

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кузбасса

Управление образования Крапивинского муниципального округа

МБОУ «Шевелёвская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено
Руководитель Точки роста
 Т. С. Караман
Протокол № 1
От «28» мая 2024г.

Согласовано
Заместитель директора по УВД
 Жаркова Н.А.
Протокол № 1
От «28» мая 2024г.



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
Школа Безопасности

Возраст учащихся: 11-17 лет
Срок реализации: 2 год

Составитель:
Салькова Алина Валерьевна.
Педагог дополнительного образования
МБОУ «Шевелёвская средняя
общеобразовательная школа»

д. Шевели, 2024.

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	4
1.3. Содержание программы	6
1.3.1. Учебно-тематический план первый год обучения	7
1.3.1. Учебно-тематический план второй год обучения	8
1.3.2. Содержание учебно-тематического плана первый год обучения...	10
1.3.2. Содержание учебно-тематического плана второй год обучения...	15
1.4. Планируемые результаты первый год обучения	18
1.4. Планируемые результаты второй год обучения	19
РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	20
2.1. Календарный учебный график	20
2.2. Условия реализации программы	20
2.3. Формы аттестации / контроля	20
2.4. Оценочные материалы	22
2.5. Методические материалы	21
2.6. Список литературы	23
ПРИЛОЖЕНИЯ	25

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» имеет туристско-краеведческую направленность. Программа разработана в соответствии с нормативно – правовыми документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. В силу с 01.09.2021г).

2. Приказ Минпросвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 N 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»

4. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025года (распоряжения Правительства РФ от 29 мая 2015г № 996-р)

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровление детей и молодежи»

6. Приказ Департамента образования науки Кемеровской области от 05.05.2019г. № 740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования»

7. Приказ Министерства образования и науки РФ и Министерства просвещения РФ от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»

8. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г.

9. Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023 г. N 1678 "Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".

10. Приказ Министерства образования Кузбасса «О региональной ведомственной МКК Кемеровской области-Кузбасса» 28.12.2023 № 4546.

11. Устав и локальные нормативные акты МБУДО «ДДТ им. Зотова В.А.»

Актуальность программы «Школа безопасности» направлена на всестороннее развитие личности ребенка и его жизненное самоопределение средствами туристско-краеведческой деятельности. Программа начинается с освоения детьми азов туристско-краеведческих умений и навыков, а это в свою очередь, гарантирует необходимый уровень безопасности в природной среде. Затем, совершенствуя в практической деятельности свою подготовку, умения действовать в экстремальных ситуациях, дети смогут выработать и закрепить жизненно важные навыки безопасного поведения. Наряду с этим программа дает профориентационные знания, что может стать определяющим в выборе детьми своей будущей профессии.

Отличительной особенностью программы заключается в применении новых форм организации образовательной работы с детьми, направленных на деятельностное участие их в общении с природой и окружающим миром.

Программа составлена на основе программ туристско-краеведческой направленности (программа Константинова Ю.С., судьи российской категории, по туризму).

Адресат программы

Программа рассчитана на детей в возрасте 11-17 лет. Рекомендуемый минимальный состав группы до 15 человек. Для зачисления в объединение специальных знаний и навыков не требуется: зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний, относящиеся к основной группе здоровья. Перед походом и спортивными соревнованиями каждый член группы должен предоставить допуск врача.

Объем и срок освоения программы

Срок реализации 2 года. Программа объемом 387 часа в первый и 387 часа во второй год обучения.

Режим занятий, периодичность и продолжительность

Продолжительность занятий 3 часа, с периодичностью 3 раза в неделю

Форма обучения очная- заочная. Часть программы может быть реализована в дистанционной форме обучения.

В связи с этим применяются следующие дистанционные образовательные технологии:

1. Системы дистанционного обучения, с использованием социальных сетей, мессенджеров.
2. Комплексные кейс-технологии (основаны на самостоятельном изучении).
3. Информационные-коммуникативные технологии (использование разнообразных компьютерных обучающих программ, электронных учебников представленные в открытом доступе в сети Интернет) и т.д.

Особенности организации образовательного процесса:

Учебно-тренировочный процесс, включающий в себя организацию и проведение учебно-тренировочных сборов, и участие в соревнованиях,

экскурсионных поездках, многодневных походах, в каникулярное время среди учебного года и летнего сезона осуществляется вне сетки часов. Кроме того, в летнее время отводится 3-4 недели на период релаксации и восстановления (отдых) выполняются тренировочные походы выходного дня, соревнования,

Содержание программы предполагает очную форму обучения в течение учебного года. Кроме того, предусмотрена заочная форма обучения по программе с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

При организации обучения в заочной форме, учебный материал для учащихся публикуется на сайте учреждения <http://ddt-osinniki.su/> во вкладке «Дистанционное обучение».

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: овладение системой теоретических и практических знаний и умений безопасного поведения в окружающей среде, необходимых для личной безопасности, а также повышение мотивации к творческому развитию и профессиональному самоопределению.

Задачи программы для первого года обучения:

1. Предметные (образовательные):

- Обучить основам туристской подготовки;
- основные понятия здоровья и факторов, влияющих на него;
- оказание первой помощи и вызова (обращения) за помощью в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи.

2. Метапредметные:

- привить интерес к занятиям туризмом;
- развить умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения;

3. Личностные:

- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной ценности.

Задачи программы для второго года обучения:

1. Предметные (образовательные):

- Обучение практическим навыкам спортивного туризма;
- сформировать навыки прохождения спортивных дистанций туризма.

2. Метапредметные:

- иметь представление о существующих опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности
- развить коммуникативные умения и навыки, обеспечивающие совместную деятельность в группе, микрогруппе.

3. Личностные:

- воспитывать инициативу, трудолюбие, ответственность.

1.3.Содержание программы первый год обучения

№ п/п	Наименование раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы безопасности в походе	117	39	78	Соревнования
2.	Туристские навыки	87	39	48	Сдача нормативов
3.	Первая помощь	63	30	33	Конкурс, тестирование.
4.	Топография и ориентирование	60	30	30	Соревнования
5.	Краеведение	33	24	9	Краеведческая викторина
6.	Фотосъёмка в походе	24	12	12	Фотовыставка
7.	Итоговая аттестация	3	-	3	Тестирование
ВСЕГО:		387	174	213	

1.3. Содержание программы второй год обучения

№ п/п	Наименование раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы спортивного туризма	180	45	135	Соревнования
2.	Первая помощь	93	36	57	Конкурс, тестирование.
3.	Топография и ориентирование	81	36	45	Соревнования
4.	Краеведение	30	18	12	Краеведческая викторина
5.	Итоговая аттестация	3	-	3	Сдача нормативов, тестирование.
ВСЕГО:		387	132	192	

1.3.1. Учебно-тематический план первый год обучения

№ п/п	Наименование раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы безопасности в походе	117	39	78	Соревнования
1.1.	Вводное занятие. Беседа по безопасности	3	3	-	
1.2	Правила безопасности в туристском путешествии	3	3	-	Ролевая игра
1.3	Поисковые работы	18	6	12	
1.3	Транспортировка пострадавшего	21	6	15	Анализ

					выполнения заданий
1.4.	Действия в ожидании прихода спасателей	21	6	15	Моделирование ситуаций, анализ
1.5.	Специальное снаряжение	30	6	24	
1.6.	Полиспасты	18	6	12	Анализ выполнения заданий
2.	Туристские навыки	87	39	48	Сдача нормативов
2.1.	Виды туризма	6	3	3	
2.2.	Подготовка к походу, путешествию	6	3	3	
2.3.	Обязанности в походе	6	3	3	
2.4.	Личное и групповое снаряжение	6	3	3	
2.5.	Рюкзак	6	3	3	
2.6.	Виды узлов	18	6	12	Соревнования
2.7.	Организация туристского быта.	6	3	3	
2.8.	Меню в походе	6	3	3	
2.9.	График движения в походе	6	3	3	
2.10.	Правила, преодоления препятствий	6	3	3	
2.11.	Дневник похода	9	3	6	
2.12.	Подведение итогов туристского похода	6	3	3	
3.	Первая помощь	63	30	33	Конкурс, тестирование.
3.1.	Личная гигиена юного туриста	3	3	-	
3.2.	Профилактика заболеваний в походе	3	3	-	
3.3.	Основные приемы оказания первой помощи	15	6	9	
3.4.	Походная аптечка	6	3	3	
3.5.	Травмы	21	9	12	
3.6.	Виды повязок	15	6	9	
4.	Топография и ориентирование	60	30	30	Соревнования
4.1.	Понятие о карте, их виды	6	3	3	
4.2.	Легенда карты	6	3	3	
4.3.	Цвет в изображении карты	6	3	3	
4.4.	План местности	6	3	3	
4.5.	Понятия в ориентировании	6	3	3	
4.6.	Условные знаки	6	3	3	
4.7.	Компас строение	6	3	3	
4.8.	Измерение расстояний.	6	3	3	
4.9.	Понятие азимут	6	3	3	
4.10.	Соревнования спортивного ориентирования	6	3	3	
5.	Краеведение	33	24	9	Краеведческая

					викторина
5.1.	Осинники на карте области	3	3	-	
5.2.	Природные особенности, рельеф города	6	3	3	
5.3.	История, известные землянки города	3	3	-	
5.4.	Символика	3	3	-	
5.5.	Города Кемеровской области	3	3	-	
5.6.	Географическое положение КО	6	6	-	
5.7.	Природные особенности, рельеф.	9	3	6	
6.	Фотосъёмка в походе	24	12	12	Фотовыставка
6.1.	Съёмка архитектурных объектов	3	3	3	
6.2.	Съёмка животных	3	3	3	
6.3.	Съёмка пейзажей	3	3	3	
6.4.	Съёмка участников группы	3	3	3	
8.	Итоговая аттестация	3	-	3	
ВСЕГО:		387	132	192	

1.3.1. Учебно-тематический план второй год обучения

№ п/п	Наименование раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Технические приёмы спортивного туризма	180	45	135	Соревнования
1.1.	Туристские узлы и их применение	24	6	18	Соревнования
1.2.	Виды страховки: командная, самостраховка. Сопровождение	12	3	9	Анализ выполнения заданий
1.3.	Организация и снятие перил	9	3	6	
1.4.	Транспортировка снаряжения	12	3	9	Анализ выполнения заданий
1.5.	Отработка техники движения и преодоления препятствий.	12	3	9	
1.6.	Спуск – подъем	27	6	21	Анализ выполнения заданий
1.7.	Переправа	9	3	6	
2.	Первая помощь	93	36	57	Конкурс, тестирование.
2.1.	Действия в чрезвычайной ситуации	6	3	3	
2.2.	Осмотры	6	3	3	опрос, выполнение зачетных упражнений

2.3.	Шок	6	3	3	
2.4.	Кровотечения	9	3	6	
2.5.	Укусы	9	3	6	
2.6.	Ожоги	9	3	6	
2.7.	Холодовые и тепловые поражения	9	3	6	
2.8.	Шинирование	9	3	6	
2.9.	Отравления	9	3	6	
2.10	Внезапная болезнь	9	3	6	опрос, тестирование
2.11	Способы транспортировки пострадавшего.	12	6	6	опрос, выполнение зачетных упражнений
3.	Топография и ориентирование	81	36	45	Соревнования
3.1.	Топографическая и спортивная карта	12	6	6	тестирование
3.2.	Компас. Работа с компасом	12	6	6	
3.3.	Измерение расстояний	12	6	6	
3.4.	Способы ориентирования	15	6	9	контрольные задания
3.5.	Ориентирование по местным приметам.	15	6	9	
3.6.	Действия в случае потери ориентировки	15	6	9	тестирование
4.	Краеведение	30	18	12	Краеведческий марафон
4.1.	Рекреационные зоны КО	6	3	3	
4.2.	Обзор краеведческих объектов, музеев.	6	3	3	тестирование
4.3.	Изучение района путешествия	9	6	3	
4.4	Охрана природы и памятников культуры	9	6	3	тестирование
5.	Итоговая аттестация	3	-	3	Тестирование нормативов Сдача
ВСЕГО:		387	132	192	

1.3.2. Содержание учебно-тематического плана первый год обучения

Раздел 1. Основы безопасности в походе (114 часов)

Тема 1.1. Вводное занятие. Расписание занятий и первое анкетирование. Сбор первичных данных о детях. Презентация нашей работы. Знакомство с планом работы

объединения на год и на последующие годы, режим занятий и тренировок, в объединении «Школа безопасности».

Теория: Правила дорожного движения. Пожарная безопасность. Правила поведения в ДДТ, в объединении. ТБ на тренировках.

Тема 1.2. Правила безопасности в туристском путешествии

Теория: Обеспечение безопасности в дороге, на транспорте, на бивуаке. Безопасность при работе с костровым оборудованием, газовой горелкой

Практика: Моделирование чрезвычайной ситуации, при работе с открытым огнём

Форма контроля: Самостоятельный анализ, выводы и действия.

Тема 1.3. Поисковые работы

Теория: Техника и тактика поисковых работ пропавшего участника в различных условиях.

Практика: проведение поисковых работ условно пропавшего в лесной зоне.

Форма контроля: Самостоятельный анализ, выводы и действия.

Тема 1.4. Транспортировка пострадавшего

Теория: Способы фиксации пострадавшего для транспортировки. Выбор способа в зависимости от состояния пострадавшего. Типы носилок и волокуш из подручных средств.

Практика: Отработка простейших способов транспортировки. Изготовление носилок, волокуш из подручных средств. Транспортировка по слабо пересеченной местности на дистанции до одного километра.

Форма контроля: Самостоятельный анализ, выводы и действия.

Тема 1.5. Действия в ожидании прихода спасателей

Теория: Способы обеспечения выживания в неблагоприятных природных условиях. Создание укрытия, обогрев в холодный период.

Практика: Создание укрытий в различные времена года. Изготовление шалаша, иглу и других укрытий. Разведение и поддержание обогревающих костров.

Форма контроля: выполнение зачетных упражнений

Тема 1.6. Специальное снаряжение

Теория: Виды и особенности использования специального снаряжения при проведении спасательных работ.

Практика: практика использования специального снаряжения на сложных участках маршрута.

Форма контроля: наблюдение

Тема 1.7. Полиспасты

Теория: Физические принципы работы полиспаста. Виды и схемы полиспастов.

Практика: Сборка и применение полиспастов для решения различных задач в путешествии

Форма контроля: выполнение зачетных упражнений

Раздел 2. Туристские навыки (87 часов)

Тема 2.1. Виды туризма

Теория: Классификация видов туризма от способа передвижения, по цели путешествия, по организации похода

Форма контроля: наблюдение.

Тема 2.2. Подготовка к походу, путешествию.

Теория: Разработка маршрута с учетом правил безопасности, подбор картографического материала и мест стоянок, оформление маршрутных документов. Изучение литературы о местах проведения походов.

Практика: Работа с источниками. Сбор информации о месте похода выходного дня. Составление плана подготовки ПВД. Разработка маршрута похода.

Форма контроля: тестовое задание

Тема 2.3. Обязанности в походе

Теория: Должности временные. Постоянные должности в группе: заведующий питанием, заведующий снаряжением, краевед, санитар, фотограф, культорг, физорг.

Практика: Распределение в группе обязанностей по должностям.

Форма контроля: опрос, наблюдение

Тема 2.4. Личное и групповое снаряжение

Теория: Понятие о личном и групповом снаряжении, требования к нему. Типы палаток. Походная посуда для приготовления пищи. Состав и назначение рем.набора. Хозяйственный набор: топоры, пилы, оборудование, рукавицы, ножи, половники и др.

Практика: Подготовка личного снаряжения к походу. Подгонка снаряжения, работа со снаряжением, уход за ним.

Форма контроля: наблюдение.

Тема 2.5. Рюкзак

Теория: Типы рюкзаков, их преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке.

Практика: Укладка рюкзаков и предохранение вещей и продуктов от влаги. Подгонка рюкзака

Форма контроля: выполнение зачетных упражнений

Тема 2.6. Виды узлов

Теория: Использование простейших узлов и техника их вязания. Назначение узлов в туризме. Группы узлов.

Практика: Вязание узлов: узлы для связывания концов веревок различного диаметра, узлы для присоединения к опоре, петельные узлы вспомогательные узлы.

Форма контроля: выполнение зачетных упражнений

Тема 2.7. Организация туристского быта.

Теория: Требования к бивуакам (дрова, источники воды, безопасность, эстетичность, экология). Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Уборка места лагеря перед уходом группы с бивуака. Организация ночлегов в помещении.

Практика: Выбор места для привала и ночлега. Разбивка лагеря для привала в походе. Разведение костра

Форма контроля: выполнение зачетных упражнений

Тема 2.8. Меню в походе

Теория: Значение правильного питания в походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.

Практика: Составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода.

Форма контроля: викторина

Тема 2.9. График движения в походе

Теория: Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.). Дневки.

Практика:

Форма контроля: выполнение зачетных упражнений

Тема 2.10. Правила, преодоления препятствий

Теория: Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Практика: Отработка движения колонной.

Форма контроля: выполнение зачетных упражнений

Тема 2.11. Дневник похода

Теория: Назначения дневника похода. Разделы. Ответственный. Правила заполнения. Обсуждение похода. Просмотр походных фотографий.

Практика: Монтаж фильма

Форма контроля: Самостоятельный анализ, выводы и действия.

Тема 2.12. Подведение итогов туристского похода

Теория: Различные формы отчёта о походе: устный, видеоотчёт, стенгазета, фотовыставка, дневник похода. Подготовка и составление отчета о проведенном походе.

Практика: Ремонт туристского инвентаря и снаряжения. Подготовка газеты или выставки по итогам похода.

Форма контроля: наблюдение

Раздел 3. Первая помощь 63 часа

Тема 3.1. Личная гигиена юного туриста

Теория: Понятие о гигиене. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Гигиена обуви и одежды.

Практика: Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за одеждой и обувью.

Форма контроля: выполнение зачетных упражнений

Тема 3.2. Профилактика заболеваний в походе

Теория: Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям.

Практика: Разучивание комплекса упражнений гимнастики

Форма контроля: выполнение зачетных упражнений

Тема 3.3. Основные приемы оказания первой помощи

Теория: Анализ ситуации. Первичный осмотр. Предварительный диагноз

Практика:

Форма контроля: выполнение зачетных упражнений

Тема 3.4. Походная аптечка

Теория: Допустимый состав аптечки. Составление аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые при хронических заболеваниях.

Практика: Формирование походной медицинской аптечки.

Форма контроля: наблюдение

Тема 3.5. Травмы

Теория: Походный травматизм. Как обратиться за помощью. Как избежать мозолей и натёртостей в походе. Помощь при переломах, ранах, кровотечениях. Укусы насекомых и пресмыкающихся.

Практика: Обработка ран, наложение жгута, ватно-марлевой повязки. Оказание первой помощи при царапинах, порезах.

Форма контроля: выполнение зачетных упражнений

Тема 3.6. Виды повязок

Теория: Правила наложения бинтовой повязки: закрывающая повязка, фиксирующая повязка, циркулярная повязка. Последовательность действий.

Практика: наложение различных видов повязок на конечности. Наложение повязок из подручного материала

Форма контроля: выполнение зачетных упражнений

Раздел 4. Топография и ориентирование 60 часов

Тема 4.1. Понятие о карте, их виды

Теория: Значение топокарт для туристов. Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Практика: Решение задач

Форма контроля: выполнение практических работ

Тема 4.2. Легенда карты

Теория: Условные знаки. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Практика: Решение задач

Форма контроля: выполнение практических работ

Тема 4.3. Цвет в изображении карты

Теория: Условное изображение в цвете. Водные объекты, рельеф, растительность, отдельно стоящие объекты, дороги

Практика: Решение задач

Форма контроля: выполнение практических работ

Тема 4.4. План местности

Теория: Отличие плана местности от топографических карт. Особенности построения плана. Виды съёмки при построении плана.

Практика: Решение задач

Форма контроля: выполнение практических работ

Тема 4.5. Понятия в ориентировании

Теория: Держание карты. Держание компаса. Сопоставление карты с местностью.

Ориентирование вдоль линейных ориентиров

Практика: Решение задач

Форма контроля: выполнение практических работ

Тема 4.6. Условные знаки

Теория: Группы условных знаков. Отличие от топографической карты

Практика: Решение задач

Форма контроля: выполнение практических работ

Тема 4.7. Компас строение

Теория: Устройство компаса. Правила обращения с компасом. Ориентир, что может служить ориентиром. Типы компасов.

Практика: Ориентирование карты по компасу. Определение азимута.

Форма контроля: выполнение практических работ

Тема 4.8. Измерение расстояний.

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

Практика: Тренировочные упражнения на микро глазомер на картах разного масштаба.

Форма контроля: выполнение практических работ

Тема 4.9. Понятие азимута

Теория: Снятие азимута. Выдерживание азимута. Измерение расстояний на местности парами шагов. Определение точки стояния.

Практика: Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков.

Форма контроля: выполнение практических работ

Тема 4.10. Соревнования спортивного ориентирования

Теория: Классификация по способу передвижения на дистанции. Виды дистанций.

Практика: Сравнение летней и зимней карты схожесть и отличие.

Форма контроля: выполнение практических работ

Раздел 5. Краеведение 33 часа

Тема 5.1. Осинники на карте области

Теория: Географическое положение. Соседние города районы.

Практика: Знакомство с картой. Изучение краеведческой литературы

Форма контроля: тестирование

- Тема 5.2.** Природные особенности, рельеф города
Теория: Ландшафты и физико-географическое районирование. Рельеф, полезные ископаемые. Речная сеть. Экологическая обстановка.
Практика: схематичное выполнение карты города
Форма контроля: тестирование
- Тема 5.3.** История, известные земляки города
Теория: История названий основных улиц. Памятники истории и культуры, музеи города. Коренные жители. Выдающиеся люди города, их заслуги.
Практика: Знакомство с краеведческими объектами.
Форма контроля: тестирование
- Тема 5.4.** Символика
Теория: Флаг, гимн, герб Кемеровской области. Гербы городов.
Практика:
Форма контроля: тестирование
- Тема 5.5.** Города Кемеровской области
Теория: Дата образования городов. Их история. Старые названия.
Практика: работа с контурными картами. Изучение краеведческой литературы
Форма контроля: тестирование
- Тема 5.6.** Географическое положение КО
Теория: Административное деление области, г. Кемерово - административный центр Кузбасса.
Практика: работа с контурными картами. Изучение краеведческой литературы. Знакомство с атласом Кемеровской области.
Форма контроля: тестирование
- Тема 5.7.** Природные особенности, рельеф.
Теория: Гидрология. Реки, озера, Томь - главная водная артерия Кузбасса. Рельеф. Полезные ископаемые - богатство Кузбасса.
Практика: работа с контурными картами. Знакомство с атласом Кемеровской области.
Форма контроля: тестирование

Раздел 6. Фотосъёмка в походе(24ч.)

- Тема 6.1. – 6.4.** Съёмка архитектурных объектов, животных, пейзажей, участников группы
Теория: Композиция снимка Фотографии, как вид отчетной документации.
Практика: полевые съёмки, съёмка на природе.
Форма контроля: фотовыставка.

Содержание учебно-тематического плана второй год обучения

Раздел 1. Технические приёмы спортивного туризма (180 часов)

- Тема 1.1.** Узлы.
Теория: названия узлов и назначение. Комбинация узлов. Особенности вязания.
Практика: отработка правильности и скорости вязания узлов.
Форма контроля: Сдача нормативов вязания узлов. Соревнования
- Тема 1.2.** Виды страховки: командная, самостраховка. Сопровождение
Теория: спортивным способом, подъём – спуск по перилам
Практика: отработка техники участником, в связке, в группе
Форма контроля: анализ выполнения заданий

Тема 1.3. Организация и снятие перил

Теория: Организация и снятие перил на различных этапах, восстановление перил, и снятие различными способами.

Практика: отработка техники участником, в связке, в группе

Форма контроля: Анализ выполнения заданий

Тема 1.4. Транспортировка снаряжения

Теория: способы муфтования, перемещение веревок, незакрепленного снаряжения.

Практика: отработка техники участником, в связке, в группе

Форма контроля: выполнение практических работ. Анализ выполнения заданий

Тема 1.5. Оработка техники движения и преодоления препятствий.

Теория: движение первого участника.

Практика: отработка техники участником, в связке, в группе

Форма контроля: Сдача нормативов. Анализ выполнения заданий

Тема 1.6. Спуск – подъем

Теория: Спуск – подъем с самостраховкой по перилам. Спуск – подъем с верхней командной страховкой. Первый участник, с нижней командной страховкой.

Практика: отработка техники участником, в связке, в группе

Форма контроля: Сдача нормативов Анализ выполнения заданий

Тема 1.7. Переправы

Теория: Переправа различными методами: «Горизонтальный маятник», методом «Вертикальный маятник», переправа по бревну, параллельные перила, навесная переправа

Практика: отработка техники участником, в связке, в группе

Форма контроля: Сдача нормативов

Раздел 2. Первая помощь (1 час)

Тема 2.1. Действия в чрезвычайной ситуации

Теория: Как приблизиться к пострадавшему. Анализ ситуации. Как обратиться за помощью. Как установить контакт со службой смп. Профилактика заражения спасателя.

Практика: решение ситуационных задач.

Форма контроля: тестирование.

Тема 2.2. Осмотры

Теория: Первичный и повторные осмотры. Первые шаги – ДДККС. Установление очередности (медицинская сортировка).

Практика: решение ситуационных задач.

Форма контроля: тестирование, выполнение зачетных упражнений.

Тема 2.3. Шок

Теория: Гиповолемический шок. Обморок. Тяжелая аллергическая реакция/анафилаксия /анафилактический шок.

Практика: решение ситуационных задач.

Форма контроля: тестирование, выполнение зачетных упражнений.

Тема 2.4. Кровотечения

Теория: Внешнее кровотечение. Остановка венозного и капиллярного кровотечения. Остановка артериального кровотечения. Внутреннее кровотечение. Раны. Инфекция. Столбняк.

Практика: решение ситуационных задач.

Форма контроля: тестирование, выполнение зачетных упражнений.

Тема 2.5. Укусы

Теория: Укусы животных. Бешенство. Укусы насекомых. Укусы змей. Внедрившийся клещ. Клещевой энцефалит. Болезнь Лайма.

Практика: решение ситуационных задач.

Форма контроля: тестирование, выполнение зачетных упражнений.

Тема 2.6. Ожоги

Теория: Термический (тепловой) ожог. Первая помощь при ожогах первой степени. Первая помощь при ожогах второй степени. Первая помощь при ожогах третьей степени. Химический ожог. Электрический ожог.

Практика: решение ситуационных задач.

Форма контроля: тестирование, выполнение зачетных упражнений.

Тема 2.7. Холодовые и тепловые поражения

Теория: Отморожение. Переохлаждение. Заболевания, связанные с перегревом. Тепловой удар. Тепловое истощение. Тепловые судороги. Другие тепловые поражения.

Практика: решение ситуационных задач.

Форма контроля: тестирование, выполнение зачетных упражнений.

Тема 2.8. Шинирование

Теория: Плечевой сустав. Ключица и лопатка. Плечо (часть руки выше локтя). Локоть. Предплечье. Запястье, кисть, пальцы. Таз и тазобедренные суставы. Бедро. Колено. Голень. Лодыжка и стопа. Повреждение шеи. Позвоночник.

Практика: решение ситуационных задач.

Форма контроля: тестирование, выполнение зачетных упражнений.

Тема 2.9. Отравления

Теория: Проглатывание яда. Отравление грибами. Пищевое отравление. Вдыхание яда.

Практика: решение ситуационных задач.

Форма контроля: тестирование.

Тема 2.10. Внезапная болезнь

Теория: Инфаркт миокарда (сердечный приступ). Стенокардия. Инсульт. Неотложные состояния, связанные с сахарным диабетом припадки. Бронхиальная астма. Лихорадка.

Практика: решение ситуационных задач.

Форма контроля: тестирование, выполнение зачетных упражнений.

Тема 2.11. Способы транспортировки пострадавшего.

Теория: Основные положения пациента при оказании первой помощи или транспортировке, при различных повреждениях. Транспортировка в неотложных ситуациях. Приемы транспортировки. Перетаскивание. Транспортировка одним человеком. Транспортировка двумя - тремя людьми. Носилки. Принципы подъема пострадавшего.

Практика: решение ситуационных задач

Форма контроля: тестирование, выполнение зачетных упражнений.

Раздел 3. Топография и ориентирование (81 час)

Тема 3.1. Топографическая и спортивная карта

Теория: Условные знаки спортивных карт: масштабные, немасштабные, линейные и площадные. Изображение рельефа на топографических и спортивных картах. Влияние рельефа на пути движения.

Практика: Упражнения на запоминание условных знаков. Определение по горизонталям различных форм рельефа. Выбор путей движения группы с учетом основных форм и элементов рельефа.

Форма контроля: соревнования

Тема 3.2. Компас. Работа с компасом

Теория: Азимут, снятие азимута с карты. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры. Взятие азимута на предмет.

Практика: Упражнения по определению азимута, снятие азимута с карты. Тренировка на прохождение азимутальных отрезков, прохождение через контрольные пункты по азимуту без использования карты.

Форма контроля: Анализ выполнения заданий

Тема 3.3. Измерение расстояний

Теория: Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, обычной нитки. Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага.

Практика: Прохождение и пробегание отрезков различной длины. Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, определению ширины реки, оврага.

Форма контроля: опрос, выполнение зачетных упражнений

Тема 3.4. Способы ориентирования

Теория: Определение своего местонахождения при наличии сходной (параллельной) ситуации. Движение по легенде — подробному описанию пути. Ориентирование при использовании спортивной карты, определение точки своего стояния и выбор пути движения.

Практика: Упражнения по определению точки своего местонахождения на местности при помощи карты.

Форма контроля: опрос, выполнение зачетных упражнений.

Тема 3.5. Ориентирование по местным предметам.

Теория: Определение сторон горизонта при помощи местных предметов, созданных природой и людьми, по растительности.

Практика: Упражнения по определению своего местонахождения на различных картах. Определение сторон горизонта по местным предметам, небесным светилам.

Форма контроля: опрос, выполнение зачетных упражнений

Тема 3.6. Действия в случае потери ориентировки

Теория: Порядок действий в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной, параллельной ситуации на карте, попытка найти опорные ориентиры и подтвердить свои предположения. Действия отдельного члена группы, участника соревнований в случае потери им ориентировки.

Практика: решение ситуационных задач по теме

Форма контроля: Анализ выполнения заданий

Раздел 4. Краеведение (30 часов)

Тема 4.1. Рекреационные зоны КО

Теория: горные ландшафты, водные ресурсы

Практика: Работа с картографическим материалом

Форма контроля: Анализ выполнения заданий

Тема 4.2. Обзор краеведческих объектов, музеев.

Теория: Природные объекты

Практика: Работа с картографическим материалом и изучением описания объектов

Форма контроля : Анализ выполнения заданий

Тема 4.3. Изучение района путешествия

Теория:

Практика:

Форма контроля: Анализ выполнения заданий

Тема 4.4. Охрана природы и памятников культуры

Теория:

Практика:

Форма контроля: Анализ выполнения заданий

1.4. Планируемые результаты первого года обучения:

1. Предметные (образовательные):

- получили знания основ туристской подготовки;
- усвоили основные понятия здоровья и факторов, влияющих на него;
- умеют оказать первую помощь в неотложных состояниях; грамотно обратиться за помощью в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи.
- знают осуществляющих опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности.

2. Метапредметные:

- проявляют интерес к занятиям туризмом;
- получили знания о планировании походов и составляют походные отчёты;
- развиты умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения;
- освоены приемы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

3. Личностные:

- сформирована потребность соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- сформирована ответственность отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной ценности.

Планируемые результаты второго года обучения:

1. Предметные (образовательные):

- освоены практические навыки спортивного туризма;
- сформированы навыки прохождения спортивных дистанций туризма.

2. Метапредметные:

- усвоили представление осуществляющих опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности
- развиты коммуникативные умения и навыки, обеспечивающие совместную деятельность в группе, микрогруппе.

3. Личностные:

- сформирована инициатива, трудолюбие, ответственность.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Режим занятий

Год обучения	Продолжительность занятий	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество часов в год
1 год	3 часа	3 раза	9 часов	46	129	387 часа
2 год	3 часа	3 раза	9 часов	46	129	387 часа

Занятия проводятся по расписанию или утвержденному временному расписанию, составленному на период каникул, в форме экскурсий, работы творческих групп, выездов, учебно-тренировочных сборов, экспедиций, походов, соревнований, занятий в аудиториях и на местности.

2.2. Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение:

Список имеющегося снаряжения

- 1. Аптечка походная комплект**
- 2. Вербка основная 50 м**
- 3. Вербка вспомогательная 50 м**
- 4. Карабин туристский 40 шт.**
- 5. Каска 5 шт.**
- 6. Костровая решётка**
- 7. Котелки комплект**

8. *Палатки каркасные 2 шт.*
 9. *Пила двуручная 1 шт.*
 10. *Призмы для ориентирования на местности комплект*
 11. *Ремонтный набор комплект*
 12. *Рюкзак 2 шт.*
 13. *Топор 1 шт.*
 14. *Система страховочная 5 шт.*
- 2. Информационное обеспечение:**
- 3. Кадровое обеспечения.**

2.3. Формы аттестации / контроля

1. *Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:*
2. *Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов*

Анкетирование
Соревнования
Сдача нормативов
Конкурс, тестирование.
Соревнования по ориентированию
Краеведческая викторина
Фотовыставка
Итоговая аттестация

2.5. Методические материалы

Применяемые методы обучения.

В теоретической части образовательном процессе используются традиционные методы обучения:

- Словесные (рассказ, объяснение, беседа, диспут);
- Наглядные (демонстрация, показ -плакатов, рисунков, схем, графических изображений, карт, видеофильмов, приемов работы с пострадавшим);
- Практические (работа с книгой, справочной литературой, дидактическим Материалом, нормативно-правовыми документами, выполнение заданий, упражнений по спортивному ориентированию, спортивному туризму, технике туризма, спасательным работам, туристско-краеведческий поход, учебно-тренировочные занятия, соревнования.).

Используемые формы организации учебного занятия.

Традиционные теоретические - лекция, беседа, игра, викторина, самостоятельная работа, работа с картами, просмотр учебных фильмов, фотоматериалов,

Активные формы обучения: практические занятия, полевые занятия, тренировочные походы выходного дня, соревнования, туристские вечера, экскурсии, экскурсионные поездки, многодневные походы.

Занятия проводятся с использованием различных *форм организации учебной деятельности* (групповая, фронтальная, индивидуальная, индивидуальная дистанционная, групповая дистанционная).

Педагогические технологии, используемые в образовательной деятельности.

Здоровье сберегающие технологии – цель, обеспечить ребёнка возможностью сохранения здоровья, сформировать ЗУН по здоровому образу жизни.

Технологии проектной деятельности – используются с целью, развития и обогащения социально –личностного опыта, развитие у ребёнка сферы межличностного взаимодействия.

Описать алгоритм учебного занятия.

- Подготовительный блок состоит из организационного и проверочного этапов;
- Основной блок включает в себя: подготовительный; усвоение новых знаний; первичная проверка понимания изученного материала; закрепление новых знаний; обобщение и систематизация знаний; контрольный этап.
- Итоговый блок состоит из следующих этапов: итоговый, рефлексивный, информационный

Имеющиеся дидактические материалы

- Анкеты(входная, выходная)
- Консультационный материал
- Библиотечка объединения, включающая в себя, как и нормативные документы, так и специальную литературу по разделам программы (первая помощь, туристическая техника и т.д.)
- Картографический материал: атласы, контурные карты, схемы, настенные карты административного деления и физической географии Кемеровской области.
- Лекционный материал и в дополнение к нему видеофильмы, фотографии, плакаты. Таблицы.
- Личное/ групповое снаряжение для походов.
- Личное/ групповое, специальное снаряжение.
- Измерительные приборы и топографические карты.
- Компьютерные обучающие и развивающие программы – CD игры «Спортивное ориентирование», CD «Знаки топографии»,
- Аптечка первой помощи, макеты повреждений, перевязочный материал, носилки, противогаз.

2.6. Список литературы

Основная литература:

- для педагога:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. – М.: ФиС, 1983.
3. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. М., ЦДЮТур РФ, 1994.
4. Бардин К. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981.
5. Балобанов И.В., Спасательные работы в горах. – М.: Издатель, 2008
6. Биржаков М.Б. Безопасность в туризме. – М.: «и.д. Герда», 2005
7. Водный туризм. Составитель Григорьев В.Н. – М.: Просвещение. 1981.
8. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное сориентирование. Учебник. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
9. Герман Ю.В. Проведение и судейство конкурсов на туристских слетах и соревнованиях. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
10. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., Профиздат, 1997.
11. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. - М.: Физкультура и спорт, 1990.
12. Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.А. Туристские слеты и соревнования. М., Профиздат, 1984. РФ, 2000.
13. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма: Учебно-

методическое пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.

14. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. – М., ЦДЮТур МО РФ, 1997.
15. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
16. Маринов Б. Проблемы безопасности в горах. М., ФиС, 1981
17. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. Учебно-методическое пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.
18. Маслов А.Г. Организация работы и финансирование туристско-краеведческих объединений учащихся. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
19. Пит Хилл, Альпинизм – Технические приёмы. – М.: «Фаир», 2008.
20. Основы безопасности в пешем походе. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
21. Обеспечение безопасности в водных путешествиях. – М.: ЦРИБ «Турист», 1976.
22. Сафронов В.А. Подготовка, проведение и судейство районных туристских соревнований. – М.: ЦСЮТур МО РСФСР, 1986.
23. Штюмер Ю. А. Профилактика туристского травматизма: Метод. рекомендации: «Как не стать жертвой несчастного случая». – М.: 1992.
24. Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. – 2-е перераб., доп. изд. – М.: ФиС, 1983.
25. Физическая подготовка туристов. – М.: ЦРИБ «Турист», 1985.
26. Энциклопедия туриста / Гл. ред. Е.И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.

- для учащихся:

27. Бардин К. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981.
28. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
29. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. – М.: ФиС, 1983.
30. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. М., ЦДЮТур РФ, 1994.
31. Огородников Б.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. М., ФиС, 1989.
32. Основы безопасности в пешем походе. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
33. Обеспечение безопасности в водных путешествиях. – М.: ЦРИБ «Турист», 1976.
34. Штюмер Ю. А. Профилактика туристского травматизма: Метод. рекомендации: «Как не стать жертвой несчастного случая». – М.: 1992.
35. Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. – 2-е перераб., доп. изд. – М.: ФиС, 1983.
- 36.

Дополнительная учебная литература: (при необходимости)

37. Вартанов А. С., Луговьер Д. А. Учись фотографировать. /Под общ. ред. А. А. Фомина. — М.: Искусство, 1998. — 224 с.: ил.
38. Все цвета радуги в фокусе объектива. Рассказ о цветной фотографии / Волгин А., Зворыгина Е., Зигуменко С. и др. // Приложение к журналу Юный техник. — 1987.—

№ 7.

39. Справочник фотографа: Учебное издание / Анцев В. Г., Журба Ю. И., Медведев А. Б. и др. — М.: Высшая школа, 1990. — 288 с.: ил.

Наглядные материалы:

Интернет-ресурсы:

Федерация спортивного туризма России Санкт-Петербурга сайт
rfstspb.ru Федерация спортивного туризма России Санкт-Петербурга. / Вконтакте
— <https://vk.com/club1065545>

Регламент группы спортивных дисциплин «дистанции пешеходные»: [Электронный ресурс] // Туризм спортивный.
URL: http://tmmoscow.ru/norm_doc/reg_play/regplay_2019_pedestrian_25042019.pdf.

Приложение 1

№ п/п	Наименование
Индивидуальное снаряжение	
1.	Обувь (кроссовки, кеды, ботинки на подошве «Вибрам», сапоги резиновые).
2.	Носки простые и шерстяные.
3.	Теплое нижнее белье.
4.	Штормовой, ветрозащитный костюм.
5.	Нейлоновый беговой костюм.
6.	Куртка теплая.
7.	Шапка теплая.
8.	Рукавички или перчатки теплые.
9.	Рукавицы резиновые, перчатки для работы сверёвкой.
10.	Свитер тёплый.
11.	Накидка от дождя.
12.	Набор личной посуды (кружка, миска, ложка, нож).
13.	Рюкзак.
14.	Индивидуальный аптечка
15.	Спальник.
16.	Коврик.

17.	Мешокнепромокаемыйдля личныхвещей.
18.	Фонарьэлектрическийналобный.
19.	Запасныебатарейки.
Специальное снаряжение	
20.	Страховочнаясистема.
21.	Карабинсмуфтой.
22.	Блокировка д-10мм,5м.
23.	Кольцорепшнур д-6мм.
24.	Каска.
25.	Приспособлениедля спуска,поперилам(восьмёрка).
26.	Приспособлениедля подъёмапоперилам(жумар).
27.	Устройстводляпреодолениянавеснойпереправы(трек,каталка).
28.	Компас.
29.	Средстводляподъёмаповертикальнымперилам(Pantin,фирмапетzl).
Групповое снаряжение	
1.	Котлы.
2.	Топор.
3.	Нож.
4.	Часыручныемеханические.
5.	Флягадляводы1,5-2л.
6.	Палатка3-5местнаяснепромокаемымтентом.
7.	Блокнот,ручка,линейка.
8.	Верёвкаосновнаядиаметром10мм.,40м.6-8штук
9.	Верёвкаосновнаяд-10мм.,50–60м.3-4 штуки
10.	Верёвкаосновнаяд-10мм.,20–25м.8-10штук
11.	Верёвкаосновнаяд-10мм.,30м.5-6штук
12.	Верёвкавспомогательная(репшнур)д-6мм,40м.
13.	Карабинсмуфтой.
14.	Блокролики.
15.	Петлидвойные,д-10 мм.,3-5м.
16.	Полотнодляизготовленияносок.
17.	Медицинскаяаптечка.
18.	Ремонтныйнабор.
19.	Костровыепринадлежности (троссики т.д.)изметалла.
20.	Фотоаппаратцифровой.
21.	Картографическийматериал.
22.	Курвиметр.
23.	Газоваягорелка.
24.	Пиладвуручкаилицепная.
25.	Зажимжумардвойной.3-4штуки
26.	Средствадляподъёмаповертикальнымперилам(Pantin,фирмапетzl).

**Вопросы по итоговой аттестации
по разделу «Основы безопасности в походе»**

	Вопрос	Ответ
1.	Какого диаметра должны быть рабочие веревки, применяемые для организации страховки, перилы сопровождения?	a. не менее 6 мм; b. не менее 8 мм; c. не менее 10 мм
2	Какого диаметра должны быть рабочие веревки, применяемые для организации снятия перил?	a. не менее 6 мм; b. не менее 8 мм; c. не менее 10 мм.
3	Что является двойной веревкой?	a. двойная (т.е. сложенная вдвое), но имеющая во всех нагружаемых сечениях две ветви; b. две отдельные веревки; c. все перечисленное.
4	Где могут применяться карабины без муфт?	a. для организации промежуточных точек страховки; b. для транспортировки груза; c. для организации страховки (самостраховки).
5	Какое суммарное количество шкивов может быть использовано в полиспасте?	a. не должно превышать 4 штуки; b. не должно превышать 5 штук; c. не должно превышать 6 штук; d. не должно превышать 7 штук.
6	Веревкой, какого диаметра должно производиться натяжение полиспастов?	a. не менее 4 мм; b. не менее 6 мм; c. не менее 8 мм; d. не менее 10 мм.
7	Что можно использовать для блокировки рудной обвязки и беседки?	a. веревка диаметром не менее 10 мм b. двойная веревка диаметром не менее 6 мм c. равнопрочная стропа
8	Какая максимальная длина самостраховки должна быть у участника?	a. 0,5 м; b. 1,5 м; c. 2 м.
9	В качестве чего могут быть использованы зажимы?	a. в качестве средства для организации движения по перилам; b. в качестве элемента подключения полиспаста к натягиваемой веревке при организации

		и перил; С. для организации самостраховки при под- ъеме и спуске по перилам.
10	При выполнении каких технических приемов участник НЕ должен находиться в рукавицах?	а. при выполнении страховки; б. при работе со провождающей веревкой при прохождении участниками бревна, параллельных перил; с. спуск по наклонной навесной переправе; d. при работе с веревкой при укладке бревна через реград.
1 1	При работе на дистанции, с какого момента участник должен находиться в каске?	а. с момента пристегивания участника к перильной веревке; б. при начале работы с веревкой; с момента пересечения линии старта и до финиша.
1 2	Чем обязательно должна быть оборудована каска?	а. номером участника; б. названием команды; с. эмблемой команды или спортивного клуба.
	Какой узел нельзя применять для связывания концов веревки?	а. встречная восьмерка; б. прямой; с. встречный; d. грейпвайн.
	Какой узел не является схватывающим?	а. прусик; б. австрийский; с. брамшкотовый; d. Бахмана.
	Какой узел требует наличие контрольного узла?	а. встречный; б. грейпвайн; с. проводник-восьмерка; d. штык; е. австрийский проводник.
	Какой материал может использоваться для изготовления опорных петель?	а. стропы; б. лямки от рюкзака; с. отрезки основной веревки диаметром не менее 10 мм; d. двойная веревка диаметром не менее б
	Куда подключается конец сопровождающей веревки при переправе участника через сухой виагро параллельным перилами или	а. вскользкий карабин в боковую часть страховочного пояса; б. в беседочный карабин страховочного пояса;

	побревну?	с. вточкукрепления кИСС
	Чтодолженсделатьучастникприповрежденииперильнойверевки?	а. немедленнозаменитьверевку; б. пройтиседалистанциюснейдофиниша; с. вывестииспомощью узлаиз-поднагрузкиповрежденныйучастокверевки
	Какогодиаметрадолжныбытьсдерживающиеверевки?	а. наусмотрениетехническойкомиссии; б. неменее6 мм; с. неменее10 мм.
	Какдолжныразмещатьсяверевкасопровожденияотносительноперилприпереправепобревну?	а. произвольно; б. нижепотечению; с. вышепотечению.