

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНР ДЕТСКОГО ТЕХНИЧЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
ИЗОБИЛЬНЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

Принята на заседании
Педагогического совета
От «11» июля 2024 года
Протокол № 3



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБУДО «ЦДТТ» ИМОСК

Л.И.Бычков

Приказ № 54 от 12.07.2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТСКО - КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ»

Уровень программы: базовый
Возрастная категория: от 12 до 18 лет
Состав: 2 группы по 10 человек
Срок реализации: 2 года

Автор – составитель:
Калмыкова Надежда Владимировна,
педагог дополнительного образования

г. Изобильный
2024 год

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка.

В настоящее время одна из важнейших задач – обеспечение безопасности жизни и здоровья детей.

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

Уровень: базовый – предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, умений и навыков.

Учебно-информационное обеспечение программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный спасатель» разработана в соответствии со следующими нормативно - правовыми актами и документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г.».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Письмо ГБУ ДО «КЦЭТК» от 28 сентября 2021 г. № 639 «Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»
- Устав МБУ ДО «ЦДТТ» ИМОСК
- «Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся МБУДО «ЦДТТ» ИМОСК»

Актуальность программы Программа предполагает проведение академических занятий и использование активных, нестандартных форм работы через коллективно-творческую деятельность: соревнования по пожарной безопасности «Школа

безопасности, конкурсно – игровые программы, конкурс презентаций, соревнования по оказанию первой доврачебной помощи «Чрезвычайная ситуация», соревнования по преодолению полосы препятствий, мини-зарничка, соревнования по пожарноспасательному спорту, экскурсии в пожарную часть МЧС, встречи с врачами и пожарными

Новизна Используя разнообразие форм проведения мероприятий, мы помогаем детям найти своё место в социуме. Программа нацелена на профориентацию, знакомство с профессиями: врач, пожарный, спасатель. Темы и разделы каждого года обучения взаимосвязаны между собой, и последующий год обучения разработан с учетом уже имеющихся знаний.

Адресат программы: программа предназначена для учащихся в возрасте 12-18 лет, не имеющих специальной подготовки. Характерная особенность детей этого возрастного периода – ярко выраженная эмоциональность восприятия, более развита нагляднообразная память, чем словесно-логическая. Для работы по программе формируются группы первого года обучения и второго с постоянной численностью 10 учащихся.

Форма обучения очная в соответствии с Уставом учреждения. Допускается дистанционная форма получения образования.

Объем программы

Программа рассчитана на 2 года обучения.

Режим занятий Общее количество часов в неделю – 360 академических часов. Первый год обучения 144 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Второй год обучения 180 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2,5 часа. Продолжительность одного академического часа – 40 мин. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Отличительная особенность

Программа нацелена на профориентацию, знакомство с профессиями: врач, пожарный, спасатель. Темы и разделы каждого года обучения взаимосвязаны между собой, и последующий год обучения разработан с учетом уже имеющихся знаний.

1.2. Цель программы: создание условий для воспитания здоровой, творческой личности средствами туристско-краеведческой деятельности.

Задачи программы:

Обучающие:

Обучить учащихся:

- правилам техники безопасности при проведении туристских походов, занятий;
- способам организации туристского быта;
- работе с топографической и спортивной картами, с компасом;
- прохождению дистанций и этапов;
- пользованию туристским снаряжением;
- ориентированию на местности по местным и природным предметам и признакам;
- техническим приемам, применяемым в спортивном туризме;
- правильно применять технику выполнения гимнастических упражнений, технику бега на короткие и длинные дистанции;
- работе с аварийно-спасательным инструментом;
- эвакуировать и транспортировать пострадавшего;
- способам и приемам тушения пожаров.

Развивающие:

Развить:

- самостоятельность учащихся на базе создания благоприятных условий для проявления ими инициативы, творческого потенциала и ответственности в достижении общественно ценных и лично значимых целей;
- общие физические данные учащихся;
- выносливость при преодолении маршрутов с нагрузкой спасателя;
- ориентирования на местности по местным и природным предметам и признакам;
- чувство коллективизма.

Воспитательные:

- выступать в наиболее благоприятной для подростков роли, находить наилучшее применение своим способностям, полнее раскрывать и выражать индивидуальность;
- формировать морально-волевую подготовку в процессе выполнения должностных функций каждым членом группы, преодоления специфических сложностей (факторов выживания), возникающих в экстремальных ситуациях;
- формировать деятельность, предполагающую организацию работы таким образом, чтобы она стала источником положительных эмоций, доставляла детям удовлетворение и радость;
- воспитывать бережное отношение к собственности ;
- проводить профилактику пожаров по вине детей и детского травматизма от огня и дыма;
- воспитывать чувство уверенности в собственных силах, значимости личного и коллективного успеха;
- формировать основы знаний об организме человека, режиме дня, основ закаливания организма, ЗОЖ, здорового питания и личной гигиены;
- пропагандировать среди молодежи здоровый образ жизни.

Педагогическая целесообразность

Сегодня в обществе становится задачей обучения детей основам безопасности жизнедеятельности. Учащиеся получают возможность совершенствования навыков общения, поведения в социуме как в обычных, так и в экстремальных условиях. Участвуют в проведении мероприятий в качестве ведущих, судей, выступают перед младшими школьниками с докладами, исследовательскими работами. Обучение начинается с освоения туристско-краеведческих умений и навыков, что гарантирует необходимый уровень безопасности в природной среде. Затем, по мере совершенствования этих навыков, можно переходить к изучению вопросов поведения при возникновении экстремальной ситуации. Особое внимание педагог обращает на выбор заданий. Необходимо учитывать степень посильности заданий для детей

Ожидаемые результаты

Систематические занятия должны способствовать приобретению обучающимися знаний о технике и тактике туризма, о социально-психологических аспектах поведения человека в обществе. По окончании **первого года** обучения учащиеся **должны знать:**

- технику безопасности при проведении туристских походов, занятий;
- понятия о личном и групповом снаряжении;
- способы организации организации привалов и

ночлегов в походе;

- должности в группе постоянные и временные;
- значение правильного питания в походе;
- условные топографические знаки;
- топографию и способы ориентирования
- основы гигиены, способы оказания первой помощи.

Должны уметь:

- пользоваться личным и групповым снаряжением;
- устанавливать палатку;
- разжигать костер и готовить на нем еду;
- ориентироваться на местности;
- работать с топографической и спортивной картами;
- правила работы с компасом;
- правильно применять технику выполнения гимнастических упражнений, технику бега на короткие и длинные дистанции;
- оказывать первую помощь.
- ориентироваться на местности;
- оказывать первую помощь.

Ожидаемые результаты

Учащиеся творческого объединения «Юный спасатель» по окончании **второго года** обучения **Должны знать:**

- правила техники безопасности при проведении туристских занятий, соревнований;
- Регламент по виду спорта «спортивный туризм»;
- классификации дистанций;
- требования, предъявляемые к снаряжению;
- технические приемы, применяемые в спортивном туризме;
- способы закаливания организма
- приёмы сердечно-лёгочной реанимации;
- основы пожарной безопасности;
- условия проведения соревнований.

Должны уметь:

- пользоваться снаряжением;
- применять технические приемы при прохождении дистанции;
- заниматься общей и специальной физической подготовкой;
- использовать самостраховку, вязать узлы;
- ухаживать за телом, одеждой и обувью;
- пользоваться огнетушителями;
- оказать экстренную доврачебную помощь.
- владеть практическими навыками: самоорганизации и самоуправления, командообразования, общественной активности и дисциплины, обеспечение безопасности и др.
- работать аварийно-спасательным инструментом;
- эвакуировать и транспортировать пострадавшего;
- определять способы и приемы тушения пожаров.

1.3. Содержание программы

| Содержание программы | Учебный план 1 год | Содержание. 1 год обучения | Учебный план 2 год | Содержание. 2 год обучения |
|----------------------|--------------------|----------------------------|--------------------|----------------------------|
| 1.3. | 1.3.1 | 1.3.2 | 1.3.3. | 1.3.4. |

1.3.1. Учебный план 1 года обучения

| № | Т Е М А | Теория | Практика | Всего | Формы контроля |
|-----|---|--------|----------|--------|-------------------------------------|
| 1. | Вводное занятие. | 2 | - | 2 | беседа |
| 2. | Диагностические процедуры. | 6 | - | 6 | наблюдение, тестирование |
| 3. | Туристские путешествия. | 2 | - | 2 | презентация |
| 4. | Воспитательная роль туризма | 2 | - | 2 | мероприятия |
| 5. | Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий | 6 | 22 | 28 | опрос, наблюдение, текущий контроль |
| 6. | Организация туристского быта. | 4 | 26 | 30 | практическое задание |
| 7. | Подведение итогов похода | 2 | 2 | 4 | собеседование |
| 8. | Понятие о топографической и спортивной картах | 2 | 6 | 8 | практическое задание |
| 9. | Условные знаки | 2 | 6 | 8 | практическое задание |
| 10. | Ориентирование по горизонту, азимут | 2 | 4 | 6 | практическое задание |
| 11. | Компас, работа с компасом | 2 | 4 | 6 | практическое задание |
| 12. | Измерение расстояний | 2 | 4 | 6 | практическое задание |
| 13. | Способы ориентирования. | 4 | 4 | 8 | практическое задание |
| 14. | Действия в случае потери ориентировки | 2 2 | 2 2 | 4 4 | текущий контроль |
| 15. | Основы гигиены. | 2 | 4 | 6 | текущий контроль |
| 16. | Первая доврачебная помощь | 2 | 6 | 8 | практическое задание |
| | Экскурсии | 4 | - | 4 | собеседование |

| | | | | | |
|-----|------------------------|----|----|-----|------|
| 17. | | | | | |
| 18. | Заключительное занятие | 2 | - | 2 | итог |
| | Итого: | 52 | 92 | 144 | |

1.3.2. Содержание

1. Вводное занятие. Теория 2 часа. Организационные вопросы.

2. Диагностические процедуры. Теория 6 часов. Вводный, промежуточный и итоговый контроль качества знаний и практических умений обучающихся.

3. Туристские путешествия. Теория 2 часа. Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме.

4. Воспитательная роль туризма. Теория 2 часа. Значение туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе. Волевые усилия и их значение в походах и тренировках. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания. Ее роль в подготовке к защите Родины. Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива.

5. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий. Теория 6 часов. Дисциплина в походе и на занятиях - основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Практика 22 часа. Использование простейших узлов и техника их вязания. Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование страховочных систем и каски. Организация переправы через водное препятствие.

6. Организация туристского быта. Теория 4 часа. Понятие о личном и групповом снаряжении. Привалы и ночлеги в походе. Должности в группе постоянные и временные. Значение правильного питания в походе. Практика 26 часов. Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт. Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развертывание и свертывание лагеря: установка палаток. Размещение вещей и них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Разжигание костра. Составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

7. Подведение итогов похода. Теория 2 часа. Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы. Практика 2 часа. Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеоматериалов.

8. Понятие о топографической и спортивной картах. Теория 2 часа. Определение роли топографии и топографических карт для туристов. Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Практика 6 часов. Работа с картами. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации. Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координаты точек на карте. Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты. Масштабы спортивной карты. Способы и правила копирования карт. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты.

9. Условные знаки. Теория 2 часа. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практика 6 часов. Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

10. Ориентирование по горизонту, азимут. Теория 2 часа. Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»). Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо.

Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник. Практика 4 часа. Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

11. Компас, работа с компасом. Теория 2 часа. Компас. Типы компасов. Устройство компаса. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечки. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

Практика 4 часа. Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка), нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки» и т.п.).

12. Измерение расстояний. Теория 2 часа. Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Измерение среднего шага. Таблица перевода шагов в метры. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

Практика 4 часа. Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

13. Способы ориентирования. Теория 4 часа. Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейные, точечные, звуковой ориентир, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей. Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути). Протокол движения.

Практика 4 часа. Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде. Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

14. Действия в случае потери ориентировки. Теория 2 часа. Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута по Солнцу в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, ее нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Выход на крупные ориентиры, к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

Практика 2 часа. Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по восстановлению местонахождения.

15. Основы гигиены. Теория 2 часа. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня,

душ, купание). 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 в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов. Практика 4 часа. Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

16. Первая доврачебная помощь. Теория 2 часа. Походная медицинская аптечка. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Приемы транспортировки пострадавшего.

Практика 6 часов. Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания. Приемы транспортировки пострадавшего: транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

17. Экскурсии. Теория 4 часа. Экскурсии в краеведческий музей, Центральную районную больницу, на выставку технического и прикладного творчества.

18. Заключительное занятие. Теория 2 часа. Подведение итогов работы.

1.3.3. Учебный план 2 года обучения

| № | Т Е М А | Теория | Практика | Всего | Формы контроля |
|----|----------------------------|--------|----------|-------|----------------------|
| 1. | Вводное занятие. | 2,5 | - | 2,5 | беседа |
| 2. | Диагностические процедуры. | 7,5 | - | 7,5 | тестирование |
| 3. | Спортивный туризм | 2,5 | - | 2,5 | презентация |
| 4. | Дистанция | 2,5 | 7,5 | 10 | практическое задание |
| 5. | Этап | 2,5 | 7,5 | 10 | практическое задание |
| 6. | Снаряжение | 2,5 | 10 | 12,5 | практическое задание |
| 7. | Классификация дистанции | 2,5 | - | 2,5 | практическое задание |
| 8. | Определение результатов | 2,5 | - | 2,5 | контроль |
| 9. | Технические приемы | 5 | 25 | 30 | практическое |

| | | | | | |
|-----|---|-----|------|------|----------------------|
| | | | | | задание |
| 10. | Общая и специальная физическая подготовка. | 5 | 15 | 20 | текущий контроль |
| 11. | Экстренная доврачебная помощь. | 5 | 7,5 | 12,5 | практическое задание |
| 12. | Основы пожарной безопасности | 7,5 | 17,5 | 25 | текущий контроль |
| 13. | Условия соревнований по спортивному туризму | 7,5 | 25 | 32,5 | текущий контроль |
| 14. | Экскурсии. | 7,5 | | 7,5 | собеседование |
| 15. | Заключительное занятие. | 2,5 | - | 2,5 | итог |
| | Итого: | 65 | 115 | 180 | |

1.3.4. Содержание

1. Введение в образовательную программу. Теория 2,5 часа. Изучение техники безопасности при проведении занятий, в походах, занятии спортивно-массовыми мероприятиями. Ознакомление с содержанием курса на учебный год.

2. Диагностические процедуры. Теория 7,5 часов. Проведение необходимых диагностических процедур, выявление качества знаний и практических умений обучающихся.

3. Спортивный туризм. Теория 2,5 часа. Туристско-спортивный союз России. Регламент по виду спорта «спортивный туризм». Список сокращений используемых в Регламенте проведения соревнований по группе дисциплин «Дистанция –пешеходная».

4. Дистанция. Теория 2,5 часа. Понятие о дистанции. Практика 7,5 часов. Установка комплекса судейского снаряжения, обеспечивающего прохождение дистанции участником, группой. Работа судейской бригады. Коридор. Требования к действиям участников. Тренировочные прохождения обучающимися этапов дистанции «Полоса препятствий».

5. Этап. Теория 2,5 часа. Понятие о техническом этапе (далее – этап). Практика 7,5 часов. Оборудование этапа. Нитка этапа. Условия прохождения этапа. Снятие с этапа.

6. Снаряжение. Теория 2,5 часа. Групповое и личное снаряжение. Практика 10 часов. Использование снаряжения для тренировок. Веревки диаметром 10-12 мм, их назначение. Навыки работы карабинами с муфтой. Организация самостраховки на подъеме зажимом типа «жумар». Использование ФСУ (фрикционное спусковое устройство) «восьмерка». Блоки и полиспасты. Индивидуальные страховочные системы (ИСС). Соединение отдельных частей – беседки и грудного пояса на груди участника отрезком основной веревки. Ус самостраховки. Рукавицы, каска. Завязывание узлов для выполнения технических приемов (ТП). Опорная петля.

7. Классификация дистанции. Теория 2,5 часа. Определение класса дистанции по параметрам. Параметры и характеристики технических этапов. Дистанция –пешеходная личная II, III класса. Дистанция –пешеходная группа II, III класса.

8. Определение результатов. Теория 2,5 часа. Базовая система оценки нарушений. Бесштрафовая система оценки нарушений. Штрафовая система оценки нарушений.

9. Технические приемы. *Теория 5 часов.* Технические приемы применяемые в спортивном туризме. *Практика 25 часов.* Переправы первого участника. Подъем первого участника с командной страховкой. Траверс склона первым участником с командной страховкой. Организация перил. Снятие перил. Движение по навесной переправе. Подъем(спуск) по наклонной навесной переправе.

10. Общая и специальная физическая подготовка. *Теория 5 часов.* Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. *Практика 15 часов.* Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения со скакалкой, гантелями. Элементы акробатики. Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Упражнение на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц.

11. Экстренная доврачебная помощь. *Теория 5 часов.* «Максим П-01» Тренажер сердечно-легочной и мозговой реанимации пружинно- механический с индикацией – манекен.. Тренажёр для приёмов сердечно-лёгочной и мозговой реанимации Максим 11-01» - предназначен для обучения и отработки навыков оказания первой помощи (экстренной доврачебной помощи).

Практика 7,5 часов. Подготовка тренажёра к работе. Проведение практических занятий на тренажере. Работа тренажёра, правильность выполнения элементов и методов первой помощи, проводимых на тренажёре, контролируются при помощи пульта контроля и световой индикации.

12. Основы пожарной безопасности. *Теория 7,5 часов.* История развития пожарной охраны. Современная техника пожаротушения. Знакомство с современной техникой пожаротушения на территории пожарной части. Системы пожарной сигнализации, назначение, места установки. *Практика 17,5 часов.* Работа с пожарными рукавами и стволами. Пожарная игра-эстафета.. Огнетушители. Места установки знаков безопасности. План эвакуации при пожаре. Порядок и последовательность действий при эвакуации людей Предложение обучающимся разработать свой план эвакуации из каждого учебного кабинета помещения.

13. Условия соревнований по спортивному туризму. *Теория 7,5 часов.* Полевой лагерь «Юный спасатель». Соревнования «Школа безопасности». Соревнования по спортивному туризму на Кубок памяти Героя Советского Союза Александра Скокова. *Практика 25 часов.* Комбинированные силовые упражнения. Туристские узлы. Техника организации поисково-спасательных работ. Комбинированная пожарная эстафета. Поисково-спасательные работы на акватории. Поисково-спасательные работы в природной среде. Маршрут выживания. Полоса препятствий. Пожарная эстафета. Комбинированные силовые упражнения. Дистанция–пешеходная. Дистанция–пешеходная- связка.

14. Экскурсии. *Теория 7.5 часов.* Экскурсии в ЦРБ, в музей, в пожарную часть.

15. Заключительное занятие. *Теория 2,5 часа.* Подведение итогов учебного года. Награждение отличившихся.

1.4. Планируемые результаты обучения

1. **Личностные**, включающие готовность и способность учащихся к саморазвитию и личностному самоопределению; мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности; системы значимых социальных и межличностных отношений; ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности; социальные компетенции; правосознание; способность ставить цели и строить жизненные планы.

2. **Метапредметные**, включающие освоенные учащимися межпредметные понятия, способность их использования в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогом и сверстниками.

3. **Предметные**, включающие освоенные учащимися в ходе изучения учебной направленности умения, виды деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях, владение терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами.

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

| Уровень обучения | № группы | Дата начала занятий | Дата окончания занятий | Кол-во учебных недель в год | Кол-во учебных дней в год | Кол-во учебных часов нед/год | Режим занятий |
|------------------|----------|---------------------|------------------------|-----------------------------|---------------------------|------------------------------|-----------------------------|
| базовый | 1 | 01.09.2022 | 31.05.2023 | 36 | 72 | 4/144 | 2 раза в неделю по 2 часа |
| базовый | 2 | 01.09.2022 | 31.05.2023 | 36 | 72 | 5/180 | 2 раза в неделю по 2,5 часа |

2.2. Условия реализации программы

Программа творческого объединения «Юный спасатель» рассчитана на широкий диапазон сообщаемых детям знаний, предполагается и обширная материально-техническая база. Занятия проводятся в спортивном зале, оборудованном следующим оборудованием и инвентарем: гимнастические лавочки, шведская стенка, навесная перекладина, баскетбольные щиты с кольцом, канаты, кольца, сетка для волейбола, гриши настенные, гимнастические маты, гимнастический конь, гимнастический козел, подкидной мостик, стойки с планками для прыжков в высоту, легкоатлетические барьеры, конусы, брусья параллельные, брусья разновысокие, бревно напольное, бревно высокое, ворота для мини – футбола.

Туристское снаряжение для группы 10 человек: веревки 20, 30, 40 м., восьмерка – 8 шт., жумар - 8 шт., страховочные системы - 20 шт., ролик- 4 шт, карабины автомат - 46 шт., карабины механические треугольные -10 шт.; рукавицы для страховки и сопровождения; аптечка медицинская в упаковке; секундомер электронный, костровое оборудование; спальники; палатки туристские походные; кариматы; рюкзаки, тент.

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы

Формы аттестации и оценочные материалы разрабатываются и обосновываются для определения результативности освоения программы. Призваны отражать достижение цели и задач программы. Перечисляются согласно учебному плану.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: беседа, аналитический материал, аудиозапись, видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, методическая разработка, портфолио, протокол соревнований, фото, отзыв детей и родителей, разрядные книжки и др.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытое занятие, праздник, соревнования и др.

Оценочные материалы.

При организации и проведении мониторинга качества образовательной деятельности особая роль отводится диагностике.

Вводный контроль (сентябрь). Проверка стартового уровня знаний, умений и навыков учащихся; выявляется уровень владения учащимися базовыми знаниями и умениями, круг их интересов. Формы контроля: собеседование, наблюдение, творческие задания. Промежуточная аттестация (январь). Индивидуальный и коллективный контроль во время занятия с целью усвоения знаний учащимися; для изучения мотивации к занятиям, творческих способностей. Формами аттестации являются: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание и др.

Итоговая аттестация (май) проводится в конце года для определения степени достижения результатов обучения, а также (при необходимости) с целью совершенствования программы и методик обучения. *Приложение № 1*

Итоговая аттестация может иметь форму открытого занятия для родителей, презентации, самоанализ, коллективный анализ работ, соревнования, отзыв и др. Данный тип контроля предполагает комплексную проверку образовательных результатов по всем заявленным целям и задачам программы.

Уровни оценки: низкий, средний, высокий.

Сведения о результатах аттестации, обсуждаются на Педагогическом совете.

Педагог доводит до учащихся и родителей (законных представителей) сведения результатов аттестации.

2.4. Методическое обеспечение программы

Выбор педагогических технологий, применяемых при реализации данной программы, определяется целями и задачами, возрастными особенностями детей и спецификой содержания учебного материала.

Личностно ориентированные технологии, технологии сотрудничества, развивающие технологии. Для достижения результатов при реализации задач программы используются следующие разнообразные педагогические методы и приемы:

Репродуктивный метод. Цель – воспроизведение информации. Используется при объяснении новой темы. Приемы: рассказ, составление картосхем, репродуктивная беседа.

Объяснительно-иллюстративный. Цель – проиллюстрировать информацию с помощью наглядных средств. Приемы: словесный, работа с наглядным материалом, с туристским снаряжением, с видеоматериалами.

Игровые методы. Применяются при изучении материала, закреплении, во время проведения учебно-тренировочных сборов. Приемы: игры на местности, в помещении, упражнения на развитие памяти, внимания и мышления.

Метод проблемного обучения. Цель – новые знания достигаются детьми в решении проблемных вопросов. Приемы – создание проблемной ситуации, ролевые игры.

Частично-поисковый метод. Цель навести ребенка на решение каких-то проблем. Используется при закреплении материала, при разработке маршрута.

Метод взаимодействия. Приемы: работа во временных группах, ситуации совместных переживаний.

Метод контроля. Прием: сдача нормативов, соревнования.

Метод мотивации и стимулирования. Цель – формирование познавательного интереса. Приемы: самоподготовка, отработка туристских элементов, разбор дистанции, поход.

Формы организации учебного процесса:

- Фронтальная форма. Данная форма предполагает одновременное выполнение одинаковой работы учащимися, где происходит сравнение и обобщение полученных результатов (игры, ролевые игры, дидактические игры, викторины, занятия-творчества, видео занятия и т.д.).

- Групповая (звеньевая) форма. Данная форма характеризуется основными признаками организации процесса обучения: группа делится на подгруппы для решения конкретных задач; каждая подгруппа получает конкретное задание и выполняет его сообща; задание выполняется таким способом, который позволяет оценить индивидуальный вклад каждого члена подгруппы (конкурсы, творческие выставки, интеллектуальные игры).

2.5. Кадровое обеспечение реализации программы

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

Литература для педагога

1. Регламент проведения спортивных соревнований по спортивному туризму (утверждено Президиумом ФСТР от 23.03 2019 г).
2. Положение о соревнованиях «Школа безопасности» от 20.12 2018 г.
3. Правила организации и проведения соревнований обучающихся Российской Федерации «Школа безопасности» от 20.12.2018 г.
4. Константинов, Ю. С. Теоретические основы программно-методического обеспечения учреждений дополнительного образования детей туристско-краеведческого профиля [Электронный ресурс]: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / Ю. С. Константинов. – М.: РГБ (Из фондов Российской государственной библиотеки), 1999. – 181 с.
5. Константинов, Ю. С., Казурова, О. А. Программное обеспечение детских туристско-краеведческих объединений [Электронный ресурс] .
6. Материалы Всероссийской научно-практической Интернет-конференции «Организация туристско-краеведческой деятельности: тенденции и перспективы» / Ю. С. Константинов, О. А. Казурова. – Режим доступа:

http://vch.orionnvkz.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=20&Itemid=9(дата обращения 12.10.2010).

7. Концепция федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015 годы: Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 февраля 2011 г. N 163-р [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.referent.ru/1/173627> (дата обращения: 20.11.2011).

8. Логинова, Л. Г. Качество дополнительного образования детей. Менеджмент. [Текст] / Л. Г. Логинова. – М.: Агентство «Мегаполис», 2008. – 392 с.

Литература для учащихся

1. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование: Учебник. - М.: ФиС.
 2. Гастюшин А.В., Шубина СИ. Азбука выживания. - М.: Знание, 2000.
 3. Гастюшин А. Энциклопедия экстремальных ситуаций. - М.: Зеркало, 2002.
 4. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат, 2004.
 5. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. - М.: Профиздат, 2004
 6. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся, - М., ЦДЮТур МО РФ. 2003
 7. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003.
 8. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. - М. ЦРИБ «Турист», 2000.
 9. Велитченко В.К., Физкультура без травм - М.: Просвещение, 1993.
 10. Берегите народное добро от огня. Методические рекомендации для проведения бесед на противопожарные темы. - Пенза, 2006
 11. Бородкина Н.И., Лепехин А.Н. Пособие для обучения школьников правилам пожарной безопасности. М.: "Стройиздат", 2001.
- II. Информационное обеспечение программы.

Приложение № 1

ИТОГОВЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

Творческое объединение, год обучения _____

Педагог дополнительного образования _____

| Учащиеся | Уровень подготовки | | | | | | | | |
|----------|--------------------|---|---|--------|---|---|-----|---|---|
| | сентябрь | | | январь | | | май | | |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

1 – низкий уровень 2 - средний уровень 3 - высокий уровень

Вывод: _____

«__» _____ 20__ г.

Педагог дополнительного образования _____