

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
ПРОМЫШЛЕННОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

Рассмотрено  
На педагогическом совете  
Протокол №4  
от 30.05.2023г.

Утверждаю:  
Директор УДО ДДТ  
И.В. Горемыкина  
Приказ №92-07  
от 31.05.2023г.



Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности  
«Школа юного туриста»  
возраст учащихся 8-12 лет  
срок реализации 1 год

Разработчик:  
Петрухин Виталий Иванович,  
педагог дополнительного образования

Пгт.Промышленная 2023

## 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. Содержание программы.....	6
1.3.1. Учебно-тематический план .....	6
1.3.2. Содержание учебно-тематического плана .....	7
1.4. Прогнозируемые результаты.....	14
<b>2. Комплекс организационно-педагогических условий.....</b>	<b>15</b>
2.1. Календарный учебный график.....	15
2.2. Условия реализации программы.....	15
2.3. Формы аттестации и контроля .....	16
2.4. Диагностические и оценочные материалы.....	17
2.5. Методические материалы.....	17
<b>3. Список литературы .....</b>	<b>18</b>
3.1. Список литературы для педагога.....	18
3.2. Литература для учащихся и родителей.....	18
<b>Приложения.....</b>	<b>19</b>

# **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа юного туриста» имеет туристско-краеведческую направленность, вид деятельности - туризм.

Программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Тропа» Гадлевского В.С., педагога дополнительного образования УДО «Дом детского творчества».

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ;

- Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030г. и плана мероприятий по ее реализации»;

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022г. № 678-р;

- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (от 29.05.2015 г. № 996-р);

- Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. № 28, вступившее в силу 01.01.2021г. «Об утверждении СанПиНа 2.4 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к

организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Законом «Об образовании в Кемеровской области» редакция от 03.07.2013г. № 86-ОЗ;

- Распоряжением Коллегии Администрации Кемеровской области от 26.10.2018 № 484-р «О реализации мероприятий по формированию современных управленческих и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в Кемеровской области»;

- Уставом УДО «Дом детского творчества»;

- Учебным планом УДО «Дом детского творчества»;

- Календарным учебным графиком УДО «Дом детского творчества».

Сегодня туризм, в том числе детско-юношеский, занимает все более прочную позицию в нашей жизни. Нахождение на свежем воздухе является эффективным средством оздоровления и профилактики заболеваний, получения заряда бодрости и энергии. Однако, занятие туризмом требует определенных знаний и навыков туристической и краеведческой деятельности, выживания в экстремальных условиях, оказания первой медицинской помощи.

**Актуальность** программы заключается в том, что она призвана способствовать решению обозначенной проблемы: удовлетворить потребности детей в данном виде дополнительного образования. Дать юным туристам-краеведам основы знаний походной деятельности, первой медицинской помощи, основные навыки спасения пострадавших, развить их физические показатели, сформировать мотивацию к изучению родного края, участию в туристических мероприятиях, привить навыки выживания в экстремальных ситуациях. В условиях туристической и спасательной деятельности учащиеся получают навыки взаимопомощи, сотрудничества и взаимодействия, у них сформируются чувства гражданственности и патриотизма, такие качества характера, как толерантность, желание прийти на помощь.

**Новизна** программы заключается в том, что в процессе ее успешного освоения, учащиеся получают возможность участвовать в походах высокой категории сложности.

**Педагогическая целесообразность** программы определяется ее социальной значимостью. Она ориентирована на решение педагогических задач, связанных с укреплением физического и нравственного здоровья учащихся, проявлением их личностных возможностей, духовным развитием.

**Адресат Программы:** Программа разработана для учащихся 8-12 лет. В коллектив принимаются учащиеся с основной группой здоровья, при наличии справки от врача с возможностью заниматься данным видом деятельности.

**Срок реализации:** 1 год, 108 часов. Большую часть программы составляют практические занятия.

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий:** занятия проходят 2 раза в неделю по 1 часу и 2 часа каждое (учебный час составляет 45 минут, перерыв между занятиями - 10 минут).

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** формирование физически здоровой и нравственно устойчивой личности посредством вовлечения ее в туристско-краеведческую деятельность.

### **Задачи программы.**

Обучающие:

- дать учащимся знания по основам туризма и краеведения;
- научить учащихся основам оказания первой доврачебной помощи при кровотечении;
- научить учащихся правилам безопасного разведения костра;
- научить учащихся готовить пищу в походных условиях;
- научить учащихся ориентироваться по карте;
- научить учащихся устанавливать палатку, организовывать бивуак;

- научить учащихся оказывать первую доврачебную медицинскую помощь при различных травмах;

- научить учащихся ориентироваться по компасу.

Развивающие:

- развивать у учащихся навыки основ безопасной жизнедеятельности;

- развивать у учащихся туристические навыки.

Воспитательные:

- воспитывать у учащихся умение работать в команде, трудолюбие, дисциплинированность, социальную активность;

- воспитывать у учащихся сознательное и ответственное отношение в вопросах личной и общественной безопасности;

- воспитывать у учащихся интерес к здоровому образу жизни

### 1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный - тематический план					
№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теори и	Практ	
<b>1.</b>	<b>Основы туристской подготовки</b>	<b>52</b>	<b>10</b>	<b>42</b>	Полосы препятствий, нормативы  Тестирование, анкетирование.  опросы
1.1.	Инструктаж по технике безопасности. Туристские путешествия, история развития туризма	1	1		
1.2.	Личное и групповое туристское снаряжение	3	1	2	
1.3.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	6	2	4	
1.4.	Подготовка к походу, путешествию	3	1	2	
1.5.	Питание в туристском походе	3	1	2	
1.6.	Туристские должности в группе	2	2		
1.7.	Организация передвижения в походе, преодоление препятствий	3	1	2	
1.8.	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий	2	1	1	

1.9.	Организация и проведение походов	30		30	
1.10.	Подведение итогов похода	1		1	
<b>2.</b>	<b>Топография и ориентирование</b>	<b>15</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	Полосы препятствий, нормативы
2.1.	Понятие о топографической и спортивной картах	1	1		
2.2.	Условные знаки и обозначения	3	2	1	
2.3.	Ориентирование по горизонту, азимут	3	1	2	
2.4.	Компас. Работа с компасом.	3	1	2	
2.5.	Измерение расстояний	3	1	2	
2.6.	Виды и способы спортивного ориентирования	2	1	1	
<b>3.</b>	<b>Краеведение</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
3.1.	Родной край, его природные особенности.	1	1		Тестирование, анкетирование. опросы
3.2.	Туристские возможности родного края	2	1	1	
3.3.	Изучение маршрутов путешествия	1		1	
<b>4.</b>	<b>Основы гигиены и первая доврачебная помощь</b>	<b>13</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	Тестирование, анкетирование. опросы
4.1.	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	2	1	1	
4.2.	Походная медицинская аптечка, назначение медикаментов	1	1		
4.3.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	8	2	6	Ролевые игры
4.4.	Приемы транспортировки пострадавшего	2	1	1	
<b>5.</b>	<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	Полосы препятствий, нормативы
5.1.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	1	1		
5.2.	Техника безопасности, предупреждение спортивных травм на тренировках	2	1	1	
5.3.	Общая физическая подготовка	13	1	12	
5.4.	Специальная физическая подготовка	8	1	7	
	<b>Итого за период обучения</b>	<b>108</b>	<b>28</b>	<b>80</b>	

### **1.3.2. Содержание учебно-тематического плана**

## **1. Основы туристской подготовки (52 часа)**

### **1.1. Туристские путешествия, история развития туризма**

Теория: Туризм – средство физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков, познания родного края. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм. Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, туристскому многоборью. Краеведение, туристско-краеведческое движение учащихся "Отечество", основные направления детско-юношеского туристско-краеведческого движения школьников Кузбасса «Живи, Кузнецкая земля!».

Практика: Походы в краеведческий музей. Преодоление простейших препятствий без страховочного снаряжения: бабочка, параллельные веревки, кочки, спуск подъем.

Тренировочный поход для проверки знаний.

### **1.2. Личное и групповое туристское снаряжение**

Теория: Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры и пилы. Состав и назначение ремонтного набора. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.



Практика: Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

### **1.3. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.**

Теория: Привалы и ночлег в походе. Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров. Уборка места лагеря перед уходом группы. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Правила купания.

Практика: Определение по карте мест для организации привалов и ночлегов. Установка палаток. Раскладывание костров по типам и назначению.

### **1.4. Подготовка к походу, путешествию.**

Теория: Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, видео и фотоматериалов. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения.

Практика: Составление плана подготовки 1-3-дневного похода. Изучение маршрутов походов. Подготовка личного и общественного снаряжения.

### **1.5. Питание в туристском походе.**

Теория: Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в 2-3-дневном походе. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре.

Практика: Составление меню и списка продуктов для 1 – 3 дневного похода.

### **1.6. Туристские должности в группе.**

Теория: Должности в группе постоянные и переменные. Командир группы. Требования к командиру группы. Его обязанности. Другие постоянные должности в группе. Временные должности. Дежурные по кухне, их обязанности. Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

Практика: Составление списка группы. Выбор должностей. Выполнение заданий согласно выбранным должностям.

### **1.7. Организация передвижения в походе, преодоления препятствий.**

Теория: Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Практика: Отработка движения группы колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности.

### **1.8. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий**

Теория: Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

Практика: Отработка техники преодоления естественных препятствий. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

## **1.9. Подведение итогов похода.**

Теория: Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы. Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеофильма, коллекций и пособий. Выполнение творческих работ участниками похода. Составление отчета для организации, давшей задание. Ремонт и сдача инвентаря, взятого напрокат.

Практика: Ремонт и сдача инвентаря.

## **2. Топография и ориентирование (15 часов)**

### **2.1. Понятие о топографической и спортивной карте.**

Теория: Определение роли топографии и топографических карт. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт.

Практика: Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте.

### **2.2. Условные знаки**

Теория: 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. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

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

### **2.3. Ориентирование по горизонту, азимут.**

Теория: Основные направления на стороны горизонта: С, Ю, В, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Практика: Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте.

### **2.4. Компас, работа с компасом**

Теория: Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Практика: Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков.

### **2.5. Измерение расстояний.**

Теория: Способы измерения расстояний на местности и карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Глазомерный способ измерения расстояния. Определение расстояния по времени движения.

Практика: Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

### **2.6. Способы ориентирования**

Теория: Ориентирование на местности с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк.

Практика: Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки.

## **3. Краеведение (4 часа)**

### **3.1. Родной край, его природные особенности.**

Теория: Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление края.

Практика: Знакомство с картой своего края. «Путешествие» по карте.

### **3.2. Туристские возможности родного края.**

Теория: Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Сбор сведений об истории края.

Практика: Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям своего населенного пункта, экскурсионных объектов.

### **3.3. Изучение маршрутов путешествия.**

Теория: Сбор краеведческого материала о районе похода: изучение литературы, карт. Изучение о природных условиях района похода: климат, рельеф, флора, фауна и т.д.

Практика: Подготовка материала по району предстоящего похода.

## **4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь (13 часов)**

### **4.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний**

Теория: Понятие о гигиене. Соблюдение гигиенических норм при занятиях физическими упражнениями, спортом и туризмом

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

### **4.2. Походная медицинская аптечка.**

Теория: Комплектование медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки.

Практика: Формирование походной медицинской аптечки. Приготовление напитков из лечебных (тонизирующих) трав и растений.

### **4.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.**

Теория: Походный травматизм. Заболевание в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Искусственное дыхание. Укусы насекомых. Пищевые отравления и желудочные заболевания.

Практика: Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи). Наложение простейших повязок, обработка ранок и ссадин. Способы обеззараживания питьевой воды в походах.

### **4.4. Приемы транспортировки пострадавшего.**

Теория: Зависимость способа транспортировке и переноски пострадавшего от характера травмы и места повреждения, его состояния, от количества транспортирующих. Транспортировка в рюкзаке, на веревке,

вдвоем на поперечных палках. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

Практика: Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

## **5. Общая и специальная физическая подготовка (24 часа)**

### **5.1. Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влияние физических упражнений.**

Теория: Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы).

Практика: Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятиями спортом.

### **5.2. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.**

Теория: Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке. Дневник самоконтроля.

### **5.3. Общая физическая подготовка**

Теория: Основная задача ОФП

Практика: Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи.

### **5.4. Специальная физическая подготовка**

Теория: Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов.

Практика: Упражнения на все группы мышц

## **1.4 Прогнозируемые результаты реализации программы**

В результате изучения программного материала учащиеся:

Знают:

- основы оказания первой доврачебной помощи при кровотечении;
- правила безопасного разведения костра;

- основы безопасной жизнедеятельности;
- основы туристической деятельности.

Умеют:

- готовить пищу в походных условиях;
- ориентироваться по карте;
- устанавливать палатку, организовывать бивуак;
- оказывать первую доврачебную медицинскую помощь при различных травмах;
- ориентироваться по компасу.

У учащихся сформированы такие качества как:

- умение работать в команде, трудолюбие, дисциплинированность, социальная активность;
- сознательное и ответственное отношение в вопросах личной и общественной безопасности.

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график**

Программа рассчитана на 1 год обучения, 108 часов. Занятия проходят с 1 сентября по 31 мая, 2 раза в неделю по 1 часу и 2 часа каждое. В каникулярное время занятия предусмотрены в форме походов.

### **2.2 Условия реализации программы**

*Материально-техническое обеспечение программы:*

Занятия по реализации данной программы проводятся в оборудованном учебном кабинете и на уличной площадке.

*Оборудование:*

- компьютер, медиапроектор;
- туристский инвентарь;
- снаряжение по списку (Приложение 1);
- учебно-спасательное снаряжение;
- канцелярские товары (краски, ватманы, картон (цветной, белый) кисти, фломастеры, цветные карандаши, ножницы, клей, цветная бумага, ксероксная бумага и т.д.);

- столы, стулья;
- методическое обеспечение;
- учебная литература;
- папка с разработками теоретических материалов по темам программы;
- тестовые методики;
- разработки тренингов;
- раздаточный материал (рекомендации, памятки, советы).

*Информационное обеспечение:*

- учебно-методические пособия;
- планы и разработки занятий;
- тематические папки методических материалов из опыта работы;
- электронный сборник для обучения спортивному туризму;
- электронный сборник ситуационных задач.

Реализация программы предполагается в разнообразных формах учебных занятий, большая часть которых представлена практикой по общей и специальной физической подготовке учащихся. Коллективные формы работы предполагается сочетать с групповыми формами и индивидуальными.

### **2.3. Формы аттестации и контроля программы**

Чтобы убедиться в прочности полученных знаний и умений, эффективности обучения по общеразвивающей программе «Школа юного туриста», проводится два вида контроля:

- 1) вводный контроль – собеседование, прохождение полосы препятствий, ОФУ (общефизические упражнения);
- 2) итоговый контроль – Тест «Оказание первой помощи», ситуационные задачи (Приложение 4), прохождение полосы препятствий.

Методами отслеживания успешности овладения учащимися содержания программы являются:

- педагогическое наблюдение, педагогический анализ результатов анкетирование, тестирование;



- выполнения учащимися диагностических заданий и тестов;
- выполнение норматива, приближенного к областному уровню.

Проверка результатов обучения проводится в доступных и интересных формах.

#### **2.4. Диагностические и оценочные материалы**

Систематизированные материалы наблюдений (мониторинговые таблицы, диаграммы, индивидуальные маршрутные листы, карты наблюдений) за процессом овладения знаниями, развитием умений и навыков, предусмотренными образовательной программой.

#### **2.5. Методические материалы**

Методы работы.

1. Метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах и экскурсиях.

2. Метод контроля: самоконтроль, контроль качества усвоения программы, роста динамики спортивных показателей.

3. Метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

Формы работы.

Теоретические: Рассказ, диспут, показы видеороликов, интернет трансляции.

Практические:

1. Отработка навыков и тактики преодоления препятствий.

2. Выполнение общефизических упражнений.

3. Отработка навыков оказания первой помощи.

4. Походы.

При реализации Программы используют технологию коллективного взаимообучения, которая помогает совершенствовать полученные навыки и повышает ответственность не только за свои успехи, но и за результаты коллективного труда.

### **3. Список литературы**

#### **3.1. Список литературы для педагога**

1. Архандеева Г. А., Бочанцев С. С. «Школа безопасности»: аспекты теории и практики: - Кемерово: Кемерово-вузиздат, 2020.-122с
2. Воробьева С. В., Мазниченко М. А. Социальная педагогика. Профилактика безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Учебное пособие для академического бакалавриата / ред. М.: Юрайт, 2019.-233с.
3. Гиппиус, С.В. Тренинг развития креативности, Тольяти: Просвещение 2018.-345с.
4. Лютова, Е.К. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми., СПб.,2017.-245с.
5. Савенков А. И. Педагогика. Исследовательский подход. Учебник и практикум В 2-х частях. Часть 2. М.: Юрайт, 2019.-188 с.
6. Щуркова Н. Е. Педагогика. Воспитательная деятельность педагога. Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры. М.: Юрайт, 2019.-213с.

#### **3.2. Литература для учащихся и родителей**

1. Бардин К. В. Азбука туризма. К. В. Бардин - М.: Просвещение, 2016.
2. Волович В. Г. Человек в экстремальных условиях среды. В. - Москва.: Мысль, 2019.-556с
3. Волович В. Г. С природой один на один. Москва.: Воениздат, 2018.-421с
4. Волович В. Г. Академия выживания. В. Г. Волович - М.: Толк, Техноплюс, 2018.-224с
5. Гастюшин А. В., Шубина С. И. Азбука выживания.- Москва.: Знание, 2019.-224с
6. Гастюшин А. В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. Москва: Зеркало, 2012.-445с
7. Ильичев Ю. А. Зимняя аварийная ситуация. Москва: МГЦТК «Дорога», 2020.-442с

СПИСОК ЛИЧНОГО СНАРЯЖЕНИЯ

1. Рюкзак с непромокаемым вкладышем
2. Коврик
3. Спальный мешок
4. Обувь основная (лучше ботинки)
5. Обувь запасная
6. Сапоги резиновые
7. Футболка – 2 шт.
8. Шорты
9. Головной убор, очки солнцезащитные
10. Носки х/б – 3 пары
11. Носки шерстяные – 2 пары
12. Костюм спортивный теплый (теплые штаны и куртка)
13. Костюм ветрозащитный
14. Свитер шерстяной
15. Нижнее белье – 2 компл.
16. Накидка от дождя
17. Кружка, ложка, миска, нож в чехле
18. Туалетные принадлежности, туалетная бумага
19. Средство от комаров
20. Спички, сухое горючее
21. Фонарик, свечка
22. Блокнот, карандаш, ручка

Мониторинг уровня усвоения теоретических знаний

№	ФИО	Начало обучения			Конец обучения		
		низ	Сред.	выс	низ	Сред.	выс

Мониторинг усвоения практических умений

№	ФИО	Начало обучения			Конец обучения		
		низ	Сред.	выс	низ	Сред.	выс