

Управление образования Киселевского городского округа
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дом детского и юношеского туризма, экскурсий»
(МАУ ДО ДДЮТЭ)

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 09.08.2022г.

УТВЕРЖДАЮ: 
директор МАУ ДО ДДЮТЭ
В.Н. Лобанов
Приказ № 121 от 09.08.2022г.



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

Базовый уровень

Возраст учащихся: 11-16 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Лыченкова Татьяна
Анатольевна,
педагог дополнительного
образования

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	6
1.3. Содержание программы	6
1.3.1. Учебно-тематический план	6
1.3.2. Содержание учебно-тематического плана	8
1.4. Планируемые результаты	13
РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	14
2.1. Календарный учебный график	14
2.2. Условия реализации программы	15
2.3. Формы контроля	19
2.4. Оценочные материалы	20
2.5. Методические материалы	21
2.6. Список литературы	21
ПРИЛОЖЕНИЯ	24
• Приложение № 1 Контрольно - оценочные материалы к программе «Школа безопасности»	24

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности», имеет **туристско-краеведческую направленность** и способствует разностороннему развитию подрастающего поколения.

Реализуется в рамках модели «Станция туризма» мероприятия по созданию новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

Нормативно-правовое обоснование. В настоящее время содержание, роль, назначение и условия реализации программ дополнительного образования закреплены в следующих нормативных документах:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- изменения в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» 273-ФЗ в части определения содержания воспитания в образовательном процессе с 1.09.2020;
- Указа Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», определяющего одной из национальных целей развития Российской Федерации предоставление возможности для самореализации и развития талантов;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации от 18 сентября 2017 г., регистрационный № 48226);
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы);
- Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации / Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Региональные и муниципальные документы по ПФДО (Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей» (от 05.05.2019 г. № 740), Распоряжение администрации Киселевского городского округа №191-р от 22.04.19 «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании в Киселевском городском округе и др.).
- Устав МАУ ДО ДДЮТЭ.
- Положение о структуре и содержании дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МАУ ДО ДДЮТЭ

Предметные области программы: естественные (биология) и общественные (краеведение) науки, физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности.

Актуальность программы. Актуальность программы продиктована необходимостью социальной адаптации подростков в современном мире, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья за рамками основного образования. Используемые при реализации программы групповые, практико-ориентированные формы работы способствуют созданию оптимальных условий для сплочения детского коллектива, раскрытия личностного потенциала каждого участника объединения, их профессиональному самоопределению.

Новизна программы состоит в том в том, что занятия по программе направлены не только на формирование туристско-краеведческих знаний, умений и навыков, но и на формирование коммуникативной культуры, что способствует профилактике девиантного поведения, позволяет школьникам успешней адаптироваться к новым условиям учебной деятельности при переходе в среднее школьное звено.

Отличительная особенность. Особенностью содержания данной программы является то, что она позволяет проявиться различным способностям детей и подростков, а также придает ценность и самостоятельное значение физическим тренировкам, необходимым при занятиях спортивным туризмом, превращая их из обязанности в интересный и увлекательный вид деятельности. Образовательный процесс имеет большой воспитательный потенциал: сочетание коллективных действий в спортивной туристской группе на спортивном маршруте или на туристских соревнованиях, способствуют формированию, как умение жить и работать в коллективе, так и самостоятельно принимать решения и нести за них индивидуальную ответственность. Итогом прохождения программы в летний период проводится многодневный учебно – тренировочный поход, в котором учащиеся на практике применяют знания, умения и навыки, полученные в течение учебного года.

Адресат программы. Учащиеся 11 – 16 лет. Подростковый возраст — сложный и во многом противоречивый период жизни ребенка. Резкие изменения, происходящие в физическом и психологическом облике, особенно бросаются в глаза родителям и педагогам. Подростковый возраст — период кризиса в развитии личности ребенка.

Особенности личности подростка можно довольно точно охарактеризовать в двух словах — стремление к самостоятельности. Оно накладывает отпечаток на все стороны личности, поведение, чувства. Необходимо учитывать возрастные, индивидуальные особенности учащихся, это является важной закономерностью в воспитании и образовании.

Наполняемость групп и особенности набора учащихся. Комплектование постоянного состава группы осуществляется в свободной форме по желанию учащегося. Зачисление в группы производится на основании письменного заявления родителей (законных представителей) учащихся, с подписанием ими согласия на обработку персональных данных. Для занятий по программе необходимо наличие медицинской справки о допуске к занятиям по туризму. Набор в группы производится без предъявления требований к физической подготовке ребенка. *Минимальное количество групп для набора* – 1 учебная группа. Количество детей в одной группе до 15 человек.

Объем и срок освоения программы. Программа базового уровня рассчитана на один год обучения, 108 часов.

Режим занятий, периодичность и продолжительность. Режим занятий 1 раз в неделю по 3 часа. Продолжительность одного академического часа – 45 мин. Перерыв между учебными занятиями групп не менее 10 минут. Педагог имеет возможность самостоятельно распределять последовательность изучения тем.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса. Воспитание, обучение и развитие происходит в процессе организации коллективной спортивной жизни на соревнованиях и активной деятельности обучающихся в естественных природных условиях, что особенно важно в условиях все возрастающей гиподинамии школьников с ее негативными последствиями для здоровья. Обучение детей и подростков элементарным навыкам и умениям обеспечения безопасности жизнедеятельности, защиты от чрезвычайных ситуаций, овладения всем комплексом личностных компетенций, требующихся для самоопределения учащихся.

Педагогическая целесообразность. Педагогическая целесообразность содержания программы рассматривается как эффективное средство

физического оздоровления, воспитания и развития подростков в процессе освоения основ туризма и мотивация к здоровому образу жизни.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование у учащихся туристских знаний, умений и навыков в процессе туристско – краеведческой деятельности.

Задачи программы:

Образовательные:

- вырабатывать у учащихся устойчивые навыки самостоятельной работы, а также навыки разнообразной деятельности, необходимые при подготовке и проведении пешего туристского похода, соревнований, обучать техники и тактики спортивного туризма.

- обучить учащихся навыкам обеспечения личной и коллективной безопасности в походе и на соревнованиях;

Развивающие:

- развивать у учащихся коллективно-творческое мышление, инициативу, самостоятельность, коммуникативные навыки;

Воспитательные:

- воспитывать у учащихся навыки здорового и безопасного образа жизни, ответственность за принимаемые решения.

1.3. Учебно-тематический план и содержание программы

1.3.1. Учебно-тематический план

№ п/п	Раздел, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие Значение туризма. Воспитательная роль туризма. Правила поведения туристско-многоборцев.	3	3	0	тест
	Раздел 1. Спасательные работы	48	11	37	зачет, соревнования, практическая работа
1.1.	Транспортировка пострадавшего на волокушах по пересеченной местности	6	1	5	
1.2.	Переправа по тонкому льду с транспортировкой	3	1	2	

	пострадавшего на волокушах				
1.3.	Подъем и спуск пострадавшего по склону	12	3	9	
1.4.	Спасательные работы на воде	3	1	2	
1.5.	Ликвидация последствий ДТП	3	1	2	
1.6.	Спасательные работы в зоне химического заражения	6	1	5	
1.7.	Транспортировка пострадавшего по навесной переправе (наклонной)	15	3	12	
Раздел 2. Пожарная безопасность		12	4	8	зачет, соревнования
2.1.	Боевое развертывание	3	1	2	
2.2.	Полоса препятствий	3	1	2	
2.3.	Пожарная эстафета	3	1	2	
2.4.	Узлы	3	1	2	
Раздел 3. Основы гигиены и первая помощь		12	3	9	зачет, викторина, практическая работа
3.1.	Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний и травм на занятиях и соревнованиях	3	1	2	
3.2.	Вызов скорой помощи	3	1	2	
3.3.	Основные приемы оказания первой помощи	3	1	2	
3.4.	Приемы транспортировки пострадавшего	3	0	3	
Раздел 4. Общая физическая подготовка		15	3	12	зачет, эстафета, тест
4.1.	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	3	3	0	
4.2.	Упражнения на развитие ловкости	3	0	3	
4.3.	Подвижные игры и спортивные игры	3	0	3	
4.4.	Упражнения на развитие выносливости	3	0	3	
4.5.	Лыжная подготовка	3	0	3	
Раздел 5. Специальная физическая подготовка		18		18	зачет, практическая
5.1.	Туристская техника	6	0	6	

5.2.	Лыжная подготовка	6	0	6	работа, соревнования
5.3.	Элементы скалолазания	3	0	3	
Итоговое занятие «Туристская полоса препятствий»		3	1	2	тест, соревнования, сдача контрольных нормативов, многодневный поход (вне сетки часов)
ВСЕГО:		108	25	83	

1.3.2. Содержание программы

Введение в программу. Значение туризма. Воспитательная роль туризма. Правила поведения туристов-многоборцев. (3 часа).

Теория. Туризм – средство физического развития, оздоровления и закаливания. Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Правила поведения на занятиях по туристскому многоборью: в учебном классе, в спортивном зале, на спортивной площадке, в парке, в лесу.

Практика. Просмотр видеофильма о туризме, знакомство с наглядной агитацией. Знакомство с различными страховочными системами.

Форма контроля. Тест.

Раздел 1. Спасательные работы (48 часов).

1.1. Тема. Транспортировка пострадавшего на волокушах по пересеченной местности (6 часов).

Теория. Понятия «дистанция», «технический этап», «прохождение этапа», «время работы на этапе», «контрольное время работы на этапе», «рабочая зона этапа». Технические этапы дистанций 1-го, 2-го классов: характеристика и параметры этапов, способы их прохождения.

Практика. Изготовление волокуш, способы крепления пострадавшего, транспортировка пострадавшего по пересеченной местности.

Форма контроля: практическая работа.

1.2. Тема. Переправа по тонкому льду с транспортировкой пострадавшего на волокушах (3 часа).

Теория. Тактика сквозного прохождения дистанции и работы всей команды на этапе. Распределение обязанностей между членами команды. Взаимодействие команды на дистанции, обязанности лидера, капитана и замыкающего участника, взаимозаменяемость, взаимопомощь при работе.

Практика. Переправа по тонкому льду с транспортировкой пострадавшего на волокушах.

Форма контроля: практическая работа.

1.3. Тема. Подъем и спуск пострадавшего по склону (12 часа).

Теория. Различные способы оборудования дистанции. Разметка дистанции, этапов. Границы этапов, контрольные линии.

Практика.

Личное прохождение этапов, прохождение в связке и в команде. Отработка умений и навыков работы прохождения этапов, дистанций подъем и спуск по склону с самостраховкой по перилам.

Форма контроля: соревнования, практическая работа, зачет.

1.4. Тема. Спасательные работы на воде (3 часа).

Теория. Методика проведения сердечно-легочной реанимации на тренажере «Гоша» или «Максим», способы бросания спасательного круга и конца Александра.

Практика. Проведение сердечно-легочной реанимации на тренажере «Гоша» или «Максим». Бросание спасательного круга плывущему «утопающему» (имитация головы утопающего) на расстоянии около 10 метров. Бросание конца Александра плывущему «утопающему» (имитация головы утопающего) на расстоянии около 10 метров. Одевание спасательных жилетов, посадка на катамаран и высадка, имитация извлечения «пострадавшего» из воды.

Форма контроля: практическая работа, зачет.

1.5. Тема. Ликвидация последствий ДТП (3 часа).

Теория. Алгоритм действий при ликвидации ДТП. Техника безопасности при работе с аварийно-спасательными инструментами.

Практика. Подготовка аварийно-спасательного инструмента к работе и работа с гидравлическими ножницами. Извлечение пострадавшего из автомобиля и переноска пострадавшего к машине скорой медицинской помощи. Наложение шейного воротника (воротник Шанса).

Форма контроля: практическая работа, зачет.

1.6. Тема. Спасательные работы в зоне химического заражения (6 часов).

Теория. Виды противогазов, защитных костюмов Л-1. Виды химического заражения. Последовательность действий при ликвидации АХОВ (аварийно – химических опасных веществ). Техника безопасности при работе с аварийно-спасательными инструментами.

Практика. Проведение аварийно – спасательных работ при разливе АХОВ. Надевание комплекта Л – 1. Произвести обволоку места разлива, устранение утечки АХОВ при помощи стяжных ремней с трещёткой.

Форма контроля: практическая работа, зачет.

1.7. Тема. Транспортировка пострадавшего по навесной переправе (наклонной) (15 часов).

Теория. Особенности изготовления жёстких носилок. Понятия: петли, подвески, сопровождение, страховка, «тормоз», ТО (точка опоры), ИС (исходная сторона), транспортировочные карабины.

Практика. Изготовление жёстких носилок, самонаведение этапа навесная переправа. Организация сопровождения. Крепление пострадавшего в носилках, организация подвески. Переправа пострадавшего.

Форма контроля: зачет.

Раздел 2. Пожарная безопасность (12 часов).

2.1. Тема. Боевое развертывание (3 часа).

Теория. «Правила служебно-прикладного спорта «Пожарно-прикладной спорт» (2011г.). Требования к снаряжению и одежде спортсменов. Последовательность развертывания и крепления рукавов.

Практика. Одевание комплекта боевой одежды (брюки, куртка, ремень каска), работа с боевыми рукавами, разветвлением.

Форма контроля: соревнование.

2.2. Тема. Полоса препятствий (3 часа).

Теория. Этапы пожарной полосы препятствий, техника и правила безопасного выполнения упражнений.

Практика. Преодоление бугра, забора, работа со спортивными рукавами, прокладывание рукавной линии.

Форма контроля: соревнование, зачет.

2.3. Тема. Пожарная эстафета (3 часа).

Теория. Этапы пожарной эстафеты. Виды огнетушителей, их применение на пожарах.

Практика. Работа с комплектом боевой одежды (брюки, куртка, ремень каска), работа со спортивными рукавами, разветвлением.

Форма контроля: зачет.

2.4. Тема. Узлы (3 часа).

Теория. Спасательная петля пожарного. Виды узлов для вязания на опоре, страховочные узлы.

Практика. Вязание узлов (на время, с закрытыми глазами). Соревнования по вязанию узлов.

Форма контроля: зачет.

Раздел 3. Основы гигиены и первая помощь (12 часов).

3.1. Тема. Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний и травм на занятиях и соревнованиях (3 часа).

Теория. Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений, ее значение и основные задачи. Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий. Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания на занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания.

Практика. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

Форма контроля: викторина.

3.2. Тема. Вызов скорой помощи (3 часа).

Теория. Алгоритм вызова скорой помощи. Первичный и вторичный осмотр.

Практика. Решение ситуационных задач. Вызов скорой помощи.

Форма контроля: практическая работа.

3.3. Тема. Основные приемы оказания первой помощи (3 часа).

Теория. Походный травматизм. Тепловой и солнечный удары, ожоги. Помощь утопающему. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления. Оказание помощи при травмах. Способы иммобилизации пострадавшего. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки.

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

Форма контроля: практическая работа.

3.4. Тема. Приемы транспортировки пострадавшего (3 часа).

Теория. Виды переноски пострадавшего при травмах различной локализации. Организация транспортировки и переноска пострадавшего в зависимости от характера и места получения травмы, его состояния, количества участников, оказывающих помощь.

Практика. Изготовление носилок, волокуш, отработка навыков переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

Форма контроля: практическая работа.

Раздел 4. Общая физическая подготовка (15 часов).

4.1. Тема. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках (3 часа).

Теория. Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Понятие о здоровом образе жизни. Необходимость чередования труда и спортивных занятий. Режим питания.

Практика. Составление режима дня.

Форма контроля: тест.

4.2. Тема. Упражнения на развитие ловкости (3 часа).

Теория. Понятие – ловкость. Виды ловкости, как развивать ловкость.

Практика. Упражнения на равновесие, выполняемые на бревне, скамейке, кувырки, перекаты, перевороты, ложные падения на лыжах. Переправа по бревну через овраг, ручей, канаву; переправа по качающемуся бревну.

Форма контроля: зачет.

4.3. Тема. Подвижные игры и спортивные игры (3 часа).

Теория. Народные подвижные игры (виды), спортивные игры.

Практика. Баскетбол, футбол, русская лапта, пионербол, эстафеты.

Форма контроля: соревнования.

4.4. Тема. Упражнения на развитие выносливости (3 часа).

Теория. Понятие выносливость. Составление индивидуального комплекса упражнений на развитие выносливости.

Практика. Бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности на дистанции от 2,5 до 5 км. Бег «в гору». Бег, с изменением скорости,

темпа и продолжительности бега в различных условиях местности. Смешанное передвижение с чередованием ходьбы, бега.

Форма контроля: зачет.

4.5. Тема. Лыжная подготовка (3 часа).

Теория.

Техника лыжных ходов. Техника безопасности на лыжах.

Практика. Изучение попеременного и одновременного способов ходьбы на лыжах, изучение техники поворотов на месте и в движении, прохождение на лыжах дистанции 1500 м, 3000 м на время, катание с гор, спуски и подъемы на склонах различной крутизны, повороты и торможение вовремя спусков. «Ложные» падения.

Форма контроля: зачет.

Раздел 5. Специальная физическая подготовка (18 часов).

5.1. Тема. Туристская техника (6 часов).

Теория. Виды естественных препятствий. Экстремальные ситуации в природной среде. Психологические основы выживания в природных условиях. Основные правила поведения в экстремальных ситуациях.

Практика. Движение по ровной, по сильно пересеченной местности, по лесу через кустарники и завалы, движение по заболоченной местности, движение по дорогам, тропам и без троп. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями. Прохождение различных этапов соревнований по технике туризма: спуски и подъемы, траверс склонов, переправы. Игры с различными упражнениями туристской техники.

Форма контроля: зачет.

5.2. Тема. Лыжная подготовка (6 часов).

Теория. Движение по заснеженным и обледенелым склонам на лыжах. Меры страховки и самозадержания.

Практика. Движение на лыжах по равнинной и пересеченной местности. Спуск на лыжах по склону в высокой, средней и низкой стойке. Торможение «плугом» и «полуплугом». Тропление лыжни на открытой местности и в лесу.

Форма контроля: зачет.

5.3. Тема. Элементы скалолазания (6 часов).

Теория. Правила поведения и техники безопасности на занятиях. Скалолазное снаряжение, одежда и обувь. Краткая характеристика техники лазания.

Практика. Зацепки и их использование; само страховка на скалодроме; страховка партнера; индивидуальное лазание по скальным стенкам.

Форма контроля: зачет, практическая работа.

Итоговое занятие «Туристская полоса препятствий» (3 часа).

Теория. Обобщение полученных знаний.

Практика. Преодоление туристской полосы препятствий.

Форма контроля: тест, соревнование, сдача контрольных нормативов, многодневный поход (вне сетки часов).

1.4. Планируемые результаты

По окончании **обучения** учащийся

имеет представление о:

- истории развития туризма;
- туристском многобории;

знает:

- различные виды туризма;
- различные виды транспортировки пострадавшего;
- алгоритм действий при ДТП;
- личную гигиену туриста, профилактику заболеваний и травм;
- виды узлов;
- алгоритм спасательных действий на воде, в зоне химического заражения.

умеет:

- транспортировать пострадавшего на волокушах по пересеченной местности;
- организовывать переправу по тонкому льду с транспортировкой пострадавшего на волокушах;
- организовывать подъем и спуск пострадавшего;
- оказывать спасательные работы на воде, в зоне химического заражения;
- одевать боевую одежду пожарного, прокладывать рукавную линию;
- транспортировать пострадавшего по навесной переправе;
- вязать узлы.

В результате обучения по программе учащиеся приобретут такие **личностные качества как:**

- самостоятельность;
- инициативность;
- ответственность;
- умение работать в команде;
- мобильность.

В результате обучения по программе у учащихся будут сформированы такие **метапредметные компетенции как:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действия в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решения и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Объем учебных часов	Всего учебных недель	Режим работы	Кол-во учебных дней	Даты начала и окончания учебных периодов/этапов	Продолжительность каникул
1	108 ч.	36	1 раз в неделю	36	1 сентября – 30 мая	27 декабря – 9 января

2.2. Условия реализации программы

Методическое обеспечение

№ п/п	Название раздела	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения. Педагогические технологии	Формы учебного занятия	Формы контроля
	Вводное занятие	Презентация к занятию: «Виды туризма», видеофильм «Наш супер поход»	Словесный, наглядный, практический метод	Презентация, экскурсия	тест «Туризм – это...»
1.	Спасательные работы	ремонтный набор, страховочные системы, карабины, жумары, основная веревка, спасательная косынка, веревки для вязания узлов. Презентации к занятиям по темам: «Виды узлов», «Виды костров», «Спасательные работы на воде», «Спасательные работы в завале».	Наглядный метод, кейс технологии и практический метод, проблемный, эвристический метод.	Практические занятия, соревнование, мозговая атака	зачет, соревнования, практическая работа
2.	Пожарная безопасность	Боевая одежда пожарного, боевые и спортивные рукава, трехходовое разветвление, спортивный и боевой ствол,	Словесный, наглядный, практический метод, проблемный, эвристический метод.	Практические занятия, соревнование, мозговая атака	зачет, соревнования

		огнетушитель, карабины универсальная спасательная петля, полотно, жерди, веревки для изготовления носилок, основная веревка			
3.	Основы гигиены и первая помощь	Аптечка медицинская в упаковке 1 шт., полотно для носилок, жерди, веревочки для связывания, шина, бинты, манекен для СЛР	Проблемный, практический метод,	Ролевая игра	зачет, викторина, практическая работа
4.	Общая физическая подготовка	Скакалка, гантели, мячи, коврик туристский, секундомер, комплект лыж	Практический, наглядный метод	Соревнования, практические занятия, эстафета	зачет, эстафета, тест
5.	Специальная физическая подготовка	Веревки, карабины, страховочные системы, жумар, спусковые устройства, лыжи, волокуши	Практический, словесный, наглядный метод	Практические занятия, эстафета, соревнования	зачет, практическая работа, соревнования
Итоговое занятие		Веревки, карабины, страховочные системы, жумар, спусковые устройства, шина, бинты, манекен для СЛР	Практический, словесный, наглядный метод	Практические занятия, эстафета, соревнования	тест, соревнования, сдача контрольных нормативов, многодневный поход (вне сетки часов)

В ходе реализации программы используются индивидуальные, групповые, коллективные и парные формы, а также словесные (рассказ, объяснение, дискуссия, лекция), наглядные (иллюстрация, демонстрация), практические (упражнения, творческие работы, практические занятия), проблемные методы (диалогическое проблемное изложение, частично-поисковый).

Поддерживать творческий настрой, сохранить увлеченность ребят помогают различные формы и методы педагогического воздействия. Это может быть метод «проб и ошибок», проблемные методы (диалогическое проблемное изложение, частично-поисковый). При обучении навыкам спортивного туризма используется дидактический метод – наблюдение, исследование, поисковый метод – рассуждение, анализ, игровые и творческие приемы.

Основными формами организации образовательной программы «Школа безопасности» являются: учебно-тренировочные занятия, беседа, практические занятия; полоса препятствий, соревнования, эстафета, игры, радиальные выходы, многодневные походы.

Реализация данной программы возможна через использование современных образовательных технологий: развивающего обучения, здоровьесберегающего, проблемного обучения, игровые, квест-технологии, технологию интегрированного обучения.

Алгоритм учебного занятия включает в себя следующие этапы:

- 1 этап – организационно - подготовительный и диагностический;
- 2 этап – конструирующий, состоящий из 3-х этапов: основного, систематизированного, контрольного;
- 3 этап – итоговый, состоящий из аналитического, рефлексивного и информационного.

Материально-техническое обеспечение:

№/п	наименование	количество
1.	Веревка основная (50 м)	4 шт.
2.	Веревка основная (40 м)	6 шт.
3.	Веревка основная (25 м)	4 шт.
4.	Веревка вспомогательная (60 м)	2 шт.
5.	Петли прусика (веревка 6 мм)	15 шт.
6.	Система страховочная (грудная обвязка, беседка)	15 пар
7.	Рукавицы для страховки и сопровождения	15 пар
8.	Карабины с автоматически	34 шт.

	закручивающейся муфтой	
9.	Блоки и полиспаст	4 шт.
10.	Сдвоенная петля самостраховки (диаметром 10 мм)	3 шт.
11.	Жумар	15 шт.
12.	Устройство для спуска по вертикальным перилам типа «лепесток», «восьмерка», «рамка»	15 шт.
13.	Аптечка медицинская в упаковке	1 шт.
14.	Лыжи	15 пар.
15.	Лыжные палки	15 пар.
16.	Лыжные ботинки	15 пар.
17.	Мази лыжные	9 шт.
18.	Секундомер электронный	2 шт.
19.	Хим.защитный костюм	5 шт.
20.	Костровое оборудование	1 шт.
21.	Каны (котлы) туристские	2 комплекта
23.	Спальники	17 шт.
24.	Палатки туристские походные	5 шт.
25.	Коврики	17 шт.
26.	Рюкзаки	17 шт.
27.	Топор походный	2 шт.
28.	Тент	2 шт.
29.	Ремонтный набор	1 шт.
30.	Противогазы	5 шт.
31.	Каски	17 шт.
32.	Боевая одежда пожарного	3 шт.
33.	Фонарь	17 шт.
34.	Рация Motorola	3 шт.
35.	GPS навигатор	1 шт.
36.	Солнечная панель	1 шт.
37.	Палатка – шатер	1 шт.
38.	Носилки плащевые	1 шт.

40.	Стол складной	1 шт.
41.	Кухня – походная	1 шт.
42.	Сидушка Ижевск	17 шт.
43.	Горелка	2 шт.
44.	Огниво	1 шт.
45.	Манекен для СЛР	1 шт.
46.	Пила стальная	2 шт.
47.	Печь щепочница	2 шт.
48.	Лопата складная	1 шт.
49.	Спутниковый треккер	1 шт.

Кадровое обеспечение:

Кадровое обеспечение разработки и реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы осуществляется педагогом дополнительного образования, что закрепляется Профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых (Приказ Минтруда России от 05.05.2018 № 298н).

2.3. Формы контроля

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.

Результатом реализации программы является определяемый уровень туристских знаний и умений, сформированности у учащихся коммуникативных навыков, умений взаимодействовать в коллективе.

Диагностика результатов обучения осуществляется в несколько этапов:

- *вводный контроль* проводится с целью выявления образовательного уровня учащихся на начало обучения и способствует подбору эффективных форм и методов деятельности для учащихся;
- *промежуточный* - проводится в конце первого полугодия с целью отслеживания уровня освоения программного материала;
- *тематический контроль* позволяет определить степень сформированности знаний, умений и навыков по темам программы, это дает возможность своевременно выявлять пробелы в знаниях и оказывать учащимся помощь в усвоении содержания материала;
- *итоговый контроль* призван определить конечные результаты обучения.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов.

За время обучения учащиеся принимают участие в соревнованиях, радиальных выходах. По итогам реализации программы проходит многодневный поход вне сетки часов.

2.4. Оценочные материалы

Этапы диагностики	Форма диагностики
<i>вводный</i>	Викторина «Основы туризма» (приложение)
<i>промежуточный</i>	«Туристская полоса препятствий» соревнование
<i>тематический</i>	Дидактическая игра «Собери рюкзак» Зачет «Узлы» Викторина «В здоровом теле здоровый дух» Игра «Айболит» Ирга «Проверь себя» Соревнования по спортивному туризму «дистанция – пешеходная» Устный опрос «Техника безопасности» Сдача контрольных нормативов
<i>итоговый</i>	Сдача контрольных нормативов (приложение). Соревнования. Многодневный поход (вне сетки часов). Тест.

Формы и методы оценивания результатов: устный опрос, квест, соревнования, дидактические игры, сдача контрольных нормативов.

Формы фиксации результатов: протокол.

Форма оценки: уровень (оптимальный, хороший, допустимый).

Критерии оценки результативности освоения программы:

Оптимальный уровень. Учащийся за время освоения программы значительно повысил уровень физической подготовки, стремится к новым знаниям, хорошо владеет учебным материалом, умеет применять полученные знания на практике, умело взаимодействует с членами туристской группы при выполнении заданий, на соревнованиях и туристском маршруте, выстраивает отношения со взрослыми, ответственно относится к поручениям, стремится к саморазвитию, проявляет взаимовыручку.

Хороший уровень. Учащийся за время освоения программы незначительно повысил уровень физической подготовки, часто проявляет интерес к новым знаниям, хорошо владеет учебным материалом, но имеются пробелы в знаниях; допускает ошибки при прохождении туристской полосы препятствий, не всегда успешно взаимодействует с членами туристской группы при выполнении заданий, на соревнованиях и туристском маршруте, выстраивает отношения со взрослыми, в целом ответственно относится к поручениям, но требуется контроль со стороны педагога или членов группы, иногда требуется мотивация на занятиях или в походе, не всегда готов прийти на помощь товарищу.

Допустимый уровень. Учащийся за время освоения программы не повысил уровень физической подготовки, редко проявляет интерес к новым знаниям, не в полной мере владеет учебным материалом; допускает ошибки при прохождении туристской полосы препятствий, иногда конфликтует с членами туристской

группы при выполнении заданий, на соревнованиях и туристском маршруте требуется постоянный контроль, конфликтует со взрослыми, поручения выполняет в основном под контролем педагога или членов группы, требуется мотивация на занятиях или в походе, не охотно помогает товарищам.

2.5. Методические материалы

Методические материалы, разработанные педагогом

1. Оценочный материал для контроля результативности усвоения программы.
2. Сборник игр на формирование коммуникативной культуры в группах туристско-краеведческой направленности.
3. Разработки занятий в рамках программы.
4. Комплекс упражнений на развитие силы, выносливости, ловкости, координации движения (методическая разработка).
5. Презентации к занятиям по темам: «Туристские путешествия. История развития туризма. Виды туризма», «Организация бивака и охрана природы», «Узлы», «Костровое хозяйство».
6. Видео материал к занятиям по темам: «Виды транспортировки пострадавшего», «Спасательные работы на воде», «Спасательные работы в завале», «Спасательные работы на льдине», «Наш супер поход, «Спасательные работы на высоте», «Спасательные работы при ДТП».

2.6. Список литературы для педагогов

Основная литература для педагогов

1. Аппенянский А. И. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. - Москва: ЦРИБ «Турист», 2017. -399 с.
2. Аппенянский А. И. Физическая тренировка в туризме. – Москва: ЦРИБ «Турист», 2017. - 299 с.
3. Аркин Я., Вариксоо А., Захаров П. И. и др. Горный туризм: снаряжение, техника, тактика. - Таллинн: Ээсти рамат, 2018. – 300 с.
4. Бабенко Т. И., Каминский И. И. Экспресс-оценка физического здоровья школьников, условий их обучения и воспитания. - Ростов на Дону, 2017. – 219 с.
5. Бутин И. М. Лыжный спорт. - Москва: Просвещение, 2017. – 399 с.
6. Варламов В. Г. Физическая подготовка туристов-переходников. - Москва: ЦРИБ «Турист», 2017. – 179 с.
7. Воронов Ю. С., Николин М. В., Малахова Г. Ю. Методика обучения юных ориентировщиков тактическим действиям и навыкам. - Смоленск, 2018. – 499 с.
8. Варламов В. Г. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов. - Краснодар, 2017. – 279 с.

9. Голованова Н.Ф. Педагогика: учебник для вузов. – Москва: Юрайт, 2022. – 377 с.
10. Ильичев А. А. Популярная энциклопедия выживания. - Москва: ЭКСМО-Пресс, 2020. – 274 с.
11. Коломинский Я. Основы психологии. Учебник для учащихся старших классов и студентов первых курсов высших учебных заведений». – Москва: Просвещение, 2019. – 239 с.
12. Константинов Ю. С., Куликов В. М. Педагогика школьного туризма Москва: ЦДЮТиК МО РФ, 2019. – 289 с.
13. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. – Москва: ЦДТЮТур МО РФ 2018. – 300 с.
14. Михайлов Б.А., Федотова А.А., Федотов Ю.Н. Физическая подготовка туристов. – Москва: ЦРИБ «Турист», 2017. – 359 с.
15. Панченко С.Р. Формирование толерантных взаимоотношений подростков в детском коллективе. – Москва: Просвещение, – 2018. – 25 с.
16. Сборник дополнительных общеобразовательных программ туристско – краеведческой направленности: сборник методических материалов/ под редакцией Щербакова А.В., Осипова П.В. – Челябинск: ЧИППКРО, 2016. – 325 с.

Интернет-ресурсы:

1. Концепция развития дополнительного образования на период до 2020 года [Электронный ресурс] <http://www.consultant.ru/law/hotdocs/36940.html>. дата обращения (06.05.2022)
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г. "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" [Электронный ресурс] <http://www.rg.ru/2013/12/11/obr-dok.html>. дата обращения (06.05.2022)
3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ <http://www.rg.ru/2012/12/30/obrazovanie-dok.html> (дата обращения (06.05.2022)
4. Регламент проведения соревнований (Дистанция – пешеходная), 23.03.2021г. <http://www.kuztur42.narod.ru/> дата обращения (06.05.2022)

Список литературы для детей

1. Головачев М. В., Мухамадиев Н. Ф. Школа выживания: организация и обустройство полевого лагеря: (Вопросы безопасности). - Нижний Новгород: Изд-во НГТУ, 2014. – 217 с.
2. Захаров Е. Н., Карасев А. В., Сафонов А. А. Энциклопедия физической подготовки. - Москва: Лептос, 2018. – 300 с.

- Куликов В. М., Константинов Ю. С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - Москва: ЦДЮТур МО РФ, 2018. – 275 с.
3. Куликов В. М., Ротштейн Л. М. Школа туристских вожаков. - Москва: ЦДЮТур МО РФ, 2019. - 150 с.
 4. Любавин М. Л. Хочешь узнать себя? Нет проблем! - Челябинск: СТ «Пресса», 2019. – 399 с.
 5. Медицинский справочник: Спасение 03, или Первая помощь при несчастных случаях. – Санкт -Петербург: Герион, 2017. – 399с
 6. Походная туристская игротека Сборник 1. - Москва: ЦДЮТур МО РФ, 2018. – 265 с.
 7. Скрыгин Л. Н. Морские узлы. - Москва: Транспорт, 2019. – 215 с.
 8. Усыткин Г. С. В классе, в парке, в лесу: Игры и соревнования юных туристов. - Москва: ЦДЮТур МО РФ, 2017. – 300 с.
 9. Шимановский В. Ф., Ганопольский В. И. Питание в туристском походе. -Москва: Профиздат, 2017. - 159 с.
 10. Энциклопедия физической подготовки: метод. рекомендации / Е.Н. Захаров Е, А.В. Карасев, А.А. Сафонов. - Москва: 2019. 368с.

КОНТРОЛЬНО – ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

ВВОДНЫЙ КОНТРОЛЬ

Викторина «Основы туризма»

Цель: оценка начального уровня знаний и умений учащихся перед началом образовательного процесса по программе.

Форма проведение: тестирование

Содержание: учащиеся самостоятельно отвечают на вопросы теста.

Форма оценки: уровень (оптимальный, хороший, допустимый).

Фамилия, имя	Уровень оценки

Параметры оценки: 13-16 правильных ответов - оптимальный уровень; 8-12 правильных ответов - хороший уровень; до 8 правильных ответов - допустимый уровень.

Вопросы для тестирования:

1. Какое снаряжение называется личным?
2. Какое снаряжение называется групповым?
3. Какие туристские узлы вы знаете?
4. Какие виды костров вы знаете?
5. Как хранятся продукты в походных условиях?
6. Что нужно делать человеку, попавшему в опасную ситуацию?
7. Что нужно делать при переломах конечностей?
8. Какие бывают кровотечения; первая помощь при кровотечениях?
9. Как выполнить искусственное дыхание?
10. Как оказать первую помощь при ожогах?
11. Назовите правила утилизации отходов в походе.
12. Что такое азимут?
13. Каких знаменитых земляков ты знаешь? Чем они прославились?
14. При преодолении, какого препятствия первый участник может двигаться с рюкзаком?
15. Можно ли транспортировать рюкзак со снаряжением по навесной переправе совместно с участником?
17. Где должна отметиться группа туристов перед началом похода?

Диагностика уровня физической и технической подготовки

Диагностика уровня физической и технической подготовки проводится на начало года (вводная), середину года (промежуточная) и по окончании обучения (итоговая)

Физическая подготовка

Фамилия, имя	Бег 30м	Челночный бег 3x10м	Прыжки в длину с места, см	6-ти минутный бег, м

Техническая подготовка

Фамилия, имя	Параллельные веревки (мин.)	Навесная переправа (мин.)	Подъем (мин.)	Траверс (мин.)	Спуск (мин.)

Протокол результатов

Группа _____ Программа _____

По л	Ф.И.	Год рожд.	Бег 1000		отжимани е		Скакалка за 30сек		подтягивани е		пресс	
			Рез.	Ур.	Рез.	Ур.	Рез.	Ур.	Рез.	Ур.	Рез.	Ур.

Рез. – результат;

Ур. – уровень (оптимальный, хороший, допустимый)

Нормативы для подготовки к аттестации

1. УЗЛЫ (проводник восьмерка, встречный, булинь)

Этап диагностики	уровень/время		
	оптимальный	хороший	допустимый
Вводная	1,0	1,10	1,30
Промежуточная	0,40	0,50	1
Итоговая	0,30	0,35	0,45

2. СКАКАЛКА за 30 сек

оптимальный	хороший	допустимый
От 60	От 45	От 30

3. Бег 1 км

мальчики

оптимальный	хороший	допустимый
До 4,15 мин	До 5,30мин	От 5,30мин

девочки

5	4	3
До 4,45мин	До 5,50мин	От 5,50мин

4. ПОДТЯГИВАНИЕ

мальчики			девочки		
оптимальный	хороший	допустимый	оптимальный	хороший	допустимый
От 8	5-7	3-4	От 5	3-4	1-2

5. ОТЖИМАНИЕ

мальчики			девочки		
оптимальный	хороший	допустимый	оптимальный	хороший	допустимый
От 35	От 25	От 15	От 20	От 15	От 10

6. ПРЕСС (30 сек)

мальчики			девочки		
оптимальный	хороший	допустимый	оптимальный	хороший	допустимый
От 30	От 25	От 20	От 25	От 20	От 15