природы. В самом деле, многие ли из нас умеют найти в пустынной местности воду, добыть без спичек огонь, выбраться из трясины, оказать первую доврачебную медицинскую помощь, ориентироваться и точно двигаться в нужном направлении, преодолевать крутые склоны гор и обрывы, подавать сигналы бедствия и вообще знать, как поступить, чтобы выжить, если в результате какой-либо непредвиденной ситуации или несчастного случая человек оказался один на один с природой в безлюдной местности или на море. В настоящее время обществом ставится задача не только обучения детей основам жизнедеятельности, но и более широкая – формирование у них культуры безопасности.

**Отличительные особенности программы:**

Для эффективного обучения детей безопасной жизнедеятельности необходимо успешное усвоение знаний, выработка умений и навыков, а также желание, заинтересованность в обеспечении собственной безопасности и безопасности окружающих. Основанная цель при этом – достижение такого уровня развития детей, их творческих сил и способностей, при которых они сумеют эффективно обезопасить свою жизнедеятельность, имея соответствующую мотивацию

**Новизна программы:**

- новизна данной образовательной программы заключается в том, что

она ориентирована на интерес и пожелания учащихся, учитывает их возрастные потребности, помогает реализовать возможности, стимулирует социальную и гражданскую активность, что даёт способ отвлечения детей от негативного воздействия и позволяет мотивировать их на развитие необходимых навыков.

**Адресат программы:**

Программа предназначена для обучения детей и подростков в возрасте 10-16 лет.

Появляется способность противостоять влиянию окружающих, отвергать те или иные требования и утверждать то, что они сами считают несомненным и правильным, достижение такого уровня развития детей, их творческих сил и способностей, при которых они сумеют эффективно обезопасить свою жизнедеятельность, имея соответствующую мотивацию.

**Уровень освоения программы:** базовый

**Наполняемость группы:** 12-15 детей

**Объем программы:** 108 часов

**Срок освоения программы:** 1 год

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 2 и 1 часу с 10 минутным перерывом. Продолжительность одного академического часа – 45 минут

**Форма(ы) обучения:** очная

**Особенности организации образовательного процесса:**

При реализации программы используются в основном групповая форма организации образовательного процесса и работа по подгруппам, в отдельных случаях – индивидуальная в рамках группы. Занятия по программе проводятся в соответствии с учебным планом в разновозрастной группе учащихся, являющихся основным составом объединения. Состав группы является постоянным.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** развитие творческого потенциала, самореализации, социальной адаптации, укрепление здоровья и подготовка юных спасателей средствами туризма

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

- обучить приемам самостоятельной работы с книгой, картами и туристским снаряжением;
  - подготовить учащихся к экстремальным ситуациям пребывания в естественных природных условиях и к чрезвычайным событиям техногенного и криминогенного характера;
  - расширить географию путешествий учащихся нашего края;
  - формировать элементы ИТ-компетенций;
- расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу по гео-графии, литературе, ОБЖ, физической подготовке;
- повысить техническое и тактическое мастерство учащихся, подготовить к

соревнованиям «Школа безопасности».

**Развивающие:**

- развивать личные качества, связанные с умственными, познавательными и творческими способностями;
- развивать логическое мышление, речь, воображение, общение; развитие способностей к само-образованию;
- развивать интерес к спортивным туристским походам;
- развивать физическое оздоровление детей;

**Воспитательные:**

- воспитывать чувства патриотизма, уважения, любви к своей культуре и истории;
- воспитывать эстетическую аккуратность, опрятность, культуру поведения, умение ценить красоту;
- профилактика асоциального поведения детей и подростков;
- повысить занятость детей в свободное время; организовать полноценный досуг;
- мотивировать учащихся на концепцию здорового образа жизни.
- пропаганда и популяризация основ безопасности жизнедеятельности

### 1.3. Планируемые результаты освоения программы

**Предметные образовательные результаты:**

В конце обучения учащиеся должны знать:

- Значение врачебного контроля и самоконтроля.
- Значение специальной физической подготовки в развитии различных групп мышц.
- Принципы формирования индивидуальной, малой, экстренной и основной аптечки первой помощи.
- Транспортировку пострадавшего по навесной переправе. Транспортировку на носилках.

Уметь:

- пользоваться специальным снаряжением.
- Составить перечень личного, группового и специального снаряжения для учебно-тренировочного похода с учётом погодных условий, собрать аптечку.
- Развести костёр. Заготовить дрова. Уложить костёр различными способами.
- Составить план подготовки похода. Рассчитать переходы и план-график движения. Навести переправу вброд по перилам. Выбрать место и переправиться вброд различными способами.
- Соблюдать режим движения. Организовать полиспадную систему натяжения основной верёвки.
- Двигаться по дорогам, тропам, по пересечённой местности.
- Проходить в каске следующие технические этапы: навесную переправу, переправу в брод, переправу по бревну,

переправу по верёвке с перилами; подъём, траверс, спуск; переправу маятником.

**Метапредметные результаты:**

– сформировано умение работать с различными источниками информации, пользоваться различными способами при ориентировании

**Личностные результаты:**

– сформировано доброе отношение к окружающему миру и экологической культуре;  
– развиты навыки самоорганизации и адекватной самооценки

**1.4. Учебно-тематический план**

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Раздел 1. Основы туристской подготовки</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	
1.1.	Вводное, организационное занятие. Комплектование группы	3	1	2	Лекция Презентация
1.2.	Обсуждение плана работы на год. Что такое туризм?	3	1	2	Семинар практикум Тестирование
1.3.	Ознакомление с историей предмета. Чем полезны и интересны походы и экскурсии.	3	1	2	Лекция Презентация
1.4.	Ознакомление под роспись с ТБ на занятиях. Медицинский контроль.	3	1	2	Тестирование
2.	<b>Раздел 2. История туризма и путешествий.</b>	<b>18</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	
2.1.	Туристские путешествия, история развития туризма в Оренбургской области	3	1	2	Лекция Анкета
2.2.	Первые путешественники. Исторические цели путешествий: торговля, военные походы и религия. Русские экспедиции и путешественники: Ф.Беллинсгаузен, М.Лазарев, В.Юнкер, Н.Миклухо-Маклай.	3	1	2	Лекция Подготовить реферат

2.3.	Эпоха великих географических открытий: Васко да Гама, Ф. Магеллан, Х. Колумб, Д. Кук, С. Дежнёв, В. Беринг, А. Никитин, казачий атаман Ермак, Ф.Беллинсгаузен, Н. Пржевальский, К.М. Миклухо-Маклай и многие другие.	3	1	2	Лекция Подготовить реферат
2.4.	Путешественники и исследователи XX-го века: Р.Амундсен, Ф.Нансен, Р. Скотт, Т.Хейердал, К.Маннергейм, Р.Месснер, Ж.Кусто, И.Ефремов, Е. Абалаков, С.Обручев, В.Добкович, Д.Шпаро, В.Сундаков, Ф.Конюхов и другие	3	1	2	Лекция Тестирование
2.5.	Детский туризм в России. Передовые педагоги XIX века: А.Я. Герд, К.Д. Ушинский, декабрист И.Я. Якушкин. Развитие краеведения. Роль А.С. Макаренко в развитии детского туризма.	3	1	2	Лекция практикум
2.6.	Подведение итогов по разделам 1, 2	3	1	2	Зачет
3.	<b>Раздел 3. Структура туризма.</b>	<b>27</b>	<b>9</b>	<b>18</b>	
3.1.	. Активный и пассивный способы передвижения. Плановый и самодеятельный туризм. Основные способы передвижения: пешеходный, водный, лыжный, горный. Специальные виды: велосипедный, автотуризм, спелеотуризм, водный на плотах, резиновых лодках, байдарках, путешествия автостопом, на лошадях, собаках, оленях и верблюдах, зимний на мотонартах.	3	1	2	Лекция практикум
3.2.	Промежуточные виды: горнопеший, горнолыжный, пешеводный, с пешеходно-горной заброской. Технология и структура	3	1	2	



	функционирования туризма в России. Мероприятия спортивно-оздоровительного туризма				
3.3.	ПВД, многодневные путешествия, учебно-тренировочных сборы и туристские экспедиции. Деление по территориальному признаку на местные и дальние	3	1	2	
3.4.	Комплектование группы. Подбор участников похода: один класс, школа, одинаковый возраст, физическая подготовка, общие интересы. Особенности отношений в туристских группах. Надёжность отношений. Ты в коллективе	3	1	2	Семинар Практикум
3.5.	Психологические советы всем участникам похода: целевая установка, стиль общения, не конфликтуйте, искренние похвалы, прощайте и не укоряйте! Не навязывайте своё мнение, «одёргивать» не надо, уступайте. Совместное дело и индивидуальный подход. Сломите навязчивые мысли! Требование обеспечения безопасности.	3	1	2	Семинар Практикум
3.6.	Психологическая подготовка, усталость и давление. Периоды психологического расслабления и разрядки. Никаких тактических и технических секретов в походе. Общение с местными жителями.	3	1	2	Семинар Практикум
3.7.	Развитие в себе психологические качества, комплекс спасателя. Настраивайтесь на походную работу.	3	1	2	Лекция
3.8.	Обязанности в группе. Распределение обязанностей в группе: руководитель группы, заместитель руководителя (командир), медработник (санитар),	3	1	2	Семинар Практикум

	завхоз по снаряжению,				
3.9.	Обязанности в группе. Распределение обязанностей в группе: завхоз по питанию, ремонтный мастер, топограф, казначей, дежурный, ответственный за дневник, кинооператор, фотограф, художник.	3	1	2	Семинар Практикум
4.	<b>Основы гигиены и первая доврачебная помощь</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	
4.1.	Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний.	3	1	2	Лекция Презентация
4.2.	Походная медицинская аптечка.	3	1	2	Лекция Презентация
4.3.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	3	1	2	Семинар Практикум
5.	<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>	<b>42</b>	<b>4</b>	<b>38</b>	
5.1.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.	3	1	2	Лекция Презентация Тестирование
5.2.	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	3	1	2	Лекция Презентация Тестирование
5.3.	Общая физическая подготовка.	18	1	17	Семинар Практикум Зачет
5.4.	Специальная физическая подготовка.	18	1	17	Семинар практикум зачет
	<b>ИТОГО ЗА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>108</b>	<b>26</b>	<b>82</b>	

### 1.5. Содержание учебно-тематического плана

#### Раздел 1. Основы туристской подготовки.

**Тема 1.1.** Вводное, организационное занятие. Комплектование группы.  
Теория: Знакомство с коллективом. Обоснование предлагаемой программы  
Практика: Заполнение анкеты  
Оборудование: Проектор, презентация

**Тема 1.2.** Обсуждение плана работы на год. Что такое туризм?

Теория: Что такое туризм?

Практика: Подготовить реферат

Оборудование: ПУ, проектор

**Тема 1.3.** Ознакомление с историей предмета.

Теория: Чем полезны и интересны походы и экскурсии.

Практика: Ознакомление с туристическими маршрутами России

Оборудование: ПУ, проектор

**Тема 1.4.** Ознакомление под роспись с ТБ на занятиях. Медицинский контроль.

Теория: Инструкции ТБ

Практика: Ознакомление под роспись с ТБ на занятиях

Оборудование: Журнал по ТБ

**Раздел 2.История туризма и путешествий.****Тема 2.1.** Туристские путешествия, история развития туризма в Оренбургской области

Теория: Туризм в Оренбургской области

Практика: Туристические маршруты Оренбургской области

Оборудование: ПК, проектор, физическая карта

**Тема 2.2.**Первые путешественники. Исторические цели путешествий: торговля, военные походы и религия..

Теория: Русские экспедиции и путешественники: Ф. Беллинсгаузен, М. Лазарев, В. Юнкер, Н. Миклухо-Маклай

Практика: Маршруты путешествий и экспедиций

Оборудование: Физическая карта мира

**Тема 2.3.** Эпоха великих географических открытий:

Теория:Васко да Гама, Ф. Магеллан, Х. Колумб, Д. Кук, С. Дежнёв, В. Беринг, А. Никитин, казачий атаман Ермак, Ф.Беллинсгаузен, Н. Пржевальский, К М. Миклухо-Маклай и многие другие.

Практика: Маршруты путешествий и экспедиций

Оборудование: Физическая карта мира

**Тема 2.4.** Путешественники и исследователи XX-го века:

Теория:Р.Амундсен, Ф.Нансен, Р. Скотт, Т.Хейердал, К.Маннергейм, Р.Месснер, Ж.Кусто, И.Ефремов, Е. Абалаков, С.Обручев, В.Добкович, Д.Шпаро, В.Сундаков, Ф.Конюхов и другие

Практика: Маршруты путешествий и экспедиций

Оборудование: Физическая карта мира

**Тема 2.5.** Детский туризм в России. Передовые педагоги XIX века: А.Я. Герд, К.Д. Ушинский, декабрист И.Я. Якушкин. Развитие краеведения. Роль А.С. Макаренко в развитии детского туризма.

Теория: Развитие краеведения. Роль А.С. Макаренко в развитии детского туризма.

Практика: Реферат

Оборудование: ПК, проектор

**Тема 2.6.** Подведение итогов по разделам 1, 2

Теория: Тестирование

Практика: Тестирование

Оборудование: ПК

### **Раздел 3. Структура туризма**

**Тема 3.1.** Активный и пассивный способы передвижения. Плановый и самостоятельный туризм

Теория: Основные способы передвижения: пешеходный, водный, лыжный, горный. Специальные виды: велосипедный, автотуризм, спелеотуризм, водный на плотках, резиновых лодках, байдарках, путешествия автостопом, на лошадях, собаках, оленях и верблюдах, зимний на мотонартах

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

**Тема 3.2.** Промежуточные виды: горнопеший, горнолыжный, пешеводный, с пешеходно-горной заброской.

Теория: Технология и структура функционирования туризма в России. Мероприятия спортивно-оздоровительного туризма

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

**Тема 3.3.** ПВД, многодневные путешествия, учебно-тренировочные сборы и туристские экспедиции.

Теория: Деление по территориальному признаку на местные и дальние

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

**Тема 3.4.** Комплектование группы.

Теория: Подбор участников похода: один класс, школа, одинаковый возраст, физическая подготовка, общие интересы. Особенности отношений в туристских группах. Надёжность отношений. Ты в коллективе.

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

**Тема 3.5.** Психологические советы всем участникам похода: целевая установка, стиль общения, не конфликтуйте, искренние похвалы, прощайте и не укоряйте! Не навязывайте своё мнение, «одёргивать» не надо, уступайте.

Теория: Совместное дело и индивидуальный подход. Требование обеспечения безопасности.

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

**Тема 3.6.** Психологическая подготовка, усталость и давление. Общение с местными жителями.

Теория: Периоды психологического расслабления и разрядки. Никаких тактических и технических секретов в походе

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

**Тема 3.7.** Развитие в себе психологические качества, комплекс спасателя.

Теория: Настраивайтесь на походную работу.

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

**Тема 3.8.** Распределение обязанностей в группе: руководитель группы, заместитель руководителя (командир), медработник (санитар), завхоз по снаряжению,

Теория: Обязанности в группе.

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

**Тема 3.9.** Распределение обязанностей в группе: завхоз по питанию, ремонтный мастер, топограф, казначей, дежурный, ответственный за дневник, кинооператор, фотограф, художник

Теория: Обязанности в группе

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

#### **Раздел 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь**

**Тема 4.1.** Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний

Теория: Основы гигиены

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

**Тема 4.2.** Походная медицинская аптечка.

Теория: Комплектация медицинской аптечки

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

**Тема 4.3.** Первая доврачебная помощь

Теория: Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

#### **Раздел 5. Общая и специальная физическая подготовка**

**Тема 5.1.** Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.

Теория: функции организма человека и влиянии физических упражнений.

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

**Тема 5.2.** Врачебный контроль, самоконтроль,

Теория: предупреждение спортивных травм на тренировках.

Практика: Практикум

Оборудование: ПК

**Тема 5.2.** Общая физическая подготовка

Теория: Значение регулярной общей физической подготовки в укреплении здоровья и подготовке к походам.

Практика: Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%

Оборудование: Спортивные снаряды и тренажеры

**Тема 5.2.** Специальная физическая

подготовка.

Теория: Значение специальной физической подготовки в развитии различных групп мышц.

Практика: Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.

Оборудование: Спортивные снаряды и тренажер

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов	Форма занятия	Форма контроля	Месяц	Примечание
	<b>Раздел 1. Основы туристской подготовки</b>	<b>12</b>				
1	Вводное, организационное занятие. Комплектование группы	1	Лекция презентация		сентябрь	
2	Заполнение анкеты	2		Анкетирование	сентябрь	
3	Обсуждение плана работы на год.	1	Семинар		сентябрь	
4	Что такое туризм?	2		практикум Тестирование	сентябрь	
5	Ознакомление с историей предмета..	1	Лекция Презентация		сентябрь	
6	Чем полезны и интересны походы и экскурсии	2		Практикум	сентябрь	
7	Ознакомление под роспись с ТБ на занятиях. Медицинский контроль.	1	Беседа	Тестирование	сентябрь	
8	Инструктаж по ТБ под роспись	2	Беседа	Инструктаж	сентябрь	
.	<b>Раздел 2. История туризма и путешествий.</b>	<b>15</b>				
9	Туристские путешествия, история развития туризма в Оренбургской области	1	Лекция		Октябрь	
10	Ознакомление с туристическими маршрутами Оренбургской области	2		Анкета	Октябрь	
11	Первые путешественники. Исторические цели путешествий:	1	Лекция		Октябрь	

	торговля, военные походы и религия.					
12	Русские экспедиции и путешественники: Ф.Беллинсгаузен, М.Лазарев, В.Юнкер, Н.Миклухо-Маклай	2		Подготовить реферат	октябрь	
13	Эпоха великих географических открытий	1	Лекция		октябрь	
14	Васко да Гама, Ф. Магеллан, Х. Колумб, Д. Кук, С. Дежнёв, В. Беринг, А. Никитин, казачий атаман Ермак, Ф.Беллинсгаузен, Н. Пржевальский, К.М. Миклухо-Маклай и многие другие.	2		Подготовить реферат	октябрь	
15	Путешественники и исследователи XX-го века:	1	Лекция		октябрь	
16	Р.Амундсен, Ф.Нансен, Р. Скотт, Т.Хейердал, К.Маннергейм, Р.Месснер, Ж.Кусто, И.Ефремов, Е. Абалаков, С.Обручев, В.Добкович, Д.Шпаро, В.Сундаков, Ф.Конюхов и другие	2		Подготовить реферат	октябрь	
17	Детский туризм в России. Передовые педагоги XIX века: А.Я. Герд, К.Д. Ушинский, декабрист И.Я. Якушкин. Развитие краеведения. Роль А.С. Макаренко в развитии детского туризма.	1	Лекция	практикум	ноябрь	
18	Подведение итогов по разделам 1, 2	2		Тестирование	ноябрь	
	<b>Раздел 3. Структура туризма.</b>	<b>27</b>				
19	Активный и пассивный способы передвижения. Плановый и самодеятельный туризм.. Специальные виды: велосипедный, автотуризм, спелеотуризм, водный на плотках, резиновых лодках,	1	Лекция		ноябрь	



	байдарках, путешествия автостопом, на лошадях, собаках, оленях и верблюдах, зимний на мотонартах.					
20	Основные способы передвижения: пешеходный, водный, лыжный, горный	2		практикум	ноябрь	
21	Промежуточные виды: горнопеший, горнолыжный, пешеводный, с пешеходно-горной заброской.	1	Лекция		ноябрь	
22	Технология и структура функционирования туризма в России. Мероприятия спортивно-оздоровительного туризма	2		практикум	ноябрь	
23	ПВД, многодневные путешествия, учебно-тренировочных сборы и туристские экспедиции.	1	Лекция		ноябрь	
24	Деление по территориальному признаку на местные и дальние	2		практикум	ноябрь	
25	Комплектование группы. Подбор участников похода: один класс, школа, одинаковый возраст, физическая подготовка, общие интересы.	1	Семинар		ноябрь	
26	Особенности отношений в туристских группах. Надёжность отношений. Ты в коллективе	2		Практикум	декабрь	
27	Психологические советы всем участникам похода: целевая установка, стиль общения, не конфликтуйте, искренние похвалы, прощайте и не укоряйте! Не навязывайте своё мнение, «одёргивать» не надо, уступайте.	1	Семинар		декабрь	
28	Совместное дело и индивидуальный подход. Сломите навязчивые мысли! Требование обеспечения безопасности.	2		Практикум	декабрь	

29	Психологическая подготовка, усталость и давление. Общение с местными жителями.	1	Семинар		декабрь	
30	Периоды психологического расслабления и разрядки. Никаких тактических и технических секретов в походе.	2		Практикум	декабрь	
31	Развитие в себе психологические качества, комплекс спасателя..	1	Лекция		декабрь	
32	Настраивайтесь на походную работу	2	Лекция		декабрь	
33	Обязанности в группе. Распределение обязанностей в группе: руководитель группы, заместитель руководителя (командир), медработник (санитар), завхоз по снаряжению,	1	Семинар	Практикум	декабрь	
34	Обязанности в группе. Распределение обязанностей в группе: руководитель группы, заместитель руководителя (командир), медработник (санитар), завхоз по снаряжению,	2	Семинар	Практикум	декабрь	
35	Обязанности в группе. Распределение обязанностей в группе: завхоз по питанию, ремонтный мастер, топограф, казначей, дежурный, ответственный за дневник, кинооператор, фотограф, художник.	1	Семинар	Практикум	Январь	
36	Обязанности в группе. Распределение обязанностей в группе: завхоз по питанию, ремонтный мастер, топограф, казначей, дежурный, ответственный за дневник, кинооператор, фотограф, художник	2	Семинар	Практикум	Январь	
	<b>Основы гигиены и первая доврачебная помощь</b>	<b>9</b>				

37	Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний.	1	Лекция Презентация		Январь	
38	Гигиенические требования при занятиях туризмом.	2			Январь	
39	Сущность закаливания и систематических занятий спортом.	1	Лекция		Январь	
40	Походная медицинская аптечка.	2		практикум	Январь	
43	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	1	Семинар		Январь	
44	Оказание первой доврачебной помощи. Наложение повязок.	2		Практикум	Февраль	
	<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>	<b>45</b>				
45	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.	1	Лекция Презентация		Февраль	
46	Простейшие приемы контроля физического состояния	2		практикум	Февраль	
47	Простейшие приемы контроля физического состояния	1	Лекция Презентация		Февраль	
48	Осуществление самоконтроля и ведение дневника самоконтроля	2		Тесты	Февраль	
49	Общая физическая подготовка. Значение регулярной общей физической подготовки в укреплении здоровья и подготовке к походам	1	Лекция		март	
50	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%	2		Практикум	март	
51	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%	2		Практикум	март	

52	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%	2		Практикум	март	
53	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%	2		Практикум	март	
54	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%	2		Практикум	март	
55	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%	2		Практикум	март	
56	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%	2		Практикум	март	
57	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%	2		Практикум	март	
58	Специальная физическая подготовка. Значение специальной физической подготовки в развитии различных групп мышц.	1	лекция		апрель	
59	Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.	2		Практикум	апрель	
60	Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.	2		Практикум	апрель	
61	Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.	2		Практикум	апрель	
62	Упражнение на развитие выносливости, быстроты,	2		Практикум	апрель	

	развитие силы и гибкости.					
63	Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.	2		Практикум	апрель	
64	Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.	2		Практикум		
65	Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.	2		Практикум		
66	Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.	2		Практикум	апрель	
67	Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.	2		Практикум	май	
68	Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.	2		Практикум	май	
69	Упражнение на развитие выносливости, быстроты, развитие силы и гибкости.	2		Практикум	май	
70	Зачетный поход	2		Зачет	май	
71	Зачетный поход	2		Зачет	май	
72	Зачетный поход	2		Зачет	май	
	<b>ИТОГО ЗА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ</b>	<b>108</b>				

## 2.2. Формы аттестации/контроля

**Формы аттестации/контроля для выявления предметных и метапредметных результатов:** тестирование, творческий проект, зачетный поход, экспедиция, сдача нормативов

**Формы аттестации/контроля формы для выявления личностных качеств:**наблюдение, опросы, анкетирование, портфолио

### **Особенности организации аттестации/контроля:**

Входная аттестация проводится с целью определения уровня знаний, умений, навыков учащихся, а также их потенциала к развитию. Промежуточная аттестация учащихся проводится с целью промежуточной оценки учащимися поставленных задач по ДООП и достижению личностных результатов, объективная оценка усвоения учащимися ДООП. Проводится в сроки, установленные локальными актами организации. В учебном журнале проставляется результат аттестации.

Итоговая аттестация учащихся проводится по итогам освоения ДООП с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств ребенка и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительных образовательных программ. Формы итоговой аттестации могут быть любыми (показательное выступление, выставка, защита проектов и т.д.). Текущий контроль учащихся проводится с целью установления фактического уровня освоения теоретических знаний по темам (разделам) программы, их практических умений и навыков.

## 2.3. Оценочные материалы

Тесты и опросники (приложение)

### **Методическое обеспечение программы**

#### **Методические материалы:**

Для обеспечения образовательного процесса используется дидактический и методический материал:

- разработки педагога дополнительного образования: планы, конспекты занятий, сценарии мероприятий, положения, инструкции, памятки и др.;
- разработки педагога для проведения занятий: схемы, таблицы, раздаточный материал, атласы, топографические и спортивные карты, туристское снаряжение, специальное снаряжение, стенды, спортивный инвентарь, ТСО и др.;
- разработки информативного характера: разнообразный информационный материал;
- разработки для организации контроля и определения результативности обучения: тесты, вопросники, контрольные упражнения, упражнения-задачи и т.д.

#### **Методики и технологии:**

Для реализации программы используются разнообразные формы работы: беседы, встречи, конкурсы, игры, праздники, соревнования, зачёты, спортивно-туристские эстафеты. Участие членов творческого объединения в районных и областных турслётах, учебных сборах, учебно-тренировочных

походах, в соревнованиях, профильных туристско-оздоровительных лагерях, категорийных и степенных походах.

### **Алгоритм учебного занятия**

Алгоритм учебного занятия – краткое описание структуры занятия и его этапов составлен на основе учебно-методического пособия автора Ворониной Ю.В. «Анализ занятия в системе дополнительного образования: методический конструктор», рассмотренного и утвержденного на методическом совете МАУДО «Центр развития» (протокол № 1 от 30.08.2019 г.)

#### **Этапы занятия**

**1 этап: организационный.** *Задача:* приветствие всех участников занятия, подготовка детей к работе на занятии.

**2 этап: проверочный (может отсутствовать на занятии).**

**3 этап: повторение пройденного материала (актуализация субъектного опыта учащихся).**

**4 этап: подготовительный или мотивационный (подготовка к новому содержанию, введение в предлагаемый образовательный материал или информацию).**

**5 этап: изучение новых знаний и освоение новых способов действий (освоение в активной форме предлагаемого образовательного материала или информации).**

**6 этап: закрепление знаний и способов деятельности (может отсутствовать на занятии или быть основным этапом занятия, зависит от формы проведения).** *Задача:* обеспечение усвоения новых знаний и способов действий. *Содержание этапа:* педагог применяет тренировочные упражнения, задания, которые выполняются самостоятельно детьми.

**7 этап: обобщение и систематизация знаний и способов деятельности (может отсутствовать на занятии или быть основным этапом занятия, зависит от формы проведения).**

**8 этап: игровая или творческая часть занятия (может отсутствовать на занятии или быть основным этапом занятия, зависит от формы проведения).**

**9 этап: контрольный.** *Задача:* выявление качества и уровня овладения знаниями и умениями, их коррекция. *Содержание этапа:* используются тестовые задания, виды устного и письменного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности (репродуктивного, творческого, поисково-исследовательского).

**10 этап: рефлексивный.** *Задача:* мобилизация детей на самооценку. *Содержание этапа:* может оцениваться работоспособность, психологическое состояние, результативность работы, содержание и полезность учебной работы (педагог предлагает приёмы или вопросы для организации разных видов рефлексии учащихся: когнитивная (что нового узнали?), деятельностная (какую учебную задачу ставили? всё ли удалось сделать? что не получилось? почему? что нужно сделать в следующий раз, чтобы получилось лучше?), эмоциональная (с каким настроением вы уходите

с занятия?), ценностно-смысловая рефлексия (где можно применить полученные знания, умения?).

**11 этап: итоговый (подведение итогов учебного занятия).** *Задача:* дать анализ и оценку успешности достижения цели и наметить перспективу последующей работы.

**12 этап: информационный (может отсутствовать на занятии).** *Задача:* обеспечение понимания цели, содержания и способов выполнения домашнего задания, логики дальнейших занятий. *Содержание этапа:* Информация о домашнем задании (если необходимо), инструктаж по его выполнению, определение перспективы следующих занятий.

Этапы могут по-разному комбинироваться на занятии. Какие-либо из них могут отсутствовать на занятии (в зависимости от дидактических целей, формы проведения).

#### **Краткое описание работы с методическими материалами:**

Содержание предмета реализуется через методы обучения и деятельность учащихся на занятиях, а также педагогических идей и принципов:

- гуманизации образования;
- осуществление целостного подхода к воспитанию;
- соответствие содержания возрастным особенностям учащихся;
- деятельностный подход в обучении;
- формирование социально приемлемых интересов и потребностей учащихся и т.д.

Исходя из целей и задач, сформулированных в программе, используются следующие методы:

- поисково-исследовательский метод (самостоятельная работа учащихся с выполнением различных специальных практических заданий на спортплощадке, в спортзале и в походах);
- метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, конкурсах;
- метод контроля: врачебный, самоконтроль успеваемости и качества усвоения программы;
- метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

#### **2.4. Условия реализации программы**

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определённые условия:

наличие помещения для учебных занятий, рассчитанного на 15 детей и отвечающего правилам СанПин;

наличие ученических столов и стульев, соответствующих возрастным особенностям учащихся;

шкафы стеллажи для оборудования;

наличие необходимого оборудования согласно списку;

наличие учебно-методической базы: научная и справочная литература,



наглядный материал, раздаточный материал, методическая литература.

### Материально-техническое обеспечение программы:

	Наименование	Кол-во	Область применения
	Палатка туристская (2-4-х местная)	4-5 шт.	Туристический поход
	Тент для оборудования бивака	1-2 шт.	Туристический поход
	Набор походных котлов и др. костровой посуды	1 компл.	Туристический поход
	Топор походный	2-3 шт.	Туристический поход
	Пила (облегченная 2-х ручная с чехлом)	1 шт.	Туристический поход
	Медицинская аптечка	1 компл.	Туристический поход
	Походный ремонтный набор	1 компл.	Туристический поход
	Примус туристский («Шмель») с емк. 3-5 литров для горючего	1-2 шт.	Туристический поход
	Веревка основная (капроновая, диаметром 8-10 мм.) 40 метров	1-2 шт.	Туристический поход
0	Веревка вспомогательная (капроновая, диаметром 6 мм.) 40 метров	1 шт.	Туристический поход
1	Страховочная система альпинистская с двумя репшнурами	3-4 шт.	Туристический поход
2	Карабин альпинистский	8-10 шт.	Туристический поход
3	Разборная походная или саперная лопатка	1 шт.	Туристический поход
4	Палатка для зимних походов (типа «Зима»)	1 шт.	Туристический поход
5	Печка разборная для зимних походов и походов в межсезонье	1 шт.	Туристический поход
6	Катамаран туристская разборная, оборудованная спец. снаряжением для водных походов	2-3 шт.	Туристический поход
7	Спасательный жилет для водных походов	на каждого участника	Туристический поход
8	Планшет для картографического материала и походных документов	2 шт.	Туристический поход
9	Фотоаппарат	1-2 шт.	Туристический поход
0	Картографический материал, необходимый для проведения учебных занятий, походов, соревнований по	1 компл.	Туристический поход

	спортивному ориентированию		
1	Специальное снаряжение для оборудования дистанции по спортивному ориентированию	Для 15-20 КП	Туристический поход
2	Мячи (волейбольный, футбольный, баскетбольный, теннисный большой) для проведения учебных занятий по ОФП	по 2 шт.	Туристический поход
3	Секундомер	2-3 шт.	Туристический поход
4	Компас спортивный	на каждого участника	Туристический поход
5	Рюкзак	на каждого участника	Туристический поход
6	Спальный мешок	на каждого участника	Туристический поход
7	Коврик походный	на каждого участника	Туристический поход
8	Накидка от дождя	на каждого участника	Туристический поход
9	Лыжи	на каждого участника	Туристический поход
0	Записная книжка (карманная с ручкой или карандашом)	на каждого участника	Туристический поход
1	Индивидуальный перевязочный пакет	на каждого участника	Туристический поход
2	Планшет для корректировки спортивной карты	на каждого участника	Туристический поход

### **Информационное обеспечение программы:**

#### **Интернет – ресурсы:**

<http://www.mchs.gov.ru/>

<http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual>

[http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie\\_CHS/item/7261661/](http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie_CHS/item/7261661/)

[http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie\\_CHS/item/7263173/](http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie_CHS/item/7263173/)

<http://56.mchs.gov.ru/>

<http://56.mchs.gov.ru/folder/1574684>

<http://mid-us.ru/>

<http://www.rusprofile.ru/id/8900539>

<http://docs.cntd.ru/document/952009587>

<http://poiskovo-spasatel'naya-sluzhba-orenburgskoi-oblasti.orenburg7.ru/>

#### **Кадровое обеспечение программы:**

Для реализации программы требуется педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей

и взрослых».

## **2.5. Воспитательный компонент**

### **Введение**

Туризм обладает притягательной силой. Люди, бывавшие в походах, убеждены в пользе туризма. Это прекрасное и эффективное средство воспитания здорового и закаленного человека. Пусть он не дает такого развития мускулатуры, как другие виды спорта, но зато здоровью туриста могут позавидовать многие. Ему не страшно промочить ноги, он не боится простудиться на ветру, промокнуть под дождем. Туризм закаляет так, как ни один другой вид спорта.

В туристическом походе ребята раскрываются совсем с другой стороны, чем в школе. Занятия туризмом вырабатывают у человека ряд очень ценных качеств. Турист умеет правильно ходить, развести огонь, сварить кашу, правильно ориентироваться и не заблудиться в лесу, быстро починить одежду. А изучение родного края, окружающей нас природы расширяет кругозор, воспитывает патриотизм и любовь к Родине. Контингент ребят в группе - разновозрастные дети из разных семей, семей «социального риска», состоящие на контроле в КДН, неуспевающие в учебе, но увлеченные туризмом.

### **Цель воспитательной работы**

воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни.

### **Задачи воспитательной работы**

- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала ребят в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему родному Оренбуржью, селу, району.

### **Приоритетные направления воспитательной деятельности**

гражданско-патриотическое воспитание, здоровьесберегающее воспитание, культурологическое и эстетическое воспитание, правовое воспитание и культура безопасности учащихся, экологическое воспитание

### **Формы воспитательной работы**

- беседа, экскурсия, культпоход, викторина, трудовой десант, акция, агитбригада, сюжетно-ролевая игра, спортивная игра,

### **Методы воспитательной работы**

- беседа, дискуссия, пример, упражнение, поручение, требование, соревнование, игра, поощрение, наблюдение, анкетирование, анализ результатов деятельности,

### Планируемые результаты воспитательной работы

- результат воспитания – сформирован высокий уровень духовно нравственного развития, чувства патриотизма, навыков здорового образа жизни, что прослеживается через активное участие в мероприятиях.

### Календарный план воспитательной работы

№ п/п	мероприятие	календарные сроки
1	Участие в мероприятиях, посвященных Дню туризма. Посвящение в туристы	Сентябрь
2	Азбука нашей безопасности - беседа	Октябрь
3	День правовых знаний	Ноябрь
4	Новогодний праздник в туристическом стиле	Декабрь
5	Поход выходного дня	Январь
6	Участие в мероприятиях, посвященных Дню вывода войск из Афганистана. День защитника Отечества	Февраль
7	Спортивные конкурсы «Статен в строю - силен в бою»	Март
8	День пожарной охраны. Всемирный день здоровья	Апрель
9	Участие в районном слете юных туристов-краеведов	Май
10	Участие родителей в конкурсах и праздниках	постоянно
11	Участие детей в конкурсах, мероприятиях различных уровней	В течение всего периода

### 3. Список литературы

для педагога:

1. Волович В.Г. Академия выживания. М., «Толк», «технолополюс», 1996 г.
2. Гоголадзе В.Н. Библиотека экстремальных ситуаций: «Организация и проведение соревнований по поисково-спасательным работам в природной среде». Москва, 2000
3. Глизерина Л.И. Наш веселый муравейник игры в летнем лагере, Йошкар-Ола, 2000
4. Журнал «Директор школы», №5, 1997 г.; № 5, 1999 г.
5. Закон РФ «Об образовании»

6. Карманная энциклопедия туриста. М., Вече, 2000 г.
7. Келлер А.А., Кувакин В.И. Медицинская экология. Санкт – Петербург, «Петрок», 1998 г.
8. Ковешников В.Н. По низкогорью Западного Кавказа, КрайсЮТур, 1992 г.
9. Константинов Ю С. Туристская игротека – воспитание и дополнительное образование. Гуманитарный издательский центр «Владос», М., 2000 г.
10. Константинов Ю С. Подготовка судей соревнований по туризму. Москва 1998 г.
11. КрайсЮТур Туристское многоборье – правила соревнований. Краснодар, 2000 г.
12. Куликов В.М., Роштейн Л.М. Школа туристских вожаков. Воспитание и дополнительное образование, 2000 г.
13. Курочкин Е.И. Лекарственные растения. Самарский дом печати, 1994 г.
14. Маслов А.Г. Организация работы и финансирование туристско-краеведческих объединений. М., ИДЮТур РФ, 1998 г.
15. Маслов А.Г. образовательная программа участников движения «Школа безопасности», сборник программ лауреатов 7 всероссийского конкурса (выпуск 6). Москва, 2007 г.
16. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школы безопасности». Москва 2000 г.
17. Николина В.В. и др. Олимпиады по географии (книга для учителя). М., «Просвещение», «Учебная литература», 1996 г.
18. Правила соревнований по спортивному ориентированию с 01 января 1996 г. М., 1995 г.
19. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ.
20. Программы дополнительного образования детей. Спортивный туризм: туристское многоборье. Москва «Советский спорт», 2003 г.
21. Программа для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Туризм и краеведение. Издание 3-е дополненное. Москва, Просвещение, 1982 г.
22. Постановление правительства РФ: от 07.03.1995 г. за № 233; от 22.03.1997 г. № 212.
23. Письма Минобразования РФ: от 24.03.1997 г за № 12; от 30.06.1999 г. за 3 446/28-16.
24. Приказы Минобразования РФ: от 22.05.1998 г. за № 1327; от 11.08.2000 г. за № 2439; от 03.05.2000 г. за № 1276; от 30.06.1999 г за № 446/28-16.
25. Приказы ДОН от 18.02.2002 г. за № 01.8/53
26. Рубцова З.И. Эколого-зоологические экскурсии с учащимися. М., 1998 г.
27. Садов М., Никова В. Энциклопедия веселой компании отдых на природе, С.– Петербург, 2000 г.

**для обучающихся:**

1. Келлер А.А., Кувакин В.И. Медицинская экология. Санкт-Петербург, «Петровка», 1998 г.
2. Коваленко Е. Съедобные и ядовитые грибы Кубани. Краснодар, 1978 г.

3. Красная книга Краснодарского края редкие и находящиеся под угрозой исчезновения виды растений и животных, 1994 г.
4. Строев К.Ф. Краеведение. М., «Просвещение», 1974 г.
5. Шляпов Л.П., Рогаткин А.В. Походы выходного дня. М., «Профиздат», 1985 г.
6. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме мнимые и действительные. М.: Физкультура и спорт, 1972 г.

**для родителей (законных представителей):**

1. Санитарные правила СП. 2.4.2.782-99, п.2,9.
2. Сборник авторских программ дополнительного образования детей под редакцией А.Г. Лазаревой. Москва. Народное образование, 2002 г.
3. Сборник туристских песен «Среди нехоженных дорог одна – моя». М., Профиздат, 1989 г.
4. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 кл. Москва «Просвещение» 2002 г.

## Приложение

### Тест «Что берем с собой в поход?»

Выберите то, что нужно в походе.

1. Из личного снаряжения нужно:

- штормовой костюм;
- тапочки;
- кроссовки;
- головной убор;
- накидка от дождя;
- пижама.

2. Из группового снаряжения нужно:

- палатки;
- топор;
- ведра;
- игральные карты;
- книги;
- лопата.

3. Из кухонно-столовых принадлежностей нужно:

- костровой комплект;
- спички;
- вилки;
- канистры с бензином;
- кружки;
- чайник.

4. В ремнабор нужно:

- ножницы;
- игла с ниткой;
- карандаши;
- изолента;
- веревка;
- булавка.

5. В аптечке нужно:

- лейкопластырь;
- уголь активированный;
- марганцовка;
- бинт и вата;
- аспирин;
- ношпа.

Задание: продолжите список необходимых вещей в походе.

---

---

---

---

### **Тест на выживание для юных туристов**

1. Для холодного климата лучше всего подходит:
  - тельняшка;
  - фуфайка;
  - двухслойный вязаный свитер.
2. При укладке рюкзака вещи, необходимые в первую очередь, должны быть:
  - внизу;
  - наверху;
  - на себе.
3. Спички можно защитить, опустив их головки в:
  - бензин;
  - керосин;
  - парафин.
4. Человек, прежде всего, испытывает потребность в:
  - пище;
  - огне;
  - воде.
5. При поисках воды копайте яму в том месте, где:
  - трава наиболее зеленая;
  - камни наиболее крупные;
  - проходят звериные тропы.
6. Если спички отсырели:
  - потрите их о лезвие ножа;
  - потрите их о мочку уха;
  - потрите их о волосы.
7. Продукты питания должны храниться в закрытых емкостях:
  - в воде;
  - на деревьях;
  - в земле.
8. При возникновении боли в желудке:
  - ложитесь животом вверх;
  - интенсивно массируйте мышцы живота;
  - пейте как можно больше теплой воды.
9. Если одежда загорелась:
  - бегите, чтобы сбить пламя встречным потоком воздуха;
  - попытайтесь завернуться во что-нибудь плотное;
  - сбейте пламя ветками дерева.
10. Если Вы вдруг столкнулись с крупным хищником:
  - кричите и делайте резкие движения;
  - демонстративно повернитесь к нему спиной;
  - замрите и медленно отступайте, разговаривая с ним самым спокойным голосом.



### Тест-загадка по топографии «Отгадай и нарисуй»

1. В лесу стоит, не растёт, не пугает, а от холода спасает.
  - кормушка;
  - дерево;
  - дом лесника.
2. Весь век крыльями машет, а взлететь не может.
  - турист;
  - мельник;
  - лесник.
3. Весной веселит, летом холодит, осенью кормит.
  - дерево;
  - кустарник;
  - цветок.
4. 100 братьев строго в ряд стоят и друг другу помогают – территорию охраняют.
  - болото;
  - озеро;
  - река.
5. Стоит сторож над водой, седой качает головой.
  - камыш;
  - лесничий;
  - деревья.
6. Зимой спит, летом журчит.
  - ручей;
  - озеро;
  - болото.

### Викторина «Карта».

1. Как называется изображение Земли на плоскости?
2. Чем чаще пользуются: картой или глобусом?
3. Каков преимущественно масштаб географических карт?
4. Что означает зелёный цвет на топографических планах и физических картах?
5. Каждая карта имеет список всех условных знаков – это так называемая...
6. Какие карты называются контурными?
7. Какой процесс называется генерализацией?
8. Приведите примеры карт по содержанию.
9. Чем необычна хранящаяся в Эрмитаже карта России?
10. Карта является важнейшим источником, чего ...?

Ответы:

1. Карта
2. Картой
3. Крупный
4. На плане – поля, заросли. На картах – равнины, низменности.
5. Легенда карты

6. На которых ничего не отмечено, а дети сами рисуют.
7. Отбор самых главных и важных объектов для карты.
8. Тематические, общегеографические, контурные.
9. Самая крупномасштабная. Практически все объекты России на ней отмечены.
10. Знаний.

### **Викторина «Медицина»**

- В таблице с названиями лекарственных препаратов в пустых клетках проставьте номера из следующей таблицы, указывающие назначение и область применения указанных препаратов.

№	Название препарата	№	Назначение, область применения
1	Анальгин, баралгин	1	Противоожоговое
2	Валидол	2	Жаропонижающее, противовоспалительное
3	Лейкопластырь, бинт	3	Сердечно – сосудистое
4	Перекись водорода 3%	4	Перевязочное
5	Облепиховое масло	5	Седативное (успокоительное)
6	Аспирин, парацетамол	6	Обезболивающее
7	Уголь активированный	7	Антисептическое (при боли в горле)
8	Фурацилин, фаринго-септ	8	Антисептическое
9	Скипидарная мазь	9	Согревающее
10	Нашатырный спирт	10	Адсорбирующее (при пищевом отравлении)
		11	Возбуждающее (при обмороке)
		12	Мочегонное
		13	Общеукрепляющее
		14	Антигистаминное (противоаллергическое)

Ответы: 6, 3, 4,8, 1,2, 10, 7, 9, 11.

### **Викторина «Питание»**

- В пустых клетках пометить продукты, запрещённые к употреблению в детском многодневном летнем туристическом походе.

№	Название продукты	Отметка отвечающего
1	Салаты	
2	Варёные колбасы	
3	Шоколад, мёд	
4	Сметана, творог	
5	Грибы	
6	Консервированные продукты	
7	Сыр	
8	Кондитерские изделия с кремом	

- 9 Пицца, оставшаяся от предыдущего приёма
- 10 Масло сливочное

Ответы: 1, 2, 4, 5, 8, 9.

### **Викторина «Снаряжение»**

- Группа туристов заблудилась в лесном заболоченном районе. Холодная дождливая осень. До населённого пункта 100- 150 км.
- Задача: принять решение о степени важности и нужности того или иного элемента снаряжения. Пронумеровать снаряжение в порядке снижения значимости.

№ пп Снаряжение № значимости

- 1 Компас
- 2 Спички
- 3 Топор
- 4 Спальный мешок
- 5 Фонарь
- 6 Карта местности
- 7 Палатка
- 8 Полиэтилен
- 9 Котелок
- 10 Продукты

Ответы: 2, 3, 4, 10, 8, 1, 7, 9, 6, 5.

## Информация для карточки в Навигаторе

**Полное название:** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности»

**Публичное название:** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности»

### **Краткое описание:**

Технология формирования культуры безопасности жизнедеятельности представляет совокупность культурно-информационного воздействия, направленного на развитие поведенческих мотивов и качеств личности детей и подростков, способности принимать безопасные решения, привитие знаний, умений и навыков по снижению индивидуальных и коллективных рисков, выработку морально-психологической устойчивости и социальной компетентности в быту и в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Вполне естественно, что эта деятельность для достижения конечной цели должна проходить не только на уроках «Основы безопасности жизнедеятельности» в школе, но и в учреждениях дополнительного образования. С этой целью и была разработана программа «Школа безопасности». Программа носит туристско-краеведческую направленность.