

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДОМ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ  
МОСКОВСКОГО РАЙОНА ГОРОДА КАЗАНИ

«Принята» на заседании  
педагогического совета  
протокол № 1  
от «31» августа 2022 г.

«Утверждаю»  
Директор МБУДО «ДДЮТиЭ» А.А. Рубинский  
приказ № 126а от «01» сентября 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»**

**Направленность:** туристско-краеведческая

**3 год обучения**

**Возраст учащихся:** от 12 до 17 лет.

**Автор-составитель:**  
Комиссаров Михаил Иосифович  
педагог дополнительного образования

Казань 2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Нормативно-правовые основания:**

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями по состоянию на 02.07.2021) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 21.12.1994 №68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 (с изменениями и дополнениями по состоянию на 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 №06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Письмо Минобрнауки РТ от 28.01.2022 № 1068/22 «О направлении рекомендаций (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (в том числе адаптированных) в новой редакции)»;
- Положение по проектированию и утверждению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ;
- Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, ФИРО Москва 2015 г.
- Правила подготовки и проведения соревнований «Школа безопасности»;
- Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации, утвержденная приказом Министерства образования РФ от 13.07.1992 г. № 293;
- Устав МБУДО «ДДЮТиЭ, локальные акты.

Программа модифицированная (адаптированная), разработана на основе типовой программы для системы дополнительного образования детей Министерства образования и науки РФ «Школа безопасности», автор Маслов А.Г. – кандидат педагогических наук, заслуженный учитель РФ, заслуженный путешественник России. Изменено количество часов по большинству разделов, часть практических занятий переведена в помещения.

**Направленность:** туристско-краеведческая.

**Актуальность программы:** обусловлена, во-первых, ее практической значимостью. Дети могут применить полученные знания и практический опыт в походах, выживании в природных условиях, в экстремальных ситуациях и чрезвычайных ситуациях, соревнованиях по спортивному туризму, спортивному ориентированию и в соревнованиях образовательных учреждений «Школа безопасности» разных уровней. Во-вторых, актуальность программы заключается в том, что туристический поход сочетает в себе активный здоровый отдых и оздоровление

**Цель программы** – формирование личности учащегося средствами туризма, краеведения, преодоления специфических сложностей (факторов выживания), возникающих в экстремальных ситуациях, приобщение к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

***Образовательные (предметные):***

- овладение обучающимися знаниями, умениями и навыками по организации спасательных работ в условиях чрезвычайной ситуации, по технике пешеходного туризма, спортивному ориентированию, оказанию первой медицинской помощи;
- обучение основам безопасной жизнедеятельности в разнообразной среде обитания;
- познакомить обучающихся с системой знаний по основным видам спасательных действий человека в экстремальной ситуации;
- совершенствовать умения и навыки необходимые юному спасателю;
- содействовать в приобретении детьми навыков противодействия опасным и вредным факторам природного, социального и медицинского характера;
- расширить кругозор в области спасательной деятельности, туризма, краеведения;
- овладение знаниями умениями и навыками необходимыми в условиях сложного похода.

***Оздоровительные:***

- укрепление здоровья (закаливание);
- разносторонняя физическая подготовка и физическое развитие;
- повышение работоспособности организма;

***Развивающие:***

- развитие самодеятельности учащихся на базе создания благоприятных условий для проявления ими инициативы, развития творческого потенциала;
- привить детям навыки самостоятельности и самоорганизации, потребность в непрерывном самообразовании и самосовершенствовании;
- развить творческие и интеллектуальные способности, содействовать профессиональной ориентации;
- развитие качеств личности, направленных на обеспечение безопасного поведения в окружающем мире;
- развитие способностей принятия адекватных и безопасных решений в различных экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

***Воспитательные:***

- формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности
- формировать определенные черты характера, необходимые спасателю: силу воли, выдержку, смелость, решительность, мужество, терпение, трудолюбие, сопереживание;

- воспитать в детях коммуникабельность, чувство коллективизма, сотрудничества, взаимовыручки;
- приобщить к нормам и ценностям общества, адаптировать к условиям среды.
- формирование лидерских качеств

**Отличительные особенности программы:** данная программа адаптирована для учреждения дополнительного образования. Отличительные особенности данной программы от уже существующих программ заключаются в том, что программа «Школа безопасности» расширяет и углубляет знания обучающихся в основной школе по предмету ОБЖ и направлена на обеспечение дополнительной теоретической и практической подготовке по основам безопасности жизнедеятельности.

**Адресат программы:** программа призвана занять данным видом деятельности всех заинтересовались детей возраста 7-15 лет. Подростки в этом возрасте характеризуются как личность, с чувством собственной неповторимости, индивидуальности, непохожести на других. Для зачисления в группу, специальных знаний и подготовки не требуется, зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Запись в кружок осуществляется по заявлению родителей (законных представителей). Обязательно для всех допуск врача к занятиям.

**Объем и срок освоения программы:** 3 года обучения, 4 часа в неделю, 144 часа в год

**Формы обучения:**

*Формы проведения теоретических занятий:*

лекция, беседа, просмотр видеофильмов, наблюдений, игр, экскурсий.

*Формы проведения практических занятий:*

Активные: участие в туристических слетах, соревнованиях, военно-спортивных играх; игры; походы выходного дня.

Пассивные: тренировочные и практические занятия на местности по топографии, спортивному ориентированию, оказанию первой помощи по общей и специальной физической подготовке.

*Комбинированные*: в занятиях присутствуют формы и теории и практики.

**Сроки и формы аттестации:** Текущий контроль усвоения материала осуществляется путём:

- тестирования;
- сдачи практических нормативов
- зачетных походов.

**Аттестация по завершении освоения программы** проводится в конце учебного года.

**МИНИМУМ**  
**знаний, умений и навыков членов объединения**  
**при завершении 3-го года обучения**

<b>№ п/п</b>	<b>Название разделов и тем</b>	<b>Знания</b>	<b>Умения и навыки</b>
<b>1. Основы туристской подготовки</b>			
1.1.	Личное и групповое туристское снаряжение	Конструкции и техника изготовления тентов для палаток, чехлов для топоров и пил. Конструкции бахил	Изготовление необходимого туристического снаряжения
1.2.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	Особенности организации ночлегов в горных условиях, в период межсезонья, зимой	Использование примуса и разборной печи, для приготовления пищи
1.3.	Питание в туристском походе	Способы увеличения калорийности дневного рациона в категорийном походе. Правила работы с примусами	Подготовка примуса к работе. Приготовление пищи на примусе. Расчет меню и калорийности дневного рациона в различных условиях
1.4.	Подготовка к походу, путешествию	Порядок составления профиля маршрута	Разработка маршрута похода
1.5.	Техника и тактика в туристическом походе	Способы переправы через реки, передвижения по снежным участкам. Меры безопасности и виды страховки.	Наведения переправ. Приемы страховки и самостраховки. Вязание узлов.
1.6.	Особенности других видов туризма	Особенности подготовки похода, снаряжение, техника и тактика велотуризма	
<b>2. Топография и ориентирование</b>			
2.1.	Топографическая и спортивная картах	Способы определение масштаба топокарты при отсутствии данных Особенности спортивной карты для зимнего ориентирования. Старение карты	Копирование карт и схем. Составление схем и крок. Работа со старой картой
2.2.	Ориентирование в сложных условиях	Правила ориентирования на участках при отсутствии крупномасштабных карт. Глазомер в горах. Способы оценки пройденного пути по времени движения.	Прохождение маршрута с использованием крупномасштабных карт, азимутальных участков, участков с измерением пройденного расстояния.
2.3.			
2.4.	Способы ориентирования	Особенности ориентирования в отсутствии видимости, в различных природных условиях и с помощью карты не дающей полной информации о местности	Определение точки своего местонахождения на местности при помощи карты.

№ п/п	Название разделов и тем	Знания	Умения и навыки
2.5.	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки	Определение сторон горизонта по местным предметам, созданных, людьми и по растительности. Действия отдельного члена группы в случае потери ориентировки	Определению своего местонахождения на различных картах
2.6	Соревнования по ориентированию	Особенности тактики до старта, на старте, на дистанции и контрольных пунктах. Факторы, влияющие в пути движения на него спортсмена	Участие в туристских соревнованиях в качестве участника
3. Краеведение			
3.1.	Районы родного края, подверженные наибольшей опасности возникновения техногенных, экологических чрезвычайных ситуаций	Характеристика промышленности, сельского хозяйства, транспорта, дорожной сети. Их возможное негативное влияние на экологическое состояние родного края.	
3.2.	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы. Выявление районов нарушения экологического равновесия	Потенциально опасные районы и объекты, влияющие на экологическое состояние родного края.	
4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь			
4.1.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Порядок и правила оказания первой помощи при повреждении органов брюшной полости, травмах позвоночника, черепа, переломах ребер и ключицы	Оказание первой помощи при травмах области брюшной полости, головы и туловища
4.2.	Приемы транспортировки пострадавшего	Способы изготовления транспортировочных средств	Транспортировка пострадавшего и изготовление транспортировочных средств
5. Общая и специальная физическая подготовка			
5.1	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	Значение, содержание и порядок осуществления врачебного контроля и самоконтроля при занятиях туризмом. Показания и противопоказания. Объективные и субъективные данные	Ведение дневника самоконтроля
5.2	Общая физическая подготовка		Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%
5.3	Специальная физическая подготовка		

№ п/п	Название разделов и тем	Знания	Умения и навыки
6. Социально-психологическая подготовка			
6.1	Процессы и закономерности общения	Стороны, средства и виды общения. Особенности общения в современном мире	Правильное общение, управление эмоциями и чувствами
6.2	Социальная группа	Классификация групп. Групповое развитие. Малая группа. Основные признаки – совместная деятельность и общая цель	–
6.3	Лидер в группе. Его роль и требования к нему	Качества лидера и авторитета в группе. Формальный и неформальный лидер	–
7. Специальная подготовка			
7.1.	Чрезвычайные ситуации природного характера и действия в случае их возникновения	Классификация ЧС природного характера и причины их возникновения	Правильное действие при возникновении опасных природных явлений и стихийных бедствий
7.2.	Психологические факторы, влияющие на безопасность группы в походе	Роль психологического климата в группе в обеспечении безопасности похода. Причины возникновения конфликтов в группе и способы их устранения	–
7.3.	Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты	-	Ориентирование без компаса. Определение своего местоположения в различных смоделированных ситуациях.
7.4	Сооружение временного укрытия	-	Сооружение временных укрытий в летних и зимних условиях
7.5	Организация поисково-спасательных работ силами группы	Порядок действий группы при поиске отставшего или заблудившегося члена(ов) группы и при несчастном случае	Действия в составе группы при поиске отставшего и оказание помощи при несчастном случае.
7.6	Изготовление одежды и снаряжения из подручных средств	-	Использование имеющихся предметов одежды, снаряжения. Использование природных материалов

**Календарный учебный график**  
**3-й год обучения**

№ п/п	Месяц	Число		Время проведения занятия	Форма занятия	Кол- во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
		Гр. 22	Гр. 23						
1.	Сентябрь	3	3	по расписанию	Комбинирован ное занятие	2	Определение задач работы объединения на текущий учебный год. Конструкции тентов для палаток, чехлов для топора, пилы, канов. Техника изготовления. ОФП: Легкая атлетика	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортивной площадки	Текущий контроль
2.	Сентябрь	4	4	по расписанию	Комбинирован ное занятие	2	Конструкции бахил летних и зимних. Материалы для их изготовления. Выкройки, техника изготовления. ОФП: Легкая атлетика	Гимн. № 102 спортивный зал	Текущий контроль
3.	Сентябрь	10	10	по расписанию	Практическое занятие	2	Изготовление необходимого туристского снаряжения	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
4.	Сентябрь	11	11	по расписанию	Комбинирован ное занятие	2	Организация ночлегов в горных условиях, в период межсезонья, зимой. ОФП: Легкая атлетика	Гимн. № 102 спортивный зал	Текущий контроль
5.	Сентябрь	17	17	по расписанию	Комбинирован ное занятие	2	Ветрозащитная стенка. Заготовка дров к ней. Ночные дежурства. Ночлег в палатке без печки. ОФП: Футбол	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортивной площадки	Текущий контроль
6.	Сентябрь	18	18	по расписанию	Учебно- тренировочное	2	Подготовка к районному туристическому слету «Осенний этап»	Гимн. № 102 спортивный зал	Текущий контроль
7.	Сентябрь	24	24	по расписанию	Практическое занятие	2	Подготовка примуса к работе и приготовление пищи на нем. Использование разборной печки.	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
8.	Сентябрь	25	25	по расписанию	Комбинирован ное занятие	2	Способы увеличения калорийности дневного рациона в категорийном походе. «Карманное» питание. Витамины. ОФП: Футбол	Гимн. № 102 спортивный зал	Текущий контроль

9.	Октябрь	1	1	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Правила приготовления пищи на примусах. Правила работы с бензиновым и газовым примусом. ОФП: Футбол	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль
10.	Октябрь	2	2	по расписанию	Практическое занятие	2	Расчет меню и калорийности дневного рациона в различных вариантах. Подготовка примуса к работе. Приготовление пищи на примусе.	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
11.	Октябрь	8	8	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Изучение маршрута похода с помощью отчетов групп, прошедших этот маршрут. Составление профиля маршрута. ОФП: Баскетбол	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль
12.	Октябрь	9	9	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Изучение сложных участков маршрута и составление планов их преодоления. ОФП: Баскетбол	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
13.	Октябрь	15	15	по расписанию	Учебно-тренировочное	2	Подготовка к открытому первенству района по спортивному ориентированию	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
14.	Октябрь	16	16	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Переправы через реки. Характеристика равнинных и горных рек. Опасности, возникающие при организации переправ. ОФП: Баскетбол	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
15.	Октябрь	22	22	по расписанию	Практическое занятие	2	Разработка маршрута похода.	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
16.	Октябрь	23	23	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Переправа через реку с помощью плота, по кладям, бревнам, камням. Использование переправы по веревке с перилами, навесной переправы. ОФП: Подъем по крутым склонам оврагов, берегам ручьев.	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
17.	Октябрь	29	29	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Движение по снежникам. Оценка состояния снежного покрова. Выбор времени дня, пути для прохождения снежного участка. ОФП: Переправа по бревну через овраг, ручей, канаву	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль

18.	Октябрь	30	30	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Способы движения по снежному участку, страховка и меры безопасности. ОФП: Переправа по качающемуся бревну	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
19.	Ноябрь	5	5	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Виды страховки. Приемы и способы страховки. ОФП: Эстафеты со сложными двигательными заданиями на координацию	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль
20.	Ноябрь	12	12	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Наблюдение за погодой – одна из мер обеспечения безопасности. Основные признаки изменения погоды. ОФП: Упражнения с сопротивлением.	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
21.	Ноябрь	13	13	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Выбор места страховки. Подготовка места страховки. Самостраховка на месте и в движении. ОФП: Эстафеты со сложными двигательными заданиями на координацию	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
22.	Ноябрь	19	19	по расписанию	Практическое занятие	2	Отработка техники движения и преодоления препятствий. Организация наведения переправ.	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
23.	Ноябрь	20	20	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Изменение тактики движения при изменении погоды. ОФП: Элементы акробатики.	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
24.	Ноябрь	26	26	по расписанию	Практическое занятие	2	Отработка приемов страховки и самостраховки при организации переправ	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
25.	Ноябрь	27	27	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Велотуризм. Особенности подготовки похода. ОФП: Упражнения для рук и плечевого пояса.	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
26.	Декабрь	3	3	по расписанию	Практическое занятие	2	Вязание узлов: удавка, булинь, брамшкотовый, академический и др.	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
27.	Декабрь	4	4	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Велотуризм. особенности личного и общественного снаряжения. ОФП: Упражнения для туловища, для ног.	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
28.	Декабрь	10	10	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Техника и тактика в велотуризме. ОФП: Упражнения с сопротивлением.	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль

29.	Декабрь	11	11	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Возможные опасные ситуации и меры безопасности велотуризма. ОФП: Элементы акробатики.	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
30.	Декабрь	17	17	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Определение масштаба топокарты при отсутствии данных. Старение карты, ее генерализация. ОФП: Упражнения с предметами	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
31.	Декабрь	18	18	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Спортивная карта, старение, изменения, происходящие на местности. Карты с различными формами рельефа. Особенности с.к. для зимнего ориентирования. ОФП: Упражнения на равновесие на гимнастических снарядах	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
32.	Декабрь	24	24	по расписанию	Практическое занятие	2	Копирование карт и схем. Составление схем и крок. Занятия на местности со спортивными картами разных масштабов.	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
33.	Декабрь	25	25	по расписанию	Практическое занятие	2	Игры и упражнения на местности с использованием спортивных карт. ОФП: Подъем по гимнастической лестнице, стенке.	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
34.	Декабрь	31	31	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Особенности ориентирования в сложном походе. Предварительный подбор картографического материала, изучение маршрута. СФП: Лыжная подготовка	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортивплощадка	Текущий контроль
35.	Январь	14	14	по расписанию	Практическое занятие	2	Разведка, маркировка пути движения. Движение при потере видимости. Глазомер в горах. Оценка пройденного пути по времени движения. СФП: Лыжная подготовка	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортивплощадка	Текущий контроль
36.	Январь	15	15	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Прохождение маршрута с использованием крупномасштабных карт, азимутальных участков. СФП: Лыжная подготовка	Гимн. № 102 Спортзал спортивплощадка	Текущий контроль
37.	Январь	21	21	по расписанию	Практическое занятие	2	Прохождение участков с измерением пройденного расстояния.	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль

38.	Январь	22	22	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Тактические действия спортсмена до старта, на старте, на дистанции и контрольных пунктах (КП). Составление плана прохождения КП и распределение сил на дистанции.	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
39.	Январь	28	28	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Действия ориентировщика с учетом вида соревнований. Выбор пути движения и факторы, влияющие на него. СФП: Лыжная подготовка	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль
40.	Январь	29	29	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Характеристика промышленности, сельского хозяйства, их возможное негативное влияние на экологическое состояние родного края.	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
41.	Февраль	4	4	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Характеристика транспорта, дорожной сети их возможное негативное влияние на экологическое состояние родного края. СФП: Лыжная подготовка	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль
42.	Февраль	5	5	по расписанию	Практическое занятие	2	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы.	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
43.	Февраль	11	11	по расписанию	Практическое занятие	2	Выявление районов нарушения экологического равновесия в природной среде. СФП: Лыжная подготовка	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль
44.	Февраль	12	12	по расписанию	Практическое занятие	2	СФП: Лыжная подготовка. Движение на лыжах по равнинной и пересеченной местности	Гимн. № 102 спортплощадка	Текущий контроль
45.	Февраль	18	18	по расписанию	Учебно-тренировочное	2	Подготовка к открытому первенству района по спортивному ориентированию на лыжах	Гимн. № 102 спортплощадка	Текущий контроль
46.	Февраль	19	19	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Травмы области брюшной полости: повреждение органов живота, повреждение таза и тазовых органов. СФП: Лыжная подготовка	Гимн. № 102 Спортзал спортплощадка	Текущий контроль
47.	Февраль	25	25	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Травмы головы и туловища. СФП: Лыжная подготовка	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль

								спортплощадка	
48.	Февраль	26	26	по расписанию	Практическое занятие	2	Порядок оказания первой помощи при травмах области брюшной полости, головы и туловища	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
49.	Март	4	4	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Правила изготовления транспортировочных средств. СФП: Лыжная подготовка	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль
50.	Март	5	5	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Разучивание приемов транспортировки, способов изготовления транспортировочных средств. ОФП: Подъем по гимнастической лестнице, стенке.	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
51.	Март	11	11	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Значение и содержание врачебного контроля и самоконтроля при занятиях туризмом. Показания и противопоказания. ОФП: Гандбол	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль
52.	Март	12	12	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Субъективные и объективные данные самоконтроля. ОФП: Волейбол	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
53.	Март	18	18	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Общение. Средства, формы, виды. ОФП: Гандбол	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль
54.	Март	19	19	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Особенности общения в современном мире. ОФП: Волейбол	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
55.	Март	25	25	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Социальная группа, классификация групп. ОФП: Гандбол	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль
56.	Март	26	26	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Характеристики социальной группы. СФП: Бег с ориентированием	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
57.	Апрель	1	1	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Лидер группы. Формальный и неформальный лидер. СФП: Бег с ориентированием	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль
58.	Апрель	2	2	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Авторитет группы. СФП: Бег с ориентированием	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
59.	Апрель	8	8	по	Комбинирован	2	Классификация чрезвычайных ситуаций	Гимн. № 102	Текущий

				расписанию	ное занятие		природного характера. Основные причины возникновения чрезвычайных ситуаций. СФП: Туристическая техника	Каб.5 в здании	контроль
60.	Апрель	9	9	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Порядок действий в случае возникновения опасных природных явлений и стихийных бедствий. СФП: Туристическая техника	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
61.	Апрель	15	15	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Роль психологического климата в группе в обеспечении безопасности участников похода. СФП: Туристическая техника	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
62.	Апрель	16	16	по расписанию	Практическое занятие	2	Сооружение временных укрытий для зимних условий	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
63.	Апрель	22	22	по расписанию	Практическое занятие	2	Сооружение временных укрытий для летних условий	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
64.	Апрель	23	23	по расписанию	Практическое занятие	2	Определение своего местоположения в различных смоделированных ситуациях. Определение направления выхода и выход к путям сообщения или населенным пунктам	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
65.	Апрель	29	29	по расписанию	Практическое занятие	2	Участие в городских соревнованиях «Школа безопасности»	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
66.	Апрель	30	30	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Участие в городских соревнованиях «Школа безопасности»	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
67.	Май	6	6	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Определение направления на север, азимутов без использования компаса	Гимн. № 102 Каб.5 в здании	Текущий контроль
68.	Май	7	7	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Подготовка к районному туристическому слету «Весенний этап»	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль
69.	Май	13	13	по расписанию	Практическое занятие	2	Причины возникновения конфликтов в группе и способы их устранения. СФП: Основы скалолазания	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортивплощадка	Текущий контроль
70.	Май	14	14	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Поиск отставшего или заблудившегося члена (ов) группы. СФП: Основы скалолазания	Гимн. № 102 спортзал	Текущий контроль

71.	Май	20	20	по расписанию	Комбинированное занятие	2	Действия группы при несчастном случае. СФП: Основы скалолазания	Гимн. № 102 Каб.5 в здании спортплощадка	Текущий контроль
72.	Май	21	21	по расписанию	Итоговое занятие	2	Тестирование. Подведение итогов работы объединения.	Гимн. № 102 спортивный зал	Контроль по завершении освоения программы
<b>Всего</b>					<b>144</b>				

### Список литературы

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. М., Профиздат, 1985.
3. Амундсен Р. Собрание сочинений 1-5 том, Ленинград, изд. Главсевморпути, 1937.
4. Антропов К., Растворгусев М. Узлы. М., ЦДЮТур РФ, 1994.
5. Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. М., ЦРИБ "Турист", 1989.
6. Арсеньев В.К. В дебрях Уссурийского края. –М.: Моск. рабочий, 1956.
7. Баленко С.В. Школа выживания, Приложение к журналу "Зарубежное военное обозрение, М., часть 1 - 1992, часть 2- 1994 г.
8. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1981.
9. Березина Н., Лисс О., Самсонов С. Мир зеленого безмолвия. – М.: Мысль, 1983.
10. Берман А.Е. Путешествия на лыжах. М., ФиС, 1968.
11. Бринк И.Ю., Бондарец М.П. Ателье туриста. М., ФиС, 1990.
12. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М., ЦРИБ "Турист", 1983.
13. Волков Н.Н. Спортивные походы в горах. М., ФиС, 1974.
14. Волович В.Г. Академия выживания. – М.: ТОЛК, 1996.
15. Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. М., "Знание", 1990.
16. Выживание в экстремальных условиях. М., ИПЦ "Русский раритет", 1993.
17. Выживание. Сост. С.И. Коледа, П.Н. Драчев, Минск, ООО "Лазурок", 1996.
18. Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. М., Издательский дом "Вокруг света", 1994.
19. Ганопольский В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода. М., ЦРИБ "Турист", 1986.
20. Григорьев В.Н. Водный туризм. М., Профиздат, 1990.
21. Губанов И.А., Крылова И.Л., Тихонова В.Л. Дикорастущие полезные растения СССР. М., "Мысль", 1976.
22. Захаров П.П. Инструктору альпинизма. – М., Фис, 1988.
23. Зорина Т.Г. Школьникам о лесе. М., "Лесная промышленность", 1971.
24. Иванов Е.И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию. М., ФиС, 1978.
25. Казанцев А.А. Организация и проведение соревнований школьников по спортивному ориентированию на местности. М., ЦДЭТС МП РСФСР, 1985.
26. Клан Я., Ванчур Б., Грибы. Прага, "Артия" 1984.
27. Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.А. Туристские слеты и соревнования. М., Профиздат, 1984.
28. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
29. Константинов Ю.С. Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей. М.: ЦДЮТиК, 2001.
30. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие – М. ФЦДЮТиК, 2006 г.
31. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. Учебно-методическое пособие – М. ФЦДЮТиК, 2005 г.
32. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. М. ЦДЮТиК МО РФ, 2006.

33. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., Профиздат, 1997.
34. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. – М., ЦДЮТур МО РФ, 1997.
35. Краткий справочник туриста. М., Профиздат, 1985.
36. Кублицкий Г. Весь шар земной. М., «Детская литература», 1986.
37. Кук Ф. Мое обретение полюса. М., «Мысль», 1987.
38. Куликов В.М. Походная туристская игротека. Сборники № 1,2. М., ЦДЮТур МО РФ, 1994.
39. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., ЦДЮТур Минобразования России, 1997
40. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков. – М., ЦДЮТур МО РФ, 1997.
41. Лондон Д. Любовь к жизни. Архангельск, Северо-Западное книжное издательство, 1977 г.
42. Лукоянов П.И. Лыжные спортивные походы. М., ФиС, 1988.
43. Обеспечение безопасности в водных путешествиях. – М.: ЦРИБ «Турист», 1976.
44. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности». – М., Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000.
45. Маслов А.Г. Организация работы и финансирование туристско – краеведческих объединений учащихся. – М., ЦДЮТур Минобразования России, 1999.
46. Маслов А.Г., Константинов Ю.С. Программа обучения жизненным навыкам в системе дополнительного образования. – М., МТО-ХОЛДИНГ, 2001.
47. Маслов А.Г., Константинов Ю.С. Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. – М., Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000.
48. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. М.: Академия, 2004.
49. Нурминаа В. Спортивное ориентирование. М., ФСОРФ, 1997.
50. Огородников Б.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. М., ФиС, 1989.
51. Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристской группы. М., ЦРИБ «Турист», 1981.
52. Основы медицинских знаний учащихся. Под ред. Гоголева М.И. М., Просвещение 1991.
53. Параметры риска. Сост. Репин Л., М., «Молодая гвардия», 1987.
54. Пармузин Ю.П. Тайга СССР. М., «Мысль», 1985.
55. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. М., Профиздат, 1987.
56. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
57. Ротштейн Л.М. Школьный туристский лагерь. М., ЦДЮТур МО РФ, 1993.
58. Рыжавский Г.Я. Биваки. М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
59. Самодельное туристское снаряжение. Сост. П.И. Лукоянов. М., ФиС, 1986.
60. словарь юного туриста. Сост. Куликов В.М., Ротштейн Л.М., Константинов Ю.С., М., ФЦДЮТиК. 2004.
61. Справочник путешественника и краеведа. Под. Ред. Обручева С.В. том 1 и 2, Гос.издательство географической литературы, 1949-50.

62. Стрижев Ю.А. Туристу о природе. М., Профиздат, 1986.
63. Туризм и краеведение. Сборник программ. М., Советский спорт, 2005.
64. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник для институтов и техникумов физической культуры. Сост. Ганопольский В.И. М., ФиС, 1987.
65. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. Пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений. М., Просвещение, 1990.
66. Усыскин Г.С. В классе, в парке, в лесу. М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
67. Уховский Ф.С. Уроки ориентирования. М. ЦДЮТур МО РФ, 1996.
68. Федоров Ф.В. Дикорастущие пищевые растения. Чебоксары, Чувашское книжное издательство, 1989.
69. Федосеев Г. Смерть меня подождет. М., "Молодая гвардия", 1964.
70. Шибаев А.В. В горах. М., ЦДЮТур МО РФ, 1997.
71. Шибаев А.В. Переправа. Программированные задания. М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
72. Шибаев А.В. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени? Умеете ли вы предсказывать погоду? М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
73. Школа альпинизма. М., ФиС, 1989.
74. Штюрмер Ю.А. Общественно-полезная работа самодеятельных туристов. М., ЦРИБ "Турист", 1990.
75. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., ФиС, 1983.
76. Штюрмер Ю.А. Профилактика туристского травматизма. М., ЦРИБ "Турист", 1992.
77. Энциклопедия туриста. М., Научное издательство "Большая Российская энциклопедия", 1993.