

Государственное образовательное учреждение дополнительного образования  
Тульской области  
«Центр дополнительного образования детей»

Программа рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
ГОУ ДО ТО «ЦДОД»  
протокол № 2  
от «25» мая 2023 г.



Утверждаю  
Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»  
Ю.В.Грошев  
приказ от «25» мая 2023 г. № 252

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Юный спасатель»**

Направленность: туристско-краеведческая  
Возраст: 14-18 лет  
Срок реализации: 1 год (216 часов)  
Уровень сложности: базовый

Составители:  
педагоги дополнительного образования  
Сериков А.С., Серикова О.В.

Тула, 2023

## Пояснительная записка

Данная программа является программой туристско-краеведческой направленности и предполагает базовый уровень освоения знаний и практических навыков.

В настоящее время современному обществу нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы учиться и работать на его благо.

В Национальной доктрине образования в Российской Федерации определена не только государственная политика в области образования, но и дан социальный заказ государства на воспитание человека с активной жизненной позицией, трудолюбивого и высоконравственного, патриота своей Родины, уважающего права и свободы личности, традиции и культуру других народов, проявляющего национальную и религиозную терпимость.

Поэтому в возрождающейся системе патриотического воспитания детей и подростков, наряду с традиционными задачами подготовки подрастающего поколения к военной службе, появилась необходимость ориентировать обучающихся на выбор профессии спасателя, социального работника, пожарного, сотрудника правоохранительных органов.

Развитие необходимых качеств личности у обучающихся возможно через занятия туризмом, как одной из наиболее популярных форм активного отдыха. Туризм является важным фактором оздоровления человека, повышения его творческой активности, расширения кругозора, установления связи теоретических знаний и практических умений с реальной жизнью.

В туристских походах обучающиеся дополнительно получают новые знания, помогающие им успешно осваивать такие дисциплины как природоведение, география, биология, физическая культура, ОБЖ, НВП.

Разработка данной программы обусловлена необходимостью интеграции базовых знаний и навыков по следующим направлениям: туризм, краеведение, общая и специальная физическая подготовка, поисково-спасательные работы, начальная военная подготовка, оказание первой помощи пострадавшим.

Разработчик программы основывался на первостепенных положениях Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. Программа разработана в соответствии с действующей нормативно-правовой базой федерального, регионального и локального уровней.

*Направленность* программы «Юный спасатель» – туристско-краеведческая,

*Уровень сложности* – базовый.

*Новизна* данной дополнительной общеразвивающей программы заключается в интеграции получаемых базовых знаний и умений из разных областей актуальных на сегодня молодёжных движений, с целью профориентации, дальнейшего самоопределения и самостоятельного построения индивидуальной траектории саморазвития.

Реализация данной программы позволяет с высокой степенью достоверности проиграть реальную экстремальную ситуацию, связанную с риском для жизни, воспитывая при этом такие качества, как чувство ответственности за себя и окружающих, наличие индивидуальности и навыки сотрудничества и соучастия, повышать самооценку и социальный статус обучающихся.

В условиях современного мира, повышения уровня опасности и роста техногенных аварий и катастроф, необходимо совершенствование знаний и умений в области обеспечения личной и общественной безопасности.

*Актуальность* дополнительной общеразвивающей программы «Юный спасатель» продиктована активным развитием на территории Тульской области следующих направлений: детско-юношеский туризм, всероссийское детско-юношеское военно-патриотическое общественное движение «Юнармия», добровольческое поисково-спасательное движение («Поиск 71», «LizaAlert»), всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Современная молодёжь проявляет большую заинтересованность в этой сфере

деятельности, следовательно, существует и необходимость не только формирования базовых теоретических знаний, но и развития у них практических навыков для успешного активного участия в данных общественных движениях.

*Педагогическая целесообразность* - при реализации программы обучающиеся приобретают новые и закрепляют ранее приобретённые навыки в области основ безопасности жизнедеятельности и общего физического развития, учатся коммунибельности, взаимовыручке, навыкам самоконтроля, умению действовать в экстремальных ситуациях.

Участие в работе коллектива даёт обучающимся следующие преимущества:

- повышается общая и специальная физическая подготовка;
- повышается теоретическая подготовка (растёт уровень специальных знаний по смежным дисциплинам - ОБЖ, топографии, основам медицины, гигиены т.д.);
- повышается психологическая защищённость, развиваются коммуникативные навыки.

Все указанные направления, дополняя друг друга, осуществляют комплекс образовательно-воспитательных, спортивно-оздоровительных и духовно-нравственных задач, следовательно, их совокупность является очень действенным комплексным средством в деле воспитания и образования обучающихся.

*Отличительная особенность.*

За основу была взята программа для системы дополнительного образования детей заместителя директора Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения, кандидата педагогических наук, мастера спорта по туризму, судьи Всесоюзной категории, спасателя II класса Дрогова И.А. «Юные туристы – спасатели».

Отличительной особенностью программы является интеграция различных видов деятельности: туризм, поисково-спасательные работы, общая физическая подготовка, начальная военная подготовка, оказание первой помощи пострадавшим – с целью показать их тесную взаимосвязь между собой и с реальной жизнью, а также с целью развития основных важнейших качеств личности.

*Адресат программы:* дополнительная общеразвивающая программа «Юный спасатель» предназначена для обучающихся 14-18 лет образовательных организаций всех типов. Набор детей в объединении осуществляется в начале учебного года. В связи с тем, что занятия требуют индивидуального подхода, группа комплектуется по 15 человек.

*Объем программы* – 216 часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы в полном объеме.

*Формы организации образовательного процесса* – программа может быть реализована как дополнительная общеразвивающая программа. Программа может быть реализована в сетевой форме с участием ГОУ ДО ТО «Центр дополнительного образования детей» и образовательной организации на основании договора о сетевом взаимодействии.

Занятия проводятся всем составом объединения в виде практических занятий в помещении и на местности. Теоретические знания сообщаются обучающимся в виде бесед, мини-лекций и в ходе практических занятий.

Наиболее доступными формами организации ТКД с детьми данного возраста являются: Мультимедийные презентации с элементами беседы, беседы, лекции с использованием швертбота, лекции, практические занятия, мастер-классы, работа в группах и индивидуально.

Занятия носят характер живого общения, заинтересованного поиска решения проблем с помощью разумного сочетания самостоятельной деятельности, дозированной помощи и работы под руководством педагога. Сочетание разных методов обучения и видов учебной деятельности выводит ребенка за рамки привычного образовательного процесса, расширяет кругозор и дает возможность для духовного роста и продуктивного общения с обучающимися. **Игровая**

**деятельность** позволяет детям непринужденно погрузиться в ситуацию и проявить себя в новой роли, самому обозначить проблему и попытаться найти решение.

*Срок освоения программы* – 1 год.

*Режим занятий* – 6 часов в неделю - 2 раза в неделю по 2-4 учебных часа с обязательным проведением 10-15-ти минутной динамической паузы и проведением походов во время каникул, что составляет 216 часов в год. Режим занятий соответствует действующим нормам СП 2.4. 3648-20.

### **Цель и задачи программы**

*Цель* – формирование социально активной личности гражданина и патриота, обеспечение выбора обучающимися сферы применения своих сил средствами туристической и сопряжёнными с ней видами деятельности, а также формирование и развитие навыков самостоятельной деятельности юных спасателей.

*Задачи программы:*

*Научить:*

- основам аварийно-спасательных работ;
- знаниям о природе родного края;
- правилам оказания первой помощи;
- основным знаниям по начальной военной подготовке;
- правилам судейства профильных соревнований.

*Привить:*

- положительную самооценку;
- доброжелательное отношение к окружающим;
- бережное отношение к природе.

*Развить:*

- уровень физической подготовленности;
- активную гражданскую позицию;
- создавать условия для развития наблюдательности, речи, памяти, мышления, внимания, находчивости, кругозора обучающихся;
- повышать техническое и тактическое мастерство обучающихся;

*Сформировать:*

- начальные туристские знания;
- представление о действующих молодёжных движениях Тульской области;
- навыки обеспечения личной и коллективной безопасности в чрезвычайных ситуациях;
- умения и навыки, необходимые для адаптации к изменяющимся условиям природной среды;
- умение правильно действовать в аварийных и экстремальных ситуациях в походе с соблюдением мер безопасности;
- навыки ведения поисково-спасательных работ силами группы;
- умения оказывать первую помощь.

*Воспитать:*

- любовь к своей малой родине;
- уважительное отношение к истории страны и родного края, чувство гордости за Родину;
- способствовать формированию ценностных ориентиров: чувства долга и ответственности за свою жизнь, жизнь близких, судьбу страны;
- воспитать чувство уверенности в собственных силах, значимости личного и коллективного успеха;
- воспитывать патриотизм;
- воспитывать чувство ответственности за свои поступки и действия;
- формировать аккуратность, самостоятельность, настойчивость, умение доводить начатое дело до конца;
- приобщить обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, ведению здорового образа жизни.

**Воспитательный процесс** в коллективе с большим успехом можно построить на основе включения детей в туристско-краеведческую деятельность. Сделать это можно на основе четко сформулированных социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирования у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Одним из множества аргументов значимости туристско-краеведческой деятельности следует отметить включение туризма в перечень нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Комплекс ГТО).

### Учебный план (базовый уровень сложности)

№ п/п	Название разделов	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
1.	<b>Введение. Вводное занятие.</b>	2	2	0	<i>входная диагностика-Опрос</i>
2.	<b>Основы туристической подготовки.</b>	30	13	17	Опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение
3.	<b>Топография и ориентирование.</b>	23	8	15	Опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение
4.	<b>Первая помощь пострадавшему.</b>	22	2	20	Опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение
5.	<b>Краеведение.</b>	14	5	9	Опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение
6.	<b>Физическая подготовка.</b>	45	2	43	Опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение
7.	<b>Специальная подготовка.</b>	44	10	34	Опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение
8.	<b>Начальная военная подготовка.</b>	12	2	10	Опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение
9.	<b>Первоначальная судейская подготовка.</b>	24	4	20	Опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

<b>Итого</b>	<b>216</b>	<b>48</b>	<b>168</b>	
--------------	------------	-----------	------------	--

## Содержание учебного плана

### 1. Введение. Вводное занятие.

Информация о работе объединения. Задачи и план работы объединения “Юный спасатель”. Требования к обучающимся. Инструктаж по технике безопасности.

*Форма контроля:* входная диагностика: опрос

### 2. Основы туристской подготовки.

#### 2.1. Личное и групповое туристское снаряжение.

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требования к нему. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Палатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

*Практические занятия.* Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение.

#### 2.2. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.). Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров. Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Уборка места лагеря перед уходом группы. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация ночлегов в помещении. Правила купания.

*Практические занятия.* Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развешивание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение.

#### 2.3. Подготовка к походу, путешествию.

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода. Изучение района похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения.

*Практические занятия.* Составление плана подготовки 1-3-дневного похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана-графика движения в 1-3-дневном походе. Подготовка личного и общественного снаряжения.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение.

#### 2.4. Питание в туристском походе.

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

*Практические занятия.* Составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение.

#### 2.5. Туристские должности в группе.

Должности постоянные и временные. Командир группы. Требования к командиру группы. Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе. Другие постоянные должности в группе. Временные должности.

*Практические занятия.* Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение.

#### 2.6. Правила движения в походе, преодоление препятствий.

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

*Практические занятия.* Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение.

#### 2.7. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.

Дисциплина в походе и на занятиях - основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком. Использование простейших узлов и техника их вязания. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

*Практические занятия.* Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

### **3. Топография и ориентирование.**

#### 3.1. Понятие о топографической карте.

Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топографических карт для туристов.

Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

*Практические занятия.* Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

#### 3.2. Условные знаки.

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте.

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

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

### 3.3. Ориентирование на местности. Азимут.

Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Определение азимута. Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления.

*Практические занятия.* Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Упражнения по определению азимута, движение по азимуту.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

### 3.4. Компас, работа с компасом.

Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

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

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

### 3.5. Измерение расстояний.

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

*Практические занятия.* Измерение своего среднего шага (пары шагов). Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Тренировочные упражнения на глазомер на картах разного масштаба.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

## 4. Первая помощь пострадавшему.

### 4.1. Общие правила оказания первой помощи.

Общие правила оказания первой помощи. Универсальный алгоритм оказания первой помощи. Аптечка первой помощи.

*Практические занятия.* Формирование походной медицинской аптечки.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

### 4.2. Оказание первой помощи в различных ситуациях.

*Практические занятия.* Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи в различных ситуациях). Разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

## 5. Краеведение.

### 5.1. Природные особенности родного края.

Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера.



Административное деление края. Транспортные магистрали. Промышленность. Экономика и культура края, перспектива его развития. Памятники истории и культуры. Знатные люди края, их вклад в его развитие.

*Практические занятия.* Знакомство с картой своего края. «Путешествия» по карте.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

## 5.2. Туристские возможности родного края.

Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры.

*Практические занятия.* Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, мемориальных объектов.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

## 5.3. Общественно полезная работа в путешествии.

Краеведческая работа - один из видов общественно полезной деятельности. Природоохранительная деятельность туристов. Охрана памятников истории и культуры.

*Практические занятия.* Знакомство с краеведческими и мемориальными объектами. Работа по уходу и благоустройству данных объектов.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

## 6. Физическая подготовка.

6.1. Общие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.

Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костносвязочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен. Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система - центральная и периферическая. Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности. Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

6.2. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.

Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Объективные данные: вес, динамометрия, спирометрия. Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.

Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке. Дневник самоконтроля.

*Практические занятия.* Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.

*Форма контроля:* текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

## 6.3. Общая физическая подготовка.

Основная задача общей физической подготовки - развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов. Всесторонняя физическая подготовка - основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрутов туристских походов.

Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем физическом развитии спортсменов, в успешном овладении техникой и тактикой.

Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные индивидуальные занятия членов группы.

*Практические занятия.* Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения со скакалкой, гантелями. Элементы акробатики.

Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Лыжный спорт. Гимнастические упражнения. Спортивные игры.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

#### 6.4. Специальная физическая подготовка.

Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов. Место специальной физической подготовки на различных этапах процесса тренировки. Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач общей и специальной физической подготовки.

Основная цель тренировочных походов - приспособление организма к походным условиям. Привыкание к нагрузке (выносливость): постепенность, систематичность, использование разнообразных средств для этого. Зависимость вида тренировок от характера предстоящего похода.

*Практические занятия.* Упражнение на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

### 7. Специальная подготовка.

#### 7.1. Юридические и правовые основы спасательной деятельности.

Законы о гражданской обороне и защите жизнедеятельности и населения. Закон о статусе спасателя. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 16 ноября 2020 г. № 782н "Об утверждении Правил по охране труда при работе на высоте".

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

#### 7.2. Основы организации безопасного проведения спасательных работ.

Разработка предварительных планов реагирования подразделений ПСС на ЧС. Закрепление должностных обязанностей за личным составом. Исполнительская дисциплина, контроль и ответственность за соблюдением мер безопасности прямых командиров и начальников. Контроль за обстановкой и динамикой развития потенциально опасных факторов. Создание спокойной рабочей обстановки: удаление посторонних лиц с места работы спасателей, отсутствие лишних разговоров и громких криков, подача команд голосом без крика, исполнение команды только при четком ее понимании, получение подтверждения правильности принятой команды заранее обусловленными жестами и сигналами при работе в условиях плохой слышимости или при других обстоятельствах.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

#### 7.3. Основы психологической подготовки спасателя.

Основные аспекты психологической подготовки спасателя в различных ситуациях.

*Практические занятия.* Отработка навыков поведения спасателя с учетом психологической ситуации.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

#### 7.4. Индивидуальное и групповое снаряжение спасателей.

Понятие об индивидуальном и групповом снаряжении спасателей. Перечень индивидуального снаряжения спасателя, требования к нему. Подготовка индивидуального снаряжения к использованию.

Групповое снаряжение спасателей, требования к нему. Подготовка группового снаряжения к работе.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

7.5. Узлы, используемые при проведении аварийно-спасательных работ.

Общая характеристика узлов в соответствии с Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 16 ноября 2020 г. № 782н.

*Практические занятия.* Отработка вязки узлов, используемых при проведении аварийно-спасательных работ.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

7.6. Работа со средствами связи и сигналы.

Назначение связи. Организация связи и схема обеспечения связью поисково-спасательных работ. Альтернативная связь. Порядок радиообмена. Основные типы радиостанций, их характеристика и требования эксплуатации.

Сигналы бедствия и помощи, их подача.

*Практические занятия.* Использование средств связи.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

7.7. Средства индивидуальной защиты и работа с их применением.

Средства защиты органов дыхания, кожи и МСИЗ. Классификация индивидуальных средств защиты органов дыхания, кожи и МСИЗ. Устройство и порядок применения СИЗ.

*Практические занятия.* Выполнение нормативов и правил надевания средств индивидуальной защиты. Работа с применением СИЗ.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

7.8. Проведение поисковых и аварийно-спасательных работ на местности.

*Практические занятия.* Отработка навыков проведения поисково-спасательных работ в различных ситуациях.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

## **8. Начальная военная подготовка.**

8.1. Строй и управление ими.

Строй и обязанности солдата перед построением и в строю. Команды и приказания, подаваемые голосом и сигналами для управления строем.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

8.2. Строевые приёмы и движение без оружия.

*Практические занятия.* Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)». Повороты на месте. Строевой и походный шаг. Повороты в движении. Тренировка в выполнении строевых приемов без оружия.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

8.3. Отдание воинской чести без оружия. Выход из строя и подход к начальнику.

*Практические занятия.* Отдание воинской чести на месте и в движении. Выход военнослужащего из строя и подход к начальнику. Возвращение в строй.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

## **9. Первоначальная судейская подготовка.**

9.1. Инструктаж судей: условия преодоления этапов.

Правила проведения инструктажа. Поведение во время проведения инструктажа. Условия преодоления этапов.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

### 9.2. Работа судий на этапах.

Выполнение требований положения соревнований, условий прохождения этапов и требований инструктажа. Обеспечение правил техники безопасности на этапах. Личная безопасность судий.

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

### 9.3. Судейство профильных соревнований.

*Практические занятия.* Участие в качестве помощников судий и судий в профильных соревнованиях: «Школа безопасности» (региональный этап), «Зарница» (муниципальный этап).

Форма контроля: текущий контроль: опрос, контроль выполнения задания, педагогическое наблюдение

## Планируемые результаты и способы их проверки

### Обучающиеся должны знать:

- правила поведения на природе;
- географическое положение своего населённого пункта, района, области, региона;
- основы туристической подготовки;
- основы организации и проведения поисково-спасательных работ;
- технику безопасности при проведении туристических походов, поисково-спасательных работ и занятий;
- основы топографии и способы ориентирования;
- основы гигиены в условиях похода и поисково-спасательных работ;
- общие правила оказания первой помощи;
- общие правила организации судейства соревнований.

### Обучающиеся должны уметь:

- ориентироваться на местности по местным признакам, с помощью карты и компаса;
  - пользоваться туристским снаряжением: укладывать рюкзак, устанавливать палатку, осуществлять простейший ремонт и др.;
  - обустроить туристскую стоянку и убирать её;
  - передвигаться в составе группы;
  - оказывать первую помощь пострадавшему;
  - соблюдать правила поведения на природе и меры предосторожности;
  - проводить поисково-спасательные работы в составе группы;
  - подбирать и подгонять индивидуальное снаряжение;
  - пользоваться портативными средствами радиосвязи;
- одеваться, обуваться и снаряжаться для похода в зависимости от сезона, длительности похода и способа передвижения;
- пользоваться топографическими картами, ходить по азимуту;
  - преодолевать естественные препятствия в пути, вязать узлы;
  - выполнять строевые приёмы и движения без оружия;
  - пользоваться средствами индивидуальной защиты.

### Будет развито:

- уровень физической подготовленности;
- активная гражданская позиция;
- условия для развития наблюдательности, речи, памяти, мышления, внимания, находчивости, кругозора обучающихся;
- техническое и тактическое мастерство обучающихся.

### Будет воспитано:

- любовь к своей малой родине;
- уважительное отношение к истории страны и родного края, чувство гордости за Родину;
- чувства долга и ответственности за свою жизнь, жизнь близких, судьбу страны;

- чувство уверенности в собственных силах, значимости личного и коллективного успеха;
- чувство патриотизма;
- чувство ответственности за свои поступки и действия;
- аккуратность, самостоятельность, настойчивость, умение доводить начатое дело до конца.

### **Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы**

Календарный учебный график (приложение №1)

Учебно – воспитательный процесс обеспечивает педагог дополнительного образования, имеющий высшее образование, направленность (профиль) которого соответствует направленности (профилю) дополнительной общеразвивающей программы, осваиваемой обучающимися.

Он осуществляет организацию деятельности обучающихся по усвоению знаний, формированию умений и компетенций; созданию педагогических условий для формирования и развития творческих способностей, удовлетворению потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, укреплению здоровья, организации свободного времени, профессиональной ориентации; обеспечению достижения обучающимися нормативно установленных результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы. Отвечает требованиям Профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 5 мая 2018г. №298н.

Программа может быть реализована при наличии детей, заинтересованных в освоении данной программы и родителей, поддерживающих этот интерес.

Важным условием реализации дополнительной общеразвивающей программы является достаточный уровень материально-технического обеспечения. Занятия проходят в помещении, соответствующем действующим нормам СП

Важным условием реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный спасатель» является достаточный уровень материально-технического обеспечения:

- тросы, канаты, фалы различной длины и толщины;
- байдарки каркасная, каркасно-надувная, надувная;
- морские карты и пособия;
- компас;
- образцы спасательных средств.

### **Условия реализации программы.**

Для эффективности реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы необходимо:

- обеспечение наполняемости объединения в соответствии с программой и квалифицированного педагога;
- стабильная социально-политическая обстановка в стране, необходимое и достаточное финансирование туристских мероприятий, как бюджетное, так и внебюджетное;
- устойчивый рост материального благосостояния населения, обеспечивающий приток обучающихся, поскольку из-за отсутствия финансирования значительную долю расходов на организацию и проведение учебно-тренировочных походов, участие в соревнованиях несут родители обучающихся;
- взаимодействие с учреждениями, занимающимися туристско-краеведческой деятельностью;
- взаимодействие с образовательными учреждениями – институтом повышения квалификации, центрами образования (общеобразовательными школами) и учреждениями дополнительного образования.

### *Формы аттестации/контроля*

*Входная диагностика* проводится в начале учебного года с целью определения уровня

подготовки обучающихся: беседа, педагогическое наблюдение.

*Текущий контроль*-Цель текущего контроля успеваемости обучающихся – установление фактического уровня теоретических знаний и практических умений по темам (разделам) дополнительной общеразвивающей программы.

*Форму текущего контроля* определяет педагог с учётом контингента обучающихся, уровня их обученности, содержания учебного материала, используемых им образовательных технологий. Средства текущего контроля: педагогическое наблюдение, практическая работа, самооценка и взаимная оценка работ обучающимися и с помощью педагога, опрос по теоретическому материалу, оценка результатов работы и др.

*Формы промежуточной аттестации* определяются педагогом дополнительного образования.

*Итоговая аттестация*, завершающая освоение дополнительной общеразвивающей программы, проводится в апреле - мае.

Система оценки результатов обучения по программе предусматривает использование социологических методов и приёмов: анкетирование родителей, обучающихся и анализ анкет, интервьюирование обучающихся.

*Оценочные материалы. Методические материалы*

Оценочные материалы:

- опросник;
- викторина.

Ведущими принципами работы с детьми являются: индивидуально-дифференцированный подход к каждому ребёнку, творческое содружество и сотворчество детей, родителей, педагога, сочетание индивидуальных, групповых форм работы.

### **Критерии оценки знаний, умений обучающихся.**

Как отмечено в пояснительной записке, планируется проведение промежуточной и итоговой аттестации обучающихся. Промежуточная аттестация в декабре – защита образовательного проекта, итоговая в апреле – в виде соревнований.

### **Учебно-методический комплекс**

#### 1. Учебные пособия:

- видеоматериалы: «Красная книга Тульской области»;
- периодические издания: научно-методический журнал «Вестник академии детско-юношеского туризма и краеведения», журнал «Дополнительное образование и воспитание» и т. д.;
- справочная литература по проблемам детско-юношеского туризма;

#### 2. Методические материалы:

1. Тесты.
2. Контрольные вопросы по темам:  
- «Флора и фауна Тульской области»;  
- «Тула - Родина моя».
3. Методическая разработка «Растительный мир Тульской области»;
4. Методическая разработка «Игры на биваке»;
5. Методическая разработка «Съедобные грибы, их использование в походе. Ядовитые грибы»;
6. Методическая разработка «Упражнения по спортивному ориентированию для работы с детьми 1-ого года обучения»;
7. Методическая разработка «Игры и упражнения на местности для обучения навыкам спортивного ориентирования»;
8. Методическая разработка «Занимательная топография»;

#### 3. Дидактический материал:

1. Туристская карта Тульской области.
2. Карточки для игры «Животные Тульской области», «Ботаническое лото».

### **Информационное обеспечение программы**

Карточка дополнительной общеразвивающей программы «Юный спасатель» размещена в АИС «Навигатор дополнительного образования детей области», дополнительная общеразвивающая программа «Юный спасатель» - на официальном сайте учреждения в разделе «Сведения об образовательной организации. Образование» <https://тоцпод.рф/образование/>.

### **Список электронных образовательных ресурсов**

#### **Электронные образовательные ресурсы**

- 1 URL:<http://dopedu.ru> (27.04.23)
- 2 URL:[www.pedsovet.org](http://www.pedsovet.org) (24.05.23)
- 3 URL:[www.uchportal.ru](http://www.uchportal.ru) (15.04.23)
- 4 URL:<http://dopedu.ru> (25.04.23)
- 5 URL:[www.school-russia.prosv.ru](http://www.school-russia.prosv.ru) (23.04.23)
- 6 URL: [www.ed.gov.ru](http://www.ed.gov.ru) (28.01.23)
- 7 URL: <http://www.edu.ru/> (09.04.23)

Электронные источники:

- 1 [www.photosight.ru](http://www.photosight.ru)
- 2 <http://goroda-rossii.com>
- 3 <http://www.ostashkov.ru>
- 4 [http://community.livejournal.com/famous\\_places/](http://community.livejournal.com/famous_places/)
- 5 <http://www.tounb.tula.net/Exgibition/kreml.html>
- 6 <http://wiki.penzadom.ru/index.php>
- 7 <http://www.myslo.ru/gazeta/663/history/2975/http://www.myslo.ru/gazeta/661/history/2910>

### **Список литературы**

#### **Для педагога:**

1. Об образовании в Российской Федерации : Федеральный закон от 29.12.2012 г № 273-ФЗ, в ред. от 17.02.2023 г. // Российская газета. – 2012. – 31 дек.
2. О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации и признании утратившей силу части 3 статьи 3 Федерального закона «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с принятием Федерального закона «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» : Федеральный закон от 28.12.2022 № 568-ФЗ // Российская газета. – 2022. – 30дек.
3. Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р : распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года») // Консорциум КОДЕКС : электронный фонд правовых и нормативно технических документов. – Москва, 2022. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/420219217> (дата обращения: 25.08.2022)
4. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам : приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 // Консорциум КОДЕКС : электронный фонд правовых и нормативно технических документов. – Москва, 2022. – URL: <http://pravo.gov.ru> - <https://docs.cntd.ru/document/551785916> (дата обращения: 25.08.2022)
5. Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей : приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 (в ред. от 02.02.2021) // Консорциум КОДЕКС : электронный фонд правовых и нормативно технических документов. – Москва, 2022. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/561232576> (дата обращения: 09.03.2023)

6. Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» : приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н // Консорциум КОДЕКС : электронный фонд правовых и нормативно технических документов. – Москва, 2022. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/726730634> (дата обращения: 25.08.2022)
7. СП 2.4.3648-20. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи : утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 // Официальный интернет-портал правовой информации. – Москва, 2022. – URL: <http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?docbody=&prevDoc=602107773&backlink=1&&nd=102955243> (дата обращения: 25.08.2022)
8. Устав государственного образовательного учреждения дополнительного образования Тульской области «Центр дополнительного образования детей» (новая редакция): принят общим собранием работников ГОУ ДО ТО «ЦДОД» 18.06.2021 г. – Тула, 2021. – 33 с. – Электронная копия документа доступна на сайте ГОУ ДО ТО «ЦДОД». – URL: <https://xn--d1aa2abrz.xn--p1ai/wp-content/uploads/2021/10/%D1%83%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%B2-%D0%93%D0%9E%D0%A3-%D0%94%D0%9E-%D0%A2%D0%9E-%D0%A6%D0%94%D0%9E%D0%94-2021.pdf> (дата обращения: 25.08.2022)
9. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) : письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 // КОДИФИКАЦИЯ.РФ : [сайт]. – Москва, 2022. – URL: <https://rulaws.ru/acts/Pismo-Minobrnauki-Rossii-ot-18.11.2015-N-09-3242/> (дата обращения: 25.08.2022)
10. Об утверждении плана мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года и обеспечению достижения целевых значений показателей реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года на территории Тульской области (I этап, 2022-2024 годы) : постановлением Правительства Тульской области от 21.12.2022 № 687-р. (в опубликованных источниках нет)
11. Бочаров Е. А., Бочарова Н. И. "Юные спасатели" программно-методическое пособие для системы дополнительного образования детей - Орел, 2002
12. Брини И. Ю., Бондарец М. П. Ателье туриста - М., 1990
13. Варламов В. Г. Физическая подготовка туристов-пешеходников - М., ЦРИБ "Турист", 1979
14. Власов А. А. Турист. Библиотека туриста - М., ФиС, 1974
15. Волович В. Г. Академия выживания - М., "Толк", "Техноплюс", 1996
16. Гостюшин А. В., Шубина С. И. Азбука выживания - М., "Знание", 1985
17. Драчев П. Н., Копеда С. И. Выживание (Survival) - Минск, "Лазуран", 1996
18. Дергач А. А., Исаев А. А. Педагогическое мастерство тренера - М., ФиС, 1981
19. 10.Замятин Л. М. Скалолазы: спорт и профессия - Лениздат, 1982
20. Захаров П. П. Инструктору альпинизма - М., ФиС - 1988, 2-е дополненное издание.
21. Ильичев А. А. Большая энциклопедия выживания - М., 2000
22. Ильичев Ю. А. Зимняя аварийная ситуация - М., "Дорога" Московского городского туристского клуба, 1991
23. Калихмин А. Д., Колченков М. Ю. Спортивные походы на плотях - М., 1993
24. Квадригин Ф. На байдарке - пер. с укр. - М., 1985
25. Коструб А. А. Медицинский справочник туриста - М., Профиздат, 1986
26. Коротков И. М. Подвижные игры детей - М., 1987
27. Кропф Я. Организация спасательных работ в горах - М., 1974
28. Лукьянов П. И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий - М., 1998
29. Лукьянов П. И., Свет В. Л. Самодельное снаряжение для лыжного туризма - М., Профиздат, 1988
30. Маринов Б. Проблемы безопасности в горах - М., ФиС, 1973



31. Маслов А. Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся "Школа безопасности" - М., 2000
32. Мухин Н. П. Авторская образовательная программа обучения учащихся учреждений дополнительного образования Республики Татарстан по профилю "Юный спасатель" - Казань, 1997
33. Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристской группы (методические рекомендации) - ЦРИБ "Турист", 1981
34. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для общеобразовательных учреждений - М., изд. АСТ, 1997
35. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для общеобразовательных учреждений. 10 кл. (Смирнов А. Т. и др.) - М., 1999
36. Переправа вброд через преграды. Методические рекомендации - М., "Туризм", 1984
37. Полиевский С. А., Гук Е. П. Физкультура и закаливание в семье - М., 1984
38. Репин Ю. В., Шабунин Р. А., Серeda В. А. Основы безопасности человека в экстремальных ситуациях - Алма-Аты, 1994
39. Станкин М. И. Психолого-педагогические основы физического воспитания - М. ФиС, 1972
40. Теплоухов В. В. Руководство для судей и участников соревнований по пешеходному и лыжному туризму - 12.02.2000
41. Условные знаки спортивных карт СССР (для летних соревнований) - Узл-89
42. Фомина Н. А., Филин В. П. Возрастные основы физического воспитания - М., ФиС, 1972
43. Чистякова М. И. Психогимнастика - М., 1990
44. Штюрмер Ю. А. Профилактика туристского травматизма (методические рекомендации - Как не стать жертвой несчастного случая) - РИБ Турист, 1993

#### **Литература для обучающихся (родителей)**

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - М.:2011. 71
2. Балабанов И.В. Узлы. - Москва, 2006.
3. Бурцев В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования. - М.: ФЦДЮТиК, 2007.
4. Кругов А.И. Задачник по краеведению. - Москва «Русское слово», 2006.
5. Крутецкая В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи. - СПб.: Изд. Дом «Литера», 2008.
6. Словарь туриста-краеведа: учеб.-метод. пособие/ Ю.С. Константинов, А.И. Персин/ - М.: ООО «Буки-Веди», 2018.
7. Физическая культура. Учебник для учащихся 5-7 кл. общеобразовательных учреждений. / Под ред. М.Я. Виленского. - М.: Просвещение, 2010.

Прошифровано, пронумеровано и  
креплено печатью  
\_\_\_\_\_ листов  
(\_\_\_\_\_ листов)  
Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»  
Ю.В.Грошев

