

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТУЛЫ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ДЕТСКО - ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ПАТРИОТИЧЕСКОГО  
ВОСПИТАНИЯ»

Принята  
на заседании педагогического  
совета МБУДО «ЦДЮТ и ПВ»  
протокол № 26 от 28 августа 2026 г.

Утверждаю  
Директор МБУ ДО «ЦДЮТ и ПВ»  
Степанов Андрей Подписано цифровой подписью:  
Степанов Андрей Витальевич А.В. Степанов  
Витальевич Дата: 2026.09.09 12:52:18 +0300'  
Приказ № 94-а от 01 сентября 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности

**«Юные спасатели»**

Подвид: разноуровневая

Уровень (начальный, базовый, продвинутой)

Возраст обучающихся: 11-15 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель программы: Сидорова Наталья Константиновна,  
педагог дополнительного образования,  
высшая квалификационная категория

г. Тула, 2026

Внутренняя экспертиза проведена. Программа рекомендована к рассмотрению на педагогическом совете «МБУДО «ЦДЮТ и ПВ».

Заместитель директора по УВР

\_\_\_\_\_ / Т.И. Астафьева

18 августа 2026 г.

## Содержание программы

|           |                                                                                                                     |       |  |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--|
| <b>1.</b> | <b>Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы</b>                                                          |       |  |
| 1.1       | Пояснительная записка                                                                                               | 4-8   |  |
| 1.2       | Цели и задачи                                                                                                       | 8-8   |  |
| 1.3       | Ожидаемые результаты                                                                                                | 9-12  |  |
| 1.4       | Содержание программы<br>Учебный план. Содержание учебного плана.<br>Планируемые результаты (на каждый год обучения) | 12-45 |  |
| <b>2.</b> | <b>Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий</b>                                                     |       |  |
| 2.1       | Условия реализации программы, материально-техническое обеспечение                                                   | 45-46 |  |
| 2.2       | Формы аттестации/контроля, оценочные материалы                                                                      | 46-47 |  |
| 2.3       | Методическое обеспечение программы                                                                                  | 47-48 |  |
| 2.4.      | Воспитательная деятельность в рамках реализации Программы                                                           | 48-49 |  |
| 2.5       | Ресурсное обеспечение программы. Методические Материалы                                                             | 49-50 |  |
| 2.6       | Список литературы и электронных ресурсов                                                                            | 50-52 |  |
|           | <b>Приложения:</b>                                                                                                  |       |  |
|           | <b>Приложение 1.</b> Календарно-учебный график (по 3 годам обучения)                                                | 52-69 |  |
|           | <b>Приложение 2 .</b> Мониторинг результатов обучения ребёнка по дополнительной образовательной программе           | 69-71 |  |
|           | <b>Приложение 3.</b> Тесты                                                                                          | 71-77 |  |
|           | <b>Приложение 4.</b> Викторины                                                                                      | 77-78 |  |
|           | <b>Приложение 5.</b> Кроссворды                                                                                     | 79-81 |  |

## **Раздел 1. Основные характеристики программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юные спасатели» предназначена для учащихся 11-15 лет, проявляющих интерес к туристско-краеведческой деятельности. Туристско-краеведческая деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует приобретению навыков самостоятельной деятельности.

В результате обучения дети окрепнут физически, укрепят здоровье, овладеют знаниями об истории, культуре и природе родного края, освоят туристские навыки, навыки аварийно-спасательных работ, противопожарные умения, воспитают волевые качества, дисциплинированность, организованность и умение преодолевать трудности.

### **1.1. Пояснительная записка**

**Направленность.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юные спасатели» (далее – программа) имеет **туристско-краеведческую направленность.**

Обоснованием для разработки программы стали следующие **нормативные документы:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся".
- Закон Тульской области от 30.09.2013 года № 1989-ЗТО «Об образовании в Тульской области» (с изменениями);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утверждена приказом Министерства просвещения РФ от 03.09. 2019 г. № 467).
- Письмо Минпросвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ 976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий» (вместе с «Рекомендациями по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий»).
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года//Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2. 4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Устав МБУДО «Центр детско-юношеского туризма и патриотического воспитания».

**Актуальность** программы обусловлена обозначенной Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2030 года (второй этап) задачей духовно-нравственного воспитания обучающихся, их приобщения к традиционным российским ценностям. Программа способствует достижению целей дополнительного образования, тесно связана с учебно-воспитательным процессом в средней школе, предоставляет возможности для широкого ознакомления детей с историей, географией и природой Тульского края.

Программа представляет учащемуся возможность освоения основ туризма и краеведения, специальной подготовки по разным видам противопожарных и аварийно-спасательных работ. Туристско-краеведческая деятельность относится к традиционным в педагогической практике методам воспитания, обучения и оздоровления детей. Детский туризм, краеведение и ориентирование носят комплексный характер воздействия на личность и коллектив. Это выражается в повышении духовного и физического потенциала ребенка, уровня знаний и умений, удовлетворении потребности детей в самовыражении, творчестве, общении с людьми и природой. В плане аварийно-спасательных работ обучающиеся получают знания, заключающиеся в спасении и оказании помощи людям, защите и спасении материальных и культурных ценностей, восстановлении минимально необходимого жизнеобеспечения и навыки действий в случае чрезвычайных ситуациях.

**Педагогическая целесообразность** обусловлена тем, что в данной программе применяются различные виды педагогической поддержки в усвоении знаний, умений, навыков. Обучение без принуждения, обучение, основанное на интересе, успехе, доверии. Они позволяют сделать обучение индивидуализированным, доступным и вариативным.

Так же программа решает задачу патриотического воспитания через ознакомление при подготовке к походам и во время походов с историей родного края, историей нашей страны, через воспитание уважения к официальным символам России, края, города.

Уровни сложности программы - **начальный уровень** программы предполагает использование и реализацию универсальных форм организации материала: обучение основным жизненно необходимым навыкам и основам культуры здоровья; истории туризма; воспитание спортивного трудолюбия; изучение основных приемов техники туризма, навыков работы с туристским

снаряжением, навыков спасательных работ, ориентирования на местности и прохождения пешеходных маршрутов; обеспечение быта туристской группы.

- **Базовый уровень** предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые обеспечивают освоение специализированных знаний: работа со специальным туристским снаряжением; снаряжением ориентировщика, спасателя; преодоление различных препятствий с использованием специального снаряжения; участие в различных спортивных мероприятиях.

- **Продвинутый уровень** предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые обеспечивают доступ к сложным разделам содержания программы: участие в соревнованиях муниципального уровня; основы медицинских знаний; оказание экстренной помощи в чрезвычайных ситуациях; навыков аварийно-спасательных работ.

### **Отличительные особенности**

Программа дает возможность выбирать такие формы проведения, которые позволяют реализовывать цели и задачи одновременно нескольких блоков программы. Результатом освоения программного материала учащимися является овладение туристскими навыками, умениями аварийно-спасательных работ, носящими прикладной характер.

Формы организационной деятельности: по группам, индивидуально или всем составом.

Формы обучения: теоретические (в помещении, во время проведения экскурсий – в помещении и природном окружении), практические (в помещении (спортзал), на местности – полигон, стадион, лесной массив), комбинированные

Виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают: беседы, упражнения, практические работы, опрос, походы, ролевые игры, соревнования, экскурсии, спортивно-массовые мероприятия.

Допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения. Могут осуществляться на основе использования различных образовательных технологий, в том числе дистанционных и электронного обучения.

**Новизна** программы «Юные спасатели» в том, что она является синтезом смежных с туризмом областей знания: спортивное ориентирование, география, история, физическая культура, медицина, биология.

**Форма реализации образовательной программы** – традиционная.

### **Адресат программы**

Программа рассчитана на детей в возрасте 11-15 лет.

Набор детей на обучение по программе осуществляется в начале учебного года.

Количество обучающихся в группах: 1 года обучения - 15 человек, 2 – 12 человек, 3 года обучения - не менее 10 человек (на основании Устава).

Программа адресована обучающимся, заинтересованным в получении знаний и представлений по истории, культуре и природе родного края, в своем

физическом и творческом развитии, расширении кругозора, получении туристских навыков и навыков аварийно-спасательных работ.

Программа соответствует потребностям детей данного возраста и развивает возможности в этих видах деятельности. Для освоения программы обучающимися выделены различные блоки: основы туристской подготовки, краеведение, ориентирование, аварийно-спасательные работы, психологическая подготовка, классификация чрезвычайных ситуаций, противопожарная подготовка, основы безопасности, первая доврачебная помощь. Предусмотрено совершенствование физических возможностей личности.

Краткая психолого-педагогическая характеристика возрастных особенностей обучающихся: возрастная категория 11-15 лет характеризуется тем, что у обучающихся активно развивается стадия формальных операций мышления, знаменуя переход от конкретного, наглядно-образного типа к абстрактному, словесно-логическому. В обучении и воспитании детей этого возраста целевым приоритетом является создание условий для усвоения обучающимися социально значимых знаний - знаний основных норм и традиций. В этом возрасте у подростков проявляется самостоятельность в решении поставленных задач, активность в социальной жизни, стремление быть и считаться взрослым. Занятия туристско-краеведческой деятельности позволяют им реализовать свои лучшие качества, умение дружить и ценить дружбу.

**Объём программы:** 648 часов

1 год обучения – 216 часов;

2 год обучения – 216 часов;

3 год обучения – 216 часов.

**Форма обучения** – очная.

**Формы организации образовательного процесса:** групповая, индивидуальная. Группы могут формироваться из обучающихся как одного возраста, так и разного. Разновозрастный состав объединения позволяет предусмотреть сотрудничество и общение обучающихся разного возраста. У них развиваются такие качества личности, как взаимопомощь, взаимопонимание, взаимоуважение, ответственность, доброжелательность.

**Тип занятий** – комбинированный, теоретический, практический, контрольный, тренировочный.

**Виды занятий:** учебное занятие, соревнования, тренинг, занятие-игра, мастер-класс.

Теоретические и практические занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, оборудования.

Практические занятия проводятся в помещении (в учебном классе), на местности (стадионе, в парке, в лесу, при проведении экскурсий, туристских мероприятий, во время участия в соревнованиях).

Особое внимание уделяется общей и специальной физической подготовке занимающихся в объединении детей.

**Формы подведения итогов реализации образовательной программы:** педагогическое наблюдение, беседа, опрос, викторина, соревнования, зачет.

**Режим занятий:**

2 раза в неделю – 1 раз по 2 академических часа и 1 раз по 4 академических часа продолжительностью по 45 минут с 10-минутными перерывами между занятиями;

**1.2. Цели и задачи программы**

**Цель программы** – формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья и организация их свободного времени.

Для успешной реализации поставленной цели необходимо решить следующие **задачи**:

**обучающие:**

- расширить и актуализировать знания об истории, культуре и природе Тульского края;
- создать условия для получения учащимися знаний по основам туризма и ориентирования;
- мотивировать обучающихся к самостоятельному изучению своей малой Родины;
- сформировать у обучающихся потребность соблюдения правил техники безопасности при проведении практических занятий в помещении и на местности, походов, экскурсий и соревнований;
- дать возможность применить на практике полученные знания по ориентированию по местным признакам, компасу и карте;
- содействовать овладению навыков преодоления препятствий в походах и на туристских дистанциях;

**развивающие:**

- начать работу по развитию навыков проживания в природной среде;
- продолжить совершенствование навыков работы с компьютерными источниками информации и литературой;
- развивать познавательный интерес к занятиям туризмом и краеведением, как активной, познавательной, оздоровительной и проектной деятельности;
- развивать творческие способности ребёнка;
- формировать умения к самостоятельной деятельности в области спортивного туризма, аварийно-спасательных работ;
- развивать умение высказывать свою точку зрения;

**воспитательные:**

- содействовать воспитанию чувства уважительного отношения к Родине;
- воспитывать умение принимать во внимание мнение товарищей по группе, оказывать им помощь, вырабатывать коллективные решения;

- создать условия, обеспечивающие воспитание волевых качеств, целеустремлённости, настойчивости и потребности в здоровом образе жизни;
- воспитывать уважительное отношение к истории, культуре и природе родного края;
- формировать ценностные ориентации: самоопределение личности ребёнка, нравственная культура, культура общения и труд.

### 1.3. Ожидаемые результаты и способы их проверки

#### Образовательные (предметные):

Учащийся будет:

#### **знать:**

- туристские возможности Тульского края;
- условные знаки спортивных, топографических карт и карт-схем;
- приемы ориентирования на местности;
- требования к личному и групповому снаряжению;
- виды страховки и страховочных систем;
- правила соревнований по спортивному туризму;
- правила техники безопасности при проведении туристских соревнований, походов и экскурсий;
- правила движения в походе и преодоления встречаемых препятствий;
- основные стороны горизонта, дополнительные и вспомогательные
- направления по сторонам горизонта;
- правила вязания и применения туристских узлов;
- правила оборудования обычного и аварийного бивака;
- правила техники безопасности при пожаре;
- классификацию чрезвычайных ситуаций;
- причины возникновения пожаров;
- средства пожаротушения;
- способы транспортировки пострадавшего;
- правила поведения в экстренных ситуациях;

#### **уметь:**

- двигаться по линейным ориентирам, по цепочке ориентиров, азимуту;
- измерять расстояния на карте и местности;
- осуществлять контроль расстояния при движении;
- определять точку своего стояния на местности;
- ориентироваться по местным признакам;
- работать с компасом и картой на местности;
- читать карту при ходьбе;
- преодолевать с самонаведением препятствия, искусственно созданные в помещении и на местности;
- планировать маршрут и составлять график движения в походе;
- готовить групповое и личное туристское снаряжение;
- применять походную аптечку;
- останавливать артериальное кровотечение с помощью медицинского

жгута и подручных средств;

- вязать и применять туристские узлы по назначению;
- проходить дистанцию 1 класса по спортивному туризму;
- преодолевать препятствия по веревке с самостраховкой и командной страховкой;

страховкой;

- осуществлять общественно-полезную работу в походе;
- организовывать аварийный бивак;
- оказывать первую доврачебную помощь;
- выполнять самостоятельно комплексы общеразвивающих и специальных физических упражнений;

специальных физических упражнений;

- играть в подвижные и спортивные игры;
- закупать и упаковывать продукты для похода;
- работать со специальной литературой и нормативными документами;
- готовить вспомогательное оборудование и технические средства;
- оформлять отчеты, фотоальбомы, газеты;

**иметь представления о (об):**

- целях, задачах и планах на учебный год;
- истории развития туристско-краеведческого движения в Тульской области;

области;

- видах туризма и видах туристских соревнований;
- специальном снаряжении для различных видов туризма;
- требованиях к продуктам питания в походе;
- основах анатомии и физиологии человека;
- ядовитых растения Тульской области;
- организации и ведения аварийно-спасательных работ;
- о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;

*понимать:*

- о важности соблюдения здорового и безопасного образа жизни;
- о необходимости распределения сил и средств на туристском маршруте;

маршруте;

*применять:*

- в быту туристские навыки и навыки ориентирования на местности.

**Метапредметные:**

**регулятивные УУД**

Учащийся научится

- ставить перед собой цель
- самостоятельно составлять план действий и выбирать способ решения поставленных задач;

поставленных задач;

- организовывать и осуществлять свою деятельность в определённой последовательности;

- адекватно оценивать усвоенный материал и объём того, что ещё предстоит изучить;

- уважительно относиться к другим людям и их мнению, принимать чужие взгляды и позицию;

**познавательные УУД:**

Учащийся научится:

- находить ответы на поставленные вопросы, самостоятельно искать необходимую информацию;
- применять цифровые ресурсы и компьютерные технологии;
- формулировать познавательные задачи.

#### **коммуникативные УУД:**

Учащийся научится:

- участвовать в диалоге с педагогом и сверстниками;
- работать индивидуально и в группе;
- уважительно относиться к партнёрам;
- обосновывать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- находить общее решение на основе согласования позиций и учёта интересов;
- договариваться о распределении функций и ролей;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих в целях недопущения конфликтов.

#### **Личностные**

У учащихся будут сформированы:

- российская гражданская идентичность;
- ответственное отношение к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию;
- ценности здорового и безопасного образа жизни;
- основы экологической культуры;
- эстетическое сознание через освоение культурного наследия Тульского края;
- способность к творческой деятельности;
- активная жизненная позиция.

#### **Критерии оценки достижения планируемых результатов**

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по трём уровням: высокий (от 80 до 100 % освоения программного материала), средний (от 51 до 79 % освоения программного материала), низкий (менее 50 % освоения программного материала).

Критериями оценки реализации данной программы являются: беседа, анкетирование, педагогическое наблюдение, собеседование, опрос, результативность, обсуждение типовых ситуаций, педагогические поручения, практические задания, самооценку выполненного задания, общественная оценка труда педагога (одобрение со стороны родителей, педагогов).

Показателем успешного освоения ребенком программы служит активное посещение занятий и участие в туристских походах и соревнованиях по туризму и спортивному ориентированию.

Вводный контроль проводится в начале учебного года в различных формах с целью определения уровня подготовки учащихся.

Формы промежуточной аттестации определяются педагогом дополнительного образования. Промежуточная аттестация предполагает проведение мониторинга по дополнительной общеобразовательной

общеразвивающей программе не менее 2-х раз в год. Мониторинг включает определение высокого, среднего и низкого уровня обученности (проверка теоретических знаний, практических умений и навыков) и личностного развития (развитие познавательной, коммуникативной, эмоционально-волевой, эмоционально-потребностной сфер).

Результаты промежуточной аттестации заносятся в диагностическую карту результатов обучения и развития учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе. При проведении промежуточной аттестации учитываются результаты участия учащихся в туристских соревновательных мероприятиях различного уровня.

Сравнение уровня обученности, уровня личностного развития позволяет определить рост каждого учащегося и детского объединения в целом в динамике за полугодие, учебный год и на конечном сроке реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Форма подведения итогов реализации программы - посещаемость занятий и результаты участия в туристских мероприятиях различного уровня (профильные туристские лагеря, туристские походы, туристские соревнования, соревнования по спортивному ориентированию).

#### 1.4. Содержание программы

**Содержание 1 года обучения** соответствует общекультурному уровню освоения программы и состоит из двух этапов. Первый этап – **информационно-познавательный**. Воспитанники в этот период овладевают основами туристских, начальных медицинских знаний. Основное внимание уделяется техническим приемам и бытовым навыкам пешеходного туризма, обеспечению безопасности, оказанию первой медицинской помощи, как самому себе, так и своему товарищу. Второй этап – **операционно-деятельностный**. На этом этапе формируются умение самостоятельно выполнять задания педагога: работать с источником информации, самостоятельно выполнять обязанности в туристской группе, выбирать место и обустраивать бивак, разрабатывать маршрут, составлять списки снаряжения, аптечки, ремонтного набора.

**Содержание 2 года обучения** соответствует углубленному, практико-ориентированному уровню освоения программы. Здесь происходит расширение знаний и приобретенного опыта по технике туризма, овладение основными понятиями автономного существования в природной среде, приобретение практических умений различного способа преодоления естественных и искусственных препятствий, приобретение умений и навыков оценивания чрезвычайной ситуации и поиска разумного решения безопасного выхода из нее, воспитание целеустремленности, упорства в достижении цели, трудолюбия.

**Третий год обучения** – уровень допрофессиональной подготовки воспитанников к поступлению в Кадетский корпус спасателей. Формируется умение совершать осознанный, ответственный, нравственный выбор в различных жизненных ситуациях. Приобретаются знания и умения по классификации ЧС, поиска пострадавших, начальному диагностированию

физического и психологического состояния пострадавших, оказанию первой медицинской помощи.

Усвоение воспитанниками учебного материала в большей степени зависит от выбора форм проведения занятий, методов обучения, постепенного возрастания объема и сложности учебного материала и от поддержания повышенного интереса к изучаемым темам.

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, каждого годового цикла, при проведении каждого занятия и мероприятия.

### Учебный план 1-го года обучения

| №<br>п/п  | Разделы, темы                                                      | Количество часов |           |           | Формы<br>аттестации/<br>контроля                                     |
|-----------|--------------------------------------------------------------------|------------------|-----------|-----------|----------------------------------------------------------------------|
|           |                                                                    | Всего<br>часов   | Теория    | Практика  |                                                                      |
| <b>1.</b> | <b>Введение</b>                                                    | <b>2</b>         | <b>2</b>  |           |                                                                      |
| 1.1.      | Цель, задачи, планы объединения на учебный год. Вводный инструктаж | 2                | 2         |           | Вводный контроль: беседа, анкетирование, педагогическое наблюдение   |
| <b>2.</b> | <b>Основы туристской подготовки</b>                                | <b>110</b>       | <b>20</b> | <b>90</b> |                                                                      |
| 2.1.      | Кодекс путешественника                                             | 2                | 2         |           | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                  |
| 2.2.      | Стратегия и тактика похода                                         | 4                | 2         | 2         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение        |
| 2.3.      | Права и обязанности участников похода                              | 6                | 4         | 2         | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и наблюдение |
| 2.4       | Снаряжение похода                                                  | 6                | 4         | 2         | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и наблюдение |
| 2.5.      | Узлы. Типы узлов и веревок                                         | 24               | 4         | 20        | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и            |

|           |                                           |           |          |           |                                                                      |
|-----------|-------------------------------------------|-----------|----------|-----------|----------------------------------------------------------------------|
|           |                                           |           |          |           | наблюдение                                                           |
| 2.6.      | Применение узлов в туризме                | 22        | 2        | 20        | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и наблюдение |
| 2.7.      | Типы препятствий и их преодоление         | 20        | 2        | 18        | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и наблюдение |
| 2.8.      | Отработка технических навыков             | 26        |          | 26        | Текущий контроль: кроссворды, педагогическое наблюдение              |
| <b>3.</b> | <b>Краеведение</b>                        | <b>8</b>  | <b>4</b> | <b>4</b>  |                                                                      |
| 3.1.      | Древняя история города Тулы               | 2         | 2        |           | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                  |
| 3.2.      | Тульский кремль                           | 2         | 2        |           | Текущий контроль: беседа, тестирование, педагогическое наблюдение    |
| 3.3.      | Музеи и экскурсионные объекты города Тулы | 4         |          | 4         | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| <b>4.</b> | <b>Топография и ориентирование</b>        | <b>10</b> | <b>2</b> | <b>8</b>  |                                                                      |
| 4.1.      | Карты. Компас                             | 4         | 2        | 2         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение        |
| 4.2.      | Способы и приемы ориентирования           | 6         |          | 6         | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| <b>5.</b> | <b>Оказание первой медицинской помощи</b> | <b>16</b> | <b>6</b> | <b>10</b> |                                                                      |
| 5.1.      | Виды травм                                | 4         | 2        | 2         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение        |
| 5.2.      | Виды кровотечений                         | 6         | 2        | 4         | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и наблюдение |

|            |                                                                             |           |          |          |                                                                                  |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|----------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 5.3.       | Переломы.<br>Обморожения                                                    | 6         | 2        | 4        | Текущий контроль:<br>беседа, опрос,<br>педагогические<br>задания и<br>наблюдение |
| <b>6.</b>  | <b>Основные нормативно-<br/>правовые документы</b>                          | <b>2</b>  | <b>2</b> |          |                                                                                  |
| 6.1.       | Оформление документов<br>для похода                                         | 2         | 2        |          | Текущий контроль:<br>беседа,<br>педагогическое<br>наблюдение                     |
| <b>7.</b>  | <b>Классификация<br/>чрезвычайных<br/>ситуаций (ЧС)</b>                     | <b>2</b>  | <b>2</b> |          |                                                                                  |
| 7.1.       | Понятие «чрезвычайная<br>ситуация»                                          | 2         | 2        |          | Текущий контроль:<br>беседа,<br>педагогическое<br>наблюдение                     |
| <b>8.</b>  | <b>Противопожарная<br/>подготовка</b>                                       | <b>6</b>  | <b>6</b> |          |                                                                                  |
| 8.1.       | Причины возникновения<br>пожаров                                            | 2         | 2        |          | Текущий контроль:<br>беседа, опрос,<br>педагогическое<br>наблюдение              |
| 8.2.       | Классификация пожаров                                                       | 2         | 2        |          | Текущий контроль:<br>беседа, опрос,<br>педагогическое<br>наблюдение              |
| 8.3.       | Техника безопасности<br>при пожаре                                          | 2         | 2        |          | Текущий контроль:<br>беседа, тестирование,<br>педагогическое<br>наблюдение       |
| <b>9.</b>  | <b>Организация и ведение<br/>аварийно-<br/>спасательных работ<br/>(АСР)</b> | <b>6</b>  | <b>6</b> |          |                                                                                  |
| 9.1.       | Поиск пострадавших                                                          | 4         | 4        |          | Текущий контроль:<br>беседа, опрос,<br>педагогическое<br>наблюдение              |
| 9.2.       | Техника безопасности<br>при ведении АСР                                     | 2         | 2        |          | Текущий контроль:<br>беседа, опрос,<br>педагогическое<br>наблюдение              |
| <b>10.</b> | <b>Обеспечение<br/>безопасности</b>                                         | <b>10</b> | <b>6</b> | <b>4</b> |                                                                                  |
| 10.1.      | Правила дорожного<br>движения                                               | 2         | 2        |          | Текущий контроль:<br>беседа, опрос,<br>педагогическое<br>наблюдение              |

|            |                                                                                                     |            |           |            |                                                                      |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------|------------|----------------------------------------------------------------------|
| 10.2.      | Инструктаж по технике безопасности при проведении учебных занятий, соревнований, походов, экскурсий | 8          | 4         | 4          | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и наблюдение |
| <b>11.</b> | <b>Физическая подготовка</b>                                                                        | <b>34</b>  | <b>2</b>  | <b>32</b>  |                                                                      |
| 11.1.      | Общая и специальная физическая подготовка спасателя                                                 | 2          | 2         |            | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                  |
| 11.2.      | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости                        | 10         |           | 10         | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 11.3.      | Подвижные и спортивные игры                                                                         | 22         |           | 22         | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| <b>12.</b> | <b>Психологическая подготовка</b>                                                                   | <b>6</b>   | <b>4</b>  | <b>2</b>   |                                                                      |
| 12.1.      | Психологическая совместимость                                                                       | 4          | 2         | 2          | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение        |
| 12.2.      | Стресс профессиональной деятельности спасателя                                                      | 2          | 2         |            | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение        |
| <b>13.</b> | <b>Подведение итогов учебного года</b>                                                              | <b>4</b>   | <b>2</b>  | <b>2</b>   |                                                                      |
| 13.1.      | Итоговое мероприятие                                                                                | 2          |           | 2          | Итоговый контроль: участие в мероприятии, результативность           |
| 13.2.      | Мониторинг. Подведение итогов                                                                       | 2          | 2         |            | Итоговый контроль: мониторинг анкетирование, тестирование            |
|            | <b>ИТОГО:</b>                                                                                       | <b>216</b> | <b>64</b> | <b>152</b> |                                                                      |

### Содержание программы 1-го года обучения

#### Раздел 1. Введение (2 ч., 2 т.)

Тема 1.1. Цель, задачи, планы объединения на учебный год. Вводный инструктаж (2 ч., 2 т.)

*Теория:* Заполнение журнала. Цель, задачи, планы на учебный год. ДООП «Юные спасатели» (3 года). Анкетирование родителей. Тестирование обучающихся. Вводный инструктаж по технике безопасности и охране труда..

## **Раздел 2. Основы туристской подготовки (120 ч., 20 т./100 п.)**

### **Тема 2.1. Кодекс путешественника (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* История развития детского туризма в Тульской области. Правила проведения походов. Виды походов. Категории сложности. Состав группы. Требования к маршруту.

### **Тема 2.2. Стратегия и тактика похода (4 ч., 2 т./2 п.)**

*Теория:* Составление плана похода. Распределение препятствий по дням похода. Распределение туристских должностей.

*Практика:* Практическая работа «Составление плана похода 1 категории сложности».

### **Тема 2.3. Права и обязанности участников похода (6 ч., 4 т./2 п.)**

*Теория:* Требования к руководителям и участникам группы. Ответственность участника перед своими товарищами. Личная самодисциплина. Основные туристские должности: руководитель, завхоз, ремонтник, медик, хронометрист, летописец. Обязанности и права. Дополнительные должности в походе.

*Практика:* Ролевая игра «Туристские должности».

### **Тема 2.4. Снаряжение похода (6 ч., 4 т./2 п.)**

*Теория:* Групповое снаряжение: палатки, тенты, костровые принадлежности, медицинская аптечка, ремонтный набор, компас. Личное снаряжение: рюкзак, коврик, спальник, посуда, одежда, обувь, головной убор. Снаряжение для бивака.

*Практика:* Деловые игры: «Собираем рюкзак»; «Собираемся в поход».

### **Тема 2.5. Узлы. Типы узлов и веревок (24 ч., 4 т./20 п.)**

*Теория:* Виды узлов в спортивном туризме. Узлы для связывания веревок одинакового диаметра: прямой, ткацкий, грейпвайн, встречный, встречная восьмерка. Узлы для связывания веревок разного диаметра: академический, брамшкотовый. Проводники: проводник-восьмерка, срединный проводник, двойной проводник. Узлы для крепления веревки к опоре: булинь, удавка, стремя, проводник одним концом, штык. Схватывающие узлы: схватывающий, Австрийский схватывающий, схватывающий Бахмана. Узлы для организации страховки: УИАА. Гарда. Контрольный узел (обычный или полугрепвайн). Применение узлов в туризме. Вербки – диаметры, назначение, применение.

*Практика:* Упражнения на приобретение навыков завязывание узлов на концах веревок и связывания обвязки.

### **Тема 2.6. Применение узлов в туризме (22 ч., 2 т./20 п.)**

*Теория:* Правила вязания узлов: «восьмерка», «прямой», «встречный», «стремля», «схватывающий», «булинь», «проводник».

*Практика:* Упражнения на приобретение навыков завязывания узлов: «восьмерка», «прямой», «встречный», «стремля», «схватывающий», «булинь», «проводник».

### **Тема 2.7. Преодоление препятствий по веревке (20 ч., 2 т./ 18 п.)**

*Теория:* Типы препятствий: «спуск», «подъем», «переправа», «траверс», «маятник», «бревно». Способы и техника их преодоления.

*Практика:* Упражнения на отработку отдельно взятых этапов на искусственно созданных препятствиях в помещении.

Практическая работа «Прохождение дистанции с этапами на искусственно созданных препятствиях».

### **Тема 2.8. Отработка технических навыков (26 ч., 26 п.)**

*Практика:* Упражнения на отработку отдельно взятых этапов на естественно созданных препятствиях (на местности).

Практическая работа «Прохождение дистанции с этапами из препятствий на местности».

## **Раздел 3. Краеведение (8 ч., 4 т./ 4 п.)**

### **Тема 3.1. Древняя история города Тулы (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Есть город в России. История города Тулы в контексте развития государства. Положение Тулы как экономическое и культурное развитие города в различные периоды течения российской истории. Племена и народы. Этнос.

### **Тема 3.2. Тульский кремль (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Тульский кремль – уникальное сооружение. Крепость на краю «Дикого Поля». Башни кремля и их назначение. Успенский кафедральный собор и Богоявленский храм. Кремлёвский сад. Тульский кремль – памятник федерального значения. Музей «Тульский кремль»

*Практика:* Экскурсия в музей «Тульский кремль».

### **Тема 3.3. Музеи и экскурсионные объекты города Тулы (4 ч., 4 п.)**

*Теория:* Музеи города Тулы федерального значения. Государственные музеи и их филиалы. Муниципальные музеи. Частные музеи. Город Тула – 3-я музейная столица России.

*Практика:* Экскурсия в музей «Тульские древности».

## **Раздел 4. Топография и ориентирование (10 ч., 2 т./ 8 п.)**

### **Тема 4.1. Карты и компас (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

*Теория:* Географические карты. Туристские кроки и схемы. Топографические и спортивные карты. Условные знаки. Масштаб - численный и линейный. Виды компасов. Назначение компаса. Правила обращения с компасом. Ориентир. Основные и вспомогательные стороны горизонта. Ориентирование по описанию маршрута. Ориентирование в заданном направлении.

*Практика:* Упражнения, направленные изучение условных знаков спортивных и топографических карт. Тополото.

Практические работы: «Определение основных сторон горизонта»; «Определение вспомогательных сторон горизонта»; «Ориентирование по описанию маршрута»; «Ориентирование в заданном направлении».

### **Тема 4.2. Способы и приемы ориентирования (6 ч., 6 п.)**

*Практика:* Практические работы: «Чтение карты»; «Ориентирование на местности с помощью карты»; «Ориентирование с помощью карты и компаса»; «Ориентирование по легенде».

## **Раздел 5. Оказание первой доврачебной помощи (16 ч., 6 т./ 10 п.)**

### **Тема 5.1. Виды травм (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

*Теория:* Рубленные, колотые, рваные, огнестрельные раны. Причины. Симптомы. Первая медицинская помощь. Правила наложения асептической повязки бинтов. Профилактика.

*Практика:* Ролевая игра «Полечите меня, братцы».

### **Тема 5.2. Виды кровотечений (6 ч., 2 т./ 4 п.)**

*Теория:* Виды кровотечений: артериальное, венозное, капиллярное, внутреннее. Причины. Симптоматика. Виды жгутов. Правила наложения медицинского жгута. Профилактика кровотечений.

*Практика:* Упражнения, направленные на получение навыков наложения различных виды повязок.

Практическая работа: «Наложение медицинского жгута».

### **Тема 5.3. Переломы. Обморожения (6 ч., 2 т./ 4 п.)**

*Теория:* Открытые и закрытые переломы. Причины. Симптоматика. Правила оказания первой медицинской помощи. Правила наложения медицинских шин. Поручные средства, используемые в качестве шин. Профилактика переломов. Переохлаждение. Обморожения. 4 степени обморожений. Причины. Симптоматика. Оказание первой медицинской помощи при переохлаждении и обморожениях.

*Практика:* Практические работы: «Наложение медицинских шин на нижнюю конечность»; «Наложение шин из подручных средств на верхнюю конечность». Ролевая игра «Полечите меня, братцы».

## **Раздел 6. Основные нормативно-правовые документы (2 ч., 2 т.)**

### **Тема 6.1. Оформление документов для похода (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Заявка в маршрутно-квалификационной комиссии (МКК). Маршрутная книжка. Маршрутный лист. Медицинский допуск. Письменное разрешение родителей. Приказ о проведении похода. Инструктаж по технике безопасности в походе. Информирование МЧС (телефон, электронная почта).

## **Раздел 7. Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС) (2 ч., 2 т.)**

### **Тема 7.1. Понятие «чрезвычайная ситуация» (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Понятие «чрезвычайная ситуация». Типы ситуаций: локальная, местная, территориальная, региональная, федеральная, трансграничная. Природная ЧС. Техногенная ЧС. Источники природной и техногенной ЧС. Зона чрезвычайной ситуации. Опасное явление.

## **Раздел 8. Противопожарная подготовка (6 ч., 4 т./2 п.)**

### **Тема 8.1. Причины возникновения пожаров (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Что такое пожар. Причины возникновения пожара: наличие горючих материалов и веществ; наличие источника горения (открытый огонь); наличие воздуха, поддерживающего процесс горения; пути распространения пожара;

неисправные электроприборы; нарушение правил хранения горючих материалов; неисправность электропроводки; неосторожное обращение с огнем; поджог. Признаки пожара: запах гари; дым; пламя; мигание лампочек. Поражающие факторы пожара.

## **Тема 8.2. Классификация пожаров (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Классификация пожаров: по виду горючего материала; по сложности тушения; по опасным факторам пожара. Классы пожаров: пожары твердых горючих веществ и материалов; горючих жидкостей; газов; металлов; электроустановок, находящихся под напряжением; ядерных материалов и радиоактивных веществ. Горючесть веществ по типу (А,В,С). Классификация пожаров по сложности тушения.

## **Тема 8.3. Техника безопасности при пожаре (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Правила безопасного поведения в случае возникновения пожара в жилище. Техника безопасности при пожаре в лесу. Правила поведения при пожаре в общественном месте. Алгоритм действий.

## **Раздел 9. Организация и ведение аварийно-спасательных работ (АСР) (6 ч., 6 т.)**

### **Тема 9.1. Поиск пострадавших (4 ч., 4 т.)**

*Теория:* Аварийно-спасательные и поисковые работы. Задачи. Классификация спасателей. Требования, предъявляемые спасателям. Организация поиска пострадавших. Техническое обеспечение. Правовые нормы, регламентирующие работу спасателей.

### **Тема 9.2. Техника безопасности при ведении аварийно-спасательных работ (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Главной задачей спасателей при ликвидации чрезвычайных ситуаций является спасение пострадавших и оказание им своевременной помощи. При проведении ПСР одной из главных задач является сохранение жизни самих спасателей. Инструкции по технике безопасности при проведении ПСР и ликвидации техногенных и природных чрезвычайных ситуаций.

## **Раздел 10. Обеспечение безопасности (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

### **Тема 10.1. Правила дорожного движения (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Правила дорожного движения. Основные правила поведения на улице. Правила входа и выхода из автобуса, трамвая, троллейбуса. Дорожные знаки. Дисциплина движения в походе.

### **Тема 10.2. Инструктаж по технике безопасности при проведении учебных занятий, соревнований, походов, экскурсий (8 ч., 4 т./ 4 п.)**

*Теория:* Инструкции по технике безопасности при работе с рубящими, колющими и режущими предметами. Инструкция по технике безопасности при проведении учебных занятий в природном окружении и закрытых помещениях, соревнований, походов, экскурсий.

## **Раздел 11. Физическая подготовка (34 ч., 2 т./ 32 п.)**

### **Тема 11.1. Общая и специальная физическая подготовка юного спасателя (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Общая физическая подготовка (ОФП) юного спасателя. Основные аспекты. Методы и принципы. Общая выносливость. Слагаемые выносливости. Быстрота – это комплексное качество. Ловкость и гибкость – важные качества для туриста, ориентировщика и спасателя.

### **Тема 11.2. Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости (10 ч., 10 п.)**

*Практика:* Техника бега и упражнений на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости: равномерный и длительный бег; интервальный бег; бег с низкого старта на 30 и 60 метров; челночный бег; бег на месте с высоким подниманием бедра; ходьба по гимнастической скамейке; слалом между деревьями; прыжки на высоту и спрыгивания с высоты.

### **Тема 11.3. Подвижные и спортивные игры (22 ч., 22 п.)**

*Практика:* Игры без предметов: «Горелки»; «Салки»; «Пятнашки»; «Прятки».

Игры с предметами: «Выбивалы»; «Лапта»; «12 палочек».

Спортивные игры: волейбол, баскетбол, пионербол.

## **Раздел 12. Психологическая подготовка (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

### **Тема 12.1. Психологическая совместимость (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

*Теория:* Понятие совместимости в психологии. Межличностная совместимость как проблема педагогической психологии. Психологическая характеристика совместимости учащихся в средней школе.

*Практика:* Тестирование обучающихся. Подбор участников группы с учетом на психологическую совместимость.

### **Тема 12.2. Стресс в профессиональной деятельности спасателя (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Виды стресса: эустресс; дистресс. Характер стрессового воздействия: информационный; эмоциональный; коммуникативный. Временные характеристики стресса: острый; отложенный; хронический; профессиональный; травматический. Стадии и механизм развития стресса. Реакции организма на стресс.

## **Раздел 13. Подведение итогов учебного года (4 ч., 2 т./2 п.)**

### **Тема 13.1. Итоговое мероприятие (2 ч., 2 п.)**

*Практика:* Туристское соревнование «Полоса препятствий».

### **Тема 13.2. Мониторинг. Подведение итогов (1 ч., 1 т.)**

*Теория:* Мониторинг обучение и развития. Анкетирование родителей. Тестирование обучающихся. Подведение итогов учебного года. Награждение обучающихся по итогам года.

### **Планируемые результаты**

По окончании 1-го года обучения обучающиеся должны знать:

- основные термины;
- основы туризма;

- основы спортивного ориентирования;
- узлы: восьмерка, прямой, встречный, схватывающий, булинь, проводник, двойной, проводник, брамшкотовый;
- постоянные и разовые должностные обязанности туристов;
- алгоритм выбора туристского маршрута;
- групповое и личное туристское снаряжение;
- правила оказания первой медицинской помощи.

Должны уметь:

- преодолевать препятствия на местности;
- ориентироваться в природном окружении с помощью карты и компаса;
- проходить дистанцию по спортивному туризму 1 класса;
- проходить простейшую дистанцию в заданном направлении (спортивное ориентирование);
- выживать в сложных жизненных обстоятельствах.

**Будут воспитаны следующие качества:**

- чувство коллективизма, взаимопомощи и ответственности;
- потребность в здоровом образе жизни;
- уважение к педагогу.

**Будут сформированы:**

- основные навыки работы в команде;
- основные туристские навыки;
- навыки культуры поведения;
- потребности сотрудничества со сверстниками;
- нравственная позиция;
- потребность ведения здорового образа жизни.

**Будут развиты:**

- стремление к правильному физическому развитию;
- навыки работы с туристским снаряжением;
- коммуникативная компетентность в общении со сверстниками и педагогом.

**У обучающихся будут сформированы:**

- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательные отношения к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению других;
- нравственная позиция (внутренняя мотивация поведения обучающегося, способного к самоконтролю и имеющего чувство собственного достоинства);
- потребность ведения здорового образа жизни;

**У обучающегося будут сформированы действия:**

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, формулировать свои затруднения;

- включаться в диалог и в коллективное обсуждение;
- проявлять инициативу и активность;
- работать в группе, управлять поведением партнера, предлагать помощь и сотрудничество;
- договариваться о распределении функций в совместной деятельности, приходить к общему решению.

#### **Личностные**

- укрепление здоровья;
- формирование всестороннего физического развития;
- привитие интереса к занятиям пешеходным туризмом и спортивным ориентированием;
- воспитание морально-волевых качеств;
- освоение приемов техники туризма и спасательных работ;
- знакомство с правилами соревнований;
- приобретение опыта участия в соревнованиях.

#### **Метапредметные**

- обучение анализу результатов и определению своих ошибок;
- формирование способности к самостоятельному принятию решений в непредвиденных ситуациях;
- развитие способности по обобщению выводов, исходя из накопленных знаний.

#### **Предметные**

- изучение правил техники безопасности;
- приобщение к истории туризма и краеведения;
- получение основ топографической подготовки;
- знакомство с туристским снаряжением;
- обучение работать со специальным оборудованием и снаряжением.

#### **Практическая подготовка**

1. Общая физическая подготовка.
2. Специальная подготовка.
3. Подготовка к участию в соревнованиях по туристскому многоборью и спортивному ориентированию.

#### **Соревновательная подготовка**

1. Участие в соревнованиях по туристскому многоборью лично и в составе команды.
2. Участие в личных соревнованиях по спортивному ориентированию в заданном направлении.

Количество соревнований – в соответствии с календарем Федерации спортивного туризма Тульской области и Федерации спортивного ориентирования Тульской области.

### **Учебно-тематический план 2-го года обучения**

|  |  | <b>Количество часов</b> | <b>Формы</b> |
|--|--|-------------------------|--------------|
|--|--|-------------------------|--------------|

| №<br>п/п  | Разделы, темы                                                      | Всего<br>часов | Теори<br>я | Практика  | аттестации/<br>контроля                                                     |
|-----------|--------------------------------------------------------------------|----------------|------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <b>1.</b> | <b>Введение</b>                                                    | <b>2</b>       | <b>2</b>   |           |                                                                             |
| 1.1.      | Задачи, планы объединения на учебный год. Вводный инструктаж       | 2              | 2          |           | Вводный контроль: беседа, анкетирование, педагогическое наблюдение          |
| <b>2.</b> | <b>Основы туристской подготовки</b>                                | <b>90</b>      | <b>20</b>  | <b>70</b> |                                                                             |
| 2.1.      | Стратегия и тактика похода                                         | 4              | 2          | 2         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение               |
| 2.2.      | Права и обязанности руководителя и заместителя руководителя похода | 2              | 2          |           | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                         |
| 2.3.      | Требования к бивакам                                               | 12             | 4          | 8         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение               |
| 2.4.      | Питание в походе                                                   | 10             | 4          | 6         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение               |
| 2.5.      | Узлы. Применение узлов в туризме                                   | 12             | 4          | 8         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение               |
| 2.6.      | Преодоление препятствий по веревке. Страховка и самостраховка      | 50             | 4          | 46        | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение               |
| <b>3.</b> | <b>Краеведение</b>                                                 | <b>8</b>       | <b>3</b>   | <b>5</b>  |                                                                             |
| 3.1.      | Географические особенности Большой Тулы                            | 1              | 1          |           | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                         |
| 3.2.      | Тульский областной краеведческий музей                             | 3              | 1          | 2         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение               |
| 3.3.      | Природные объекты города Тулы                                      | 4              | 1          | 3         | Текущий контроль: беседа, тестирование, педагогические задания и наблюдение |
| <b>4.</b> | <b>Топография и ориентирование</b>                                 | <b>10</b>      | <b>1</b>   | <b>9</b>  |                                                                             |

|      |                                                                                                     |           |           |           |                                                               |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|---------------------------------------------------------------|
| 4.1. | Измерение расстояния на карте и на местности                                                        | 2         | 1         | 1         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 4.2. | Способы определения точки стояния                                                                   | 4         |           | 4         | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 4.3. | Чтение карты                                                                                        | 4         |           | 4         | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 5.   | <b>Оказание первой доврачебной помощи</b>                                                           | <b>20</b> | <b>10</b> | <b>10</b> |                                                               |
| 5.1. | Остановка артериального кровотечения подручными средствами                                          | 4         | 2         | 2         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 5.2. | Ожоги                                                                                               | 4         | 2         | 2         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 5.3. | Ядовитые растения                                                                                   | 4         | 2         | 2         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 5.4. | Основы анатомии и физиологии человека                                                               | 4         | 2         | 2         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 5.5. | Состав медицинской аптечки                                                                          | 4         | 2         | 2         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 6.   | <b>Основные нормативно-правовые документы</b>                                                       | <b>8</b>  | <b>8</b>  |           |                                                               |
| 6.1. | Федеральный закон «О защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» | 4         | 4         |           | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение           |
| 6.2. | Федеральный закон «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя»                            | 4         | 4         |           | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение           |
| 7.   | <b>Классификация чрезвычайных ситуаций</b>                                                          | <b>4</b>  | <b>4</b>  |           |                                                               |

|            |                                                                                                     |           |          |           |                                                                   |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-----------|-------------------------------------------------------------------|
| 7.1.       | Чрезвычайные ситуации природного характера                                                          | 2         | 2        |           | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение               |
| 7.2.       | Чрезвычайные ситуации техногенного характера                                                        | 2         | 2        |           | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение               |
| <b>8.</b>  | <b>Противопожарная подготовка</b>                                                                   | <b>8</b>  | <b>8</b> |           |                                                                   |
| 8.1.       | Организация, способы и средства разведки                                                            | 4         | 4        |           | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение               |
| 8.2.       | Техника безопасности при пожаре                                                                     | 4         | 4        |           | Текущий контроль: беседа, тестирование, педагогическое наблюдение |
| <b>9.</b>  | <b>Организация и ведение аварийно-спасательных работ</b>                                            | <b>8</b>  | <b>2</b> | <b>6</b>  |                                                                   |
| 9.1.       | Транспортировка пострадавших                                                                        | 2         | 2        |           | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение               |
| 9.2.       | Транспортировка пострадавшего при подъеме и спуске                                                  | 6         |          | 6         | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение             |
| <b>10.</b> | <b>Обеспечение безопасности</b>                                                                     | <b>4</b>  | <b>4</b> |           |                                                                   |
| 10.1.      | Правила дорожного движения                                                                          | 2         | 2        |           | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение        |
| 10.2.      | Инструктаж по технике безопасности при проведении учебных занятий, соревнований, походов, экскурсий | 2         | 2        |           | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение        |
| <b>11.</b> | <b>Физическая подготовка</b>                                                                        | <b>46</b> | <b>2</b> | <b>44</b> |                                                                   |
| 11.1.      | Физические качества «ловкость» и «гибкость»                                                         | 2         | 2        |           | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение               |
| 11.2.      | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости                        | 18        |          | 18        | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение             |

|            |                                        |            |           |            |                                                                     |
|------------|----------------------------------------|------------|-----------|------------|---------------------------------------------------------------------|
| 11.3.      | Подвижные и спортивные игры            | 26         |           | 26         | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение               |
| <b>12.</b> | <b>Психологическая подготовка</b>      | <b>4</b>   | <b>2</b>  | <b>2</b>   |                                                                     |
| 12.1.      | Определение ролей в коллективе         | 2          | 2         |            | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                 |
| 12.2.      | Определение своей роли в коллективе    | 2          |           | 2          | Текущий контроль: тестирование, педагогические задания и наблюдение |
| <b>13.</b> | <b>Подведение итогов учебного года</b> | <b>4</b>   | <b>2</b>  | <b>2</b>   |                                                                     |
| 13.1.      | Итоговое мероприятие                   | 2          |           | 2          | Итоговый контроль: участие в мероприятии, результативность          |
| 13.2.      | Мониторинг. Подведение итогов          | 2          | 2         |            | Итоговый контроль: мониторинг, анкетирование тестирование           |
|            | <b>ИТОГО:</b>                          | <b>216</b> | <b>68</b> | <b>148</b> |                                                                     |

### Содержание программы 2-го года обучения

#### Раздел 1. Введение (2 ч., 2 т.)

##### Тема 1.1. Задачи объединения, планы на учебный год.

##### Вводный инструктаж (2 ч., 2 т.)

*Теория:* Заполнение журнала. Цель, задачи, планы на учебный год. ДООП «Юные спасатели», 2-й год обучения. Анкетирование родителей. Тестирование обучающихся. Подведение итогов летнего сезона. Вводный инструктаж по технике безопасности и охране труда.

#### Раздел 2. Основы туристской подготовки (90 ч., 20 т./ 78 п.)

##### Тема 2.1. Стратегия и тактика похода (4 ч., 2 т./ 2 п.)

*Теория:* Планирование поход 2-й категории сложности. Распределение туристских должностей. Планирование похода по дням, в соответствии с преодолением локальных препятствий.

*Практика:* Практические работы: «Составление плана пешеходного похода 2-й категории сложности»; «Распределение должностных обязанностей».

##### Тема 2.2. Права и обязанности руководителя и заместителя руководителя похода (2 ч., 2 т.)

*Теория:* Требования к руководителю и заместителю руководителя (помощник) группы. Ответственность: за жизнь и здоровье детей: безопасное проведение похода; за выполнение плана мероприятия; правила пожарной безопасности; охраны памятников природы, культуры и истории. Права и обязанности.

*Практика:* Практическая работа «Составление плана мероприятий по каждой из обязанностей».

### **Тема 2.3. Требования к бивакам (12 ч., 4 т./ 8 п.)**

*Теория:* Бивак – место отдыха, ночевки. Площадка для: палаток; места для костра и приема пищи; мусорной ямы; туалета. Правила выбора места под бивак. Обустройство бивака. Требования безопасности

*Практика:* Практические работы: «Установка палатки»; «Оборудование места для костра»; «Натягивание тента над костром»; «Сбор дров»; «Устройство туалета».

### **Тема 2.4. Питание в походе (10 ч., 4 т./ 6 п.)**

*Теория:* Принципы организации питания в туристском походе. Режим питания в походе. Выбор продуктов и расчет их количества. Энергетическая ценность. Сбалансированность рациона и питания. Правила упаковки продуктов. Ваккумная упаковка. Меню для похода – правильный баланс БЖУ (белки, жиры, углеводы). Обязанности завхоза (начпрода).

*Практика:* Практические работы: «Составление меню и списка продуктов»; «Упаковка сыпучих, твёрдых и жидких продуктов».

Ролевая игра: «Обязанности завхоза (начпрода)».

### **Тема 2.5. Узлы. Применение узлов в туризме (12 ч., 4 т./ 8 п.)**

*Теория:* Общие правила вязание узлов: отсутствие перехлестов; правильный «рисунок» узла; размер свободного конца веревки должен быть не менее 10 диаметров веревки; узел должен быть затянут и расправлен. Техника и приемы вязания туристских узлов: «восьмерка», «прямой», «встречный», «стремя», «схватывающий», «булинь», «проводник».

*Практика:* Упражнения на совершенствование навыков завязывания узлов: «восьмерка», «прямой», «встречный», «стремя», «схватывающий», «булинь», «проводник».

### **Тема 2.6. Преодоление препятствий по веревке. Страховка и самостраховка (50 ч., 4 т./ 46 п.)**

*Теория:* Понятия «самостраховка» и «командная страховка». Правила страховки. Специальное снаряжение для натягивания и снятия перил. Способы преодоления этапов: «спуск»; «подъем»; «переправа»; «траверс»; «маятник»; «бревно» с использованием веревки, страховки и самостраховки.

*Практика:* Практические работы: «Прохождение отдельно взятых препятствий в помещении»; «Прохождение отдельно взятых препятствий на местности»; «Прохождение дистанции различными способами преодоления в помещении»; «Прохождение дистанции различными способами преодоления на местности».

## **Раздел 3. Краеведение (8 ч., 3 т./ 5 п.)**

### **Тема 3.1. Географические особенности Большой Тулы (1 ч., 1 т.)**

*Теория:* Геологическое прошлое и рельеф. Климат. Полезные ископаемые.

Гидрография. Растительный и животный мир. Население. Природные памятники и объекты. Интересные объекты природы.

### **Тема 3.2. Тульский областной краеведческий музей (3 ч., 1 т./ 2 п.)**

*Теория:* ГУК ТО «Объединение «Историко-краеведческий и художественный музей». Краеведческий музей – один из старейших музеев Тульской области (1919 г.). Высокотехнологичные экспозиции и залы музея. Пространство со

сменными экспозициями. Музейный магазин с оригинальной сувенирной продукцией и краеведческими изданиями. Культурно-познавательные и досуговые музейные мероприятия: презентации, лекции, мастер-классы, детские интерактивные занятия, концерты, творческие встречи; семинары, круглые столы.

*Практика:* Экскурсия в Тульский краеведческий музей.

### **Тема 3.3. Природные объекты города Тулы (4 ч., 1 т./ 3 п.)**

*Теория:* Парки города Тулы: Центральный парк культуры и отдыха имени П.П. Белоусова; Комсомольский парк; Парк Пролетарского района; Баташовский парк; Рогожинский парк; Платоновский парк. Скверы города Тулы.

*Практика:* Экскурсии в один из парков города Тулы.

## **Раздел 4. Топография и ориентирование (10 ч., 1 т./ 9 п.)**

### **Тема 4.1. Измерение расстояния на карте и на местности (2 ч., 1 т./ 1 п.)**

*Теория:* Измерение расстояния, оценка пройденного пути – важнейшие способы ориентирования. Измерение расстояния шагами и по времени. Глазомерный способ измерения расстояния. Измерение расстояния на карте с помощью линейки, курвиметра, нитки.

*Практика:* Практические работы: «Измерение расстояния парами шагов»; «Измерения расстояния с помощью глазомера»; «Измерение расстояние по времени»; «Измерение расстояния на карте с помощью линейки, курвиметра, нитки». Тренировка глазомера.

### **Тема 4.2. Способы определения точки стояния (4 ч., 4 п.)**

*Теория:* Способ отождествления карты с местностью. Способ визуального определения по ближайшим ориентирам. Способ – измерение длины пройденного расстояния. Способ – приблизительное определение точки стояния по встречающимся ориентирам. Технические приемы, используемые для оперативного и точного определения точки стояния.

*Практика:* Практические работы на учебных дистанциях: «Определение точки стояния способом отождествления карты с местностью»; «Определение точки стояния способом визуального определения по ближайшим ориентирам»; «Определение точки стояния способом измерением длины пройденного расстояния»; «Определение точки стояния способом приблизительного определения точки стояния по встречающимся ориентирам».

### **Тема 4.3. Чтение карты (4 ч., 4 п.)**

*Теория:* Карта – источник колоссального объема информации. Отличие спортивных от топографических карт. «Память карты» - важная задача тренировки спортсмена. Эффективный прием – чтение карты «по большому пальцу». Дополнительные приемы «квадрат» и «змейка» (зигзагом).

*Практика:* Практические работы: «Сличение карты с местностью и нанесение на карту маршрута»; «Определение на карте предмета, видимого на местности»; «Определение своего местонахождения на карте»; «Линейное ориентирование».

Упражнения на освоение навыка чтения карты «по большому пальцу».

## **Раздел 5. Оказание первой доврачебной помощи (20 ч., 6 т./ 14 п.)**

### **Тема 5.1. Остановка артериального кровотечения подручными средствами (4 ч., 2 т./2 п.)**

*Теория:* Способы остановки кровотечения подручными материалами. Брючный (поясной) ремень – самозатягивающаяся петля. Самодельный жгут «закрутка». Требования к закрутке правилом «вороток» (вороток – любой продолговатый предмет достаточной длины и прочности: маркер; карандаш; шомпол; мобильный телефон). Материал для закрутки: шнурки; галстук; косынка; шарф; ремешок; провода; кабели; стропы. Метод максимального сгибания конечности.

*Практика:* Практические работы: «Наложение жгута брючным ремнем»; «Наложение жгута способом «закрутка»; «Остановка артериального кровотечения способом максимального сгибания конечности».

### **Тема 5.2. Ожоги (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

*Теория:* Ожог – поражение тканей под действием высоких температур. Классификация ожогов: термические, электрические, химические, лучевые. 4 степени ожогов. Ожоговая болезнь. Первая помощь при ожогах. Правила наложения сухой стерильной повязки.

*Практика:* Практические работы: «Наложение сухой асептической повязки»; «Наложение бинтов с разной локализацией ожогов».

### **Тема 5.3. Ядовитые растения (4 ч., 2 т./2 п.)**

*Теория:* Ядовитые растения Тульской области: борщевик Сосновского (вызывает серьезные ожоги, аллергию); цикута (сильный яд способный убить человека); ягоды ландыша (усиленное сердцебиение); жимолость лесная (пищевое отравление); лютики (кожные раздражения); семена белены черной (психические расстройства). Первая доврачебная помощь.

*Практика:* Практическая работа: «Определение ядовитых растений с помощью определителей».

Ролевая игра: «Помогите мне, братцы».

### **Тема 5.4. Основы анатомии и физиологии человека (4 ч., 2 т., / 2 п.)**

*Теория:* Строение организма человека. Системы организма: опорно-двигательная; пищеварительная; кровеносная; нервная; органы чувств, дыхания, выделения, размножения; покровные органы и железы внутренней секреции. Две системы органов движения человека скелетная и мышечная. Сердце спортсмена. Легочное и кожное дыхание. Жизненная емкость легких (ЖЕЛ). Максимальная вентиляция легких (МВЛ). Максимальное потребление кислорода (МПК) – важнейший показатель тренированности спортсмена. Обмен веществ.

*Практика:* Практические работы: «Изучение органов движения на манекенах»; «Изучение внутренних органов на манекенах»; «Изучение сердца человека на муляже».

### **Тема 5.5. Состав медицинской аптечки (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

*Теория:* Аптечка первой помощи: маска медицинская; устройство для проведения искусственного дыхания «Рот в рот»; жгут кровоостанавливающий для остановки артериального кровотечения; бинты; салфетки марлевые медицинские стерильные; лейкопластырь рулонный и бактерицидный;

ножницы; медицинские препараты, используемые в походных условиях. Требования к упаковке аптечки.

*Практика:* Ролевая игра «Полечите меня, братцы».

## **Раздел 6. Основные нормативно-правовые документы (8 ч., 8 т.)**

### **Тема 6.1. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» 4 ч., 4 т.)**

*Теория:* Закон от 21.12.1994 г. № 68-ФЗ (ред. от 08.08.2024 г.) «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера». Общие положения. Цели и задачи. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС. Определение границ зон ЧС и зон экстренного оповещения населения. Основные принципы защиты населения и территорий. Полномочия государственной власти. Права и обязанности граждан РФ.

### **Тема 6.2. Федеральный закон «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя» (4 ч., 4 т.)**

*Теория:* Закон от 22.08.1995 г. № 151-ФЗ (ред. 05.08.2000 г. № 118-ФЗ, от 07.08.2000 г. № 122-ФЗ, от 07.11.2000 г. № 135-ФЗ) «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя». Основные положения. Основные понятия. Принципы деятельности АСС и спасателей. Виды и состав АСС. Деятельность АСС. Привлечение АСС к ликвидации чрезвычайных ситуаций. Спасатели и их статус. Аттестация спасателей. Права спасателей.

## **Раздел 7. Классификация чрезвычайных ситуаций (4 ч., 4 т.)**

### **Тема 7.2. Чрезвычайные ситуации природного характера (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* ЧС природного характера – геофизические (эндогенные и экзогенные), метеорологические, гидрологические, гидрогеологические опасные явления; природные пожары; инфекционные заболевания людей, животных и растений. Причины возникновения. Угроза для населения. Характер аварийно-спасательных работ.

### **Тема 7.3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера (2 ч., 2 т./ 2 п.)**

*Теория:* Источник и зона ЧС. Степень внезапности: взрывные, стремительные, скоротечные, плавные. ЧС по продолжительности действия (кратковременные и затяжные). ЧС по возможности предотвращения (неизбежные и предотвращаемые). ЧС по ведомственной принадлежности: промышленные, строительные, транспортные, сельскохозяйственные, жилищно-коммунальные и т.д. Угроза для населения. Характер аварийно-спасательных работ. Правила поведения населения при возникновении ЧС.

## **Раздел 8. Противопожарная подготовка (8 ч., 8 т.)**

### **Тема 8.1. Организация, способы и средства разведки (4 ч., 4 т.)**

*Теория:* Характерные особенности организации разведки в условиях пожаров. Виды, способы и приемы спасательных работ. Организация ведения спасательных работ. Способы и средства разведки, применяемые в очаге поражения, Задачи спасателей при пожаре. Порядок спасения людей.

## **Тема 8.2. Техника безопасности при пожаре (4 ч., 4 т.)**

*Теория:* Общий план действий при пожаре. Вызов пожарных. Предупреждение о пожаре. Эвакуация. Правила поведения и соблюдения техники безопасности при пожаре в многоквартирном доме, общественном месте, транспортном средстве.

## **Раздел 9. Организация и ведение аварийно-спасательных работ (6 ч., 2 т./ 4 п.)**

### **Тема 9.1. Транспортировка пострадавших (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Общие правила переноски пострадавшего. Виды транспортировки: в одиночку с поддержкой, на спине, волоком, на руках, на плече; вдвоем на «замке» из 4-х рук, за руки и ноги, из 3-х рук с поддержкой за спину. Положение пострадавшего при транспортировке.

### **Тема 9.2. Транспортировка пострадавшего при подъеме и спуске (6 ч., 6 п.)**

*Практика:* Практические работы: «Транспортировка пострадавшего при подъеме на спине»; «Транспортировка пострадавшего при спуске на плече»; «Транспортировка пострадавшего при подъеме вдвоем на «замке» из 4-х рук»; «Транспортировка пострадавшего при спуске вдвоем на «замке» из 3-х рук с поддержкой спины».

## **Раздел 10. Обеспечение безопасности (4 ч., 4 т.)**

### **Тема 10.1. Правила дорожного движения (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Правила дорожного движения. Основные правила поведения на улице. Правила входа и выхода из автобуса, трамвая, троллейбуса. Светофор. Предупреждающие и запрещающие знаки. Дисциплина движения в походе.

### **Тема 10.2. Инструктаж по технике безопасности (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Инструкции по технике безопасности при работе с рубящими, колющими и режущими предметами. Инструкция по технике безопасности при проведении учебных занятий в природном окружении и закрытых помещениях, соревнований, походов, экскурсий.

## **Раздел 11. Физическая подготовка (46 ч., 2 т./ 44 п.)**

### **Тема 11.1. Физические качества «ловкость» и «гибкость» (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Физические способности. Взаимосвязь всех физических качеств. Ловкость – способность быстро и точно реагировать на неожиданно возникшую ситуацию. Ловкость: без перемещения; с перемещением. Гибкость – это способность человека выполнять движения с максимальной амплитудой. Гибкость: активная; пассивная. Средства развития гибкости. Врожденные, приобретенные и реализованные физические качества. Функциональный и структурный подход в развитии физических качеств.

### **Тема 11.2. Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости (18 ч., 18 п.)**

*Практика:* Техника бега и упражнений на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости: равномерный и длительный бег; интервальный бег; бег с низкого старта на 30 т 60 метров; челночный бег; бег на месте с высоким

подниманием бедра; ходьба по гимнастической скамейке; слалом между деревьями; прыжки на высоту и спрыгивания с высоты.

### **Тема 11.3. Подвижные и спортивные игры (26 ч., 26 п.)**

*Практика:* Подвижные игры с предметом: «Поймай мешок»; «Правда-неправда»; «Перепрыгни».

Подвижные игры без предмета: «Светофор»; «Тропинка»; «Заяц без головы»; «Невод»; «Вороны и воробьи».

Спортивные игры: баскетбол, пионербол, волейбол.

## **Раздел 12. Психологическая подготовка (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

### **Тема 12.1. Определение ролей в коллективе (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Классические роли человека в коллективе: базовые типы. Девять командных ролей: исполнитель, доводчик, специалист, координатор, душа команды, исследователь ресурсов, генератор идей, аналитик-стратег, мотиватор. Формальные, неформальные, функциональные и межличностные роли. Ситуативные изменения ролей участников коллектива.

### **Тема 12.2. Определение своей роли в коллективе (2 ч. 2 п.)**

*Практика:* Диагностика. Тестирование «Определение своей роли в коллективе».

## **Раздел 13. Подведение итогов учебного года (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

### **Тема 13.1. Итоговое мероприятие (2 ч., 2 п.)**

*Практика:* Туристское соревнование «Полоса препятствий» на местности.

### **Тема 13.2. Мониторинг. Подведение итогов (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Мониторинг обучения и развития обучающихся. Анкетирование родителей. Тестирование учащихся. Подведение итогов учебного года. Награждение обучающихся по итогам года.

## **Планируемые результаты**

По окончании второго года обучения, обучающиеся должны **знать:**

- применение узлов при преодолении препятствий: восьмерка, прямой, встречный, схватывающий, булинь, проводник, двойной, проводник, брамшкотовый;
- порядок заявки в МКК;
- порядок организации страховки и самостраховки;
- приемы и способы ориентирования на местности;
- правила подготовки плана и графика движения группы на маршруте;
- правила подготовки и ухода за групповым туристским снаряжением;
- правила проведения соревнований по спортивному туризму и спортивному ориентированию.

Должны **уметь:**

- организовать личную и командную страховку;

- проходить туристскую дистанцию 2 класса;
- проходить дистанцию в заданном направлении сложности 2-го юношеского разряда (спортивное ориентирование);
- участвовать в походе 1 категории сложности.

**Будут воспитаны следующие качества:**

- чувство коллективизма, взаимопомощи и ответственности;
- потребность в здоровом образе жизни;
- уважение к своему труду и труду товарищей.

**Будут сформированы:**

- основные навыки работы в команде;
- основные краеведческие навыки;
- основные навыки оказания первой доврачебной помощи;
- основные навыки аварийно-спасательной деятельности;

**Будут развиты:**

- мотивация к туристской и аварийно-спасательной работе;
- навыки работы со специальным туристским снаряжением;
- коммуникативная компетентность в общении со сверстниками и педагогом.

**У обучающихся будут сформированы:**

- потребность сотрудничества со сверстниками;
- нравственная позиция (внутренняя мотивация поведения обучающегося, способного к самоконтролю и имеющего чувство собственного достоинства);
- потребность ведения здорового образа жизни;

**У обучающегося будут сформированы действия:**

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, формулировать свои затруднения;
- включаться в диалог и в коллективное обсуждение;
- проявлять инициативу и активность;
- работать в группе, управлять поведением партнера, предлагать помощь и сотрудничество;
- договариваться о распределении функций в совместной деятельности, приходить к общему решению.

**Личностные**

- дальнейшее повышение уровня всесторонней подготовки;
- дальнейшее изучение и совершенствование основных приемов техники и тактики спортивного туризма и спортивного ориентирования;
- выполнение II юношеского разряда.

**Метапредметные**

- обучение анализировать результаты соревнований и делать выводы по улучшению результативности;
- формирование способности к самостоятельному принятию решений в непредвиденных ситуациях;

- предоставление возможности по дальнейшему укреплению здоровья.

### **Предметные**

- получение основ медицинской подготовки;
- совершенствование специальной туристской подготовки;
- совершенствование специальной подготовки по ориентированию на местности;
- расширение знаний по истории, культуре и природе родного края.

### **Практическая подготовка**

1. Общая физическая подготовка.
2. Специальная подготовка.
3. Подготовка к участию в соревнованиях по туристскому многоборью и спортивному ориентированию.

### **Соревновательная подготовка**

1. Участие в соревнованиях по туристскому многоборью лично и в составе команды.
2. Участие в личных соревнованиях по спортивному ориентированию.

Количество соревнований – в соответствии с календарем Федерации спортивного туризма Тульской области и Федерацией спортивного ориентирования Тульской области.

По итогам 2-го года обучения, обучающиеся должны выполнить нормативы II юношеского разряда.

## **Учебно-тематический план 3-го года обучения**

| №<br>п/п  | Разделы, темы                                                | Количество часов |           |           | Формы<br>контроля/<br>аттестации                                   |
|-----------|--------------------------------------------------------------|------------------|-----------|-----------|--------------------------------------------------------------------|
|           |                                                              | Всего<br>часов   | Теория    | Практика  |                                                                    |
| <b>1.</b> | <b>Введение</b>                                              | <b>2</b>         | <b>2</b>  |           |                                                                    |
| 1.1.      | Задачи, планы объединения на учебный год. Вводный инструктаж | 2                | 2         |           | Вводный контроль: беседа, анкетирование, педагогическое наблюдение |
| <b>2.</b> | <b>Основы туристской подготовки</b>                          | <b>82</b>        | <b>18</b> | <b>64</b> |                                                                    |
| 2.1.      | Подготовка снаряжения для туристского похода                 | 6                | 2         | 4         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение      |
| 2.2.      | Специальное снаряжение для разных видов туризма              | 6                | 2         | 4         | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение      |

|           |                                                            |           |          |           |                                                                         |
|-----------|------------------------------------------------------------|-----------|----------|-----------|-------------------------------------------------------------------------|
| 2.3.      | Аварийная ситуация                                         | 8         | 4        | 4         | Текущий контроль:<br>беседа, педагогические<br>задания и наблюдение     |
| 2.4.      | Узлы. Применение<br>узлов в туризме                        | 12        | 2        | 10        | Текущий контроль:<br>беседа, педагогические<br>задания и наблюдение     |
| 2.5.      | Преодоление<br>препятствий с<br>самонаведением             | 20        | 4        | 16        | Текущий контроль:<br>беседа, педагогические<br>задания и наблюдение     |
| 2.6.      | Стратегия и тактика<br>команды                             | 30        | 4        | 26        | Текущий контроль:<br>беседа, кроссворд,<br>педагогическое<br>наблюдение |
| <b>3.</b> | <b>Краеведение</b>                                         | <b>10</b> | <b>4</b> | <b>6</b>  |                                                                         |
| 3.1.      | Тула – город-герой                                         | 4         | 4        |           | Текущий контроль:<br>беседа, педагогическое<br>наблюдение               |
| 3.2.      | Музей обороны Тулы                                         | 2         |          | 2         | Текущий контроль:<br>педагогические<br>задания и наблюдение             |
| 3.3.      | Тульский музей<br>оружия                                   | 4         |          | 4         | Текущий контроль:<br>педагогические<br>задания и наблюдение             |
| <b>4.</b> | <b>Топография и<br/>ориентирование</b>                     | <b>10</b> | <b>4</b> | <b>6</b>  |                                                                         |
| 4.1.      | Ориентирование в<br>походе                                 | 2         | 2        |           | Текущий контроль:<br>беседа, педагогическое<br>наблюдение               |
| 4.2.      | Движение по азимуту                                        | 4         | 2        | 2         | Текущий контроль:<br>беседа, педагогические<br>задания и наблюдение     |
| 4.3.      | Ориентирование на<br>местности                             | 4         |          | 4         | Текущий контроль:<br>педагогические<br>задания и наблюдение             |
| <b>5.</b> | <b>Оказание первой<br/>доврачебной<br/>помощи</b>          | <b>20</b> | <b>8</b> | <b>12</b> |                                                                         |
| 5.1.      | Методы и средства<br>оказания первой<br>доврачебной помощи | 6         | 2        | 4         | Текущий контроль:<br>беседа, педагогические<br>задания и наблюдение     |
| 5.2.      | Растяжения и<br>разрывы связок.<br>Вывихи                  | 6         | 2        | 4         | Текущий контроль:<br>беседа, педагогические<br>задания и наблюдение     |

|      |                                                                 |    |   |   |                                                                          |
|------|-----------------------------------------------------------------|----|---|---|--------------------------------------------------------------------------|
| 5.3. | Реанимационные действия                                         | 8  | 4 | 4 | Текущий контроль: беседа, викторина, педагогические задания и наблюдение |
| 6.   | <b>Основные нормативно-правовые документы</b>                   | 4  | 4 |   |                                                                          |
| 6.1. | Нормативные документы, регламентирующие деятельность спасателей | 4  | 4 |   | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение               |
| 7.   | <b>Классификация чрезвычайных ситуаций</b>                      | 8  | 4 | 4 |                                                                          |
| 7.1. | Чрезвычайные ситуации природного характера в Тульской области   | 4  | 2 | 2 | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение            |
| 7.2. | Правила поведения в экстремальных ситуациях                     | 4  | 2 | 2 | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение            |
| 8.   | <b>Противопожарная подготовка</b>                               | 12 | 6 | 6 |                                                                          |
| 8.1. | Средства пожаротушения                                          | 4  | 2 | 2 | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение            |
| 8.2. | Экипировка спасателей                                           | 4  | 2 | 2 | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение            |
| 8.3. | Техника безопасности при пожаре                                 | 4  | 2 | 2 | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение            |
| 9.   | <b>Организация и ведение аварийно-спасательных работ</b>        | 12 | 4 | 8 |                                                                          |
| 9.1. | Организация аварийных биваков                                   | 6  | 2 | 4 | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение            |
| 9.2. | Способы транспортировки пострадавших                            | 6  | 2 | 4 | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение            |

|            |                                                                                                     |            |           |            |                                                               |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------|------------|---------------------------------------------------------------|
| <b>10.</b> | <b>Обеспечение безопасности</b>                                                                     | <b>12</b>  | <b>8</b>  | <b>4</b>   |                                                               |
| 10.1.      | Правила дорожного движения                                                                          | 2          | 2         |            | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение    |
| 10.2.      | Инструктаж по технике безопасности при проведении учебных занятий, соревнований, походов, экскурсий | 10         | 6         | 4          | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| <b>11.</b> | <b>Физическая подготовка</b>                                                                        | <b>36</b>  | <b>2</b>  | <b>34</b>  |                                                               |
| 11.1.      | Физические качества «скорость» и «быстрота»                                                         | 2          | 2         |            | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение           |
| 11.2.      | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости                        | 10         |           | 10         | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 11.3.      | Подвижные и спортивные игры                                                                         | 24         |           | 24         | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| <b>12.</b> | <b>Психологическая подготовка</b>                                                                   | <b>4</b>   | <b>2</b>  | <b>2</b>   |                                                               |
| 12.1.      | Понятие страха, требования к спасателям                                                             | 2          | 2         |            | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение    |
| 12.2.      | Психологические тесты                                                                               | 2          |           | 2          | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| <b>13.</b> | <b>Подведение итогов учебного года</b>                                                              | <b>4</b>   | <b>2</b>  | <b>2</b>   |                                                               |
| 13.1.      | Итоговое мероприятие                                                                                | 2          |           | 2          | Итоговый контроль: участие в мероприятии, результативность    |
| 13.2.      | Мониторинг. Подведение итогов                                                                       | 2          | 2         |            | Итоговый контроль: мониторинг, анкетирование, тестирование    |
|            | <b>ИТОГО:</b>                                                                                       | <b>216</b> | <b>68</b> | <b>148</b> |                                                               |

## **Содержание программы 3-го года обучения**

### **Раздел 1. Введение (2 ч., 2 т.)**

#### **Тема 1.1. Задачи, планы объединения на учебный год. Вводный инструктаж (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Заполнение журнала. Цели, задачи, планы на учебный год. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юные спасатели» 3-го года обучения. Анкетирование. Тестирование.

### **Раздел 2. Основы туристской подготовки (82 ч., 18 т./ 64 п.)**

#### **Тема 2.1. Подготовка туристского снаряжения (6 ч., 2 т./ 4 п.)**

*Теория:* Личное и групповое снаряжение для походов различной категории сложности. Понятие «Штурмовое снаряжение». Требования к одежде, предъявляемые в горных походах и восхождениях. Основные сложности в подборе одежды с учетом резких температурных изменений и влияния ветра. Штурмовой комплект одежды. Принцип многослойности одежды (3 слоя: влагоотводящий, утепляющий, ветровлагозащитный).

*Практика:* Практические работы: «Подбор штурмового комплекта одежды»; «Подготовка группового снаряжения для походов различной категории сложности».

#### **Тема 2.2. Специальное снаряжение для разных видов туризма (6 ч., 2 т./ 4 п.)**

*Теория:* Личное снаряжение в пешем путешествии. Особенности личного снаряжения в горном, водном, лыжном путешествии. Групповое снаряжение в пешем походе. Особенности группового снаряжения в горном, водном, лыжном путешествии.

*Практика:* Практические работы: «Подготовка личного и группового специального снаряжения для лыжного похода»; «Подготовка личного и группового специального снаряжения для водного похода»; «Подготовка личного и группового специального снаряжения для горного похода».

#### **Тема 2.3. Аварийная ситуация (8 ч, 4 т./ 4 п.)**

*Теория:* Аварийная ситуация в походе – это непредвиденные обстоятельства, которые могут поставить под угрозу здоровье и жизнь участников. Важность подготовки к аварийным ситуациям в походе. Возможный спектр проблем при аварийных ситуациях: травмы; потеря ориентирования; утопление; необходимость владения навыками оказания первой медицинской помощи участниками похода. Снаряжение для спасательных работ. Способы выживания в лесу, в горах, в пустыне.

*Практика:* Практические работы: «Организация спасательных работ в горном походе»; «Организация спасательных работ в водном походе»; «Организация спасательных работ в пешем походе».

### **Тема 2.4. Применение узлов в туризме (12 ч., 2 т./ 10 п.)**

*Теория:* Узлы для связывания веревок одинакового диаметра. Узлы для закрепления веревок к опоре/карабину. Схватывающие узлы. Вспомогательные узлы. Применение узлов в туризме.

*Практика:* Упражнения для совершенствования навыков завязывания различных видов туристских узлов.

### **Тема 2.5. Преодоление препятствий с самонаведением (20 ч., 4 т./ 16 п.)**

*Теория:* Преодоление препятствий (этапов): «траверс»; «навесная переправа»; «бревно с укладкой»; «подъем»; «спуск» на местности и на искусственно созданных препятствиях с самонаведением.

*Практика:* Практические работы: «Отработка навыков прохождения отдельно взятых препятствий в помещении на искусственно созданных препятствиях с самонаведением»; «Отработка навыков прохождения отдельно взятых препятствий на местности с самонаведением»; «Прохождение дистанции, состоящей из нескольких препятствий с самонаведением на местности»; «Прохождение дистанции, состоящей из нескольких препятствий с самонаведением на искусственно созданных препятствиях».

Участие в соревнованиях по спортивному туризму в помещении и на местности.

### **Тема 2.6. Стратегия и тактика команды (30 ч., 4 т./ 26 п.)**

*Теория:* Тактика. Стратегические задачи. Особенности прохождения личной пешеходной дистанции по спортивному туризму. Необходимое снаряжение. Возможные технические этапы. Штрафы за совершенные ошибки на этапах. Лидирование на дистанции.

## **3. Краеведение (10 ч., 4 т./ 6 п.)**

### **Тема 3.1. Тула – город-герой (4 ч., 4 т.)**

*Теория:* Тульская оборонительная операция – составная часть битвы за Москву. Оборона города Тулы. Тульский рабочий полк. Полк НКВД. Туляки – Герои Советского Союза. Юные герои.

### **Тема 3.2. Музей обороны Тулы (2 ч., 2 п.)**

*Практика:* Экскурсия в Музей обороны Тулы.

### **Тема 3.3. Тульский музей оружия (4 ч., 4 п.)**

*Практика:* Экскурсии в Тульский музей оружия.

## **Раздел 4. Топография и ориентирование (10 ч., 4 т./ 6 п.)**

### **Тема 4.1. Ориентирование в походе (2 ч, 2 т.)**

*Теория:* Ориентирование в походе с картой и компасом. Ориентирование в походе без карты и компаса. Ориентирование в походе по местным предметам. Ориентирование по туристской маркировке. Ориентирование по описанию маршрута.

### **Тема 4.2. Движение по азимуту (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

*Теория:* Азимут. Движение по азимуту с использованием промежуточных ориентиров. Движение по азимуту без четких ориентиров (тундра, степь). Выдерживание азимута при встрече на пути значительных по ширине

препятствий (озеро, скальный участок). При больших расстояниях планирование ограничительных (боковых) ориентиров.

*Практика:* Практические работы: «Движение по азимуту с использованием промежуточных ориентиров»; «Движение по азимуту без четких ориентиров».

Упражнения на отработку навыков взятия прямого и обратного азимута.

#### **Тема 4.3. Ориентирование на местности (4 ч., 4 п.)**

*Практика:* Выбор пути движения и реализация его при движении на местности. Бег «в мешок» - один из самых распространенных приемов. Бег по линейным ориентирам с компасом и без него. Бег по опорным ориентирам. Бег по азимуту с подробным чтением карты.

*Практика:* Практические работы: «Бег «в мешок»; «Бег по линейным ориентирам с компасом»; «Бег по линейным ориентирам по карте»; «Бег по опорным ориентирам»; «Бег по азимуту с подробным чтением карты».

### **Раздел 5. Оказание первой доврачебной помощи (20 ч., 8 т./ 12 п.)**

#### **Тема 5.1. Методы и средства оказания первой доврачебной помощи (ПДП) (6 ч., 2 т./ 4 п.)**

*Теория:* Умение оказать первую помощь — очень важный навык. Первая помощь — это комплекс срочных мер, направленных на спасение жизни человека. Предварительное диагностирование пострадавших. Алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Предварительное диагностирование пострадавших.

*Практика:* Ролевая игра «Полечите меня, братцы».

#### **Тема 5.2. Растяжения и разрывы связок. Вывихи (6 ч., 2 т./ 4 п.)**

*Теория:* Техника оказания первой помощи при растяжениях и разрывах связок, вывихах: оценить тяжесть состояния; определить возможность перемещения пострадавшего; обеспечить неподвижность сустава; наложить тугую повязку со льдом. Понятие «привычный вывих».

*Практика:* Практические работы: «Оказание первой доврачебной помощи при растяжении связок»; «Оказание первой доврачебной помощи при вывихе»; «Оказание первой доврачебной помощи при разрывах связок».

#### **Тема 5.3. Реанимационные действия (8 ч., 4 т./ 4 п.)**

*Теория:* Непрямой массаж сердца выполняется при отсутствии пульса и дыхания у пострадавшего. Техника непрямого массажа сердца. Ритм массажа. Искусственное дыхание. Восстановление проходимости дыхательных путей. Искусственная вентиляция легких (ИВЛ) — реанимационное мероприятие. Техника искусственного дыхания «рот в рот».

*Практика:* Практические работы: «Выполнение непрямого массажа сердца»; «Выполнение искусственного дыхания способом «рот в рот».

### **Раздел 6. Основные нормативно-правовые документы (4 ч., 4 т.)**

#### **Тема 6.1. Нормативные документы, регламентирующие деятельность спасателей (4 ч., 4 т.)**

*Теория:* Федеральный закон от 22.08.1995 г № 151 (ред. от 14.07.2022 г.) «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей». Общие положения.

Правовые основы создания АСС и спасателей. Виды аварийно-спасательных работ. Аварийно-спасательные службы. Состав и комплектование. Глава III/ Деятельность АСС. Привлечение АСС к ликвидации чрезвычайных ситуаций. 197-ФЗ «Трудовой кодекс Российской Федерации». О статусе спасателя и статусе промышленного альпиниста.

## **Раздел 7. Классификация чрезвычайных ситуаций (8 ч., 4 т./ 4 п.)**

### **Тема 7.1. Чрезвычайные ситуации природного характера в Тульской области (4 ч., 2 т./2 п.)**

*Теория:* Наводнения на Упе, смерч, оползень, обильные снегопады, серный и кислотный дождь, карст, аномальная жара (2010 г.). Причины возникновения. Угроза для населения. Характер аварийно-спасательных работ. Алгоритм действий при наводнении, аномальной жаре, кислотном дожде.

*Практика:* Практические работы: «Спасательные работы при обильном снегопаде»; «Оказание помощи при сильнейшей жаре».

### **Тема 7.2. Правила поведения человека, попавшего в экстремальную обстановку (4 ч., 2 т./2 п.)**

*Теория:* Причины возникновения экстремальной обстановки: потеря ориентирования в лесу; встреча с дикими опасными животными; захват в заложники; большое скопление людей (толпа); обнаружение незнакомого предмета; террористический акт. Правила ориентирования и действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях. Получение информации об эвакуации. Алгоритм действия при эвакуации.

*Практика:* Практические работы: «Отработка алгоритма действия при эвакуации»; «Отработка алгоритма действия при обнаружении незнакомого предмета (взрывчатого вещества)».

## **Раздел 8. Противопожарная подготовка (12 ч., 6 т./ 6 п.)**

### **Тема 8.1. Средства пожаротушения (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

*Теория:* Огнетушащие средства: вода; водопенные растворы; инертные разбавители; хладоны; комбинированные составы; порошки; аэрозоли. Основные технические средства тушения: стационарные системы; ПК с комплектами рукавных линий. Выбор средств тушения пожара. Боевые расчеты пожарных подразделений. Типы огнетушителей. Изолирующие противогазы.

*Практика:* Упражнения на усвоение навыков одевания и снятия противогаза.

Практическая работа «Работа с огнетушителями разного вида».

### **Тема 8.2. Экипировка спасателей (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

*Теория:* Средства защиты пожарных: боевая одежда; шлем; пояс пожарного с карабином; топор в кобуре; специальная обувь; рукавицы. Боевая одежда пожарного включает: куртка, брюки (полукомбинезон); перчатки. Разные уровни защиты одежды пожарного от высоких температур.

*Практика:* Практические работы: «Надевание боевой одежды пожарного»; «Облачение в полную экипировку спасателя».

### **Тема 8.3. Техника безопасности при пожаре (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

*Теория:* Алгоритм действия при возгорании на балконе; огне, возникшем в квартире; обнаружении задымления в подъезде; пожаре в образовательном учреждении.

*Практика:* Ролевая игра: «Пожар в образовательном учреждении».

## **Раздел 9. Организация и ведение аварийно-спасательных работ (12 ч., 4 т./ 8 п.)**

### **Тема 9.1. Организация аварийных биваков (6 ч., 2 т./4 п.)**

*Теория:* Снаряжение и оборудование для организации аварийного бивака. Аварийный бивак должен быть: безопасным; поблизости от источника с чистой водой; вблизи от дров. Укрытие, навес, заслон из подручных средств. Импровизированная палатка, шалаш, чум. Организация питания спасателей.

*Практика:* Установка бивака в «неудобном месте». Распределение обязанностей.

### **Тема 9.2. Способы транспортировки пострадавших подручными способами (6 ч., 2 т./ 4 п.)**

*Теория:* Виды транспортировки: экстренная, плановая. Экстренная транспортировка: «увидел – схватил – побежал». Плановая – подготовка к транспортировке. Подручные средства и материалы. Перенос пострадавшего на стуле. Транспортировка пострадавшего на шесте с помощью простыни, способом «замок», на двух шестах с помощью штормовок, с помощью спального мешка.

*Практика:* Практические работы: «Транспортировка пострадавшего на стуле»; «Транспортировка пострадавшего способом «замок»; «Транспортировка пострадавшего на шесте с помощью простыни»; «Транспортировка пострадавшего на двух шестах с помощью двух штормовок».

## **Раздел 10. Обеспечение безопасности (4 ч., 4 т.)**

### **Тема 10.1. Правила дорожного движения (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Правила дорожного движения. Основные правила поведения на улице. Правила входа и выхода из автобуса, трамвая, троллейбуса. Светофор. Дорожные знаки. Дисциплина движения в походе.

### **Тема 10.2. Инструктаж по технике безопасности при проведении учебных занятий, соревнований, походов, экскурсий (10 ч., 6 т./ 4 п.)**

*Теория:* Инструкции по технике безопасности при работе с рубящими, колющими и режущими предметами. Инструкция по технике безопасности при проведении учебных занятий в природном окружении и закрытых помещениях.

## **Раздел 11. Физическая подготовка (36 ч., 2 т./ 34 п.)**

### **Тема 11.1. Физические качества «скорость» и «быстрота» (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Понятие «двигательные способности».

Скорость. Быстрота. Основные критерии скорости и быстроты: точность; эффективность; рациональность; находчивость; адекватность; своевременность; целесообразность; инициативность; экономичность; стабильность.

## **Тема 11.2. Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости (10 ч., 10 п.)**

*Практика:* Техника бега и упражнений на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости: равномерный и длительный бег; интервальный бег; бег с низкого старта на 30 и 60 метров; челночный бег; бег на месте с высоким подниманием бедра; ходьба по гимнастической скамейке; слалом между деревьями; прыжки на высоту и спрыгивания с высоты.

## **Тема 11.3. Подвижные и спортивные игры (24 ч., 24 п.)**

*Практика:* Подвижные игры с предметом: «Лови-бросай!»; «Мяч в круге»; «Прокати и догони».

Подвижные игры без предметов: «Чай-чай, выручай!»; «Пустое место»; «Горелки».

Спортивные игры: волейбол, пионербол, баскетбол.

## **Раздел 12. Психологическая подготовка (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

### **Тема 12.1. Понятие страха. Требования к спасателям (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Страх – защитный механизм. Влияние страха на организм человека. Реакция «бей или беги». Виды страхов: по объекту; по продолжительности; по происхождению. Причины и особенности страха. Страх – хорошо или плохо? Как превратить страх в ресурс. Методы борьбы со страхом: психотерапевтические, медикаментозные, комплексные. Требования к спасателям на страхоустойчивость.

### **Тема 12.2. Психологические тесты (2 ч., 2 п.)**

*Практика:* Тестирование учащихся по тестам спасателей.

## **Раздел 13. Подведение итогов учебного года (4 ч., 2 т./ 2 п.)**

### **Тема 13.1. Итоговое мероприятие (2 ч., 2 п.)**

*Практика:* Соревнования «Спасательные работы».

### **Тема 13.2. Мониторинг. Подведение итогов (2 ч., 2 т.)**

*Теория:* Мониторинг обучение и развития. Анкетирование родителей. Тестирование обучающихся. Подведение итогов учебного года. Награждение обучающихся по итогам учебного года и программы в целом.

### **Планируемые результаты:**

По окончании третьего года обучения, обучающиеся должны **знать:**

- порядок преодоления препятствий с самонаведением;
- составлять перечень снаряжения для разных видов похода;
- тактические приемы ориентирования в походе;
- правила поведения в аварийной ситуации;
- правила организации спасательных работ;
- составление маршрута с учетом акклиматизации.

Должны **уметь:**

- организовывать личную и командную страховку.
- осуществлять транспортировку пострадавших разными способами;

- оказывать ПДП до приезда «скорой помощи»;
- проходить туристскую дистанцию 2 класса;
- участвовать в походе 2 категории сложности.

**Будут воспитаны следующие качества:**

- чувство коллективизма, взаимопомощи и ответственности;
- потребность в здоровом образе жизни;
- уважение к своему труду и труду товарищей.

**Будут сформированы:**

- специальные туристские навыки;
- навыки оказания первой доврачебной помощи;
- навыки аварийно-спасательной деятельности;
- навыки противопожарной подготовки.

**Будут развиты:**

- мотивация к туристской и аварийно-спасательной деятельности;
- навыки работы со средствами пожаротушения;
- коммуникативная компетентность в общении со сверстниками и педагогом.

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

### **2.1. Условия реализации программы.**

#### **Материально-техническое обеспечение**

Образовательный процесс предполагает использование на занятиях различное материально-техническое обеспечение (в расчете на 1 учебную группу).

Занятия по программе проводятся в учебном кабинете, соответствующем требованиям СанПиН и техники безопасности.

Наименование оборудования в учебном классе в расчете на одну группу:

1. Стол учительский - 1
2. Стол ученический - 15
3. Стул учительский – 1
4. Стул ученический - 15
5. Магнитная доска - 1
6. Проектор - 1
7. Компьютер – 1.

При проведении занятий в природном окружении Программа может быть реализована при наличии следующих организационно-педагогических условий:

- наличие у детей медицинского допуска;
- спортивной формы для занятий;
- наличие следующего туристского снаряжения:
  1. Палатка – 4шт. («Памирка», «Сьерра»)
  2. Тент для палатки – 4 шт.
  3. Рюкзак – 15 шт.
  4. Коврик – 15 шт.
  5. Комплект кострового оборудования, включая котлы – 1шт.

6. Аптечка
7. Компас – 5 шт.
8. Вербки комплект (10, 8, 6 мм по 30, 40, 50 м)
9. Карабины – 45 шт.
10. Страховочные системы – 15 шт.
11. Приспособления для подъема по веревке – 15 шт.
12. Приспособления для спуска по веревке – 15 шт.
13. Каски – 15 шт.
14. Спусковые устройства – 15 шт.
15. Спортивные, топографические карты, карты- схемы (по 15 шт.).

Требования к специальной одежде и обуви обучающихся:

1. Спортивная одежда и обувь, соответствующие погодным условиям и местности (во время практических занятий и соревнований в природном окружении).
2. Головной убор, соответствующий погоде, и наличие козырька при передвижении в лесной зоне.

## **2.2. Формы аттестации, контроля, оценочные материалы**

Основными видами контроля за результатами освоения обучающимися программы являются:

- входной контроль;
- текущий контроль;
- промежуточная аттестация;
- итоговый контроль.

Перечень форм контроля и проверки теоретических знаний обучающихся, их практических умений и навыков, содержится в учебном плане программы. Содержание контроля определяется самим педагогом в соответствии с содержанием образовательной программы и ее прогнозируемыми результатами.

Входной контроль – это оценка исходного уровня знаний учащихся перед началом образовательной деятельности (необходимость и способ определяется педагогом). Входной контроль проводится в начале учебного года.

Текущий контроль – это оценка качества усвоения учащимися содержания конкретной темы общеобразовательной программы. Текущий контроль осуществляется педагогом во время занятий. Форма текущего контроля выбирается педагогом самостоятельно (наблюдение, опросы, викторины, турниры, соревнования, тестирование и т.д.)

Промежуточная аттестация – это оценка качества усвоения учащимися содержания конкретной общеобразовательной программы по итогам учебного периода (полугодия) и является формой промежуточного контроля освоения образовательной программы. Промежуточная аттестация проводится в соответствии с календарно-тематическим планом и является обязательной.

Итоговый контроль – это оценка уровня достижений учащихся, заявленных в общеобразовательной программе по завершению реализации дополнительной общеразвивающей программы. Формы итогового контроля определяются педагогом в соответствии с содержанием и ожидаемыми

результатами освоения образовательной программы. Итоговый контроль проводится в мае.

Методы отслеживания результативности:

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов анкетирования, выполнения обучающимися заданий, участия детей в мероприятиях (спортивных соревнованиях, слётах, фестивалях и др.), активности обучающихся на занятиях и т.п.;
- мониторинг образовательной деятельности обучающихся на начальном, промежуточном и итоговом уровнях.

Оценочные материалы.

Успешность освоения программы обучающимися в течение года контролируется педагогом при помощи следующих форм контроля:

- участие детей в различных соревнованиях, походах, экскурсиях;
- беседа с обучающимися и родителями;
- диагностические карты выявления результативности образовательной деятельности по программе;
- тесты.

### **2.3. Методическое обеспечение программы**

Информационно-методическое обеспечение включает в себя:

Перечень дидактического материала

1. Видеоматериалы по темам: «Подготовка и проведение СП и ЭП»; «Проведение ПСР»; «Страховка и самостраховка»; «Скалолазание»
2. Фильмы по технике пешеходного туризма или мультимедийные презентации туристских маршрутов.
3. Художественные фильмы: «К2»; «Крик камня»; «Пик Эйлера»; «Вертикаль»; «Смерть проводника»
4. Наглядные пособия по противопожарной безопасности
5. Инструкции по охране труда и технике безопасности.
6. Раздаточный материал: Кодекс туриста.
7. Топографические и спортивные карты.
8. Карточки для изучения топографических и спортивных знаков.
9. Методические рекомендации по туризму и краеведению.
10. Карточки для проверки и закрепления знаний по различным темам.
11. Сценарии и условия проведения игр, интерактивных путешествий, викторин, конкурсов.

*Применяемые технологии и средства обучения и воспитания.*

Образовательный процесс строится с использованием различных методов обучения и современных педагогических технологий – педагогика сотрудничества; технология полного усвоения знаний; информационно-коммуникационная технология; адаптивная система обучения; технология игрового обучения; дифференциация и индивидуализация; технология развивающего обучения, проблемно-поискового обучения, имитационно-ролевого обучения, продуктивного обучения; обучения на основе учебных

ситуаций. Особое внимание уделяется развивающему обучению, личностно-ориентированному подходу, здоровьесберегающим технологиям.

Средства обучения: топографические, спортивные карты, карты-схемы; туристское снаряжение; снаряжение и оборудование спасателей и пожарных; макеты и муляжи для оказания первой медицинской помощи и реанимационных мероприятий; видеофильмы.

#### **2.4. Воспитательная деятельность в рамках реализации программы.**

Цель воспитательной работы – создание благоприятных условий для нравственного воспитания обучающихся, усвоения детьми социально-значимых знаний основных норм и традиций общества, приобщение к истории, традициям народа.

Основное направление деятельности – создание при подготовке и проведении досуговых мероприятий условий для обучения, воспитания и развития обучающихся, формирования благоприятного психологического климата в группе.

Воспитательная работа проводится в рамках реализации Программы развития МБУДО «ЦДЮТ и ПВ» на 2021-2030 годы, с учетом Плана воспитательных мероприятий МБУДО «ЦДЮТ и ПВ» обучающихся на учебный год.

Воспитательный процесс в рамках реализации программы «Юные спасатели» обеспечивается на каждом занятии в течение всего учебного года в ненавязчивой и доброжелательной форме: в виде бесед на темы общечеловеческих ценностей, этики межличностных отношений, гражданской идентичности, формирования гражданских качеств социально ответственной личности, профилактики асоциальных явлений в обществе, отношений старшего и младшего поколений, политической обстановки в мире и роли России в мировом сообществе.

В настоящее время приоритетными задачами в области воспитания и развития ребёнка становятся:

- ✓ обеспечение прав ребёнка на развитие, личностное самоопределение, самореализацию,
- ✓ расширение возможностей для удовлетворения разнообразных интересов детей и их семей,
- ✓ развитие инновационного потенциала,
- ✓ организация полезного досуга.

Программа предусматривает развитие гражданственности и патриотизма через привлечение детей к участию в районных, городских, областных мероприятиях в составе сборных команд учреждения, района, города, области и направлена на:

- формирование, сохранение и укрепление здоровья детей через походы, экскурсии, оздоровительные занятия;
- формирование представлений о нравственности и опыта взаимодействия со сверстниками и взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, приобщение к системе культурных ценностей через участие в

беседах, вечерах, встречах с бывшими воспитанниками, проведение встреч со знаменитыми людьми спорта, туризма и МЧС, групповые экскурсии, походы в музеи;

- формирование трудолюбия, выносливости, готовности к осознанному выбору будущей профессии, стремления к профессионализму, конкурентоспособности через выполнение больших объемов интенсивных тренировочных и соревновательных нагрузок ради решения индивидуальных и коллективных задач;

- формирование экологической культуры, предполагающей ценностное отношение к природе, людям, собственному здоровью через участие в соревнованиях, проведение спортивных мероприятий, совместные выезды на природу, походы;

*В воспитательную работу включено:*

- посещение обучающимися Музея обороны Тулы, Тульского музея оружия;

- встречи с сотрудниками МЧС, ветеранами боевых действий, участниками СВО;

- проведение родительских собраний и индивидуальных бесед с обучающимися и их родителями;

- освещение итогов выступления обучающихся объединения в печати, на радио, сайте, в Интернете;

- проведение соревнований по туристскому многоборью и спортивному ориентированию с целью пропаганды здорового образа жизни, туризма, спортивного ориентирования и привлечения детей к занятиям.

#### *Организационно-методические указания*

При проведении практических занятий уделяется особое внимание качеству страховочных и основных верёвок, рабочему состоянию всех используемых приспособлений (жумары, восьмерки, карабины, капельки и т.д.), наличию у всех обучающихся брезентовых рукавиц, удобной обуви и одежды, соответствующих погоде. Осуществляется постоянный контроль за организацией командной страховки и само страховки каждого обучающегося, за креплением перильных верёвок к опорам, за правильностью страховки.

При отработке тем программы на местности, связанных с ориентированием организуется предварительное проведение теоретических занятий по грамотному поведению в лесу, по выходу из леса по аварийному азимуту, по определению своего местонахождения. При первых выходах детей в лес осуществляется обязательное сопровождение каждого ребенка по дистанции.

## **2.5. Ресурсное обеспечение программы**

### **Методические материалы**

1. Учебно-методический компонент для педагога и обучающихся включает в себя

- *дидактический материал:*

- \* видеоматериалы по темам: «Подготовка и проведение СП и ЭП»; «Проведение ПСР»; «Страховка и само страховка»; «Скалолазание»;

\* фильмы по технике пешеходного туризма или мультимедийные, презентации туристских маршрутов.

\* художественные фильмы: «К2»; «Крик камня»; «Пик Эйлера»; «Вертикаль»; «Смерть проводника»;

\* раздаточный материал: Кодекс туриста;

\* топографические и спортивные карты;

\* карточки для изучения топографических и спортивных знаков;

\* карточки для проверки и закрепления знаний по различным темам;

\* сценарии и условия проведения игр, интерактивных путешествий;

- *методические материалы*:

\* методические рекомендации по туризму и краеведению;

\* инструкции по охране труда и технике безопасности;

- *учебные пособия*:

\* наглядные пособия по противопожарной безопасности.

2. Воспитательный компонент включает в себя:

\* сценарии;

\* информационные материалы об объединении учащихся;

\* фото- и видеоматериалы;

\* страница детского объединения в сети Интернет;

\* материалы по работе с родителями (планы проведения родительских собраний, анкеты, памятки).

3. Компонент результативности включает в себя:

\* таблицы оценки результативности образовательной деятельности;

\* анкеты для детей и родителей;

\* тесты и аналитические материалы по результатам тестирования;

\* индивидуальные образовательные маршруты (портфолио обучающихся);

\* дипломы и грамоты обучающихся;

\* отзывы и публикации.

## 2.6. Список литературы и электронных ресурсов

*для педагогов*

1. Буянов В.М. Первая медицинская помощь. - М.: Изд-во «Медицина», 2014. – 77 с.: ил.

2. Верба И. А., Галкин Я. Б. и др. Туристско-краеведческие кружки в школе. - М.: Просвещение, 1988 - 65 с.

3. Верба И. А., Голицын С. М. И др. Туризм в школе. - М.: ФиС, 1983. -187 с.

4. Ганопольский В. И. Туризм и спортивное ориентирование. - М.: ФиС, 1987 - 201 с.

5. Ильин А.А. Школа выживания в природных условиях. – М.: Изд-во ЭКСМО, 2013. – 176 с.: ил.

6. Кропф Ф. Спасательные работы в горах: Учебное пособие для альпинистов и туристов. – М.: 2015. – 119 с.: ил.

7. Кодыш Э. Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. - М.: ФиС, 1990. – 128 с.: ил.
8. Линчевский Э. Э. Психологический климат группы. - М.: ФиС, 1981. – 98 с.
9. Лукоянов П. И. Зимние спортивные походы. - М.: ФиС, 1988. – 143 с.
10. Маринов Б. Проблемы безопасности в горах. - М.: ФиС, 1981. – 106 с.: ил.
11. Мартынов А.И. Промышленный альпинизм. – М.: ТВТ Дивизион, 2014. – 144 с.: ил.
12. Методические рекомендации по подготовке туристов-лыжников (снаряжение и биваки). - М.: ЦРИБ Турист, 1986. – 99 с.: ил.
13. Организация массового самостоятельного туризма. Учебное пособие. - М.: ЦРИБ Турист, 1986. – 178 с.: ил.
14. Основы безопасности в пешем походе (методические указания). - М.: ЦРИБ Турист, 1983. – 100 с.: ил.
15. Попчиковский В. Ю. Организация и проведение туристских походов. - М.: Профиздат, 1987. – 87 с.
16. Судейство соревнований по пешеходному туризму (методические рекомендации). - М.: ЦРИБ Турист, 1983. – 211 с.: ил.
17. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. – М.: 2015. – 94 с.

*для учащихся*

1. Бардин К. В. Азбука туризма. - М.: Просвещение, 1981. – 90 с.: ил.
2. Коструб А. А. Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат, 2012. – 134 с.: ил.
3. Линчевский Э. Психологический климат туристской группы. – М.: 1981. – 143 с.
4. Организация и подготовка спортивного туристского похода. - М.: ЦРИБ Турист, 1986. – 156 с.: ил.
5. Рощин А. И. Без компаса и карты. - Киев, Радянська школа, 1971. – 133 с.: ил.
6. Симаков В. И. Туристские походы выходного дня. - М.: Советская Россия, 1984. – 97 с.
7. Шимановский В. Ф., Ганопольский В. И. Питание в туристском путешествии. - М.: Профиздат, 1986. – 111 с.
8. Штюрмер Ю. А. Краткий справочник туриста. - М.: Профиздат, 1985. – 178 с.: ил.
9. Штюрмер Ю. А. Опасности в туризме мнимые и действительные. - М., ФиС, 2015 – 123 с.: ил.

*для родителей*

1. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды. – М.: 2023. – 112 с.: ил.
2. Линчевский Э. Психологический климат туристской группы. – М.: 1981. – 143 с.

3. Попчиковский В. Ю. Организация и проведение туристских походов. - М.: Профиздат, 1987. – 112 с.

4. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм. – М.: Изд-во «Советский спорт», 2003. – 141 с.

5. Штюмер Ю. А. Четвертая грань туризма. Общественно полезная работа туристов. - М.: Профиздат, 2014. – 68 с.

### Электронные образовательные ресурсы

1. Абрамова, Г. С. Психология развития и возрастная психология: учебник для вузов и ссузов / Г. С. Абрамова. — Москва: Прометей, 2018. — 708 с. — ISBN 978-5-906879-68-4. — Текст: электронный // Электронно - библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/94514.html>.

URL: [https://www.vounb.ru/for\\_download/El\\_library/Vlg](https://www.vounb.ru/for_download/El_library/Vlg).

2. [https://vk.com/club193401936?z=video42180100\\_456239270%2F42ebda8ee\\_c07fbf8e8%2Fpl\\_wall\\_-193401936](https://vk.com/club193401936?z=video42180100_456239270%2F42ebda8ee_c07fbf8e8%2Fpl_wall_-193401936)

3. [https://vk.com/club193401936?z=video42180100\\_456239250%2Fb6acab74d3a3124835%2Fpl\\_wall\\_-193401936](https://vk.com/club193401936?z=video42180100_456239250%2Fb6acab74d3a3124835%2Fpl_wall_-193401936) / «Правила разведения костра. Типы туристских костров»;

4. [https://vk.com/club193401936?z=video42180100\\_456239146%2F615d8e9e3bdea38710%2Fpl\\_wall\\_-193401936](https://vk.com/club193401936?z=video42180100_456239146%2F615d8e9e3bdea38710%2Fpl_wall_-193401936) «Туристические узлы. История возникновения. Требования к материалам»;

5. [https://vk.com/club193401936?z=video42180100\\_456239249%2F56761af079b17169b6%2Fpl\\_wall\\_-193401936](https://vk.com/club193401936?z=video42180100_456239249%2F56761af079b17169b6%2Fpl_wall_-193401936) «Туристические узлы. Разновидности, условия применения».

## Приложение 1

### Календарный учебный график первого года обучения

| № п/п | Дата проведения занятия | Время проведения занятий | К-во часов | Тема занятия                                                       | Форма занятия      | Место проведения | Форма аттестации/ контроля                                                              |
|-------|-------------------------|--------------------------|------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Сентябрь                |                          | 2          | Цель, задачи, планы объединения на учебный год. Вводный инструктаж | Теория             | МБОУ «ЦО № 12»   | Вводный контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение, обсуждение типовых ситуаций |
| 2.    | Сентябрь                |                          | 4          | Карты и компас                                                     | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12»   | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение                           |
| 3.    | Сентябрь                |                          | 2          | Способы и приёмы ориентирования                                    | Практика           | МБОУ «ЦО № 12»   | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                                   |
|       |                         |                          |            | Способы и                                                          |                    |                  | Текущий контроль:                                                                       |

|     |          |  |   |                                       |                    |                |                                                               |
|-----|----------|--|---|---------------------------------------|--------------------|----------------|---------------------------------------------------------------|
| 4.  | Сентябрь |  | 4 | приёмы ориентирования                 | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | педагогические задания и наблюдение                           |
| 5.  | Сентябрь |  | 2 | Кодекс путешественника                | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение    |
| 6.  | Сентябрь |  | 4 | Стратегия и тактика похода            | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 7.  | Сентябрь |  | 2 | Права и обязанности участников похода | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение    |
| 8.  | Сентябрь |  | 4 | Права и обязанности участников похода | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 9.  | Октябрь  |  | 2 | Снаряжение туристского похода         | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение    |
| 10. | Октябрь  |  | 4 | Снаряжение туристского похода         | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 11. | Октябрь  |  | 2 | Узлы. Типы узлов и верёвок            | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение           |
| 12. | Октябрь  |  | 4 | Узлы. Типы узлов и верёвок            | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 13. | Октябрь  |  | 2 | Узлы. Типы узлов и верёвок            | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 14. | Октябрь  |  | 4 | Узлы. Типы узлов и верёвок            | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 15. | Октябрь  |  | 2 | Узлы. Типы узлов и верёвок            | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 16. | Октябрь  |  | 4 | Узлы. Типы узлов и верёвок            | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 17. | Ноябрь   |  | 2 | Узлы. Типы узлов и верёвок            | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение    |
| 18. | Ноябрь   |  | 4 | Узлы. Типы узлов                      | Практика           | МБОУ «ЦО       | Текущий контроль: педагогические                              |

|     |         |  |   |                                   |                    |                |                                                                      |
|-----|---------|--|---|-----------------------------------|--------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------|
|     |         |  |   | и верёвок                         |                    | № 12»          | задания и наблюдение                                                 |
| 19. | Ноябрь  |  | 2 | Применение узлов в туризме        | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                  |
| 20. | Ноябрь  |  | 4 | Применение узлов в туризме        | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 21. | Ноябрь  |  | 2 | Применение узлов в туризме        | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 22. | Ноябрь  |  | 4 | Применение узлов в туризме        | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 23. | Ноябрь  |  | 2 | Применение узлов в туризме        | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и наблюдение |
| 24. | Ноябрь  |  | 4 | Применение узлов в туризме        | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 25. | Декабрь |  | 2 | Применение узлов в туризме        | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 26. | Декабрь |  | 4 | Типы препятствий и их преодоление | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение        |
| 27. | Декабрь |  | 2 | Применение узлов в туризме        | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 28. | Декабрь |  | 4 | Типы препятствий и их преодоление | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 29. | Декабрь |  | 2 | Типы препятствий и их преодоление | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 30. | Декабрь |  | 4 | Типы препятствий и их преодоление | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 31. | Декабрь |  | 2 | Типы препятствий и их преодоление | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 32. | Декабрь |  | 4 | Типы препятствий и их преодоление | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
|     |         |  |   | Отработка                         |                    |                | Текущий контроль:                                                    |



|     |         |  |   |                                                                                                                          |                    |                      |                                                                     |
|-----|---------|--|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 48. | Февраль |  | 4 | Переломы.<br>Обморожения                                                                                                 | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО<br>№ 12»    | беседа, опрос,<br>педагогические<br>задания и<br>наблюдение         |
| 49. | Март    |  | 2 | Переломы.<br>Обморожения                                                                                                 | Практика           | МБОУ «ЦО<br>№ 12»    | Текущий контроль:<br>педагогические<br>задания и<br>наблюдение      |
| 50. | Март    |  | 4 | Понятие<br>«чрезвычайная<br>ситуация». Причины<br>возникновения<br>пожаров                                               | Теория             | МБОУ «ЦО<br>№ 12»    | Текущий контроль:<br>беседа,<br>педагогическое<br>наблюдение        |
| 51. | Март    |  | 2 | Техника<br>безопасности при<br>пожаре                                                                                    | Теория             | МБОУ «ЦО<br>№ 12»    | Текущий контроль:<br>беседа,<br>педагогическое<br>наблюдение        |
| 52. | Март    |  | 4 | Поиск<br>пострадавших. Техника<br>безопасности при<br>ведении АСР                                                        | Теория             | МБОУ «ЦО<br>№ 12»    | Текущий контроль:<br>беседа,<br>педагогическое<br>наблюдение        |
| 53. | Март    |  | 2 | Правила<br>дорожного<br>движения                                                                                         | Теория             | МБОУ<br>«ЦО №<br>12» | Текущий контроль:<br>беседа,<br>педагогическое<br>наблюдение        |
| 54. | Март    |  | 4 | Инструктаж по<br>технике<br>безопасности при<br>проведении<br>учебных занятий,<br>соревнований,<br>походов,<br>экскурсий | Теория             | МБОУ «ЦО<br>№ 12»    | Текущий контроль:<br>беседа,<br>педагогическое<br>наблюдение        |
| 55. | Март    |  | 2 | Инструктаж по<br>технике<br>безопасности при<br>проведении<br>учебных занятий,<br>соревнований,<br>походов,<br>экскурсий | Теория             | МБОУ «ЦО<br>№ 12»    | Текущий контроль:<br>беседа,<br>педагогическое<br>наблюдение        |
| 56. | Март    |  | 4 | Инструктор по<br>технике<br>безопасности. Общая и<br>специальная<br>физическая<br>подготовка<br>спасателя                | Теория             | МБОУ «ЦО<br>№ 12»    | Текущий контроль:<br>беседа, опрос,<br>педагогическое<br>наблюдение |
| 57. | Апрель  |  | 2 | Физические<br>упражнения на<br>развитие<br>выносливости,<br>быстроты,<br>ловкости,<br>гибкости                           | Практика           | МБОУ «ЦО<br>№ 12»    | Текущий контроль:<br>педагогические<br>задания и<br>наблюдение      |

|     |        |  |   |                                                                              |                    |                |                                                               |
|-----|--------|--|---|------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------|---------------------------------------------------------------|
| 58. | Апрель |  | 4 | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 59. | Апрель |  | 2 | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 60. | Апрель |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 61. | Апрель |  | 2 | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогическое наблюдение                   |
| 62. | Апрель |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 63. | Апрель |  | 2 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогическое наблюдение                   |
| 64. | Апрель |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 65. | Май    |  | 2 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 66. | Май    |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 67. | Май    |  | 2 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 68. | Май    |  | 4 | Психологическая совместимость                                                | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 69. | Май    |  | 2 | Стресс в профессиональной деятельности спасателя                             | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение           |
| 70. | Май    |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и                    |

|     |     |  |   |                                                     |                    |                |                                                       |
|-----|-----|--|---|-----------------------------------------------------|--------------------|----------------|-------------------------------------------------------|
|     |     |  |   |                                                     |                    |                | наблюдение                                            |
| 71. | Май |  | 2 | Подвижные и спортивные игры                         | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 72. | Май |  | 4 | Итоговое мероприятие. Мониторинг. Подведение итогов | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Итоговый контроль: мониторинг, тестирование           |

### Календарный учебный график второго года обучения

| № п/п | Месяц проведения занятия | Время проведения занятий | К-во часов | Тема занятия                                                 | Форма занятия      | Место проведения | Форма аттестации/контроля                                                               |
|-------|--------------------------|--------------------------|------------|--------------------------------------------------------------|--------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Сентябрь                 |                          | 2          | Задачи, планы объединения на учебный год. Вводный инструктаж | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12»   | Вводный контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение, обсуждение типовых ситуаций |
| 2.    | Сентябрь                 |                          | 4          | Способы определения точки стояния                            | Практика           | МБОУ «ЦО № 12»   | Вводный контроль: педагогические задания и наблюдение                                   |
| 3.    | Сентябрь                 |                          | 2          | Измерение расстояния на карте и на местности                 | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12»   | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение                           |
| 4.    | Сентябрь                 |                          | 4          | Чтение карты                                                 | Практика           | МБОУ «ЦО № 12»   | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                                   |
| 5.    | Сентябрь                 |                          | 2          | Права и обязанности руководителя и заместителя похода        | Теория             | МБОУ «ЦО № 12»   | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение                              |
| 6.    | Сентябрь                 |                          | 4          | Стратегия и тактика похода                                   | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12»   | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение                           |
| 7.    | Сентябрь                 |                          | 2          | Требования к бивакам                                         | Теория             | МБОУ «ЦО № 12»   | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение                              |
| 8.    | Сентябрь                 |                          | 4          | Требования к бивакам                                         | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12»   | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение                           |

|     |         |  |   |                                                                                                 |                    |                |                                                               |
|-----|---------|--|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------|---------------------------------------------------------------|
| 9.  | Октябрь |  | 2 | Требования к бивакам                                                                            | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 10. | Октябрь |  | 4 | Требования к бивакам                                                                            | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 11. | Октябрь |  | 2 | Питание в походе                                                                                | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение           |
| 12. | Октябрь |  | 4 | Питание в походе                                                                                | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 13. | Октябрь |  | 2 | Питание в походе                                                                                | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 14. | Октябрь |  | 4 | Питание в походе. Узлы. Применение узлов в туризме                                              | Практика<br>Теория | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 15. | Октябрь |  | 2 | Узлы. Применение узлов в туризме                                                                | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение    |
| 16. | Октябрь |  | 4 | Узлы. Применение узлов в туризме                                                                | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 17. | Ноябрь  |  | 2 | Узлы. Применение узлов в туризме                                                                | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 18. | Ноябрь  |  | 4 | Узлы. Применение узлов в туризме. Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 19. | Ноябрь  |  | 2 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка                                   | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение           |
| 20. | Ноябрь  |  | 4 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка                                   | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 21. | Ноябрь  |  | 2 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка                                   | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
|     |         |  |   | Преодоление                                                                                     |                    |                | Текущий контроль: педагогические                              |

|     |         |  |   |                                                                           |          |                |                                                       |
|-----|---------|--|---|---------------------------------------------------------------------------|----------|----------------|-------------------------------------------------------|
| 22. | Ноябрь  |  | 4 | препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка                         | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | задания и наблюдение                                  |
| 23. | Ноябрь  |  | 2 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка             | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 24. | Ноябрь  |  | 4 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка             | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 25. | Декабрь |  | 2 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка             | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 26. | Декабрь |  | 4 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка             | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 27. | Декабрь |  | 2 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка             | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 28. | Декабрь |  | 4 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка             | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 29. | Декабрь |  | 2 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка             | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 30. | Декабрь |  | 4 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка             | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 31. | Декабрь |  | 2 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка             | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 32. | Декабрь |  | 4 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка             | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 33. | Январь  |  | 2 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка             | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 34. | Январь  |  | 4 | Преодоление препятствий по верёвке. Страховка и самостраховка             | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение |
| 35. | Январь  |  | 2 | Географические особенности Большой Тулы. Тульский областной краеведческий | Теория   | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение   |

|     |         |  |   |                                                                                                                  |                     |                |                                                                                                   |
|-----|---------|--|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |         |  |   | музей                                                                                                            |                     |                |                                                                                                   |
| 36. | Январь  |  | 4 | Тульский областной краеведческий музей. Природные объекты города Тулы                                            | Теория<br>Экскурсия | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение                                        |
| 37. | Январь  |  | 2 | Природные объекты города Тулы                                                                                    | Экскурсия           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогическое наблюдение                                                       |
| 38. | Январь  |  | 4 | Остановка артериального кровотечения                                                                             | Теория<br>Практика  | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение                                     |
| 39. | Январь  |  | 2 | Ожоги                                                                                                            | Теория              | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение                                        |
| 40. | Январь  |  | 4 | Ожоги. Ядовитые растения                                                                                         | Практика<br>Теория  | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение                                     |
| 41. | Февраль |  | 2 | Ядовитые растения                                                                                                | Практика            | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                                             |
| 42. | Февраль |  | 4 | Основы анатомии и физиологии человека                                                                            | Теория<br>Практика  | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и наблюдение                              |
| 43. | Февраль |  | 2 | Состав медицинской аптечки                                                                                       | Теория              | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                                               |
| 44. | Февраль |  | 4 | Состав медицинской аптечки. Ф3 «О защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» | Практика<br>Теория  | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и наблюдение, обсуждение типовых ситуаций |
| 45. | Февраль |  | 2 | Ф3 «О защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»                             | Теория              | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                                               |
| 46. | Февраль |  | 4 | Ф3 «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя»                                                        | Теория              | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                                               |

|     |         |  |   |                                                                              |          |                |                                                                  |
|-----|---------|--|---|------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------|------------------------------------------------------------------|
| 47. | Февраль |  | 2 | Чрезвычайные ситуации техногенного характера                                 | Теория   | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение              |
| 48. | Февраль |  | 4 | Чрезвычайные ситуации техногенного. Организация, способы и средства разведки | Теория   | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение       |
| 49. | Март    |  | 2 | Организация, способы и средства разведки                                     | Теория   | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение              |
| 50. | Март    |  | 4 | Техника безопасности при пожаре                                              | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение            |
| 51. | Март    |  | 2 | Транспортировка пострадавших                                                 | Теория   | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение              |
| 52. | Март    |  | 4 | Транспортировка пострадавшего при подъёме и спуске                           | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение            |
| 53. | Март    |  | 2 | Транспортировка пострадавшего при подъёме и спуске                           | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение            |
| 54. | Март    |  | 4 | Вводный инструктаж. Инструктаж по технике безопасности                       | Теория   | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: практическая работа, педагогическое наблюдение |
| 55. | Март    |  | 2 | Физические качества «ловкость» и «гибкость»                                  | Теория   | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение              |
| 56. | Март    |  | 4 | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение            |
| 57. | Апрель  |  | 2 | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение            |
| 58. | Апрель  |  | 4 | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости | Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение            |

|     |        |  |   |                                                                              |                    |                |                                                               |
|-----|--------|--|---|------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------|---------------------------------------------------------------|
| 59. | Апрель |  | 2 | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 60. | Апрель |  | 4 | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 61. | Апрель |  | 2 | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 62. | Апрель |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 63. | Апрель |  | 2 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 64. | Апрель |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 65. | Май    |  | 2 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 66. | Май    |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 67. | Май    |  | 2 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 68. | Май    |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 69. | Май    |  | 2 | Подвижные и спортивные игры                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические поручения и наблюдение       |
| 70. | Май    |  | 4 | Подвижные и спортивные игры. Определение ролей в коллективе                  | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 71. | Май    |  | 2 | Определение своей                                                            | Практика           | МБОУ «ЦО №     | Текущий контроль: педагогические                              |

|     |     |  |   |                                                           |                    |                   |                                                                                                                    |
|-----|-----|--|---|-----------------------------------------------------------|--------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |     |  |   | роли в коллективе                                         |                    | 12»               | задания и наблюдение                                                                                               |
| 72. | Май |  | 4 | Итоговое мероприятие.<br>Мониторинг.<br>Подведение итогов | Практика<br>Теория | МБОУ<br>«ЦО № 12» | Итоговый контроль:<br>участие в мероприятии,<br>результативность,<br>мониторинг,<br>тестирование,<br>анкетирование |

### Календарный учебный график третьего года обучения

| №<br>п/п | Дата<br>проведения<br>занятия | Часы<br>проведения<br>занятий | К-во<br>часов | Тема занятия                                                    | Форма<br>занятия   | Место<br>проведен<br>ия | Форма аттестации/<br>контроля                                    |
|----------|-------------------------------|-------------------------------|---------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------|
| 1.       | Сентябрь                      |                               | 2             | Задачи, планы объединения на учебный год.<br>Вводный инструктаж | Теория             | МБОУ<br>«ЦО № 12»       | Вводный контроль:<br>беседа, опрос,<br>педагогическое наблюдение |
| 2.       | Сентябрь                      |                               | 4             | Движение по азимуту                                             | Теория<br>Практика | МБОУ<br>«ЦО № 12»       | Текущий контроль:<br>беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 3.       | Сентябрь                      |                               | 2             | Ориентирование в походе                                         | Теория             | МБОУ<br>«ЦО № 12»       | Текущий контроль:<br>беседа, опрос,<br>педагогическое наблюдение |
| 4.       | Сентябрь                      |                               | 4             | Ориентирование на местности                                     | Практика           | МБОУ<br>«ЦО № 12»       | Текущий контроль:<br>педагогические задания и наблюдение         |
| 5.       | Сентябрь                      |                               | 2             | Подготовка туристского снаряжения                               | Теория             | МБОУ<br>«ЦО № 12»       | Текущий контроль:<br>беседа, опрос,<br>педагогическое наблюдение |
| 6.       | Сентябрь                      |                               | 4             | Подготовка туристского снаряжения                               | Практика           | МБОУ<br>«ЦО № 12»       | Текущий контроль:<br>педагогические задания и наблюдение         |
| 7.       | Сентябрь                      |                               | 2             | Специальное снаряжение для разных видов туризма                 | Теория             | МБОУ<br>«ЦО № 12»       | Текущий контроль:<br>беседа, опрос,<br>педагогическое наблюдение |
| 8.       | Сентябрь                      |                               | 4             | Специальное снаряжение для разных видов туризма                 | Практика           | МБОУ<br>«ЦО № 12»       | Текущий контроль:<br>педагогические задания и наблюдение         |
| 9.       | Октябрь                       |                               | 2             | Аварийная ситуация                                              | Теория             | МБОУ<br>«ЦО № 12»       | Текущий контроль:<br>беседа, опрос,<br>педагогическое наблюдение |
| 10.      | Октябрь                       |                               | 4             | Аварийная ситуация                                              | Теория<br>Практика | МБОУ<br>«ЦО № 12»       | Текущий контроль:<br>беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 11.      | Октябрь                       |                               | 2             | Аварийная ситуация                                              | Практика           | МБОУ<br>«ЦО № 12»       | Текущий контроль:<br>педагогические задания и наблюдение         |
|          |                               |                               |               |                                                                 |                    | МБОУ                    | Текущий контроль:                                                |

[illegible]

|     |         |  |   |                                                                 |                    |                |                                                                      |
|-----|---------|--|---|-----------------------------------------------------------------|--------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------|
| 31. | Декабрь |  | 2 | Стратегия и тактика команды                                     | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 32. | Декабрь |  | 4 | Тула – город-герой                                              | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                  |
| 33. | Январь  |  | 2 | Музей обороны города Тулы                                       | Экскурсия          | Музей          | Текущий контроль: педагогическое наблюдение                          |
| 34. | Январь  |  | 4 | Тульский музей оружия                                           | Экскурсия          | Музей          | Текущий контроль: педагогическое наблюдение                          |
| 35. | Январь  |  | 2 | Методы и средства оказания первой доврачебной помощи            | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                  |
| 36. | Январь  |  | 4 | Методы и средства оказания первой доврачебной помощи            | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение           |
| 37. | Январь  |  | 2 | Растяжения и разрывы связок. Вывихи                             | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 38. | Январь  |  | 4 | Растяжения и разрывы связок. Вывихи                             | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 39. | Январь  |  | 2 | Реанимационные действия                                         | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение           |
| 40. | Январь  |  | 4 | Реанимационные действия                                         | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические занятия и наблюдение        |
| 41. | Февраль |  | 2 | Реанимационные действия                                         | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 42. | Февраль |  | 4 | Нормативные документы, регламентирующие деятельность спасателей | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогическое наблюдение           |
| 43. | Февраль |  | 2 | Чрезвычайные ситуации природного характера в Тульской области   | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                  |
| 44. | Февраль |  | 4 | Правила поведения в экстремальных ситуациях                     | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и наблюдение |
| 45. | Февраль |  | 2 | Чрезвычайные ситуации природного характера в Тульской области   | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
|     |         |  |   |                                                                 |                    | МБОУ           | Текущий контроль:                                                    |

|     |         |  |   |                                                                                                                                       |                    |                |                                                                      |
|-----|---------|--|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------|
| 46. | Февраль |  | 4 | Средства пожаротушения                                                                                                                | Теория<br>Практика | «ЦО № 12»      | беседа, педагогические задания и наблюдение                          |
| 47. | Февраль |  | 2 | Экипировка спасателей                                                                                                                 | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                  |
| 48. | Февраль |  | 4 | Экипировка спасателей. Техника безопасности при пожаре                                                                                | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и наблюдение |
| 49. | Март    |  | 2 | Техника безопасности при пожаре                                                                                                       | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 50. | Март    |  | 4 | Организация аварийных биваков                                                                                                         | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение        |
| 51. | Март    |  | 2 | Организация аварийных биваков                                                                                                         | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 52. | Март    |  | 4 | Способы транспортировки пострадавших                                                                                                  | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение        |
| 53. | Март    |  | 2 | Способы транспортировки пострадавших                                                                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                |
| 54. | Март    |  | 4 | Правила дорожного движения<br>Инструктаж по технике безопасности перед практическими занятиями, соревнованиями, походами, экскурсиями | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                  |
| 55. | Март    |  | 2 | Инструктаж по технике безопасности перед практическими занятиями, соревнованиями, походами, экскурсиями                               | Теория             | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогическое наблюдение                  |
| 56. | Март    |  | 4 | Инструктаж по технике безопасности перед практическими занятиями, соревнованиями, походами, экскурсиями                               | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, опрос, педагогические задания и наблюдение |
|     |         |  |   | Инструктаж по технике                                                                                                                 |                    |                |                                                                      |

|     |        |  |   |                                                                                                                           |                    |                |                                                               |
|-----|--------|--|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------|---------------------------------------------------------------|
| 57. | Апрель |  | 2 | безопасности перед практическими занятиями, соревнованиями, походами, экскурсиями                                         | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 58. | Апрель |  | 4 | Физические качества «скорость» и «быстрота». Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение |
| 59. | Апрель |  | 2 | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости                                              | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 60. | Апрель |  | 4 | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости                                              | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 61. | Апрель |  | 2 | Физические упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, гибкости                                              | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 62. | Апрель |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                                                               | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 63. | Апрель |  | 2 | Подвижные и спортивные игры                                                                                               | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 64. | Апрель |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                                                               | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 65. | Май    |  | 2 | Подвижные и спортивные игры                                                                                               | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 66. | Май    |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                                                               | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 67. | Май    |  | 2 | Подвижные и спортивные игры                                                                                               | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |
| 68. | Май    |  | 4 | Подвижные и спортивные игры                                                                                               | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение         |

|     |     |  |   |                                                                        |                    |                |                                                                                                     |
|-----|-----|--|---|------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 69. | Май |  | 2 | Подвижные и спортивные игры                                            | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                                               |
| 70. | Май |  | 4 | Подвижные и спортивные игры<br>Понятие страха, требования к спасателям | Теория<br>Практика | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: беседа, педагогические задания и наблюдение                                       |
| 71. | Май |  | 2 | Психологические тесты                                                  | Практика           | МБОУ «ЦО № 12» | Текущий контроль: педагогические задания и наблюдение                                               |
| 72. | Май |  | 4 | Итоговое мероприятие.<br>Мониторинг.<br>Подведение итогов              | Практика<br>Теория | МБОУ «ЦО № 12» | Итоговый контроль: участие в мероприятии, результативность, мониторинг, тестирование, анкетирование |

## Приложение 2

### Мониторинг результатов обучения ребёнка по дополнительной образовательной программе

| Показатели (оцениваемые параметры)                                                    | Критерии                                                            | Степень выраженности оцениваемого качества                                                                  | Возможное число баллов | Методы диагностики                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------------------------------------|
| <b>1. Теоретическая подготовка ребёнка</b>                                            |                                                                     |                                                                                                             |                        |                                                   |
| 1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы) | Соответствие теоретических знаний ребёнка программным требованиям   | Минимальный уровень – ребёнок овладел менее, чем $\frac{1}{2}$ объёма знаний, предусмотренных программой    | 1                      | Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др. |
|                                                                                       |                                                                     | Средний уровень – объём усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$ .                                   | 5                      |                                                   |
|                                                                                       |                                                                     | Максимальный уровень – освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период | 10                     |                                                   |
| 1.2. Владение специальной терминологией                                               | Осмысленность и правильность использования специальной терминологии | Минимальный уровень – ребёнок, как правило, избегает употреблять специальные термины                        | 1                      | Собеседование                                     |
|                                                                                       |                                                                     | Средний уровень – сочетает специальную терминологию с бытовой                                               | 5                      |                                                   |
|                                                                                       |                                                                     | Максимальный уровень – специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии с их содержанием    | 10                     |                                                   |
| <b>2. Практическая подготовка ребёнка</b>                                             |                                                                     |                                                                                                             |                        |                                                   |
| 2.1. Практические умения и навыки,                                                    | Соответствие практических умений и                                  | Минимальный уровень – ребёнок овладел менее, чем $\frac{1}{2}$ предусмотренных умений и                     | 1                      | Контрольное задание                               |

|                                                                                        |                                                                                |                                                                                                                                                                 |    |                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---------------------------------|
| предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы) | навыков программным требованиям                                                | навыков                                                                                                                                                         |    |                                 |
|                                                                                        |                                                                                | Средний уровень – объём усвоенных умений и навыков составляет более ½.                                                                                          | 5  |                                 |
|                                                                                        |                                                                                | Максимальный уровень – овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой в конкретный период.                                          | 10 |                                 |
| 2.2. Интерес к занятиям в детском объединении                                          | Отсутствие затруднений в использовании и специального оборудования и оснащения | Минимальный уровень умений – ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием.                                                               | 1  | Контрольное задание             |
|                                                                                        |                                                                                | Средний уровень – работает с оборудованием с помощью педагога.                                                                                                  | 5  |                                 |
|                                                                                        |                                                                                | Максимальный уровень – работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых затруднений.                                                               | 10 |                                 |
| 2.3. Творческие навыки                                                                 | Креативность в выполнении практических заданий                                 | Начальный (элементарный) уровень развития креативности – ребёнок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога                            | 1  | Контрольное задание             |
|                                                                                        |                                                                                | Репродуктивный уровень – в основном выполняет задания на основе образца                                                                                         | 5  |                                 |
|                                                                                        |                                                                                | Творческий уровень – выполняет практические задания с элементами творчества.                                                                                    | 10 |                                 |
| 3. Общеучебные умения и навыки ребёнка                                                 |                                                                                |                                                                                                                                                                 |    |                                 |
| 3.1. Учебно-интеллектуальные умения:                                                   |                                                                                |                                                                                                                                                                 |    |                                 |
| 3.1.1 Умение подбирать и анализировать специальную литературу                          | Самостоятельность в выборе и анализе литературы                                | Минимальный уровень умений – ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе со специальной литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога. | 1  | Анализ исследовательской работы |
|                                                                                        |                                                                                | Средний уровень – работает со специальной литературой с помощью педагога или родителей.                                                                         | 5  |                                 |
|                                                                                        |                                                                                | Максимальный уровень – работает со специальной литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей.                                                     | 10 |                                 |

|                                                                 |                                                                         |                                                                                                                                                                             |   |                                 |
|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------|
| 3.1.2. Умение пользоваться компьютерными источниками информации | Самостоятельность в использовании компьютерным и источниками информации | Минимальный уровень умений – ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе с компьютерными источниками информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога. | 1 | Анализ исследовательской работы |
|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------|

### Приложение 3

#### Тесты:

#### Промежуточное тестирование для учащихся 1 года обучения

Выбери правильные ответы на следующие вопросы:

1. Кто из великих князей Московских повелел построить «город каменной на Туле» в 1507 году?

- А. Василий Шуйский
- Б. Василий III
- В. Иван Грозный

2. Откуда «городовые мастера» брали известняковые каменные блоки для строительства Тульского кремля?

- А. из города Белёва
- Б. из города Венёва
- В. за рекой Упой в нынешней Гончарной слободе.

3. Что такое «Жумар»

- А. Устройство для подъема
- Б. Устройство для спуска
- В. Вообще ненужная вещь

4. Узел «восьмерка» показан на рисунке?



А)

Б)



В)



5. Как переводится аббревиатура ПДП и СМП?

- А. Подготовка к доврачебной помощи и скорая медицинская помощь
- Б. Первая доврачебная помощь и служба медицинской помощи
- В. Первая доврачебная помощь и скорая медицинская помощь

**6. Если произошла травма, по какому номеру необходимо звонить в СМП?**

- А. 112
- Б. 003
- В. 911

**7. Назовите основные предметы личного снаряжения для летнего похода**

---

**8. Назовите виды ориентирования?**

---

**9. Что из продуктов вы запрещено брать в поход?**

---

**10. Автономное существование человека в природе — это:**

- А. ежедневные длительные прогулки по лесу;
- Б. самостоятельное независимое существование человека в природных условиях;
- В. разновидность выездного туризма, путешествия в районах, значительно отдаленных от места жительства.

### **Тест на тему «Тульский кремль»**

#### **Тестовые вопросы и ответы к теме «Тульский кремль»**

- 1. Как называлась полевая дорога из Перекопа до Москвы, по которой в Московское государство с юга вторгались неприятели?  
Строительство Тульского кремля надежно перекрыло от набегов врагов эту дорогу.**
  - А. Ногайская дорога
  - Б. Муравский шлях
  - В. Бакаев шлях
- 2. Кто из великих князей Московских повелел построить «город каменной на Туле» в 1507 году?**
  - А. Василий Шуйский
  - Б. Василий III
  - В. Иван Грозный
- 3. Как называлось пограничное оборонительное укрепление, в котором появился Тульский кремль?**
  - А. Засечная черта
  - Б. Завитай
  - В. Городище
- 4. Откуда «городовые мастера» брали известняковые каменные блоки для строительства Тульского кремля?**

- А. из города Белёва
- Б. из города Венёва
- В. за рекой Упой в нынешней Гончарной слободе.

**5. В Тульском кремле есть герсы. Что они представляют собой?**

- А. навесные бойницы
- Б. участки стен между башнями кремля
- В. железные подъемные решетки внутри проездных башен.

**6. Какая единственная квадратная башня Тульского кремля является глухой?**

- А. Башня На Погребу
- Б. Ивановская
- В. Никитская

**7. Из какого летописного источника можно узнать об окончании строительства Тульского кремля в 1520 году?**

- А. Воскресенская летопись.
- Б. Никоновская летопись
- В. Повесть временных лет

**8. Самая ранняя из Писцовых книг (1587-1589 гг.) упоминает, что во второй половине XVI века вокруг каменного кремля появились деревянно-земляные укрепления протяжённостью около 3,5 км. Как называется оборонительное сооружение, построенное вокруг каменного кремля, представлявшее собой частокол из брёвен?**

- А. Острог
- Б. Слобода
- В. Торг

**9. На стене какого из строений в Тульском кремле, имеется резное изображение двуглавого орла в овальном медальоне из известняка?**

- А. На западной стороне фасада Свято-Успенского собора.
- Б. На западной стороне фасада Богоявленского собора
- В. На восточной стороне храма Дмитрия Донского

**10. Какая из башен Тульского кремля называлась Всполошной?**

- А. Спасская
- Б. Одоевских ворот
- В. Пятницких ворот

**11. Кто из царственных особ впервые выделил государственные средства на «возобновление» (капитальный ремонт) Тульского кремля.**

- А. Петр I
- Б. Екатерина II
- В. Василий III

**Тестовые вопросы и ответы к учебному разделу  
«Организация и ведение аварийно-спасательных работ»**

**1. Обнаружив предмет, похожий на взрывное устройство, Вы в первую очередь:**

- А) обследуете предмет;
- Б) сообщите друзьям;
- В) сообщите о находке в полицию или кому-либо из взрослых.

**2. В случае необходимости проведения иммобилизации при переломе бедра или плеча какое количество суставов необходимо фиксировать?**

- А) не имеет значения;
- Б) 2 сустава;
- В) 3 сустава.

**3. При аварийной посадке самолета надо:**

- А) руки сложить на животе, согнуться и поджать ноги;
- Б) согнуться, наклонить голову как можно ниже и прикрыть руками, упереться ногами в спинку переднего сиденья;
- В) спиной прижаться к спинке кресла как можно плотнее.

**4. Автономное существование человека в природе — это:**

- А) ежедневные длительные прогулки по лесу;
- Б) самостоятельное независимое существование человека в природных условиях;
- В) разновидность выездного туризма, путешествия в районах, значительно отдаленных от места жительства.

**5. Ваши действия при оповещении о наводнении:**

- А) включить телевизор, радиоприемник, выслушать сообщения и рекомендации;
- Б) ждать на улице;
- В) выкидывать из окна ценные вещи.

**6. Покидать троллейбус в ненастную, сырую погоду, на крышу которого упал контактный провод, необходимо через:**

- А) люк в крыше;
- Б) дверь только прыжком;
- В) двери по ступенькам.

**7. Основной способ спасения людей при извержении вулканов:**

- А) эвакуация;
- Б) укрытие в специально оборудованных убежищах;
- В) использование средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

**8. Чего нельзя делать во время грозы?**

- А) все ответы верные;

- Б) купаться в водоёмах;
- В) касаться металлических сооружений;
- Г) держать в руках длинные металлические предметы;
- Д) стоять рядом с высокими деревьями.

**9. Номер 112 доступен бесплатно:**

- А) только со стационарных (домашних) телефонов;
- Б) со стационарных (домашних) телефонов, и мобильных телефонов;
- В) со стационарных (домашних) телефонов, мобильных телефонов, в том числе и с общественных телефонов.

**10. Вести себя правильно на пляже – это значит:**

- А) сильно разогревшись на солнышке, с разбегу окунуться в прохладную воду;
- Б) лежать на солнце до получения ровного и стойкого загара.
- В) находиться в воде и на берегу попеременно, не перегреваясь на солнце

**Тест «Природа нашего города»**

**Тестовые вопросы и ответы к учебному разделу «Природные объекты города Тулы»**

**1. Как назывался ранее Белоусовский парк?**

- А. Петровский,
- Б. Ивановский,
- В. Павловский.

**2. В каком парке города есть оборудованный родник?**

- А. Платоновский,
- Б. Рогожинский,
- В. Баташевский.

**3. Именем, какого Белорусского города назван сквер в Туле?**

- А. Брест,
- Б. Полоцк,
- В. Могилев.

**4. В каком году был открыт Сквер Тулякам - Героям Советского Союза?**

- А. 1950 г.,
- Б. 1967 г.,
- В. 1970г.

**5. У входа, в какой парк установлен памятник В. Ф. Рудневу?**

- А. Центральный парк им. П.П. Белоусова,
- Б. Комсомольский,
- В. Платоновский.

**6. Какой современный сквер назывался Гоголевским?**

- А. Толстовский,
- Б. Пушкинский,
- В. Кировский.

**7. Территория какой засеки не примыкает непосредственно к Туле?**

- А. Малиновая,
- Б. Калиновая,
- В. Щегловская.

**8. В каком тульском парке наибольшее количество водоемов?**

- А. Платоновский,
- Б. Комсомольский,
- В. Центральный парк им. П.П. Белоусова.

**9. Как назывался ранее Комсомольский парк?**

- А. Пионерский,
- Б. Александровский,
- В. Октябрьский.

**10. На какой улице находится Пролетарский парк?**

- А. Ул. Кутузова,
- Б. ул. Металлургов,
- В. ул. Кирова.

### **Тест «Выживание в природных условиях»**

**Тестовые вопросы и ответы к учебному разделу «Основы туристской подготовки»**

**1. При укладке рюкзака вещи, необходимые в первую очередь, должны быть:**

- А. внизу
- Б. наверху
- В. на себе

**2. Спички можно защитить, опустив их головки в:**

- А. бензин
- Б. керосин
- В. парафин

**3. Свечи лучше брать те, которые можно использовать не только по прямому назначению, но и употреблять в пищу. Это:**

- А. жировые
- Б. парафиновые
- В. стеариновые

**4. Для стерилизации воды всыпьте в неё несколько кристаллов:**

- А. соли
- Б. сахара
- В. марганцовки

**5. Прежде всего человек испытывает потребность в:**

- А. пище
- Б. огне
- В. воде

**6. При поисках воды копайте яму в том месте, где:**

- А. трава наиболее зелёная
- Б. камни наиболее крупные
- В. проходят звериные тропы.

**7. Если спички отсырели:**

- А. потрите их о лезвия ножа
- Б. потрите их о мочку уха
- В. потрите их о волосы

**8. Продукты питания в походе должны храниться в закрытых емкостях:**

- А. в воде
- Б. на деревьях
- В. в земле

**9. Чтобы перерубить тонкое бревно, положите его одним концом:**

- А. на крупный камень
- Б. на землю
- В. на другое бревно

**10. Чтобы избежать снежной слепоты:**

- А. ограничьте передвижения в солнечную погоду
- Б. зачерните кожу ниже глаз древесным углем
- В. не поднимайте глаза к свету.

**Приложение 4**

**Викторины:**

**Викторина к учебному разделу «Оказание первой доврачебной помощи с ответами»**

**1. Первая медицинская помощь при обморожении?**

*(Создать условия для общего согревания, наложить ватно-марлевую повязку на обмороженный участок, дать теплое питье).*

**2. Как оказать помощь пострадавшему при ожоге отдельных участков тела щелочными растворами?**

*(Обработать пораженное место 1-2% раствором борной, лимонной или уксусной кислоты, наложить асептическую повязку).*

**3. Первая медицинская помощь при вывихе конечности?**

*Осуществить иммобилизацию конечности, дать обезболивающие средства, приложить к поврежденному суставу пузырь с холодной водой или льдом, организовать транспортировку в больницу или травмпункт).*

**4. Как оказать первую помощь пострадавшему при ожоге отдельных участков тела кислотой?**

*(Промыть поврежденный участок мыльным или 2% раствором столовой соды и наложить асептическую повязку).*

**5. В каком положении эвакуируется пострадавший в ДТП с вывихом бедра? (В положении лежа).**

**6. В каком положении эвакуируется пострадавший в ДТП с вывихом костей верхней конечности?** *(Свободное положение).*

**7. Как транспортировать пострадавшего с проникающим ранением грудной клетки?**

*(лежа на спине с приподнятой верхней частью туловища).*

**8. Где проводится надавливание на грудную клетку при закрытом массаже сердца?** *(на нижнюю треть грудины).*

**9. Какой должна быть транспортная шина?**

*(С возможностью фиксации места перелома и обездвиживания двух смежных суставов).*

**10. Как оказать ПМП при открытом переломе?**

*(Осуществить иммобилизацию конечности, наложить на рану стерильную повязку, дать обезболивающие лекарства и организовать транспортировку пострадавшего в лечебное учреждение).*

**11. В каких случаях применяется уголь активированный, находящийся в аптечке?** *(При отравлении).*

**12. Для чего применяется раствор сульфацила натрия, находящийся в аптечке?**

*(При травме глаза или попадании инородных тел промыть глаза и закапать 3-5 капель раствора сульфацила натрия).*

**13. Признаки отравления угарным газом?**

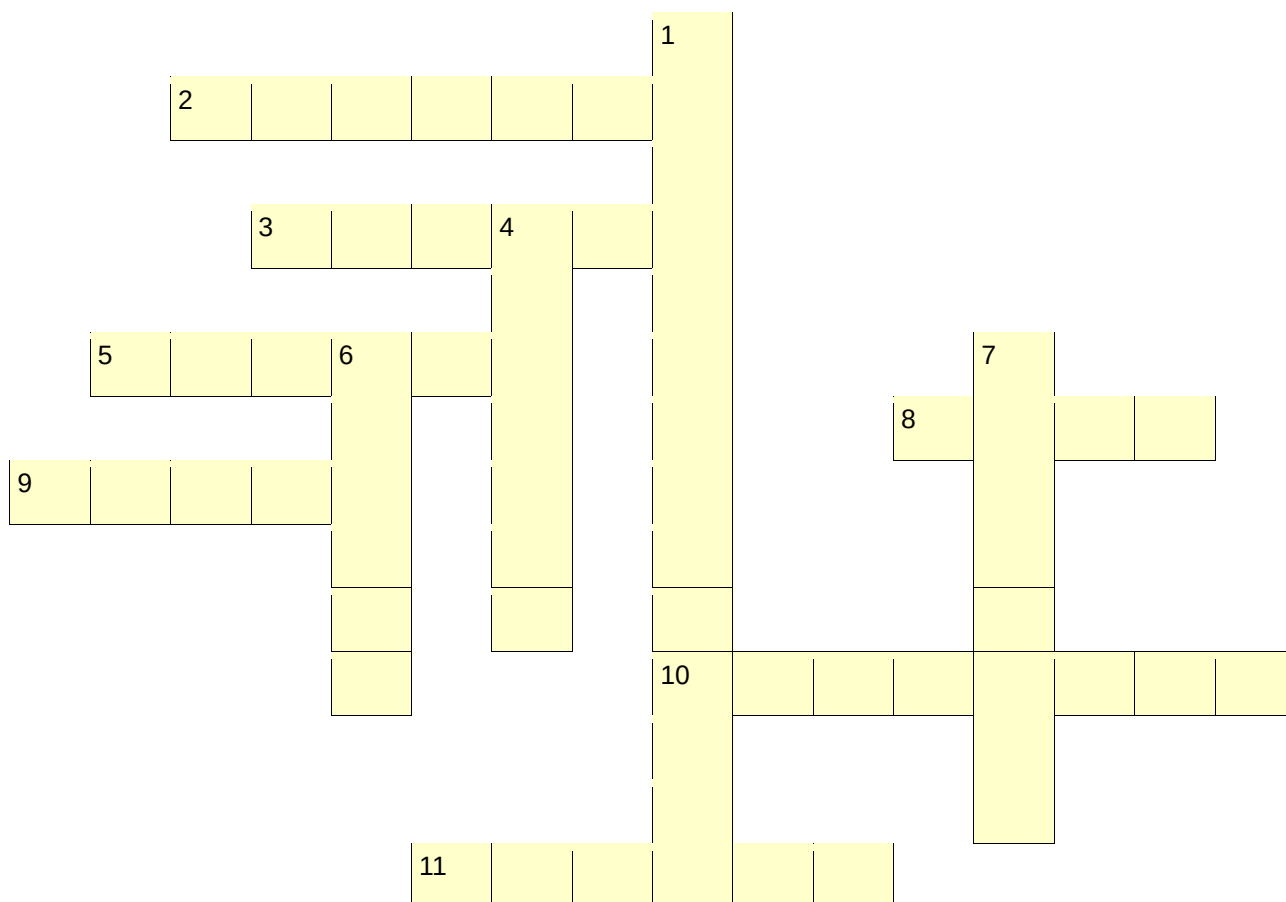
*(Слабость, тошнота, рвота, головокружение, покраснение кожных покровов).*

**14. Как оказать помощь при ожоге кипятком?**

*Промыть обожженный участок холодной водой минут 10, наложить стерильную повязку, дать болеутоляющие средства*

## Кроссворды:

### Кроссворд по теме «Ориентирование» к учебному разделу «Топография и ориентирование» 1- го года обучения



#### По горизонтали:

2. Как называется комплекс условных обозначений любой карты (легенда)
3. Угол между направлением на север и выбранным направлением движения (азимут)
5. Прибор для определения направления «север-юг» (компас)
8. Обозначается на картах синим цветом (вода)
9. Все на карте изображают условные (знаки)
10. На карте или местности намечают

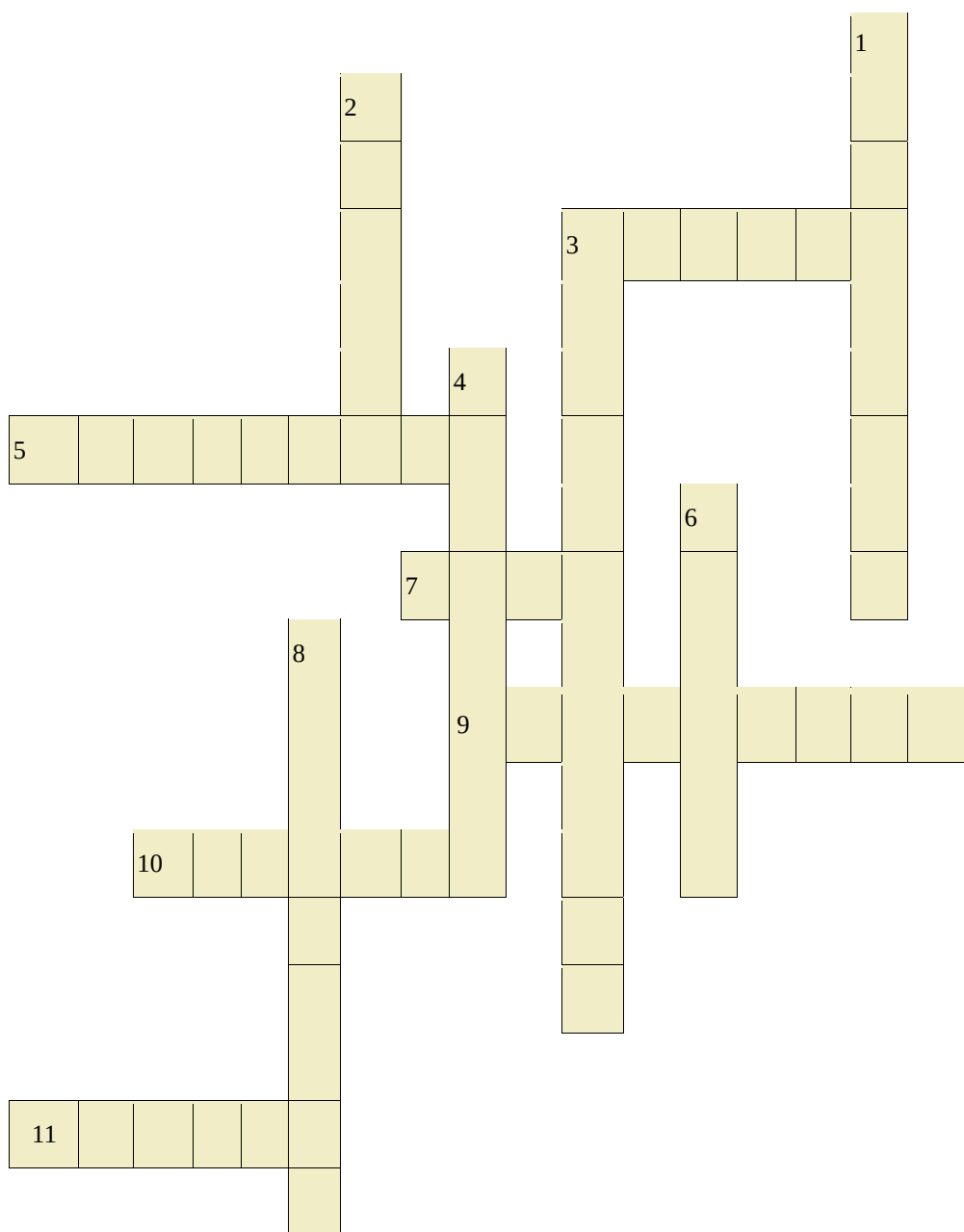
#### По вертикали:

1. Обозначается на карте спец. знаками и оттенками зеленого цвета (призма)
4. Показывает во сколько раз уменьшена местность на карте (масштаб)
6. Обозначает местонахождение КП на местности (растительность)
7. Название звезды, всегда находящейся над Северным полюсом (полярная)

заметный (ориентир) и двигаются к нему

11. Его изображают горизонталями (рельеф)

### Кроссворд по теме «Узлы» к разделу «Основы туристской подготовки» 2-го года обучения



По горизонтали:

3. Блокировка обвязки — двойной (булинь)

По вертикали:

1. Петля с «цифрой» в названии (восьмерка)

- |                                                            |                                                                               |
|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 5. Самая простая петля (проводник)                         | 2. «Именной» схватывающий узел (Бахман)                                       |
| 7. Закрепление веревки на опоре без карабина (штык)        | 3. Более надежный узел для связывания веревок разного диаметра (брамшкотовый) |
| 9. Соединение двух одинаковых веревок (встречный)          | 4. Связывание веревок разного диаметра (шкотовый)                             |
| 10. Узел имеет две рабочих петли - «заячьи ушки» (двойной) | 6. Закрепление веревки на опоре без карабина (стрема)                         |
| 11. Самый первый изучаемый узел (прямой)                   | 8. Узел «виноградная лоза» (грейпвайн)                                        |