

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Залог успеха» - туристско-краеведческая, поскольку ориентирована на изучение ориентирования на местности, прохождение спортивной туристической трассы, как в природной среде, так и на искусственном рельефе, родословных, семейных традиций, природного, культурного и исторического наследия своей малой родины, туристско-спортивных мероприятий.

Настоящая программа составлена с учетом основных нормативных документов.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время к числу наиболее актуальных проблем относится формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического и трудового воспитания учащихся.

Во Всемирной декларации об обеспечении выживания, защиты и развития детей записано: «Дети мира невинны, уязвимы и зависимы. Их время должно быть временем радости и мира, игр, учебы и роста. Их будущее должно основываться на гармонии и сотрудничестве. Всем детям должна быть обеспечена возможность определить себя как личность и реализовать свои возможности в безопасных и благоприятных условиях».

Сегодня с ростом потребности в безопасности, осознании угрозы надвигающихся опасностей, во всех сферах жизнедеятельности человека, необходимо выделить роль системы образования. Ведь именно через образование детям и подросткам легче привить мотивы, побуждающие к соблюдению норм и правил безопасного поведения дома, на улице, в школе, на природе, а затем в обществе и на производстве.

Поэтому данная программа является актуальной и необходимой, отвечает потребностям и запросам не только учащихся, но и их родителей, общества в целом. Дети могут применить полученные знания и практический опыт в походах, выживании в природных условиях, в экстремальных ситуациях, соревнованиях по спортивному туризму, спортивному ориентированию и в соревнованиях образовательных учреждений разных уровней.

Педагогическая целесообразность использования методик заключается в том, что программа позволит заниматься не только одарённым детям, но и учащимися со средними физическими данными и даже детям с ослабленным здоровьем, так как воспитательный потенциал программы направлен на целенаправленное развитие у учащихся таких качеств, как любовь к родителям и Родине, взаимовыручку, помощь младшим, трудолюбие, готовность принимать самостоятельные решения.

Методика данной программы заключается в сочетании разных форм и методов обучения для достижения конечного результата образовательной программы. На занятиях дети знакомятся с теоретическим материалом, а затем, для более качественного освоения, начинают отрабатывать его в практической деятельности. Ребенок должен не только грамотно и убедительно решать каждую из возникающих по ходу его работы задач, но и осознавать саму логику их следования. После закрепления простейших действий изученный материал объединяется в блоки, и дети знакомятся с правилами, алгоритмами их прохождения. Поэтому важным методом обучения является разъяснение ребенку последовательности действий и операций.

Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей (творческие, эмоциональные, интеллектуальные и физические), предусматривает самостоятельную деятельность учащихся, создает условия для их дальнейшего роста и способствует социализации детей.

Отличительные особенности

Особенность данной программы заключается в использовании системы методов, способствующих получению воспитанниками комплексного представления о многогранности туристско-краеведческой деятельности, включающего в себя и маршруты, и дистанции. Нарастающая последовательность получения знаний и навыков – от похода выходного дня до специфики степенных и категорийных походов, от дистанций 1 класса до дистанций 3 класса, позволяет накопить необходимый опыт и прочно усвоить материал. В результате постепенного освоения этой программы у воспитанников появляется возможность совершенствовать своё спортивное мастерство, появляется стремление выполнить, а затем и повысить спортивные разряды. Объединение спортивного туризма, основ выживания, проведения спасательных работ, спортивного и топографического ориентирования в одной программе позволяет проявиться различным способностям детей и подростков, а также придает ценность и самостоятельное значение физическим тренировкам, необходимым при занятиях, превращая их из обязанности в интересный и увлекательный вид деятельности. Реализация программы в рамках одного туристского коллектива предполагает совместную деятельность разновозрастных групп, что способствует воспитанию коллективизма, коммуникабельности, взаимопомощи. Сочетание коллективных действий в спортивной туристской группе на спортивном маршруте или на туристских соревнованиях, воспитывает умение жить и работать в коллективе, самостоятельность, умения принимать решения и нести за них индивидуальную ответственность.

Адресат программы

Обучаться в объединении могут все желающие, начиная с первого класса, прошедшие медицинский контроль и допущенные к занятиям.

Возраст детей, участвующих в реализации дополнительной образовательной программе 7-17 лет.

Учебные группы смешанные, разновозрастные. Особенности физиологических различий подростков мальчиков и девочек, возрастные особенности развития обучающихся, учитываются при дозировании физических нагрузок во время занятий, соревнований и походов. Количество детей в группах 15 человек, что удовлетворяет требованиям к числу участников пеших походов первой категории сложности (6 – 15 человек).

Все обучающиеся по данной программе должны иметь медицинский допуск от врача, один раз в полгода проходить медицинское обследование во врачебно – физкультурном диспансере.

Условия набора учащихся: для обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Залог успеха» принимаются без отбора учащиеся, имеющие начальные теоретические и практические универсальные учебные действия, а также учащиеся проявляющие интерес к данному виду деятельности.

Объем и срок освоения программы

Программа «Залог успеха» рассчитана на 3 года обучения с общим количеством учебных часов – 648.

Форма обучения - очная

Режим занятий: групповые занятия с детьми (15 человек), индивидуальные занятия с одаренными детьми.

Формы работы:

- экскурсии и походы по родному краю;
- устные беседы;
- уроки-конференции, круглые столы;
- - просмотры и обсуждения кинофильмов;
- - сбор и оформление материалов.

Особенности организации образовательного процесса

Год обучения	Кол-во учащихся в группах	Общее кол-во занятий в неделю	Продолжительность занятия, час	Общее кол-во часов в неделю	Общее кол-во часов в год	Виды занятий по программе
1	15	3	2 (80 мин)	6	216	Лекции; Практические занятия; Мастер-классы; Тренинги; Соревнования.
2	12	3	2 (80 мин)	6	216	

3	10	3	2 (80 мин)	6	216
---	----	---	------------	---	-----

Цель программы: формирование у учащихся опыта решения проблем адаптации человека в экстремальных ситуациях различного характера, а также личностного развития. Программный материал объединен в целостную систему подготовки и предполагает решение следующих задач:

Личностные:

- воспитать общественно-активную личность;
- развить черты личности, необходимых для принятия правильных и обоснованных решений при действии в чрезвычайных ситуациях; - сформировать навыки здорового образа жизни.

Метапредметные:

- развить: самостоятельность, активность и ответственность учащихся;
- сформировать потребность в самопознании и саморазвитии;
- воспитать чувство коллективизма;
- сформировать осознанное и ответственное отношение обучающихся к занятиям; - развить мотивацию к здоровому и безопасному образу жизни.

Образовательные (предметные):

- обучить техническим и тактическим приемам спортивного туризма на маршрутах и дистанциях;
- освоить навыки работы с нормативной документацией по спортивному туризму;
- обучить приемам пользования туристским снаряжением;
- освоить навыки топографического и спортивного ориентирования;
- научить правильно оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим;
- научить действовать в чрезвычайных ситуациях.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год обучения

№№ п\п	Наименование тем и разделов	Количество часов			
		Всего	Теор.	Прак	Мер.
1. Введение					
1.1	Организация работы объединения	9	5	2	2
1.2	Правила поведения юных туристов	10	3	2	5
Всего		19	8	4	7
2. Подготовка и проведение похода					
2.1.	Туристское снаряжение	5	2	1	2
2.2.	Туристская группа в походе	14	5	1	8
Всего		19	7	2	10
3. Азбука топографии					
3.1.	План местности	8	3	4	1
3.2.	Ориентирование по компасу. Азимут.	6	3	2	1
3.3.	Ориентирование на местности	15	3	10	2
Всего		29	9	16	4
4. Изучаем родной край					
4.1.	Родословие	8	4	2	2
4.2.	Природа родного края	12	4	3	5
Всего		20	8	7	5
5. Азбука здоровья					
5.1	Личная гигиена юных туристов	5	3	1	1
5.2	Здоровье участников похода	6	3	1	2
Всего		11	6	2	3
6. Физическая подготовка					
6.1.	Диагностика развития обучающихся	5	-	5	-
6.2.	Общая физическая подготовка	35	3	22	10
Всего		40	3	27	10

7. Азбука спортивно-оздоровительного туризма					
7.1.	Преодоление препятствий в пешеходном походе.	33	4	5	24
7.2.	Полоса препятствий пешеходного туризма	45	4	23	18
Всего		78	8	28	42
<i>Итого за период обучения</i>		<i>216</i>	<i>49</i>	<i>86</i>	<i>81</i>

1. ВВЕДЕНИЕ

ТЕМА 1. ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ОБЪЕДИНЕНИЯ

Теоретические занятия:

Организация работы объединения: комплектование, планирование деятельности. Организационное занятие, инструктаж по технике безопасности. Виды туризма и их роль в жизни человека. История и традиции станции.

Практические занятия:

Родительское собрание. Игра: «Что делать в случае ...». Тесты «Невиданное животное», «С кем я пойду в разведку», «Кому я доверю тайну».

Форма контроля: Тесты.

ТЕМА 1.2. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЮНЫХ ТУРИСТОВ

Теоретические занятия:

Кодекс чести юного туриста. Правила поведения на улицах города, в учреждениях. Основные правила поведения в походах, на соревнованиях, охрана природы.

Практические занятия

Экскурсия в парк. Конкурс рисунков, поделок о природе. Конкурс аппликаций «Как я провел лето». Игра «В походе случилось ЧП»

2. ПОДГОТОВКА И ПРОВЕДЕНИЕ ПОХОДА

ТЕМА 2.1. ТУРИСТСКОЕ СНАРЯЖЕНИЕ

Теоретические занятия:

Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки. Групповое снаряжение: требования и правила ухода.

Практические занятия:

Игра «Собери рюкзак к туристской прогулке». Установка палатки. Игра-соревнование «Мастер на все руки».

Форма контроля: выполнение нормативов.

ТЕМА 2.2. ТУРИСТСКАЯ ГРУППА В ПОХОДЕ.

Теоретические занятия:

Техника и тактика передвижения в походе. Бивак: устройство, требования. Костры: виды, назначение и разведение. Питание в походе. Туристские должности: завхоз, фотограф, ремонтный мастер и их обязанности.

Практические занятия:

Туристский поход. Игра-конкурс «Учимся ходить».

Форма контроля: тесты, выполнение нормативов.

3. АЗБУКА ТОПОГРАФИИ

ТЕМА 3.1. ПЛАН МЕСТНОСТИ

Теоретические занятия:

История происхождения карты. Схема и план местности: простейшие условные знаки, масштаб. Изображение рельефа на схемах и планах.

Практические занятия:

Составление плана-схемы двора и ее чтение. Кроссворды и игры по условным знакам. Изготовление макетов холма и котловины. Чтение карты.

Форма контроля: тесты, выполнение нормативов, соревнования.

ТЕМА 3.2. ОРИЕНТИРОВАНИЕ ПО КОМПАСУ, АЗИМУТ

Теоретические занятия:

Компасы: виды, устройство. Правила работы с компасом. Определение сторон горизонта, азимута на предметы с помощью компаса.

Практические занятия:

Определение азимутов на предметы во дворе. Движение по азимутам: 0, 90, 180, 270°. Игра «Найди клад».

Форма контроля: тесты, выполнение нормативов, соревнования.

ТЕМА 3.3. ОРИЕНТИРОВАНИЕ НА МЕСТНОСТИ

Теоретические занятия:

Способы ориентирования на местности. Разведчик туристской группы: обязанности и действия на туристской прогулке. Виды туристского ориентирования и их особенности.

Практические занятия:

Игры-соревнования «Отметься на КП», «Найди КП». «Ориентирование по выбору» - прохождение дистанции совместно с педагогом. «Ориентирование по выбору» командами по 4 человека со старшими кружковцами.

Форма контроля: тесты.

4. ИЗУЧАЕМ РОДНОЙ КРАЙ

ТЕМА 4.1. РОДОСЛОВИЕ

Теоретические занятия:

Родословная. Генеалогическое древо. Состав семьи, семейные традиции и праздники. География родни.

Практические занятия:

Составление генеалогического древа. Игра в лапту.

Форма контроля: викторина.

ТЕМА 4.2. ПРИРОДА РОДНОГО КРАЯ

Теоретические занятия:

Природа и климат родного края. Признаки погоды и наблюдение за ней. Растения и животные родного края. Дневник наблюдений, фотосъемки.

Практические занятия:

Прогулка в лес. Составление гербария. Изготовление и установка кормушек для птиц.

Форма контроля: выполнение творческого задания.

5. АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ

ТЕМА 5.1. ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА ЮНОГО ТУРИСТА

Теоретические занятия:

Личная гигиена при занятиях туризмом. Закаливание. Санитар туристской группы.

Практические занятия:

Вечер «За чашкой чая». Конкурс в походе «Чистота – это здоровье». Работа санитар в походе.

ТЕМА 5.2. ЗДОРОВЬЕ УЧАСТНИКОВ ПОХОДА.

Теоретические занятия:

Порезы, ссадины, ушибы, растяжение: необходимая помощь и профилактика. Укусы животных и насекомых. Способы переноски пострадавшего.

Практические занятия:

Игра «Айболит». Игра «Лучший знахарь». Изготовление носилок из курток.

Форма контроля: выполнение нормативов.

6. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

ТЕМА 6.1. ДИАГНОСТИКА РАЗВИТИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Практические занятия:

Входное тестирование и диагностика. Самоконтроль за режимом дня, ведение дневника наблюдений совместно с родителями за физическим развитием. Констатирующее тестирование и диагностика.

Форма контроля: тесты.

ТЕМА 6.2. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Теоретические занятия:

Здоровье и работоспособность, режим дня. Физическое развитие, виды физических упражнений. Совершенствование функциональных возможностей.

Практические занятия

Освоение основ техники бега. Общая физическая подготовка. Гимнастические упражнения. Спортивные и народные игры. Плавание (освоение одного из способов).

Форма контроля: выполнение нормативов.

7. АЗБУКА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

ТЕМА 7.1. ПРЕОДОЛЕНИЕ ПРЕПЯТСТВИЙ В ПЕШЕХОДНОМ ПОХОДЕ

Теоретические занятия:

Организация движения группы по пересеченной и залесенной местности. Преодоление простых естественных препятствий при помощи веревки и альпенштока. Обход преград и препятствий, техника безопасности. Основные туристские узлы: «прямой», «проводник простой», «проводник восьмерка», «удавка».

Практические занятия:

Просмотр видеофильма. Пешеходные походы. Вязание узлов по их назначению.

Форма контроля: выполнение нормативов.

ТЕМА 7.2. ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ ПЕШЕХОДНОГО ТУРИЗМА

Теоретические занятия:

Дистанция соревнования: содержание, техника безопасности. Естественные и искусственные препятствия: виды, способы преодоления. Личное и командное прохождение дистанции полосы препятствий. Права, обязанности и спортивное поведение участников соревнований.

Практические занятия

Прохождение этапов: переправа через болото по кочкам; переправа по гати по наведенным кладям (жердям); подъем, траверс, спуск по склону с использованием альпенштока; переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; «мышшеловка»; преодоление оврага (канавы) на судейском «маятнике», переправа по бревну с наведенными перилами, переправа по

качающемуся бревну; установка и снятие палатки. Соревнования по преодолению полосы препятствий.

Форма контроля: выполнение нормативов.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2 год обучения

№№ п\п	Наименование тем и разделов	Количество часов			
		Всего	Теор.	Прак	Мер.
1. Введение					
1.1	Организация работы объединения	8	4	2	2
1.2	Правила поведения юных туристов	13	3	2	8
Всего:		21	7	4	10
2. Подготовка и проведение похода					
2.1.	Личное и групповое снаряжение	6	3	1	2
2.2.	Туристская группа в походе	21	5	2	14
Всего:		27	8	3	16
3. Азбука топографии					
3.1.	Топографические и спортивные карты	7	3	4	-
3.2.	Ориентирование на местности	7	3	3	1
3.3.	Соревнования по ориентированию	19	3	6	10
Всего:		33	9	13	11
4. Изучаем родной край					
4.1.	Родной город	8	2	-	6
4.2.	Культурное и природное наследие	13	4	1	8
Всего:		21	6	1	14
5. Азбука здоровья					
5.1	Личная гигиена юных туристов	6	3	3	-
5.2	Здоровье участников похода	8	4	2	2
Всего:		14	7	5	2
6. Физическая подготовка					
6.1.	Диагностика развития обучающихся	4	-	4	-
6.2.	Общая физическая подготовка	32	2	20	10
Всего:		36	2	24	10

7. Азбука спортивно-оздоровительного туризма					
7.1.	Преодоление препятствий в пешеходном походе	22	2	4	16
7.2.	Полоса препятствий пешеходного туризма	42	3	17	22
Всего:		64	5	21	38
<i>Итого за период обучения:</i>		216	44	71	101

1. ВВЕДЕНИЕ

ТЕМА 1.1. ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ОБЪЕДИНЕНИЯ

Теоретические занятия:

Планирование деятельности объединения в учебном году. Организационное занятие, инструктаж по технике безопасности. Права и обязанности юных туристов, традиции общественно-полезных дел.

Практические занятия:

Исследование индивидуальных психологических особенностей учащихся. Тесты «Личность и творчество», «Лидер», «С кем пойти в разведку». Родительское собрание. Игры: «Действия в чрезвычайной ситуации», «Группа на улице». Оформление выставки творческих работ воспитанников.

Форма контроля: тестирование.

ТЕМА 1.2. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЮНЫХ ТУРИСТОВ

Теоретические занятия:

Правила безопасного поведения на экскурсии, в походе. Правила поведения при купании, в экстремальной ситуации, во время различных природных явлений. Опасные растения и животные края.

Практические занятия:

Учебный поход. Игра «По следам Робинзона».

Форма контроля: тестирование.

2. ПОДГОТОВКА И ПРОВЕДЕНИЕ ПОХОДА

ТЕМА 2.1. ЛИЧНОЕ И ГРУППОВОЕ СНАРЯЖЕНИЕ

Теоретические занятия:

Личное и групповое снаряжение для двухдневного похода: требования, весовые характеристики, комплектация и распределение. Личное снаряжение для зимних походов. Упаковка и хранение продуктов.

Практические занятия:

Ремонт личного снаряжения. Игра-соревнование «Я мастер». Тест «Туристское снаряжение». Игра «Что берем с собой в поход?».

Форма контроля: викторина, выполнение нормативов.

ТЕМА 2.2. ТУРИСТСКАЯ ГРУППА В ПОХОДЕ

Теоретические занятия:

Туристская группа на маршруте зимой и летом. Биваки в зимних и летних походах: требования, организация работ. Походное меню, рецепты туристских блюд. Туристские должности: требования, обязанности, работа во время движения. Преодоление естественных препятствий: организация взаимопомощи, техника безопасности.

Практические занятия:

Двухдневный учебный поход: преодоление естественных препятствий, природоохранная работа, изготовление простейших укрытий из подручных средств, выполнение походных обязанностей. Собрание по итогам похода.

Форма контроля: тестирование, викторина, выполнение нормативов.

3. АЗБУКА ТОПОГРАФИИ

ТЕМА 3.1. ТОПОГРАФИЧЕСКИЕ И СПОРТИВНЫЕ КАРТЫ

Теоретические занятия:

Топографическая и спортивная карта: масштабы, условные знаки. Чтение карты, определение высоты местности. Приемы зарисовки местности в туристском походе.

Практические занятия:

Рисовка основных условных знаков спортивных и топографических карт. Чтение карты. Сбор карты (мозаики) по образцу. Топографические диктанты, кроссворды.

Форма контроля: тестирование.

ТЕМА 3.2. ОРИЕНТИРОВАНИЕ НА МЕСТНОСТИ

Теоретические занятия:

Движение по карте и при помощи компаса. Ориентирование по местным природным признакам. Определение пройденного расстояния, точки стояния на местности по карте.

Практические занятия:

Измерение расстояний и азимутов по карте. Чтение маршрута движения группы по карте. Движение на местности по карте и при помощи компаса. Игра «Кладоискатели».

Форма контроля: выполнение нормативов.

ТЕМА 3.3. СОРЕВНОВАНИЯ ПО ОРИЕНТИРОВАНИЮ

Теоретические занятия:

Соревнования по ориентированию: виды, требования, основы правил. Ориентирование по выбору: основные правила, технические приемы и условия соревнований. Действия в аварийной ситуации.

Практические занятия:

Игра-соревнование на местности «Отметься на КП». Прохождение несложных дистанций группами по 5-6 воспитанников (в сопровождении старшеклассников). Прохождение маршрутов ориентирования по выбору группами по 2-4 человека. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию (забеги по 2 человека).

Форма контроля: выполнение нормативов, соревнования.

4. ИЗУЧАЕМ РОДНОЙ КРАЙ

ТЕМА 4.1. РОДНОЙ ГОРОД

Теоретические занятия:

Улицы нашего города. Знаменитые люди, ветераны войн и труда.

Практические занятия:

Викторина «Родной город». Игра «Путешествие по карте города». Экскурсия в городской музей.

Форма контроля: викторина.

ТЕМА 4.2. КУЛЬТУРНОЕ И ПРИРОДНОЕ НАСЛЕДИЕ

Теоретические занятия:

Памятники истории, природы, культуры и архитектуры и их охрана. Народные обычаи, обряды, промыслы, фольклор. Флора и фауна родного края. Краеведческие должности в походе и их выполнение.

Практические занятия:

Поход: выполнение краеведческих заданий, сбор лекарственных растений. Подведение итогов похода.

Форма контроля: тестирование.

5. АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ

ТЕМА 5.1. ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА ЮНЫХ ТУРИСТОВ

Теоретические занятия:

Правила личной гигиены в туристских походах, при занятиях физическими упражнениями. Организация простейших наблюдений за состоянием здоровья. Приемы самомассажа.

Практические занятия:

Ведение дневника наблюдений за самочувствием. Простейшие приемы самомассажа и их выполнение. Измерение пульса, температуры тела, давления.

ТЕМА 5.2. ЗДОРОВЬЕ УЧАСТНИКОВ ПОХОДА.

Теоретические занятия:

Раны, кровотечения, наложение повязок. Предупреждение и лечение заболеваний: ожоги, обморожения, тепловой и солнечный удар. Состав медицинской аптечки для похода, назначение медикаментов. Средства для транспортировки пострадавшего.

Практические занятия:

Игра «Айболит»: обработка условных ран, наложение повязок Тест «Определение травм и способов оказания первой доврачебной помощи». Игра «Лучший знахарь. Транспортировка условно пострадавшего с использованием веревки, рюкзака, жерди.

Форма контроля: тестирование, выполнение нормативов.

6. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

ТЕМА 6.1. ДИАГНОСТИКА РАЗВИТИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Практические занятия

Входное тестирование и диагностика. Констатирующее тестирование и диагностика. Самоконтроль, ведение дневника наблюдений.

Форма контроля: тестирование.

ТЕМА 6.2. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Теоретические занятия:

Моральные и волевые качества спортсмена. Развитие выносливости, силы, совершенствование функциональных возможностей.

Практические занятия

Обучение основам техники бега и спортивной ходьбы. Бег по пересеченной местности. Бег по лестнице, бег «серпантином», прыжки в длину и высоту. Бег по склонам. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости. Спортивные игры. Плавание, игры на воде.

Форма контроля: выполнение нормативов.

7. АЗБУКА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

ТЕМА

7.1. ПРЕОДОЛЕНИЕ ПРЕПЯТСТВИЙ В ПЕШЕХОДНОМ ПОХОДЕ

Теоретические занятия:

Техника и тактика преодоления естественных препятствий без специального снаряжения в походе. Преодоление водных преград, болот.

Практические занятия:

Учебные походы: отработка практических умений и навыков преодоления естественных препятствий. Вязание узлов: «прямой», «проводник простой»,

«проводник восьмерка», «удавка», «встречный», «ткацкий», «брамшкотовый». Маркировка веревки.

Форма контроля: выполнение нормативов.

ТЕМА 7.2. ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ ПЕШЕХОДНОГО ТУРИЗМА

Теоретические занятия:

Виды туристских соревнований: эстафеты, командные, личные. Технические и тактические основы преодоления полосы препятствий в составе команды со специальным снаряжением. Техника безопасности при преодолении полосы препятствий.

Практические занятия

Отработка техники и тактики передвижения и преодоления препятствий
Переправа через болото по кочкам и гати; подъем, траверс, спуск по склону с использованием перил; переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; «мышеловка»; туристские узлы; установка и снятие палатки; «вертикальный маятник», переправа по бревну с наведенными перилами, переправа по качающемуся бревну. Личное, командное и сквозное прохождение полосы препятствий. Работа парами. Участие в соревнованиях по преодолению полосы препятствий.

Форма контроля: выполнение нормативов, соревнования.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

3 год обучения

№№ п\п	Наименование тем и разделов	Количество часов			
		Всего	Теор	Пра	Инд
1. Туристская подготовка (пешеходный туризм)					
1.1.	Туристское снаряжение	6	1	5	-
1.2.	Туристский быт. Питание.	6	2	4	-
1.3.	Подготовка похода и подведение его итогов.	10	2	8	-
	Итого	22	5	17	-
<i>Форма подведения итогов: категорийный пешеходный поход</i>					
2. Туристская подготовка (водный туризм)					
2.1.	Снаряжение для водного похода	6	1	5	-
2.2.	Техника движения. Речная лоция.	6	1	5	-
2.3.	Тактика водного похода	7	1	6	-
2.4.	Обеспечение безопасности в водном походе	4	1	3	-
	Итого	23	4	19	-
<i>Форма подведения итогов: степенной водный поход.</i>					
3. Основы школы выживания					
3.1.	Жизнеобеспечение человека в экстремальных условиях	6	2	4	-
3.2.	Опасности в природе и повседневной жизни	6	1	5	-
3.3.	Промысел	6	1	5	-
3.4.	Организация быта в экстремальных условиях	5	1	4	-
	Итого	23	5	18	-
<i>Форма подведения итогов: контрольные работы, лагерь «Эй, на острове!»</i>					
4. Топография и спортивное ориентирование					
4.1.	Топографические и спортивные карты	8	1	7	-
4.2..	Ориентирование в сложных условиях	4	1	3	-
4.3.	Соревнования по ориентированию	12	2	10	-

	Итого	24	4	20	-
5. Туристские слеты и соревнования					
5.1.	Судейство соревнований по туристскому многоборью	6	1	5	-
5.2.	Техника преодоления препятствий	24	1	23	-
5.3.	Соревнования по туристскому многоборью	18	-	18	-
	Итого	48	2	46	-
<i>Форма подведения итогов: соревнования по туристскому многоборью, выполнение нормативов на разряды</i>					
6. Соревнования «Школа безопасности»					
6.1.	Содержание соревнований «Школа безопасности»	6	2	4	-
6.2.	«Маршрут выживания» - техника преодоления препятствий	10	1	9	-
6.3.	Техника преодоления препятствий на соревнованиях по спасработам	20	2	18	-
6.4.	Соревнования по «Школе безопасности»	24	-	24	-
	Итого	60	5	55	-
<i>Форма подведения итогов: соревнования по «Школе безопасности», промежуточные контрольные тесты.</i>					
7. Инструкторская подготовка					
7.1.	Педагогические основы обучения	4	1	3	-
7.2..	Подготовка и проведение занятий по теме «Техника преодоления естественных препятствий»	12	2	10	-
	Итого	16	3	13	
<i>Форма подведения итогов: занятия и соревнования на полосе препятствий</i>					
Итого за период обучения		216	28	188	-

1. ТУРИСТСКАЯ ПОДГОТОВКА (пешеходный туризм)

ТЕМА 1. ТУРИСТСКОЕ СНАРЯЖЕНИЕ

Теоретические занятия:

Особенности туристского снаряжения. Примуса бензиновые, газовые горелки, малогабаритные разборные печки специальное костровое снаряжение. Страховочное снаряжение. Источники света, электропитания.

Форма контроля: тестирование

ТЕМА 2. ТУРИСТСКИЙ БЫТ. ПИТАНИЕ.

Теоретические занятия:

Особенности организации бивака в зависимости от времени года, метеоусловий, района путешествия. Особенности бивака на дневке, привале, организация туристской бани, стирка и сушка одежды, ремонт снаряжения. Строительство простейших сооружений. Калорийность дневного рациона и его расчет. Использование сушеных и сублимированных продуктов. Способы очистки и обеззараживания воды. Возможности пополнения продуктов питания в пути.

Форма занятий: беседа, викторина, поход, тест-игра, игры на местности.

Методическое обеспечение: тесты, сценарий викторины.

ТЕМА 3. ПОДГОТОВКА ПОХОДА И ПОДВЕДЕНИЕ ЕГО ИТОГОВ

Теоретические занятия:

Выбор района путешествия. Логика построения маршрута, запасные и аварийные варианты маршрутов. Заявочная документация на проведение похода. Контрольные пункты и сроки движения. Планы подготовки членов групп в соответствии с их должностными обязанностями. Составление сметы похода.

Практические занятия:

Построение маршрута по топографической карте. Заполнение заявочной документации. Составление отчета о походе, выполнение творческих работ.

Форма контроля: самостоятельная работа.

2. ТУРИСТСКАЯ ПОДГОТОВКА (водный туризм)

ТЕМА 1. СНАРЯЖЕНИЕ ДЛЯ ВОДНОГО ТУРИЗМА

Теоретические занятия:

Устройство байдарок. Нормы загрузки. Повышение плавучести байдарок. Ремонтный набор. Подбор личного снаряжения, требования к одежде и обуви. Снаряжение для рыбной ловли. Спасательные средства и их хранение.

Практические занятия:

Подготовка и походное оборудование байдарок. Упаковка вещей и продуктов питания. Укладка груза и размещение людей.

Форма контроля: самостоятельная работа.

ТЕМА 2. ТЕХНИКА ДВИЖЕНИЯ. РЕЧНАЯ ЛОЦИЯ.

Теоретические занятия:

Речная лотия. Характеристика рек и ее элементов. Виды препятствий и способы их преодоления. Обеспечение безопасности в водных походах.

Практические занятия:

Техника гребли на байдарках. Управление байдаркой при помощи весел и руля. Основные маневры байдаркой.

Форма контроля: самостоятельная работа.

ТЕМА 3. ТАКТИКА ВОДНОГО ПОХОДА

Теоретические занятия:

Понятие о тактике в водном походе. Распорядок дня. Режим и график движения. Походный порядок судов. Связь и сигнализация. Разведка пути. Движение при плохой видимости. Тактика прохождения препятствий. Комплектование экипажей. Причалы и ночлеги.

Практические занятия:

Составление распорядка дня.

Форма контроля: тестирование, самостоятельная работа.

ТЕМА 4. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ В ВОДНОМ ПОХОДЕ

Теоретические занятия:

Виды аварий на воде, их причины и анализ. Обязанности руководителя группы и ее участников в обеспечении безопасности. Правила поведения в байдарке. Предпоходная проверка байдарок и снаряжения. Значение сработанности группы и роль дисциплины. Правила купания в незнакомых водоемах. Оказание помощи, терпящим бедствие на воде. Правила подъема человека из воды на судно.

Практические занятия:

Предпоходный выход на воду. Спасательные работы и команды на воде. Меры безопасности и страховка при преодолении препятствий. Приемы спасения утопающего, искусственное дыхание и транспортировка.

Форма контроля: тестирование, самостоятельная работа, выполнение нормативов.

3. ОСНОВЫ ШКОЛЫ ВЫЖИВАНИЯ

ТЕМА 1. ЖИЗНЕОБЕСПЕЧЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Теоретические занятия:

Факторы риска в природе. Оценка ситуации. Сохранение работоспособности. Тактический план спасения. Зависимость жизнеобеспеченности человека от воды, пищи, ночлега, одежды, обуви. Профилактика заболеваний. Сбалансированное питание и голодание. Аварийная сигнализация. Выбор оптимального пути.

Форма контроля: тестирование.

ТЕМА 2. ОПАСНОСТИ В ПРИРОДЕ И ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ

Теоретические занятия:

Действия человека при стихийных бедствиях. Опасности в природе, связанные с животными, насекомыми, опасными растениями, ядовитыми грибами. Опасности, связанные с водой. Роль страха в происхождении несчастных случаев. Пожары: причины возникновения, правила поведения. Опасности, связанные с электричеством и средствами бытовой химии. Аварии и катастрофы. Химическое и радиоактивное заражение местности и действия

населения. Экстремальные ситуации на транспорте. Экстремальные ситуации криминогенного характера.

Форма контроля: тестирование.

ТЕМА 3. ПРОМЫСЕЛ

Теоретические занятия:

Дикорастущие съедобные растения и способы приготовления из них блюд. Меню на зимний период. Грибы круглый год. Советы по приготовлению грибов, рецепты блюд. Рыбная ловля: руками, с помощью лески и крючка, сетями и ловушками. Охота без ружья. Приготовление пищи.

Практические занятия:

Изготовление приспособлений для рыбной ловли и охоты

Форма контроля: тестирование, самостоятельная работа.

ТЕМА 4. ОРГАНИЗАЦИЯ БЫТА В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Теоретические занятия:

Виды жилья и их назначение. Зимние убежища, иглу. Шалаши и навесы, их устройство.

Практические занятия:

Оборудование места ночевки у костра. Изготовление шалаша и навеса в походных условиях.

Форма контроля: тестирование, самостоятельная работа.

4. ТОПОГРАФИЯ И СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ

ТЕМА 1. ТОПОГРАФИЧЕСКИЕ И СПОРТИВНЫЕ КАРТЫ

Теоретические занятия:

Копирование карт и схем. Прокладка и описание маршрута. Маршрутная лента.

Практические занятия:

Игры и упражнения на местности и в помещении с использованием спортивных и топографических карт.

Форма контроля: самостоятельная работа.

ТЕМА 2. ОРИЕНТИРОВАНИЕ В СЛОЖНЫХ УСЛОВИЯХ

Теоретические занятия:

Ориентирование при отсутствии видимости. Виды маршрутов по спортивному ориентированию и их особенности.

Практические занятия:

Ориентирование с помощью неполной карты и крок в походе. Определение точки стояния. Движение по легенде.

Форма контроля: самостоятельная работа.

ТЕМА 3. СОРЕВНОВАНИЯ ПО ОРИЕНТИРОВАНИЮ

Теоретические занятия:

Виды соревнований по спортивному ориентированию и их характеристика. Организационные особенности соревнований по ориентированию.

Практические занятия:

Определение результатов соревнований по спортивному ориентированию.

Форма контроля: тестирование, соревнования.

5. ТУРИСТСКИЕ СЛЕТЫ И СОРЕВНОВАНИЯ

ТЕМА 1. СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ ПО ТУРИСТСКОМУ МНОГОБОРЬЮ

Теоретические занятия:

Состав судейской коллегии. Права и обязанности судей. Меры по обеспечению безопасности при проведении соревнований. Работа службы дистанции соревнований. Контрольное время. Работа судей на этапах и их права и обязанности. Судейская документация, порядок протоколирования и организация информирования участников о допущенных нарушениях. Условия преодоления этапа, трактовка нарушений, пользование таблицей штрафов. Непредусмотренные ситуации и действия судьи.

Практические занятия:

Планирование дистанции, установка ее на местности. Составление схем и описания дистанции. Закрытие дистанции и снятие этапов. Оборудование этапа, организация судейской страховки. Работа в качестве судьи на этапе.

Форма контроля: тестирование, соревнования.

ТЕМА 2. ТЕХНИКА ПРЕОДОЛЕНИЯ ПРЕПЯТСТВИЙ

Практические занятия:

Страховка и само страховка на туристских этапах. Вязка туристских узлов. Преодоление этапов с навешенной судейской веревкой: спуск по склону, подъем по склону, траверс, перильная переправа, переправа по бревну, навесная переправа. Укладка бревна через препятствие. Преодоление условного болота, наведение гати, организация переправы вброд. Преодоление препятствий с перилами, наведенными командой. Организация сопровождения.

Форма контроля: подготовка соревнований.

ТЕМА 3. СОРЕВНОВАНИЯ ПО ТУРИСТСКОМУ МНОГОБОРЬЮ

Практические занятия:

Участие в соревнованиях в личном зачете на "Кубок Робинзона". Участие в городских соревнованиях по туризму среди школьников.

Форма контроля: участие в соревнованиях.

6. СОРЕВНОВАНИЯ "ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ"

ТЕМА 1. СОДЕРЖАНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ "ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ"

Теоретические занятия:

Общие понятия о соревнованиях «Школа безопасности» и их роли в подготовке туриста. Место соревнований «Школа безопасности» в общей классификации туристских соревнований, их назначение и задачи. Содержание соревнований и классификация дистанций. Этапы дистанций и их классификация по поставленным задачам.

Форма контроля: тестирование.

ТЕМА 2. "МАРШРУТ ВЫЖИВАНИЯ". ТЕХНИКА ПРЕОДОЛЕНИЯ ПРЕПЯТСТВИЙ

Теоретические занятия:

Особенности соревнований "Маршрут выживания" и их содержание.
Примерный перечень этапов и их содержание.

Практические занятия:

Преодоление препятствий без специального снаряжения. Преодоление зоны заражения. Добывание огня без спичек, методы хранения и переноса огня.

Форма контроля: тестирование, самостоятельная работа.

ТЕМА 3. ТЕХНИКА ПРЕОДОЛЕНИЯ ПРЕПЯТСТВИЙ ПО СПАСРАБОТАМ

Теоретические занятия:

Содержание соревнований по спасательным работам и их особенности.

Практические занятия:

Поиск пострадавшего. Сигналы бедствия и их подача. Спасательные работы на воде. Изготовление транспортировочных средств и транспортировка пострадавшего. Организация транспортировки пострадавшего через препятствия: навесная переправа, спуск по склону, подъем по склону, переправа по бревну, подъем пострадавшего из трещины.

Форма контроля: тестирование, самостоятельная работа.

ТЕМА 4. СОРЕВНОВАНИЯ "ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ"

Практические занятия:

Участие в соревнованиях в составе команды.

Форма контроля: выполнение нормативов.

7. ИНСТРУКТОРСКАЯ ПОДГОТОВКА

Тема 1. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ

Теоретические занятия:

Структура педагогического процесса. Принципы обучения. Содержание обучения в туристско-краеведческих объединениях. Методы и формы обучения. Средства обучения.

Форма контроля: тестирование.

ТЕМА 2. ПОДГОТОВКА И ПРОВЕДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ

Теоретические занятия:

Личная подготовка младшего инструктора к занятиям: изучение литературы, определение учебных вопросов, их объема и содержания, определение хода занятия и приемов подачи учебного материала подбор учебных пособий, составление плана-конспекта занятия. Подготовка и проведение теоретических и практических занятий по теме "Техника преодоления естественных препятствий".

Форма контроля: тестирование, самостоятельная работа.

Планируемые результаты:

Личностные:

- учащиеся показывают общественно-активную личность;
- учащиеся проявляют черты личности, необходимые для принятия правильных и обоснованных решений при действии в чрезвычайных ситуациях;
- учащиеся способны применять навыки здорового образа жизни.

Метапредметные:

- учащиеся проявляют: самостоятельность, активность и ответственность;
- учащиеся способны саморазвиваться;
- учащиеся способны работать в одном коллективе;
- у учащихся сформированы осознанное и ответственное отношение к занятиям; - у учащихся развита мотивация к здоровому и безопасному образу жизни.

Образовательные (предметные):

- учащиеся умеют применять технические и тактические приемы спортивного туризма на маршрутах и дистанциях;
- учащиеся способны работать с нормативной документацией по спортивному туризму;
- учащиеся умеют пользоваться туристским снаряжением;
- учащиеся способны применять навыки топографического и спортивного ориентирования;
- учащиеся способны правильно оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;

- учащиеся умеют оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим;
- учащиеся умеют действовать в чрезвычайных ситуациях.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Условия реализации программы Материально-техническое обеспечение:

- Учебный кабинет, оборудованный информационными стендами и наглядными материалами.
- Учебный полигон, оборудованный туристскими тренажерами и снарядами.

Перечень оборудования:

Наименование	Количество
Палатка туристическая с тентом (каркасно-дуговая) четырехместная	5
Палатка хозяйственная	1
Спальный мешок	17
Коврик теплоизоляционный	17
Тент от дождя	3
Комплект котелков для приготовления пищи (8, 9, 10 л)	1
Компас жидкостный	17
Каска туристическая	17
Карабины туристические	85
Система страховочная	17
Спусковое устройство	17
Жумар	17
Пантин	17
Блок-ролики	17
Веревки 6 мм	50
Веревка 10 мм	120
Спутниковый трек типа SPOT	2
Фонарь налобный	17
Сидушка	17
Навигационное устройство походного типа	2
Зарядное устройство на солнечных батареях	2
Радиостанции портативные	5

Противогаз	17
Манекен	17
Комплект шин иммобилизационных вакуумных	1
Носилки спасательные	1
Медицинская аптечка	1
Ремонтный комплект	1
Топографические карты	5
Спортивные карты	5
Спутниковый телефон	2
Курвиметр	5
Ноутбук	1
Проектор	1

Информационное обеспечение: видеофайлы, аудиофайлы, фотографии, методическое пособие, методический материал: конспекты, плакаты, схемы.

Кадровое обеспечение. Для реализации данной программы нужно иметь педагогическое образование, без предъявления каких-либо требований к стажу работы. Желательно иметь опыт прохождения туристских маршрутов.

Формы аттестации.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: журнал учета кружковой работы, входной контроль, промежуточная и итоговая аттестации, грамоты, протоколы соревнований, материалы анкетирования, методические разработки.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов. Учащиеся проходят учебно-тренировочные, степенные и категорийные походы, участвуют в соревнованиях «Школа безопасности».

Оценочные материалы.

Обучение учащихся по программе предусматривает различные виды контроля результатов обучения:

-*входной контроль (нулевой срез)* – сентябрь. Определяет начальный уровень знаний, умений, навыков обучающихся и возможность образования по данной программе;

-*промежуточный контроль* – декабрь. Определяет и оценивается уровень изученного текущего программного материала (I-го полугодия). Заполняется таблица мониторинга.

-итоговый контроль – апрель-май. Содержание образовательной программы учебного года. По завершении итогового контроля учащихся составляется аналитическая справка и заполняется таблица мониторинга, в которой оценивается:

1. Результаты обучения по программе за текущий учебный год.
2. Личностное развитие учащихся.
3. Творческая активность учащихся.

Также применяется и самоконтроль. Это позволяет выявить степень самоорганизации учащихся. Формы самоконтроля могут быть самыми разными: контроль, за собственными действиями и вниманием, своей памятью и т.д. Самоконтроль свидетельствует об умении учащихся регулировать свою природную данность и приобретенные навыки. Уровень сложности выполняемых практических заданий увеличивается по мере изучения программы.

Методические материалы. Принципы обучения. Принцип интеграции - межпредметные связи с историей, физической культурой, краеведением, экологией, музыкой. Принцип системности и последовательности.

Учащиеся начинают курс программы с изучения (повторения) основ туризму. Этому способствуют практические занятия, подкрепленные постоянно углубляющимися теоретическими блоками. Путь от простого к сложному, от конкретного к общему. В результате непосредственной практики углубляется представление о различных понятиях туризма и основ безопасной жизнедеятельности. Принцип учета индивидуальных особенностей. Принцип взаимопомощи. Занятия по программе должны иметь конкретное содержание, давать учащимся конкретные знания и умения на протяжении всего срока обучения.

Формы занятий различают по ведущему методу обучения, используемому на нем и выполняющему системообразующую функцию ко всему занятию. Это могут быть: занятие - самостоятельная работа, комбинированное занятие, занятие–игра, тематическое занятие.

Форма организации деятельности учащихся: групповая.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагогов:

1. Двойников С. И. Проведение профилактических мероприятий: учебное пособие / С. И. Двойников; -Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 448 с.
2. Иванова Н. В. Первичная медико-санитарная помощь детям (ранний возраст): учебное пособие / Н. В. Иванова; – Москва: ГЭОТАРМедиа, 2018. – 240 с.
3. Первая помощь: Учебное пособие для преподавателей обучающихся лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую помощь: монография/ Л.И.Дежурный, Ю.С.Шойгу, С.А.Гуменюк, Г.В.Неудахин, А.Ю.Закурдаева, А.А.Колодкин, О.Л.Куров, Л.Ю.Кичанова, А.Ю. Закурдаева, А.А.Эмке - Москва: ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Минздрава России, 2018. - 136 с
4. Решетникова В. А Организация медицинской помощи в Российской Федерации: учебник / Решетникова В. А.;с– Москва: МИА, 2018. – 432 с.
5. Шипова, В. Как организовать первичную медпомощь взрослым по новым требованиям Минздрава / В. Шипова // Зам. гл. врача. – 2019. – № 1. – С. 92-96.
6. Российская Федерация. Конституция (1993). Конституция Российской Федерации : принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года / Российская Федерация. Конституция (1993). — Москва : АСТ : Астрель, 2007. — 63 с.
7. Российская Федерация. Федеральный закон «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» от 21.12.1994г. №68 – ФЗ
8. Российская Федерация. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011г. №323-ФЗ.
9. Российская Федерация. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011г. №323-ФЗ.
10. Российская Федерация. Приказ Минздрава России от 22.01.2016 N 36н "Об утверждении требований к комплектации лекарственными препаратами и медицинскими изделиями упаковок и наборов для оказания скорой

медицинской помощи" (Зарегистрировано в Минюсте России 24.02.2016 N 41191)

11. Российская Федерация. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» от 04.05.2012г. № 477н.

Для учащихся:

1. Алексеев С. П. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие / С.П. Алексеев. - Москва: Издательство Политехнического университета, 2017.
- 482 с.
2. Саво, И. Л. Как вести себя в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие / И.Л. Саво. - Москва: Детство-Пресс, 2015. - 942 с.
3. Вострокнутов, А. Л. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Основы топографии. Учебник / А.Л. Вострокнутов, В.Н. Супрун, Г.В. Шевченко. - Москва: - Санкт-Петербург, 2015. - 400 с.
4. Международное руководство по первой помощи и реанимации: учебное пособие/ Международная Федерация обществ Красного Креста и Красного Полумесяца - г. Женева, 2016 г.