

Департамент образования администрации Города Томска  
Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
Дом детства и юношества «КЕДР» г. Томска

Принята на заседании  
методического совета  
от « 29 » августа 2023 г.  
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ДО  
ДДЮ «КЕДР» г. Томска  
  
И.Б. Уртаева  
«  »    2023 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа туристско-краеведческой направленности

### **«Школа безопасности»**

Возраст учащихся: 10-12, 13-16 лет  
Срок реализации: 1 год

Составитель:  
Пальцева Анастасия Николаевна,  
педагог дополнительного образования

Рецензент:  
к.п.н., доцент кафедры физической  
культуры и спорта ФФК НИ ТГУ  
С.В. Радаева

Томск 2023

**Оглавление:**

	Информационная карта образовательной программы	3
<b>I</b>	<b>Целевой раздел</b>	
1.1.	Пояснительная записка	5
1.1.2.	Общее назначение (актуальность, новизна, адресат, формы организации занятий, режим, принципы)	5
1.1.3.	Цель программы	6
1.1.4.	Задачи программы	6
1.2.	Планируемые результаты освоения обучающимися программы	8
1.3.	Способы определения достижения цели и результатов программы – система оценки достижения планируемых результатов освоения программы	9
<b>II</b>	<b>Содержательный раздел, включает разделы программы, ориентированные на достижение предметных, метапредметных и личностных результатов</b>	
2.1.	Основы туристской подготовки	10
2.2.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	11
2.3.	Специальная подготовка	12
2.4.	Промежуточная и итоговая аттестация	13
<b>III</b>	<b>Организационный раздел определяет общие рамки организации образовательной деятельности, а также организационные механизмы и условия реализации программы</b>	
3.1.	Учебно-тематический план	13
3.2.	Календарный учебный график	15
3.3.	План воспитательной работы, содержащий перечень событий и мероприятий воспитательной направленности, которые организуются и проводятся образовательной организацией или в которых образовательная организация принимает участие в учебном году	15
3.4.	Материально-техническое обеспечение	17
3.5.	Кадровое обеспечение	17
3.6.	Информационное обеспечение	18
	Приложение 1. Начальная диагностика	19
	Приложение 2. Диагностическая карта личностных достижений обучающихся	20
	Приложение 3. Карточка индивидуального развития ребенка	23
	Приложение 4. Диагностика учебных достижений ребенка по образовательной программе	24
	Приложение 5. Таблица зачетных узлов и нормативов	26
	Приложение 5а. Таблица критерии оценки общей физической подготовки	27
	Приложение 6. Пример тестового задания по ориентированию	28
	Приложение 7. Кейсовые задания по медицине	29
	Приложение 8. Кейс заданий по медицине	32
	Приложение 9. Итоговый тест	35
	Приложение 10. Зачетная книжка	38

### Информационная карта образовательной программы

<b>Наименование программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности»
Автор-составитель, должность	Пальцева Анастасия Николаевна, педагог дополнительного образования
<b>Направленность</b> по содержанию по предметной области по функциональному предназначению	<ul style="list-style-type: none"> <li>- туристско-краеведческая;</li> <li>- основы туристической подготовки, первая доврачебная помощь, специальная подготовка;</li> <li>- общеразвивающая и социализирующая</li> </ul>
<b>Сведения о программе</b>	
Нормативная база	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 24.06.2023);</li> <li>- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);</li> <li>- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;</li> <li>- Приказа Министерства Просвещения РФ от 18 мая 2023г. № 370 «Об утверждении федеральных образовательных программ основного общего образования»;</li> <li>- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";</li> <li>- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (с изм. от 30 декабря 2022 г. N 24);</li> <li>- Указ Президента РФ от 09 ноября 2022г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»</li> <li>- Устав МАОУ ДО Дом детства и юношества «КЕДР» г. Томска</li> </ul>

Объём и срок освоения программы	1 год, 144 часа
Возраст обучающихся	10-12, 13-16 лет
Тип программы	Модифицированная
<b>Характеристика программы</b>	
По месту в образовательной модели	Разновозрастного коллектива
По форме обучения, организации содержания и процесса педагогической	Очная, с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий Интегрированная
По уровню освоения	Общеразвивающая
Цель программы	Развитие личностных качеств, овладение системой знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья.
Учебные курсы/ дисциплины/разделы (в соответствии с учебным планом)	Основы туристской подготовки, основы гигиены и первая доврачебная помощь, специальная подготовка
Ведущие формы и методы образовательной деятельности	Теоретические занятия (объяснение, демонстрация, обсуждение, проблемная ситуация); - Практические занятия (учебно – тренировочные занятия, упражнения) - Игровые занятия (дидактические игры, подвижные игры, квесты). - Экскурсии - Походы выходного дня
Формы мониторинга результативности	- беседа, опрос; теоретическое тестирование для определения уровня знаний; - сдача нормативов; контрольные упражнения; - ситуационные задачи и ситуативные игры; - соревнования; - учебно-тренировочный поход. Качественными показателями обучения служат результаты выступлений обучающихся в мероприятиях муниципальных программ, фестивалях, слётах, соревнованиях и участие в зачетных учебно-тренировочных походах.
Формы предъявления результатов	Квесты, экскурсии, походы
Дата утверждения и последней корректировки	31.08.2023 г.
Рецензенты	Радаева С.В., к.п.н., доцент, доцент кафедры физической культуры и спорта ФФК НИ ТГУ

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» реализуется в Муниципальном автономном образовательном учреждении дополнительного образования Дом детства и творчества «КЕДР» г. Томска.

Программа является логическим, более углубленным продолжением школьного курса «Основы безопасности жизнедеятельности», дающим возможность расширить спектр теоретических вопросов и значительно увеличить практическую подготовку.

**Актуальность программы** Безопасность жизнедеятельности – сфера знаний, освещающая вопросы безопасного взаимодействия человека со средой обитания (бытовой, городской, природной). Знания актуальные в любые времена, обеспечивающие собственную безопасность и безопасность окружающих – базовый навык любого человека, гарантирующий ему здоровье и возможность выживания.

Сегодня в обществе ставится задача не только обучения детей основам безопасной жизнедеятельности, но и формирования у них культуры безопасной жизнедеятельности, которая сопровождается формированием здоровой, самостоятельной, активной, ответственной личности, способной к социально значимым преобразованиям в обществе. Поэтому обучающимся необходимо дать представление о том, какие опасности могут подстергать их, как надо вести себя, чтобы их избежать, что делать для сохранения своей жизни и здоровья, а также жизни и здоровья окружающих людей, стимулировать к получению знаний и умений, направленных на снижение индивидуальных и коллективных рисков. Необходимо прививать умения и навыки, позволяющие в условиях экстремальных ситуаций осуществлять грамотные действия по спасению и оказывать помощь попавшим в беду людям.

Объединение туризма и основ безопасной жизнедеятельности в образовательной области является **отличительной особенностью** представленной программы от аналогичных программ.

**Новизна** заключается в интеграции образовательных программ общего образования и программы дополнительного образования.

Участие обучающегося в данной общеразвивающей образовательной программе подразумевает не только изучение теоретических основ безопасной жизнедеятельности, но и практические занятия по преодолению трудных (в том числе экстремальных) ситуаций. Его необходимо учить, не только избегать опасностей, но и смело решать жизненные проблемы, умело действовать при их возникновении.

Компетентность в различных областях обеспечения собственной безопасности, готовность к действию при встрече с экстремальными ситуациями и грамотные решения при их возникновении – одни из составляющих обеспечения его успешной, безопасной и благополучной жизни.

**Адресат программы.** Данная программа многопрофильна и предназначена для обучающихся, готовых развиваться сразу в нескольких направлениях деятельности. Она включает в себя: краеведение, туризм, ориентирование, медицину, действия в условиях ЧС природного, техногенного и криминогенного характера, поисково-спасательные работы и т. д.

Представленная программа рассчитана на обучающихся в возрасте от 10 до 16 лет. Это именно тот возраст, когда ребенок испытывает, с одной стороны, тягу к самоутверждению и самостоятельности, с другой – повышенную потребность в общении и дружбе, и особенно подвержен влиянию сверстников. Занятия туризмом и спасательской деятельностью отвечают возрастным потребностям обучающихся в общении в кругу ровесников, преодолении трудностей. В путешествиях, в познании родного края осуществляется

воспитание зрелости, формируется мировоззрение. В процессе туристско-краеведческой деятельности у детей формируются такие жизненно важные качества, как упорство, честность, мужество, взаимовыручка, умение работать в команде.

Это очень важный период для формирования нравственных приоритетов человека. Подросток уже должен учиться принимать самостоятельные решения и отвечать за свои действия.

В этих условиях особенно актуальным становится знакомство с правилами безопасного существования в окружающей действительности. Поэтому необходимо привитие умений и навыков, позволяющих в условиях экстремальных ситуаций осуществлять грамотные действия по обеспечению безопасности, оказывать помощь попавшим в беду людям.

Программа «Школа безопасности» направлена на вовлечение в туристско-краеведческую деятельность широкого круга обучающихся. Для этого предполагается тесное взаимодействие с заинтересованными педагогами общеобразовательных школ и вовлечение их в совместную деятельность через участие в мероприятиях муниципальных программ.

Для зачисления в детское объединение специальных знаний и подготовки не требуется: зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа имеет туристско-краеведческую направленность и носит оздоровительно-образовательный характер. Туристско-краеведческая деятельность сочетает в себе активный отдых и оздоровление, способствует всестороннему развитию личности ребенка, является активным средством нравственного, духовного и патриотического воспитания, содействует социализации и развитию коммуникативных качеств обучающихся.

Программа направлена на раскрытие индивидуальных психологических особенностей обучающихся, реализацию их интеллектуальных, творческих и физических способностей, овладение туристскими навыками, позволяющими свободно жить и ориентироваться в природе, что ставит ее в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения.

Занятия туризмом немыслимы вне коллектива. Поэтому ребенок в процессе обучения получает практические навыки межличностного общения. Туризм способствует укреплению здоровья, профилактике наркомании и правонарушений подростков, является средством включения обучающихся в активную физическую деятельность и приобщения к здоровому образу жизни. Именно туризм способствует закалке детского организма, его укреплению, физическому развитию, а также познанию живой природы, изучению флоры и фауны, овладению навыками поведения в природе.

#### ***Цель программы***

Развитие личностных качеств, овладение системой знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья.

#### ***Задачи программы***

##### ***Обучающие***

1. Познакомить обучающихся с системой знаний по основным видам спасательных действий человека в экстремальной ситуации
2. Обучить приемам оказания доврачебной помощи
3. Познакомить с разными видами туризма, обучить приемам и способам преодоления естественных препятствий
4. Дать представление о личном, групповом и специальном снаряжении, организации привалов и питания в походе
5. Познакомить с различными видами аварийных укрытий

6. Обучить приемам работы с компасом и картой, ориентированию на местности
7. Содействовать приобщению детей к вопросам личной и коллективной безопасности

*Развивающие:*

1. Создать условия для развития физической силы, координации движений и выносливости
2. Развивать наблюдательность, быстроту мышления, память
3. Содействовать развитию коммуникативных умений и навыков

*Воспитательные:*

1. Воспитывать патриотизм, бережное отношение к традициям, культуре и истории Отечества
2. Акцентировать понимание важности коллективных усилий для достижения командного результата
3. Формировать потребность в здоровом образе жизни
4. Воспитывать бережное отношение к природе

**Принципы программы:** принцип индивидуализации обучения; системно-деятельностный подход, предполагающий ориентацию на результаты обучения, на развитие активной учебно-познавательной деятельности обучающегося на основе освоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира личности, формирование его готовности к саморазвитию и непрерывному образованию; принцип учета индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся при построении образовательного процесса и определении образовательно-воспитательных целей и путей их достижения; принцип интеграции обучения и воспитания; принцип здоровьесбережения: при организации образовательной деятельности не допускается использование технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью обучающихся, приоритет использования здоровьесберегающих педагогических технологий.

**Уровень программы** ознакомительный

**Сроки реализации программы**

Данная программа рассчитана на 1 год обучения.

Общий объём программы – 144 часа.

В ходе реализации программы используются **следующие формы организации занятий:**

- Теоретические занятия (объяснение, демонстрация, обсуждение, проблемная ситуация);
- Практические занятия (учебно–тренировочные занятия, упражнения);
- Игровые занятия (дидактические игры, подвижные игры, квесты);
- Экскурсии;
- Походы выходного дня;
- Участие в мероприятиях муниципальных программ воспитания и дополнительного образования «Начало большого пути», «Моя Родина – Сибирь», фестивалях, слётах, соревнованиях.

Основными **педагогическими приемами**, которые используются в ходе изучения тем данной программы, являются:

- Активизирующие;
- Коммуникативные;
- Практико- и личностно ориентированные.

**Режим занятий.** Организация учебно-тренировочного процесса по программе предусматривается в течение календарного года (36 учебных недель). Время, отведенное на

обучение, составляет 144 часа, из расчета 4-х часов в неделю. Академический час–45 минут. 2 раза в неделю по 2 часа.

Участие в мероприятиях муниципальных программ, фестивалях, слётах, соревнованиях вынесено за сетку часов.

## **1.2. Планируемые результаты освоения обучающимися программы**

Результаты реализации программы соответствуют её цели, задачам и содержанию.

***Личностными результатами*** (осознание российской гражданской идентичности):

- умения активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и пытаться управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению; ценность самостоятельности и инициативы; наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности; сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом;
- готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, экологического воспитания.

***Метапредметными результатами*** (является использование знаний из нескольких предметных областях программы и позволяющих связывать эти знания со знаниями из различных общеобразовательных учебных предметов в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные);

- способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике;
- готовность к самостоятельному планированию, умению общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- ответственно относиться к вопросам личной и коллективной безопасности;
- умение характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

Овладение познавательными универсальными учебными действиями предполагает умение использовать базовые логические действия, базовые исследовательские действия, работать с информацией.

Овладение системой коммуникативных универсальных учебных действий обеспечивает сформированность социальных навыков общения, совместной деятельности.

Овладение регулятивными универсальными учебными действиями включает умения самоорганизации, самоконтроля, развитие эмоционального интеллекта.

***Предметными результатами освоения являются*** (освоение обучающимися знаний, умений и способов действий; виды деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных ситуациях):

- имеют представление о разных видах туризма;
- знают и умеют использовать особенности личного, группового и специального снаряжения;
- знают правила организации привалов и ночлегов и умеют грамотно организовать привал и ночлег;



- знают правила организации питания в походе и умеют самостоятельно его организовать;
- знают основы предотвращения последствий ЧС в природной и техногенной среде;
- умеют организовать различные виды укрытий из подручных материалов;
- умеют ориентироваться на местности;
- ведут здоровый образ жизни;
- владеют навыками оказания первой доврачебной помощи;
- владеют навыками действий в экстремальных ситуациях;
- владеют способами преодоления естественных препятствий;
- владеют приемами работы с компасом и картой.

### **1.3. Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы**

Основной функцией является: ориентация образовательного процесса на достижение планируемых результатов освоения программы и обеспечение эффективной обратной связи, позволяющие развить личностные качества обучающихся, владеющих системой знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья и здоровья окружающих.

Основным направлением и целью оценочной деятельности в образовательной организации является оценка достижений, обучающихся: промежуточная и итоговая аттестация.

Система оценки включает процедуру внутренней оценки (стартовая диагностика, текущую аттестацию, промежуточная аттестация, психолого-педагогическое наблюдение, внутренний мониторинг образовательных достижений обучающихся, итоговая аттестация).

Система оценки реализует системно-деятельностный, уровневый и комплексный подходы к оценке образовательных достижений.

Системно-деятельностный подход к оценке образовательных достижений, обучающихся проявляется в оценке способности обучающихся к решению учебно-познавательных и учебно-практических задач, а также в оценке уровня функциональной грамотности обучающихся. Он обеспечивается содержанием и критериями оценки, в качестве которых выступают планируемые результаты обучения, выраженные в деятельностной форме.

Уровневый подход служит основой для организации индивидуальной работы с обучающимися. Он реализуется как по отношению к содержанию оценки, так и к представлению и интерпретации результатов измерений. Уровневый подход реализуется за счет фиксации различных уровней достижения обучающимися планируемых результатов. Достижение базового уровня свидетельствует о способности обучающихся решать типовые учебные задачи, целенаправленно отработываемые со всеми обучающимися в ходе учебного процесса, выступает достаточной основой для продолжения обучения и усвоения последующего учебного материала.

Комплексный подход к оценке образовательных достижений реализуется через: оценку предметных и метапредметных результатов.

Содержание и периодичность внутреннего мониторинга устанавливаются решением педагогического совета МАОУ ДДЮ «КЕДР» г. Томска. Промежуточная аттестация проводится в декабре месяце. Итоговая аттестация в мае. Инструментарий может строиться на межпредметной основе и включать диагностические материалы по оценке сформированности регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных учебных действий.

В течение учебного года применяются следующие **виды диагностики**:

- входная диагностика
- беседа, опрос;
- диагностическая карта личностных достижений, обучающихся;
- диагностика учебных достижений ребенка
- теоретическое тестирование для определения уровня знаний;
- сдача нормативов;
- контрольные упражнения;
- ситуационные задачи и ситуативные игры;
- соревнования.

Качественными показателями обучения служат результаты выступлений обучающихся в мероприятиях муниципальных программ, фестивалях, слётах, соревнованиях, в зачетных учебно-тренировочных походах.

**Формы подведения итогов:**

- продуктивные: участие в походах выходного дня, соревнованиях «Начало большого пути», решение тестов и т. д.;
- документальные: протоколы соревнований, дипломы и почетные грамоты, дневники достижений обучающихся, карты оценки результатов освоения программы, дневники педагогических наблюдений, портфолио обучающихся и т.д. (приложение 10)

## **2.1. Основы туристской подготовки – 86 часов**

### **1.1. Вводное занятие. Техника безопасности в туристском походе и на занятиях.**

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

*Практика:* Обеспечение безопасности в туристском походе, на учебно - тренировочных занятиях.

### **1.2. Виды спортивного туризма и маршруты Томской области**

*Теория:* История развития туризма. Туристы-спасатели. Виды спорта: туризм, альпинизм, спортивное ориентирование, скалолазание. Достижения юных спасателей в туризме, показ фотографий, рассказы о походах и соревнованиях.

*Практика:* Составление маршрута.

### **1.3. Техника движения и безопасное преодоление естественных препятствий, организация страховки. Работа с веревками. Узлы.**

*Теория:* Порядок движения группы на маршруте. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня, темп. Туристские узлы и их применение. Виды переправ и способы их преодоления.

*Практика:* Движение по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам. Подъем и спуск по вертикальным перилам. Передвижение по горизонтальным перилам. Организация полиспада. Переправы. Вязание и использование узлов по назначению.

### **1.4. Личное и групповое снаряжение. Правильный порядок сборки рюкзака.**

*Теория:* Личное, групповое и специальное туристское снаряжение, требования к нему. Система раскладки рюкзака.

*Практика:* Сборка рюкзака.

### **1.5. Организация туристского быта. Туристский бивак. Изготовление укрытий**

*Теория:* Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий. Основные требования к месту привала и бивака. Охрана природы, соблюдение правил экологической безопасности при выборе места привала и бивака.

*Практика:* Организация туристического быта. Определение места для привала и ночлега (бивака). Установка палаток. Изготовление укрытия из подручных материалов.

### **1.6. Питание в походе: приготовление пищи на костре.**

*Теория:* Питание в походе. Составление меню.

*Практика:* Приготовление пищи на костре.

### **1.7. Виды костров. Способы разведения.**

*Теория:* Типы костров и их назначение. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов.

*Практика:* Заготовка дров. Разведение костров. Зачетные соревнования по разжиганию костра.

### **1.8. Понятие о топографической и спортивной карте. Действия в случае потери ориентировки. Условные знаки. Понятие об ориентировании на местности.**

*Теория:* Понятие о топографической и спортивной карте и их отличия. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Виды ориентирования (ориентирование на местности с использованием топографических карт и компаса, ориентирование на местности с использованием технических средств и др.), способы ориентирования при различных условиях. Действия в случае потери ориентировки. Измерение расстояния.

*Практика:* Измерение расстояний. Понятие сложных условий местности. Прохождение различных участков местности разной сложности и разной рельефности. Местные ориентиры. Понятие легенды карты. Ориентирование в городских условиях. Действия в случае потери ориентировки. Рассмотрение видов ориентирования. Тактика прохождения трассы различного вида. Игры на движение по карте. Определение азимута по карте. Определение азимута на местности.

### **1.9. Туристский поход, слеты, соревнования.**

*Теория:* Подготовка к походу, слету, соревнованиям. Изучение района путешествию, разработка маршрута. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

*Практика:* Участие в походе, соревнованиях, слетах. Изучение положений. Составление плана подготовки 2-дневного похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана-графика движения в 2-дневном походе. Подготовка личного и общественного снаряжения.

## **2.2. Основы гигиены и первая доврачебная помощь – 22 часа**

### **2.2.1. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Профилактика личной гигиены.**

*Теория:* Основные принципы оказания доврачебной помощи. Ранения и травмы. Виды кровотечений, способы остановки кровотечений. Первая доврачебная помощь при термической травме: ожогах и обморожениях. Личная гигиена: гигиена тела, значение водных процедур. Гигиена обуви и одежды. Профилактика заразных заболеваний. Характерные заболевания и травмы в природной среде.

*Практика:* Наложение давящих повязок при кровотечениях. Имобилизация сломанной конечности с помощью подручных средств.

### **2.2.2. Приемы транспортировки пострадавшего**

*Теория:* Правила и способы транспортировки пострадавшего.

*Практика:* Приемы транспортировки пострадавшего, положение тела пострадавшего при транспортировке для различных видов травм.

### **2.2.3. Способы восстановления сил.**

*Теория:* Способы восстановления сил, методики.

*Практика:* Упражнения, способствующие восстановлению сил.

### **2.2.4. Походная медицинская аптечка. Лекарственные травы.**

*Теория:* Назначение, виды и состав медицинских аптечек (первой доврачебной помощи, туристской, индивидуальной). Показания к применению препаратов и материалов туристской аптечки. Травы Томской области и их применение для профилактики различных заболеваний.

*Практика:* Изучение лекарственных трав Томской области. Подготовка индивидуальной походной медицинской аптечки.

## **2.3. Специальная подготовка – 32 часов**

### **2.3.1. Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Общая физическая подготовка.**

*Теория:* Сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Разминочные упражнения, виды физических упражнений.

*Практика:* Разминочные упражнения перед началом соревнований. Растяжка мышц. Изучение новых физических упражнений. Подвижные игры для развития ловкости, выносливости и быстроты. Развитие необходимых навыков для ориентировщика и туриста. Спортивные игры для похода.

### **2.3.2. Психологические особенности людей в экстремальных ситуациях. Правила поведения с дикими животными**

*Теория:* Дружба и взаимовыручка в команде. Значение психологической подготовки, реакция людей на стрессовые ситуации. Страх и способы его преодоления. Волевые усилия и их значения в походах и тренировках. Внимание, память и мышление – необходимые факторы выживания. Самоконтроль. Значение самоконтроля в жизни туриста. Память. Правила поведения с дикими животными.

*Практика:* Способы снятия эмоционального напряжения. Игры, развивающие психические функции (К ним относят: память, внимание, мышление, восприятие, воображение и речь, психологическую устойчивость). Психотехнические игры и упражнения. Просмотр видеофильмов о спасателях, альпинистах и оказании помощи при ЧС. Встречи с профессиональными спасателями. Лиза Аллерт.

### **2.3.3. Способы добычи и обеззараживания воды.**

*Теория:* Способы добычи и обеззараживания воды естественным способом с помощью подручных средств.

*Практика:* Добыча и обеззараживание воды.

### **2.3.4. Выживание в различных ЧС. Причины их возникновения и вероятные последствия. Противопожарная подготовка.**

*Теория:* Окружающая среда: природная, производственная и бытовая, причины возникновения ЧС и вероятные последствия. Выживание в природной среде. Жизнедеятельность при отсутствии пищи, воды, при замерзании, при нехватке кислорода. Возможные последствия для организма человека, пребывающего в экстремальных условиях. Классификация пожаров. Средства пожаротушения. Пожары в жилых помещениях, производственных помещениях. Средства индивидуальной защиты. Характеристика поражающих факторов. Способы прекращения горения.

*Практика:* Создание условно чрезвычайных ситуаций, действия в них, разбор и исправление ошибок. Организация спасательных работ. Знакомство с пожарной частью. Преодоление полосы препятствий.

## 2.4. Промежуточная и итоговая аттестация – 4 часа

### 2.4.1. Контрольные и проверочные задания

*Теория:* Итоговый и промежуточный тест, диагностика учебных достижений ребенка, теоретическое тестирование для определения уровня знаний.

*Практика:* Сдача нормативов по общей физической подготовке; узлов, организации бивака, сбор рюкзака, составление меню, работа со снаряжением, транспортировка пострадавшего, перевязка.

## 3.1. Учебно-тематический план

п/п	Название разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1. Основы туристской подготовки					
1.1.	Вводное занятие. Техника безопасности в туристском походе и на занятиях; Входная диагностика	2	2	-	Журнал по технике безопасности, (приложение 1, 10)
1.2.	Виды спортивного туризма и маршруты Томской области	6	2	4	Подготовка маршрута
1.3.	Техника движения и безопасное преодоление естественных препятствий, организация страховки. Работа с веревками. Узлы	18	6	12	Сдача узлов, практическое задание на местности (приложение 5)
1.4.	Личное и групповое снаряжение. Правильный порядок сборки рюкзака.	4	2	2	Контрольная сборка рюкзака
1.5.	Организация туристского быта. Туристский бивак. Изготовление укрытий.	8	2	6	ПВД (поход выходного дня), самостоятельное оборудование бивака (организация быта для ночлега)
1.6.	Питание в походе: приготовление пищи на костре.	6	2	4	Приготовление пищи
1.7.	Виды костров. Способы разведения.	6	2	4	Соревнования
1.8.	Понятие о топографической и	12	4	8	Беседа, тест, квест,

	спортивной карте. Действия в случае потери ориентировки. Условные знаки. Понятие об ориентировании на местности.				(приложение 6)
1.9.	Туристский поход, слеты, соревнования.	24	2	22	Отчет о походе
Всего		86	24	62	
2. Основы гигиены и первая доврачебная помощь					
2.1.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Профилактика личной гигиены.	6	4	2	Тестирование, ситуативные игры, (приложение 7,8)
2.2.	Приемы транспортировки пострадавшего.	6	2	4	Контрольные упражнения, тестирование
2.3.	Способы восстановления сил.	4	2	2	Контрольные упражнения
2.4.	Походная медицинская аптечка. Лекарственные травы.	6	4	2	Формирование походной медицинской аптечки, тестирование
Всего		22	12	10	
3. Специальная подготовка					
3.1.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Общая физическая подготовка	12	2	10	Беседа, опрос, сдача нормативов (приложение 5)
3.2.	Психологические особенности людей в экстремальных ситуациях. Правила поведения с дикими животными	6	2	4	Ситуативные задачи
3.3.	Способы добычи и обеззараживания воды	4	2	2	Практическое задание
3.4.	Выживание в различных ЧС. Причины их возникновения и вероятные последствия. Противопожарная подготовка	10	4	6	Ситуативные игры. Контрольные упражнения
Всего		32	10	22	

4.Итоговая и промежуточная аттестация					
4.1	Контрольные и проверочные задания	4	2	2	Диагностика учебных достижений ребенка, промежуточные и итоговые тесты (приложение 2,3,4, 5, 5а,9)
Всего		4	2	2	
<b>ИТОГО за период обучения:</b>		<b>144</b>	<b>48</b>	<b>96</b>	

### 3.2. Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год

Начало учебного года – 01.09.2023г.

Конец учебного года – 31.05.2024г.

Продолжительность учебного года – 36 недель:

учебная группа	1 полугодие	образовательный период	зимние каникулы	2 полугодие	образовательный период	летние каникулы	всего в год (недели)
	Сентябрь - декабрь	18 нед.	31.12-10.01	Январь - май	18 нед.	01.06-31.08	36 нед.

Промежуточная аттестация (декабрь)	10 - 25 декабря
Итоговая аттестация (май)	13 - 25 мая
Окончание учебного года	31 мая
Летние профильные смены (каникулярный период)	от 7 до 14 дней
Формирование учебных групп	конец августа

### 3.3. План воспитательной работы

Воспитательная работа направлена на сохранение и укрепление традиционных российских духовно-нравственных ценностей, к которым относятся жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, здоровый образ жизни, и бережное отношение природе.

Программа направлена на раскрытие индивидуальных психологических особенностей обучающихся, реализацию их интеллектуальных, творческих и физических способностей, овладение туристскими навыками, достижение ими результатов освоения общеразвивающей программы. Реализуется совместно с семьей и другими институтами воспитания.

### Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	<b>Профориентационная деятельность</b>		
1.1.	Инструкторская практика, профессиональное самоопределение	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника педагога, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; Экскурсии в спортивные школы, профессиональные колледжи, высшие учебные заведения, дающие начальные представления о существующих профессиях	В течение года
2.	<b>Здоровьесбережение</b>		
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, массовые акции, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей в качестве волонтера; - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта;	В течение года
2.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, знание способов закаливания и укрепления иммунитета);	В течение года
2.3	Соблюдение гигиенических норм	Беседы и другие мероприятия с привлечением медицинского работника	В течение года
3.	<b>Патриотическое воспитание обучающихся</b>		
3.1.	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свою малую Родину (место проживания), уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), свою Родину, свою семью, формирование нравственного сознания и нравственного поведения, становления личности, культура поведения на физкультурных и спортивных мероприятиях)	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением законных представителей, именитых путешественников, туристов и ветеранов спорта с обучающимися	В течение года
3.2.	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, а в том числе, в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных	В течение года



		праздниках, организуемых МАОУ ДДЮ «КЕДР»	
4.	<b>Развитие творческого мышления</b>		
4.1.	Практическая подготовка Создание условий для самовыражения и творческой самореализации обучающихся.	Семинары, мастер-классы, показательные выступления, организация работы с семьями обучающихся, их законными представителями направленные на: - понимание семейных принципов *(спортивные творческие состязания, праздники) - развитие навыков юных туристов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных туристов;	В течение года
5.	<b>Психологическая подготовка</b>		
5.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на психологическую подготовку	Семинары, беседы с привлечением психолога, направленные на: - формирование у туристов качеств, необходимых для участия в походах, туристических слетах; - изучение и необходимость применения психологических методов при участии в соревновательной деятельности;	В течение года
6	<b>Детское общественное объединение</b>		
6.1.	Формирование единого воспитательного пространства, обеспечивающего реализацию взаимодействия самоуправления обучающихся. Формирование единой информационной среды в ДДЮ «КЕДР» для развития инновационной, проектной, социально преобразованной деятельности	Однодневные походы, акции, конкурсы, проекты, мастер-классы, направленные на: - формирование активной жизненной позиции обучающихся, осознанное ценностное отношение к истории своей страны, города, народа; развитие чувства патриотизма, национальной гордости за свою страну	В течение года

### 3.4. Материально-техническое обеспечение

- Спортивная площадка для занятий общей и специальной физической подготовкой, отработки приемов начальных туристских навыков;
- кабинет для теоретических и тактических занятий;
- специальное туристское снаряжение (веревки, карабины, палатки, костровые принадлежности);
- наличие методической и специальной туристской литературы, дидактического обеспечения:
- комплект топографических карт и карт спортивного ориентирования;
- фото- и видеоматериалы из различных туристских походов и с соревнований по туристскому многоборью;
- подборка тематических тестовых заданий и карточек;
- тематические информационные стенды и таблицы.

### 3.5 Кадровое обеспечение

Программу разработала и реализовывает педагог дополнительного образования Пальцева Анастасия Николаевна, образование высшее, Томский государственный педагогический университет, по специальности Социальный педагог.

### 3.6. Информационное обеспечение

#### 3.6.1. Литература для педагога:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996
2. Аппенянский А.И. Физическая подготовка туристов. – М.: ЦРИБ "Турист", 1985
3. Арефьев В. Е. Введение в туризм. – Барнаул, 2002
4. Балабанов И.В. Узлы. – М., 2012
5. Выживание в экстремальных условиях. – М.: ИПЦ «Русский раритет», 1993
6. Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. – М.: Знание, 1990
7. Ганопольский В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода. – М.: ЦРИБ «Турист», 1986
8. Квартальнов В. А. Теория и практика туризма. М., 2003
9. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. – М.: Профиздат, 1987
10. Крутецкая В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи. – СПб.: Изд. Дом «Литера», 2008
11. Краткий справочник туриста. – М.: Профиздат, 1985
12. Куликов БМ., Константинов Ю. С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М.: ЦДЮТур Минобразования России, 2003
13. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности»: Методическое пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.
14. Огородников В.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. – М.: ФиС, 1989
15. Цвилюк Г. Школа безопасности, или как вести себя в экстремальных ситуациях. – М.: Образование, 1997.
16. Шимановский В.Ф., Стуков Г.А. Разбор несчастных случаев в туризме: Методические рекомендации. – М.: ЦРИБ "Турист", 1983
17. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме мнимые и действительные. – М.: ФиС, 1972
18. Штюрмер Ю.А. Профилактика туристского травматизма. – М.: ЦРИБ "Турист", 1992

#### 3.6.2. Литература для обучающихся:

1. Танасийчук В. Подземные дворцы. М., «Детская литература», 1979г.
2. Сифр М. В безднах земли. М., «Прогресс», 1982г.
3. Козлова Н. О чём не сказала богиня. Красноярск, 1991г.
4. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. М., 1995г.
5. Горбунова К.А. В мире карста и пещер. Томск, ТГУ, 1991г.
6. Мосияш С.С. Летающие ночью. М., «Знание».

#### 3.6.3. Перечень Интернет-ресурсов:

1. <https://оцдо70.рф> ОГБОУДО «Областной центр дополнительного образования» Томская область
2. <https://xn--d1aacmfе4auif8a1e.xn--plai/page/1586865576083-osnovnye-svedeniya> ЦДЮТиК ФГБОУ ДО ФЦДО (ФГБОУ ДО "Федеральный центр дополнительного образования и организации отдыха и оздоровления детей").

Приложение 1. Начальная диагностика

ФИО обучающегося	Познавательная активность		Сформированность самостоятельности	Сформированность специальных ЗУНов	Коммуникативные умения	
	Критерии	Действия педагога	Критерии	Критерии	Критерии	Действия педагога
	<p><b>Низкий уровень:</b> к выполнению обучающийся приступает только после дополнительных побуждений, во время работы часто отвлекается, при встрече с трудностями не стремится их преодолеть, расстраивается, отказывается от работы.</p> <p><b>Средний уровень:</b> обучающийся активно включается в работу, но при первых же трудностях интерес угасает, вопросов задает немного, при помощи педагога способен к преодолению трудностей.</p> <p><b>Высокий уровень:</b> обучающийся проявляет выраженный интерес к предлагаемым заданиям, сам задает вопросы, прилагает усилия к преодолению трудностей.</p>	<p><b>Низкий уровень:</b> дети требуют организации увлекательного учения, преобладания игровых технологий.</p> <p><b>Средний уровень:</b> дети нуждаются в постоянной помощи, им необходимо переживание успеха.</p> <p><b>Высокий уровень:</b> детям требуется обучение на высоком уровне трудности, возможности показать себя и самоутвердиться.</p>	<p><b>Низкий уровень:</b> самостоятельный все время ждет помощи, одобрения, не видит своих ошибок.</p> <p><b>Средний уровень:</b> выполняет задание сам, а при проверке ориентируется на других детей и делает так, как у них.</p> <p><b>Высокий уровень:</b> обучающийся сам берется за выполнение любого задания.</p>	<p><b>Критерии</b> разрабатываются в соответствии образовательной программы</p>	<p><b>Низкий уровень:</b> обучающийся старается стоять «в сторонке», не вступает в контакт со сверстниками.</p> <p><b>Средний уровень:</b> контактность с педагогом и неконтактность со сверстниками. Обучающийся не инициативен в общении, однако проявляет общительность в ответ на чужую инициативу.</p> <p><b>Высокий уровень:</b> инициативен со всеми, указывает другим, как надо делать что-то.</p>	<p><b>Низкий уровень:</b> детям нужна поддержка, вселение уверенности в свои силы. Их нельзя заставлять быть контактными, а нужно обращать внимание других детей на их достоинства и постепенно включать в коллектив, давая маленькие поручения и хваля за их выполнение.</p> <p><b>Средний уровень:</b> необходимы поощрения и поддержки.</p> <p><b>Высокий уровень:</b> включать в групповые методы работы, не игнорировать их в процессе работы; нужно давать индивидуальные задания.</p>

Проводится в первый месяц работы (Сентябрь)

Приложение 2. Диагностическая карта личностных достижений обучающихся

ФИО	Психофизиологические характеристики				Когнитивные характеристики	Эмоциональная сфера				Ценностные ориентации. Коммуникативно-адаптационные способности		Мотивационная сфера	
	Память (ПМ)	Внимание (ВМ)	Моторика (М)	Координация (ориентировка) в учебном пространстве (КО)		Скорость восприятия и переработки информации (С)	Эмоциональный самоконтроль (ЭС)	Преобладающее настроение на занятии (Н)	Волевые качества (В)	Реактивность (Р)	Ценности коммуникативной деятельности (ЦКД)	Преобладающий характер стиля общения (ХСО)	Уровень мотивации (У)
ФИО ребёнка													

**Заполняется в первом полугодии**

**Цель:** Отработка критериев личностного роста обучающихся и изыскание способов дифференцированного подхода к обучению.

**Инструкция к заполнению диагностической карты:**

Психофизиологические характеристики

**Память (ПМ)** учащегося оценивается визуально последующей шкале оценок:

3 балла – очень хорошая память, скорость запоминания и воспроизведения высокая;

2 балла - средний уровень памяти, характеристики неустойчивы;

1 балл – плохая память, скорость запоминания и воспроизведения низкая.

**Внимание (ВМ)** оценивается визуально:

3 балла – высокая концентрация внимания, быстрая реакция, обучающихся почти не отвлекается на посторонние дела;

2 балла – неустойчивое внимание или его средний уровень;

1 балл – низкая концентрация внимания, реакция замедленная, обучающийся постоянно отвлекается.

**Моторика (М)** – оценивается визуально

3 – учебные движения точные, четкие, уверенные, чертит, рисует быстро, точно, уверенно;

2 – средний уровень владения учебными движениями или неустойчивое владение;

1 – низкий уровень владения.

**Координация (ориентировка) в учебном пространстве (КО).** Для оценивания этого качества внимательно наблюдайте за учеником, вспомните, как он ориентируется в учебном кабинете. Много ли ему нужно, чтобы приготовить все необходимое к

занятию, или он вечно копается и никак не может достать то, что нужно. Как обучающийся размещает учебные записи, чертежи в тетради, на листе.

3–высокий уровень координации в учебном пространстве, все делает рационально и оптимально;

2 – средний уровень или неустойчивый;

1–низкий уровень.

Когнитивные характеристики

**Скорость** восприятия и переработки информации (С) оценивается визуально по 3-х балльной шкале:

3 - способен очень быстро воспринимать и перерабатывать информацию, что называется, схватывать на лету, может быстро

уловить основную мысль, пересказать, ответить вопросы на понимание;

2 – средняя скорость: воспринимает и улавливает информацию, но не всегда может ухватить основную мысль, идею. Не всегда точен в ответах на вопросы на понимание;

1 – низкая скорость восприятия и переработки информации, плохо отвечает на вопросы.

Эмоциональная сфера.

**Эмоциональный самоконтроль** (ЭС) – определите визуально, насколько обучающийся способен управлять своими эмоциями.

3 – высокий уровень самоконтроля: ученик в состоянии регулировать свое эмоциональное состояние. Когда необходимо, способен сдерживать эмоции, когда надо – выплеснуть наружу, способен проявлять сочувствие, сопереживание, выражать их эмоционально;

2 – средний (неустойчивый) уровень самоконтроля;

1 – низкий уровень самоконтроля: обучающийся не способен сдерживать свои эмоции.

**Преобладающее настроение** на занятии (Н).

3 – рабочее, мажорное настроение;

2 – неустойчивое настроение;

1 – нерабочее, минорное настроение.

**Волевые качества** (В). Определите визуально, в какой степени проявляются у обучающегося волевые качества на занятии, на мероприятиях.

3 – высокий уровень развития волевых качеств, проявляющихся в настойчивости в достижении желаемых результатов, умении заставлять себя что-то сделать в случае необходимости, в трудолюбии, усердии;

2 – средний (неустойчивый) уровень;

1 – низкий уровень, проявляющийся в вялости, лени, неумении взять себя в руки в случае необходимости.

**Реактивность** (Р) - вспомните особенности поведения обучающегося на занятиях и определите, проставив в диагностической карте буквы И, Р, Н, преобладающий характер поведения обучающегося.

И – импульсивное поведение: обучающийся способен действовать по первому побуждению под влиянием внешних обстоятельств или эмоций, не обдумывает свои поступки, не оценивает все «за» и «против». Он быстро реагирует и столь же бурно раскаивается в своих действиях.

Р – рефлексивное, обдуманное поведение, осознанное, быстрое, разумное.

Н - неустойчивое поведение, либо вы не можете определить преобладающий характер поведения.

Ценностные ориентации. Коммуникативно-адаптационные способности.

**Ценности коммуникативной деятельности (ЦКД).** Оценивается реальное место и роль обучающегося в коммуникативных отношениях в объединении. Место и роль в коммуникативных отношениях могут быть выражены в качественных характеристиках: лидер (Л), признаваемый (П), отвергаемый (О).

Л - лидер: имеет высокий авторитет в группе сверстников или в группе. Позиция лидера проявляется во всех видах учебной и внеучебной деятельности, желанный участник всех мероприятий и желанный субъект общения.

П – признаваемый. Авторитетный человек, с чьим мнением считаются в каких-то отношениях (его круг общения в группе уже, чем у лидера).

О – отвергаемый. Постоянного круга общения в объединении нет. Контакты носят случайный характер, в игры его приглашают редко.

**Преобладающий характер стиля общения (ХСО).**

Т - терпимый. При таком стиле общения человек обладает развитым чувством собственного достоинства и самоуважения, что позволяет ему с уважением относиться к достоинству других; умеет воспринимать другую, отличную от своей точку зрения; редко вступает в конфликты, стремится к их разрешению мирным путем, самооценка адекватна.

К – конформистский. Размыты представления о нормах общения, часто неадекватная самооценка, легко принимает любой стиль общения, сложившийся в группе, групповые нормы и ценности некритически присваивает, несамостоятелен, в конфликтной ситуации ведет себя так, как принято в его группе.

А – неадекватная самооценка. Нетерпим к другой точке зрения, позиции, сам создает конфликтные ситуации.

Мотивационная сфера.

**Уровень мотивации (У).**

3 балла – высокий уровень мотивации: ученик с удовольствием заниматься, это доставляет ему радость, он хочет узнать как можно больше;

2–средний (неустойчивый) уровень мотивации;

1 – низкий уровень мотивации: ученик без желания занимается в объединении (ходит с группой продленного дня, заставляют родители и т.д.)

**Интерес к предмету (ИП):**

3 балла – высокий;

2 балла – средний;

1 балл – низкий.

Приложение 3. Карточка индивидуального развития ребенка

(Заполняется в течение первого полугодия)

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Название детского объединения \_\_\_\_\_

Педагог \_\_\_\_\_

Дата начала наблюдения \_\_\_\_\_

Качества	Исходное состояние	Через полгода	Через год
Мотивация к занятиям			
Познавательная нацеленность			
Творческая активность			
Коммуникативные умения			
Коммуникабельность			
Достижения			

**Критерии оценки развития ребенка**

«2»	«3»	«4»	«5»
<b>Мотивация к занятиям</b>			
Неосознанный интерес, навязанный извне или на уровне любознательности. Мотив случайный, кратковременный. Не добивается конечного результата	Мотивация неустойчивая, связанная с результативной стороной процесса. Интерес проявляется самостоятельно, осознанно	Интерес на уровне увлечения. Устойчивая мотивация. Проявляет интерес к проектной деятельности	Четко выраженные потребности. Стремление глубоко изучить предмет «Технология» как будущую профессию. Увлечение проектной деятельностью
<b>Познавательная нацеленность</b>			
Интересуется только технологическим процессом. Полностью отсутствует интерес к теории. Выполняет знакомые задания	Увлекается специальной литературой по направлению детского объединения. Есть интерес к выполнению сложных заданий	Есть потребность в приобретении новых знаний. По настроению изучает дополнительную литературу. Есть потребность в выполнении сложных заданий	Целенаправленная потребность в приобретении новых знаний. Регулярно изучает дополнительную специальную литературу. Занимается исследовательской

			деятельностью
<b>Творческая активность</b>			
Интереса к творчеству, инициативу не проявляет. Не испытывает радости от открытия. Отказывается от поручений, заданий. Нет навыков самостоятельного решения проблем	Инициативу проявляет редко. Испытывает потребность в получении новых знаний, в открытии для себя новых способов деятельности, но по настроению. Проблемы решать способен, но при помощи педагога	Есть положительный эмоциональный отклик на успехи свои и коллектива. Проявляет инициативу, но не всегда. Может придумать интересные идеи, но часто не может оценить их и выполнить	носит предложения по развитию деятельности объединения. Легко, быстро увлекается творческим делом. Обладает оригинальностью мышления, богатым воображением, развитой интуицией, гибкостью мышления, способностью к рождению новых идей
<b>Коммуникативные умения</b>			
Не умеет высказать свою мысль, не корректен в общении.	Не проявляет желания высказать свои мысли, нуждается в побуждении со стороны взрослых и сверстников	Умеет формулировать собственные мысли, но не поддерживает разговора, не прислушивается к другим	Умеет формулировать собственные мысли, поддержать собеседника, убеждать оппонента
<b>Коммуникабельность</b>			
Не требователен к себе, проявляет себя в негативных поступках	Не всегда требователен к себе, соблюдает нормы и правила поведения при наличии контроля, не участвует в конфликтах	Соблюдает правила культуры поведения, старается улаживать конфликты	Требователен к себе и товарищам, стремится проявить себя в хороших делах и поступках, умеет создать вокруг себя комфортную обстановку, дети тянутся к этому ребёнку
<b>Достижения</b>			
Пассивное участие в делах объединения	Активное участие в делах объединения	Значительные результаты на уровне учреждения	Значительные результаты на уровне города, области



Приложение 4. Диагностика учебных достижений ребенка по образовательной программе

(Заполняется в середине и конце года, по ней проходит анализ группы и пишется отчет)

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества
<b>I. Теоретическая подготовка ребенка:</b>		
Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> <li>- минимальный уровень (ребёнок овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой);</li> <li>- средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более 1/2);</li> <li>- максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)</li> </ul>
Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	<ul style="list-style-type: none"> <li>- минимальный уровень (ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины);</li> <li>- средний уровень (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой);</li> <li>- максимальный уровень (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)</li> </ul>
<b>II. Практическая подготовка ребенка</b>		
Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<ul style="list-style-type: none"> <li>- минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков);</li> <li>- средний уровень (объем усвоенных умений и навыков составляет более 1/2);</li> <li>- максимальный уровень - (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период)</li> </ul>
Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- минимальный уровень умений (ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием);</li> <li>- средний уровень (работает с оборудованием с помощью педагога);</li> <li>- максимальный уровень (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей)</li> </ul>
Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	- начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнять

		<p>лишь простейшие практические задания педагога);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- репродуктивный уровень (выполняет в основном задания на основе образца);</li> <li>- творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)</li> </ul>
<b>III. Обще-учебные умения и навыки ребенка</b>		
<p>Учебно- интеллектуальные умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение подбирать и анализировать специальную литературу</li> <li>- умение пользоваться компьютерными источниками информации</li> <li>- умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты, проводить самостоятельные учебные исследования)</li> </ul>	<p>Самостоятельность в подборе и анализе литературы и в пользовании компьютерными источниками информации</p> <p>Самостоятельность в учебно-исследовательской работе</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- минимальный уровень умений (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога)</li> <li>- средний уровень (работает с помощью педагога или родителей)</li> <li>- максимальный уровень (работает самостоятельно, не испытывает особых затруднений)</li> </ul>
<p>Учебно- коммуникативные умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение слушать и слышать педагога</li> <li>- умение выступать перед аудиторией</li> <li>- умение вести полемику, участвовать в дискуссии</li> </ul>	<p>Адекватность восприятия информации, идущей от педагога</p> <p>Свобода владения и подачи учащимся подготовленной информации</p> <p>Самостоятельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении доказательств</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- минимальный уровень (ребенок овладел менее чем 1/2 объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой);</li> <li>- средний уровень (объем усвоенных навыков составляет более 1/2);</li> <li>- максимальный уровень (ребенок освоил практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период)</li> </ul>
<p>Учебно- организационные умения и навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение организовать свое рабочее (учебное) место</li> <li>- навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности</li> <li>- умение аккуратно выполнять работу</li> </ul>	<p>Способность самостоятельно готовить свое рабочее место к деятельности и убирать его за собой</p> <p>Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям</p> <p>Аккуратность и ответственность в работе</p>	<p>удовлетворительно - хорошо - отлично</p>

Приложение 5. Таблица зачетных узлов и нормативов

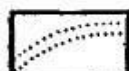
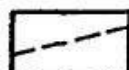
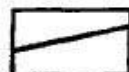
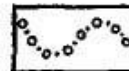
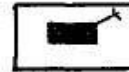
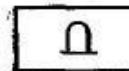
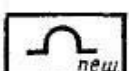
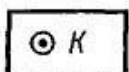
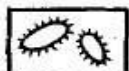
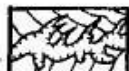
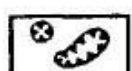
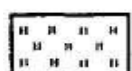
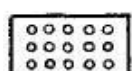
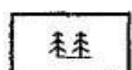
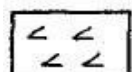
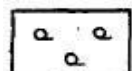
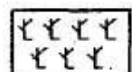
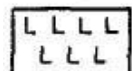
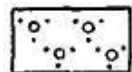
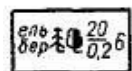
Зачетная работа														
Нормативы														
ФИ	Прямой	8	Встр. .8	Схват- щий	Штык	Грепвай- н	Булинь	Австрийский	Стремя	Карабинная удавка	Прусик	Двойной поводник	Шкотовый	Брамшкото- вый

Дата:	Зачетная работа					
	Нормативы					
Фамилия Имя	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) или Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) или Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	Задержка дыхания	Скакалка 1 мин	Надевание системы на время

Приложение 5 а. Таблица критерии оценки общей физической подготовки

Контрольный норматив	низкий		средний		высокий	
<b>10-11 лет</b>						
	мал.	дев.	мал.	дев.	мал.	дев.
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) или	6	5	8	7	13	10
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	8	3	10	5	13	7
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	0	+1	+2	+3	+4	+5
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) или	20	18	26	23	33	28
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	120	110	128	118	142	132
<b>12-13 лет</b>						
	мал.	дев.	мал.	дев.	мал.	дев.
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) или	8	6	10	8	16	12
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	10	4	12	6	18	9
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+1	+2	+3	+4	+5	+6
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) или	29	25	31	27	37	31
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	140	128	147	132	162	147
<b>14-15 лет</b>						
	мал.	дев.	мал.	дев.	мал.	дев.
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) или	10	7	12	9	18	13
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	15	5	19	7	25	11
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+2	+3	+4	+5	+6	+8
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) или	30	25	34	31	40	35
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	160	140	167	148	193	162
<b>16-17 лет</b>						
	мал.	дев.	мал.	дев.	мал.	дев.
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз) или	12	8	14	10	20	12
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	20	5	25	8	32	12
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+4	+5	+6	+7	+8	+9
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) или	30	28	35	32	41	37
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	180	145	192	157	213	173

Приложение 6. Пример тестового задания по ориентированию



Найти на карте и подписать обозначение топо-знаков

1. Ситуация: Укус клеща (необходимо детям назвать действия по разрешению ситуации, а после меры профилактики от укусов клещей)

Необходимая первая помощь:

- Первый вариант – попробовать «выкрутить» насекомое из кожи. При этом движения нужно производить против часовой стрелки. Держать клеща нужно как можно ближе к коже, чтобы не допустить разрыва брюшка. Пальцы при этом обмотать бинтом либо марлей.
- Второй вариант – использование подручных средств, например нитки из одежды. Ей нужно обтянуть хоботок на максимально близком к кожному покрову расстоянии и, выполняя качающие движения, потихоньку извлекать клеща. Некоторые удаляют клеща ногтями или спичками.
- Ранку после извлечения насекомого следует обязательно обработать любым раствором. Подойдет и спиртовая салфетка.
- Если вы боитесь или по каким-то причинам не можете извлечь клеща самостоятельно, следует незамедлительно обратиться в медицинское учреждение либо травмпункт.

Действия по недопущению укуса клеща:

- Светлая одежда
  - Штаны заправлены в носки или сапоги
  - Обработка одежды при помощи репелента
  - Частые осмотры одежды
- .....

2. Ситуация (отгадать по симптомам травму):

Покраснение и отек кожи в месте травмы, а также напряженные или вскрывшиеся пузыри и тонкий струп, который начинает формироваться.

Симптомы какой травмы/заболевания описаны выше? Что, необходимо предпринять, чтобы предотвратить и не допустить эту травму/заболевание?

Помощь педагога, при неверном ответе: Ожог второй степени

Первая помощь:

- Погасить пламя если оно есть
- Убрать одежду
- Успокоить пострадавшего
- Холодная вода или др
- Пантенол и другие охлаждающие средства (необходимо перечислить, не смазывать маслом, жирным кремом и тд)

Действия по недопущению ожога:

- Техника безопасности (рассказать, что в нее входит)
- Укрываться от прямых солнечных лучей

.....

3. Симптомы (отгадать по симптомам травму):

Потеря чувствительности поражённых участков, ощущение покалывания или пощипывания, побеление кожи, волдыри, возможна сонливость, замедление пульса

Симптомы какой травмы/заболевания описаны выше? Что, необходимо предпринять, чтобы предотвратить и не допустить эту травму/заболевание?

Помощь педагога, при неверном ответе: Обморожение 2 степени

Первая помощь:

- Согреть до покраснения руками
- Наложить ватно-марлевую повязку
- Витамины
- Чай сладкий
- Уйти в тепло
- Теплая вода

Действия по недопущению обморожения:

- Одеваться по погоде, желательно в натуральные ткани
- Спрячьте конечности (руки/ноги) под одеждой
- Активно передвигайтесь в морозы
- Не гуляйте на голодный желудок
- Надевать шарфы, варежки, шапки
- Не стойте лишний раз на ветру
- Переодевайте намокшую одежду

.....

4. Симптомы (отгадать по симптомам травму):

Повышенная температура (от 37-37,5 до 39-40 градусов); потеря аппетита, недомогание; тошнота и рвота; вздутие живота и расстройство стула, тошнота, боли схваткообразного характера холодный пот, снижение давления, головная боль, шум в ушах.

Симптомы какой травмы/заболевания описаны выше? Что, необходимо предпринять, чтобы предотвратить и не допустить эту травму/заболевание?

Помощь педагога, при неверном ответе: Солнечный удар

Первая помощь:

- Расслабьте одежду
- Пейте больше воды
- Делайте комплексы

- Находитесь по возможности подальше от прямых солнечных лучей, на свежем воздухе

Действия по недопущению солнечного удара:

- Необходимо ограничивать пребывание на улице, пить больше воды.

- При нахождении в помещениях необходимо обеспечивать их проветривание - открывать форточки, окна, использовать вентиляторы или кондиционеры.

- При выходе на улицу рекомендуется одевать лёгкую одежду светлой расцветки из натуральных тканей (хлопок, лён), желательно чтобы ворот одежды был не тугим.

- При нахождении на улице надевать головной убор.

.....  
5. Симптомы (отгадать по симптомам травму):

Повышение температуры тела, покраснение кожного покрова, усиление потоотделения, учащение пульса и дыхания, головная боль, слабость, шум в ушах, тошнота, рвота, диарея.

Симптомы какой травмы/заболевания описаны выше? Что, необходимо предпринять, чтобы предотвратить и не допустить эту травму/заболевание?

Помощь педагога, при неверном ответе: Пищевое отравление.

Первая помощь:

Если отравляющее вещество попало во внутрь необходимо:

- Промыть желудок содовым раствором и вызвать рвоту

- Дать пострадавшему обволакивающие средства типа алмагеля, белка, крахмала. Это необходимо для того, чтобы токсины не всасывались через слизистую оболочку желудка

- Дать абсорбенты – активированный уголь, энтеросгель, лактофилтрум, полисорб

- Как можно быстрее доставить пострадавшего в больницу

Действия по недопущению пищевого отравления:

- Мыть руки чаще

- не хранить скоропортящееся в тепле

- тщательно мыть зелень и фрукты

- мясо и рыбу обрабатывать при высоких температурах

- кипятить воду



Дети вытягивают симптомы по очереди и их задача назвать первую помощь и профилактику при травме (Если симптом предполагает наложение шин, повязок или транспортировки, то необходимо ее сделать).

	Симптомы	Ответ	Первая помощь	Ответ	Профилактика	Ответ
<b>Вопрос №1 Потертости («мозоли»)</b>						
1.	Пузыри в местах плотного соприкосновения обуви со стопой, иногда порвавшиеся и кровоточащие		Вскрыть пузыри и помазать настойкой йода		Одевать более просторную обувь	
2.	Сыпь на стопах и зуд		Наложить мазевую повязку		Пользоваться своей обувью, подобранной строго по ноге	
3.	Болезненность в области пальцев или пяток, вызванная давлением обуви		Заклеить пластырем или забинтовать		Постоянно снимать обувь и просушивать носки	
4.	Образование болезненных кожных наростов на коже стоп		Обработать поверхность пузыря настойкой йода (зеленкой) и прошить ниткой не вскрывая		Подбирать обувь на размер больше и одевать побольше носков	
<b>Вопрос №2 Ссадины</b>						
1.	Небольшая ранка с образованием дефекта кожи на всю толщину кожи		Наложить повязку с мазью Вишневского		Смазывать кожу при работе питательным кремом	
2.	«Содранный» механически верхний слой кожи с образованием кровоточащей поверхности без повреждения кожи на всю толщину		Наложить марлевую повязку. Присыпать стрептоцидом.		Периодически протирать кожу спиртом	
3.	Сильно зудящие волдыри на коже		Смазать йодом и дать засохнуть		Работать в защитной одежде, перчатках и других средствах защиты	
4.	Болезненные пузырьки на коже, с коростами, появляющиеся при простуде		Заклеить поврежденный участок бактерицидным пластырем или клеем БФ		Приучать кожу к механическим воздействиям (набивать мозоли на наиболее «опасных» местах.	
<b>Вопрос №3 Неглубокие порезы</b>						
1.	Раны с ровными краями в результате воздействия острых предметов		Обработать спиртом или йодом. Наложить сухую марлевую повязку		Все острые предметы должны быть в исправном состоянии, зачехлены и своевременно убираться на место. Пользоваться ими можно только при соблюдении соответствующих правил безопасности	
2.	Дефекты кожи от ударов о камни или асфальт		Края раны обработать йодом и наложить повязку с мазью в Вишневского		Острыми предметами могут пользоваться только взрослые	

3.	Повреждения кожи с образованием мелких пузырей		Края раны обработать йодом и стянуть бактерицидным лейкопластырем, можно с добавлением синтомициновой эмульсии		С острыми предметами работать только в перчатках и в защитной одежде	
4.	Повреждения кожи в результате скарификации («сдирания») верхнего слоя кожи		Присыпать рану толченым стрептоцидом.		Не баловаться с острыми предметами	
<b>Вопрос №4 Обморожение 2 степени</b>						
1.	Побеление кожных покровов, острая болезненность с последующим покраснением		Растирать через мягкую фланелевую тряпочку до восстановления кровообращения с последующим наложением сухой повязки		Постоянно смазывать открытые участки кожи жирным кремом	
2.	Кожа серовато-синюшного цвета с яркой красной каймой по краю обмороженного участка		Согреть в теплой воде и растереть спиртом		Пользоваться средствами теплоизоляции и следить за состоянием кожных покровов	
3.	Промерзание конечности на всю глубину ткани		Растирать снегом до восстановления кровообращения		Периодически принимать согревающие средства (никотиновую кислоту и др.	
4.	Образование мелких пузырей с водянистым содержимым		Согреть у костра, растирая и после согревания наложить повязку с мазью Вишневского		Периодически растирать конечности сухими шерстяными вещами или снегом	
<b>Вопрос №5 Ожоги 2 степени</b>						
1.	Покраснение кожных покровов, острая болезненность		Наложить сухую стерильную повязку		Строго соблюдать технику безопасности при работе с огнем и сильно нагретыми приборами	
2.	Образование больших пузырей с яркой красной каймой по краю поврежденного участка		Наложить повязку с мазью Вишневского		Работать в перчатках и защитной одежде	
3.	Обугливание поверхности кожи и повреждения глубоких тканей		Охладить, смазать поверхность крепким раствором марганцовки и наложить повязку с синтомициновой эмульсией		С раскаленными предметами могут работать только взрослые	
4.	Образование мелких пузырей с водянистым содержимым		Наложить повязку, смоченную спиртом		Не баловаться с огнем и другими раскаленными предметами.	
<b>Вопрос №6 Переохлаждение</b>						
1.	Острая боль в пальцах рук и ног, озноб		Растирать снегом и заставить двигаться для согревания		Постоянно смазывать открытые участки кожи жирным кремом	
2.	Дрожание конечностей, слабость сонливость, апатия, нарушения ориентировки		Тепло одеть и напоить спиртом		Не допускать переутомляемости, следить за состоянием одежды, регулярно питаться.	

3.	Нарушение сознания, не желание работать, нарушение сердечной деятельности и дыхания	Накормить, напоить горячим чаем, обеспечить отдых, переодеть, а до того заставлять активно двигаться	Периодически принимать согревающие средства (никотиновую кислоту и др.
4.	Избыточная активность, вызванная, холодом с последующим переутомлением и истощением	Тепло укутать, посадить около огня и освободить от всей работы	Периодически растирать конечности сухими шерстяными вещами или снегом
<b>Вопрос №7 Растяжение связок голеностопного сустава</b>			
1.	Боль в голеностопе и невозможность двигать стопой и наступать на нее.	Сделать согревающий компресс и 1-2 раза в сутки растирать ногу с согревающими мазями.	Укрепление мышц и связок голеностопа и ношение обуви с высоким голенищем, поддерживающим голеностоп и строго по ноге.
2.	Боль в голеностопе, отек в области лодыжек с кровоподтеком	Наложить шину и дать обезболивающее	Разработка голеностопа с целью увеличения его подвижности
3.	Резкая боль в голеностопе со сгибанием стопы вперед	Холод на область голеностопа, повязку из эластичного бинта и покой	Постоянное ношение эластичного бинта
4.	Резкая боль в голеностопе с отвисанием стопы	Провести противошоковые мероприятия, зафиксировать ногу в приподнятом положении	Ношение обуви, не стесняющей движение с толстыми носками, периодический массаж голеностопа во время отдыха

1. **Имя Фамилия:**
2. **Перечисли все виды туризма, что ты знаешь:**
3. **За что отвечает штурман?**
4. **Кто такой хронометрист?**
5. **Едят ли пельмени в походе?**
6. **При вызове скорой помощи необходимо сообщить/спросить?**
7. **Законы туристов (как ты думаешь, каких правил придерживаются туристы)?**
8. **Что делать при солнечном или тепловом ударе?**
9. **Как накладывают кровоостанавливающий жгут?**
10. **Как помочь при обморожении?**
11. **Что обязательно должно быть в аптечке?**
12. **Как проявляется шок у мальчиков и девочек?**
13. **Перечисли правила поведения на каникулах и в походе**
14. **Вы пошли с друзьями в туристический поход, и вам нужно развести костер. Перечислите меры пожарной безопасности, которые вы будете соблюдать, при разведении костра:**
15. **Чего НЕ следует делать при разведении костра?**
16. **При проведении бивачных работ необходимо (выбери ответы):**
  1. Выбрать место для бивака рядом с сухой частью русла горной реки
  2. Выбрать площадку для костра на открытом, но защищенном от ветра месте, около воды
  3. Развести костер около деревьев, камыша, тростника, сухой травы, обеспечив тем самым запас топлива.
  4. Не разводить огонь на торфяниках и каменистых россыпях
  5. Разжечь костер с помощью растопки из сухих веточек, бересты, стружек, лишайника, лучины
  6. Не разводить костер в целях безопасности, а для питания использовать сухой паек
17. **Кто из туристов должен иметь с собой спички в герметичной упаковке? (выбери ответ)**
  1. Руководитель группы
  2. Турист, достигший возраста 18 лет
  3. Каждый турист
  4. Спички туристам иметь нельзя! Спички детям не игрушка!
18. **К личному снаряжению туриста не относятся (выбери ответы):**
  1. Топор
  2. Одежда и обувь
  3. Умывальные принадлежности
  4. Палатка
  5. Схемы и карты
  6. Компас
  7. Варочная посуда

19. Представьте себе, вы спланировали провести выходной день в походе. С утра выдалась хорошая погода. Прибыли на место, выбрали место для бивака, поставили палатку. В это время набежали тучи, и начался дождь, который сопровождался сильным и порывистым ветром.

*Опишите ваши действия*

20. Катаясь на лыжах вдоль реки, вы увидели, что взрослый человек провалился под лед. Кричит о помощи. До пострадавшего от берега около 5 метров. Жилья рядом нет. До ближайшей проезжей дороги около 1 км.

*Что, как и в каком порядке, Вы будете делать в данной ситуации:*

*Какое место выбрали для встречи Рома? (полянка с земляникой, заброшенный мост, берег озера) - Подчеркни*



Рома очень романтичный. Он предложил девочке Кате встретиться в секретном месте!

«Иди по дороге на север. На развилке поверни направо. Справа от тебя будет большая гора, иди вдоль нее. Когда ты снова дойдешь до развилки, впереди будет болото. Опять поверни направо и иди между болотом и горой. Когда тропинка закончится, ты увидишь меня!»

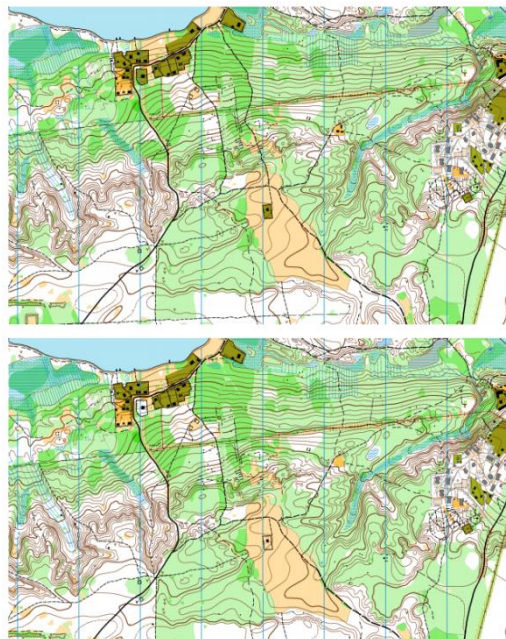


Соедини линиями объект и его условный знак.



Каким цветом обозначаются объекты, связанные с водой?

*Найди 5 отличий и обведи их:*



**Напиши топознаки:**

Вырубленный лес –

Колодец –

Мост –

Непроходимое болото –

Смешанный лес –

Двухпутная железная дорога –

Полевая или лесная дорога –

Редкий лес –

**Рекомендации преподавателя**

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

21

**Личные данные**

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

Объединение \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_

Домашний адрес \_\_\_\_\_

Телефоны \_\_\_\_\_

Телефон преподавателя \_\_\_\_\_

Расписание занятий \_\_\_\_\_

Твои увлечения \_\_\_\_\_

---

2

Дата	Слова обо мне	Автор

19

Моя группа	
Фамилия, имя	Телефон

4

Моя группа

Фамилия, имя	Телефон

3

Дата	Слова обо мне	Автор

20

Теория

Дата	Тема	Зачет	Роспись

5

Дата	Событие	Моя оценка

18

36



Дата	Событие	Моя оценка

17

**Практика**

Дата	Тема	Норма	Рез-тат	Зачет	Роспись

6

**Мои походы**

Дата	Маршрут	Роль в группе

15

**Практика**

Дата	Тема	Норма	Рез-тат	Зачет	Роспись

8

37

**Теория**

Дата	Тема	Зачет	Роспись

7

**Я в пути**

--

16

**Теория**

Дата	Тема	Зачет	Роспись

9

**Практика**

Дата	Тема	Норма	Рез-тап	Зачет	Роспись

14

38