

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КРАЕВОЙ ЦЕНТР ЭКОЛОГИИ, ТУРИЗМА И КРАЕВЕДЕНИЯ»**

Принята с изменениями и
дополнениями на заседании
методического совета
от «02» сентября 2024г.
протокол № 1

«Утверждаю»
Директор ГБУ ДО «КЦЭТК»
Зима Т.М.

Пр. № 244 от «04» сентября 2024г.



дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Школа выживания»

Возраст обучающихся: 7-11 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Ашугян Мария Геворговна
педагог дополнительного образования

город Ставрополь
2021 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа выживания» направлена на: формирование и развитие творческих способностей у обучающихся; удовлетворение индивидуальных потребностей в физическом и нравственном развитии; развитие и поддержку детей, проявивших интерес и определенные способности к туристско-краеведческой и физкультурно-спортивной деятельности; совершенствование физического и умственного развития; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся; обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания учащихся; профессиональную ориентацию учащихся; воспитание черт спортивного характера (волевые качества, целеустремленность и др.).

Актуальность программы состоит в том, что во время усвоения образовательных модулей происходит вовлечение обучающихся в физкультурно-оздоровительную деятельность, что позволяет педагогу решать в комплексе вопросы оздоровления, обучения воспитания, профессиональной ориентации и социальной адаптации подростков. Это приводит к формированию у обучающихся навыков здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности. Отличительной особенностью программы «Школа выживания» является возможность подготовить обучающихся к самостоятельным действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций природного или антропогенного характера, автономному существованию в природе для выживания, даёт возможность не только избежать губительных последствий для собственного здоровья, а иногда даже жизни, но и помочь своему «окружению» организовать мероприятия по выходу из данной ситуации. укреплять психологическую устойчивость в сложных жизненных ситуациях, а так же в соревновательной деятельности ,повышать уровень технической подготовки в спортивном туризме, предусматривает воспитание гражданственности и патриотизма.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа выживания» имеет **физкультурно-спортивную направленность**. Физкультурно-спортивная деятельность в объединении дополнительного образования позволяет педагогу решать одновременно, в комплексе, вопросы обучения, оздоровления, воспитания, профессиональной ориентации и социальной адаптации обучающихся. Развивающемуся обществу нужны современно образованные, нравственные, технически грамотные, предприимчивые люди, которые могут самостоятельно принимать решения в сложных жизненных ситуациях, обладающие чувством ответственности в гражданском обществе.

Новизной данной программы является подход к выбору педагогических средств реализации содержания программы, учитывающий действенную, эмоционально-поведенческую природу младшего школьника, личностную активность каждого ребенка. Основным фактом, обеспечивающим эффективность воспитательного процесса, является личностная включенность детей в событийную жизнь. Используя новые, увлекательные для нового поколения технологии, можно обеспечить эту включенность.

Педагогическая целесообразность. Программа позволяет детям заниматься любимым делом и одновременно приносит пользу окружающему миру. Также существенно расширена практическая составляющая программы, что позволяет повысить интерес учащихся к предметам и явлениям исследования, постановке эксперимента и решению исследовательских задач. Развивается не только любознательность, как основа познавательной деятельности учащихся, расширяется круг личностно-значимых вопросов и проблем.

Программа составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);

- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.3648-20);

- Приказ Минобрнауки России от 27 июля 2022 г. N 629 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»

Цель программы : формирование фундамента знаний, умений и навыков, позволяющих школьникам продолжить дополнительное образование в объединении физкультурно-спортивной направленности.

Задачи первого года обучения:

Образовательные:

– привить умения и навыки самостоятельной деятельности в туристской группе;

– обучить гигиене, контролю, самоконтролю во время походов;

– познакомить с приёмами и правилами оказания первой доврачебной помощи;

– сформировать навыки и умения безопасного нахождения в природной среде;

– овладеть практическими навыками ориентирования на местности;

– овладеть теоретическими знаниями о действиях в чрезвычайных ситуациях.

Воспитательные:

– воспитывать чувства взаимовыручки и товарищеской поддержки;

– воспитывать морально-психологических качества;

– воспитать самостоятельность и ответственность;

- способствовать формированию физической культуры и здорового образа жизни.

Развивающие:

- развивать познавательную активность;
- развивать коммуникативных качеств обучающихся;
- способствовать развитию физических качеств;
- способствовать развитию устойчивого интереса к выбранной деятельности.

Отличительной особенностью программы является то, что практические занятия и походы, соревнования составляют большую часть программы, которые проходят в лесном массиве г. Машук и Бештау, проводятся различные походы и экскурсии по городам КМВ.

Программа «Школа выживания» имеет стартовый уровень. Характерна первоочередная направленность на приобретение знаний и умений. В то же время программа, будучи дополнительной, расширяет и углубляет знания, полученные в ходе освоения основных общеобразовательных программ детьми соответствующего возраста.

«Стартовый уровень» предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Данная программа может быть использована в нескольких вариантах:

- как самостоятельный курс освоения определенного вида деятельности;
- как первая ступень – переход к базовой общеразвивающей программе обучения.

Адресат программы: программа «Школа выживания» составлена для учащихся средних общеобразовательных организаций в возрасте от 7 до 11 лет и построена с учётом возрастных, психологических особенностей и уровня подготовки обучающихся.

Объем и сроки освоения программы: образовательная программа состоит из одного модуля: стартовый (1-й год обучения). Модуль осваиваются целостно, в заявленной последовательности, но в случае необходимости может быть использована в течение более длительного срока.

Время, отведенное на обучение, составляет 216 часа в год из расчета 6 часов в неделю, причем практические занятия составляют большую часть программы. Работа по программе строится с учетом ближних и дальних перспектив.

Формами организации педагогического процесса при реализации данной программы являются занятия комбинированные и практические.

При проведении занятий приоритет отдается творческой самореализации учащихся, т.к. такой подход усиливает личностную направленность обучения, но при этом важнейшим фактором в процессе эффективного обучения является руководство со стороны педагога.

Основными формами занятий являются:

- групповые тренировочные занятия;
- лекции и беседы;
- туристские соревнования;
- учебные походы;
- спортивные эстафеты;
- интеллектуальные игры;
- соревнования по спортивному ориентированию;
- экскурсии;
- практические занятия.

Групповые занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 академических часа.

Планируемые результаты: в результате работы по программе «Школа выживания» обучающиеся должны знать правила сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности,

правила поведения во время непредвиденных, чрезвычайных ситуациях, должны уметь применять полученные знания на практике.

Закончив первый год обучения, обучающиеся должны:

- **знать:**
- технику безопасности во время походов и соревнований;
- факторы, укрепляющие, ослабляющие здоровье человека;
- способы ориентирования на местности;
- признаки ухудшения погоды;
- принципы оказания доврачебной помощи;
- правила поведения в экстремальной ситуации;
- **уметь:**
- применять указанные знания на практике;
- ориентироваться на местности
- организовывать личную страховку на рельефе;
- выполнять обязанности участника похода.

Учебный год завершается промежуточной аттестацией и сдачей контрольных нормативов. Занятия в летний период в сетку часов не входят.

Основная форма работы – учебно-тренировочные занятия.

Под методами обучения понимают пути, позволяющие преподавателю добиваться усвоения знаний, умений, навыков. Различные задачи обучения решаются различными методами.

- знания передаются путем словесного изложения (в лекциях, беседах, рассказах) и показа (демонстрации) посещения соревнований и тренировок, в экскурсиях, походах и т.п.
- умения вырабатываются путем разучивания.
- навыки формируются и совершенствуются на тренировках.

Качество усвоения знаний, умений и навыков проверяется на занятиях: теоретических и практических, походах, соревнованиях и т.д.

Словесное изложение материала осуществляется в лекциях, рассказах, беседах.

Основные методы выполнения упражнений:

- игровой;
- повторный;
- равномерный;
- контрольный;
- соревновательный.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные занятия;
- групповые и индивидуальные теоретические занятия;
- восстановительные мероприятия;
- участие в матчевых встречах;
- участие в соревнованиях;
- сдача контрольных и контрольно-переводных нормативов.

Учебный план

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1	Туризм пешеходный	48	16	32	
1.1	История туризма в России. Техника безопасности на практических занятиях, в походах и соревнованиях.	3	3	-	беседа
1.2	Виды туризма.	3	3	-	тестирование
1.3	Разрядные нормативы в туризме	3	3	-	тестирование
1.4	Походы выходного дня.	27	-	27	экскурсия, поход
1.5	Правила движения в походе.	3	3	-	беседа
1.6	Признаки изменения погоды. Народные приметы.	2	2	-	презентация
1.7	Питание в туристском походе.	3	1	2	практическое задание
1.8	Личное и групповое снаряжение.	4	1	3	практическое задание
Раздел 2	Топография и ориентирование	78	12	66	
2.1	Карта топографическая. Карта спортивная.	3	3	-	тестирование
2.2	Условные знаки.	9	3	6	практическое задание
2.3	Масштаб карты. Виды масштаба	3	3	-	тестирование
2.4	Символьные легенды контрольных пунктов	9	3	6	практическое задание
2.5	Тренировки на местности	54	-	54	эстафеты, соревнования
Раздел 3	Выживание в ЧС.	30	16	14	
3.1	Причины возникновения экстремальных ситуаций в природной среде. Что такое «выживание»?	6	6	-	беседа
3.2	Выживание при ЧС природного характера.	9	3	6	практическое задание
3.3	Выживание при ЧС антропогенного характера.	9	3	6	практическое задание
3.4	Безопасность в городе и домашней	3	3	-	беседа

	среде.				
3.5	Сигналы бедствия. Международная кодовая таблица.	3	1	2	практическое задание
Раздел 4	Общая физическая подготовка.	57	27	30	
4.1	Роль и значение физической подготовки.	9	9	-	беседа
4.2	Строение и функции организма	18	18	-	фронтальный опрос
4.3	ОФП	21	-	21	практическое задание
4.4	СФП	3	3	-	
4.5	Сдача нормативов	9	-	9	практическое задание
Итого за период обучения		216	74	142	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Туризм пешеходный (48ч).

Тема 1. История туризма в России. Техника безопасности на практических занятиях, в походах и соревнованиях (3ч).

Теория. Правила поведения воспитанников на занятиях. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

История развития туризма в России. Корни самодеятельного туризма. Первые путеводители. Туристские организации СССР. Туристская литература.

Тема 2. Виды туризма (3ч).

Теория. Характеристика видов туризма.

Тема 3. Разрядные нормативы в туризме (3ч)

Теория. Спортивные правила и разрядные нормативы. Изучение инструкции о порядке присвоения спортивных званий и разрядов по туризму.

Тема 4. Походы выходного дня (27ч).

Практика. Изучение районов ГОРОДА КМВ, районов Города. Экскурсии и пешие прогулки.

Тема 5. Правила движения в походе (3ч).

Теория. Обязанности направляющего, замыкающего, участников похода. Привалы и ночлеги, зависимость времени переходов от характера пути.

Тема 6. Признаки изменения погоды. Народные приметы (2ч).

Теория. Признаки резкого изменения погоды. Психологические и природные факторы, влияющие на безопасность группы в походе.

Тема 7. Питание в туристском походе (3ч).

Теория (1ч). Организация питания во время тур. прогулок, дневных походов.

Значение правильного питания в походе. Режим питания, калорийность пищи, варианты питания.

Практика (2ч). Составление меню и списка продуктов. Составление графика питания.

Тема 8. Личное и групповое снаряжение (4ч).

Теория (1ч). Характеристика снаряжения для похода, способы уменьшить вес, самодельное снаряжение (недостатки, безопасность целесообразность).

Практика(3ч). Подготовка снаряжения, маркировка, крепление к рюкзаку, переноска.

Раздел 2. Топография и ориентирование (78ч).

Тема 1. Карта топографическая. Карта спортивная (3ч).

Теория. Горизонталы основные, утолщённые. Видимость точек на карте. Изучение рельефа, растительности, строений по картам.

Тема 2. Условные знаки (9ч).

Теория (3ч). Изучение условных знаков.

Практика (6ч). Контрольный опрос. Тестовые задания.

Тема 3. Масштаб карты. Виды масштаба (3ч).

Теория. Линейный, числовой масштаб. Понятие о масштабе. Работа с картами различного масштаба.

Тема 4 Символьные легенды контрольных пунктов (9ч).

Теория (3ч). Изучение легенд контрольных пунктов спортивной карты.

Практика (6ч). Контрольный опрос. Тестовые задания.

Тема 5 Тренировки на местности (54ч).

Практика. Тренировки по спортивному ориентированию: по выбору, в заданном направлении. Отметка чипом в системе Sport Ident.

Раздел 3. Выживание в ЧС. (30ч).

Тема 1 Причины возникновения экстремальных ситуаций в природной среде. Что такое «выживание»? (6ч).

Теория. Основные причины возникновения экстремальных ситуаций в природной среде. Просчёты группы в подготовительный период, приводящие к возникновению экстремальных ситуаций. Понятие «выживание», необходимые действия для успешного выживания. Определяющие факторы для выживания.

Тема 2. Выживание при ЧС природного характера (9ч).

Теория (3ч). Смерчи, ураганы, штормы. Сильный снегопад и оледенение. Гроза. Лесные пожары. Землетрясения и извержение вулканов. Засуха

Практика (6ч). Работа с литературой, прослушивание докладов. Отработка действий при наступлении ЧС.

Тема 3. Выживание при ЧС антропогенного характера (9ч).

Теория (3ч). Аварии: на химических и других опасных предприятиях, на дорогах Прорыв теплотрасс, линий электропередач, открытые люки.

Практика (6ч). Работа с литературой, прослушивание докладов. Отработка действий при наступлении ЧС.

Тема 4. Безопасность в городе и домашней среде (3ч).

Теория. Безопасность на дорогах, в общественном транспорте, в домашней среде, при террористических актах. Действия при захвате в заложники в общественных местах. ПДД для пешехода и велосипедиста.

Тема 5. Сигналы бедствия. Международная кодовая таблица (3ч).

Теория (1ч). Сигналы бедствия. Сигналы из костра и дыма.

Практика (2ч). Изучение сигналов бедствия. Подача сигналов бедствия с помощью подручных средств. Сигналы из костра и дыма. Знаки, подаваемые телом. Подача сигналов зеркалом.

Раздел 4. Общая физическая подготовка (57ч).

Тема 1. Роль и значение физической подготовки (9ч).

Теория. Физическая нагрузка в разные возрастные периоды.

Тема 2. Строение и функции организма (18ч).

Теория. Характеристика развития физических качеств. Методика развития физических и специальных качеств.

Тема 3. ОФП (21ч).

Практика. Челночный бег, эстафеты, практические задания.

Тема 4 Сдача нормативов (9ч).

Практика. Ускорение – 60 м, сгибание и разгибание рук в положении лёжа, подтягивание на перекладине, подъём туловища, бег - 1км, 3км., 5 км., вис на высокой перекладине.

Раздел 5 Туристская техника (72ч).

Тема 1. Классификация узлов и их применение (9ч).

Теория (3ч). Понятие о наузистике. Типы узлов, история создания наузистики.

Практика (6ч). Вязка узлов на время.

Тема 2. Преодоление навесной переправы (6ч).

Практика. Тактика и техника наведения переправы в условиях похода, соревнований. Наведение переправы, прохождение этапа, снятие этапа. Команды на этапе.

Тема 3. Преодоление переправы по параллельным перилам (6ч).

Практика. Техника безопасности при наведении перил. Значение координации. Тактика организации этапа. Наведение параллельной переправы через сухой, мокрый овраг, прохождение, снятие.

Тема 4. Основы скалолазания (6ч).

Практика. Обучение лазанию на искусственном рельефе- скалодроме.

Тема 5. Подъём по вертикальным перилам (6ч).

Практика. Способы организации вертикальных перил. Использование узлов, использование жумара, использование петли « Прусик». Подъём по перилам с узлом.

Способы захвата верёвки жумаром. Подъём по вертикальным перилам на «Прусике», на жумаре, по перилам с узлом.

Тема 6. Спуск по вертикальным перилам (6ч).

Практика. Крепление вертикальных перил. Соблюдение техники безопасности. Спуск с использованием узла «Прусик» на ФСУ.

Спуск по вертикальным перилам участниками с помощью ФСУ по перилам с узлом.

Тема 7. Крепление перил для организации этапов (6ч).

Практика. Использование узлов для фиксации динамических и статических веревок. Правила вязки узлов. Предохранение опор от потертостей. Правила развязывания узлов. Использование ряда специальных узлов для крепления перил на вертикальных и горизонтальных опорах.

Тема 8. Преодоление туристской дистанции (27ч).

Практика. Практические занятия на г. Машук, Перкальских скалах, тренировки на дистанции 1-2 класса, участие в соревнованиях.

Раздел 6. Основы гигиены и первая доврачебная помощь(18ч).

Тема 1. Гигиена, контроль, самоконтроль туриста (3ч).

Теория. Понятие о гигиене. Личная гигиена, значение водных процедур. Основы закаливания.

Тема 2. Лекарственные растения(3ч).

Теория. Разновидности лекарственных растений региона, использование в условиях похода.

Тема 3. Доврачебная помощь в походе (6ч).

Теория(3ч). Изучение применения медицинских препаратов. Изучение аптечки доврачебной помощи.

Практика(3ч). Диагностика ушибов, растяжений, разрыва мышц, переломов в походных условиях. Наложение шин, повязок и других материалов для иммобилизации.

Тема 4. Предупреждение заболеваний (3ч).

Теория. Острая сердечно-сосудистая недостаточность (обморок, шок). Различные виды отравлений. Травмы глаз (инородные тела). Носовое кровотечение. Аллергические реакции.

Тема 5. Вредные привычки. Здоровый образ жизни (3ч).

Теория. Малоподвижный образ жизни, нарушение режима сна и питания, водно-солевого режима. Здоровое питание. Комплекс упражнений для здоровой осанки, гимнастика, бег, здоровый эмоциональный фон.

Раздел 7. Краеведение (21ч).

Тема 1. Родной край, его природные особенности (9ч).

Теория. Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Сведения о прошлом края. Памятники истории и культуры.

Тема 2. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев (6ч).

Теория (3ч). Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, музеи.

Практика (3ч). Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов.

Тема 3. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры (6ч).

Практика. Изучение растительного и животного мира. Законодательство по охране природы. Природоохранительная деятельность туристов.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение

Результат реализации программы «Школа выживания» во многом зависит от оснащённости помещения, материально-технического оснащения и учебного оборудования. Размещение учебного оборудования должно соответствовать требованиям и нормам СанПина и правилам техники безопасности.

Для эффективности образовательного процесса необходимы:

Техническое оборудование:

- компьютеры;
- проектор.

Информационное обеспечение:

- интернет источники.
- дидактический материал - коллекции фотографий, журналы, книги, видеофильмы и т.д.

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, обладающий профессиональными знаниями и компетенциями.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

На всех этапах реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа туризма» регулярно и всесторонне проводится педагогический контроль (мониторинг качества освоения учащимися программы).

Предметом контроля являются знания, умения и навыки учащихся, полученные в результате освоения программы, внутренние личностные

результаты обучающихся (освоенные способы деятельности, готовность к саморазвитию и самообразованию), обозначенные целью и задачами программы.

СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ МЕТАПРЕДМЕТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Основными критериями оценки качества обучающихся по программе являются:

- регулярность посещения учебных занятий;
- успешное освоение программы;
- положительная динамика показателей контрольных нормативов;
- участие в соревнованиях.

В течении учебного года в объединении с целью проверки качества знаний, умений и навыков эффективности обучения проводятся три вида контроля:

- входной контроль - в начале учебного года;
- промежуточный контроль, в течении учебного года;
- промежуточная аттестация-в конце учебного года.

Методическое обеспечение программы:

- методы обучения: словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, частично-поисковый;
- методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация;
- формы организации образовательного процесса: индивидуально-групповая и групповая; выбор той или иной формы обосновывается с позиции профиля деятельности- туристско-краеведческой.
- формы организации учебного занятия – беседа, игра, тестирование, устный опрос, поход, практическое занятие, доклады, соревнование, экскурсия, эстафета.

На занятиях используются следующие **педагогические технологии:**

- технология группового обучения,
- технология коллективного взаимообучения,
- технология программированного обучения,
- технология развивающего обучения,
- технология исследовательской деятельности,
- технология игровой деятельности,
- коммуникативная технология обучения,
- здоровье-сберегающая технология.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для определения результативности освоения программы используется диагностический инструментарий.

Диагностика предметных результатов:

- устный контроль: индивидуальный и фронтальный опрос;
- контрольные задания, тесты, викторины и др. по тематическим разделам программы;
- педагогическое наблюдение;
- анализ продуктов творческой деятельности учащихся.

Диагностика личностных и метапредметных результатов:

- педагогическое наблюдение;
- методики, диагностирующие и развивающие физкультурно-спортивную культуру детей младшего школьного возраста.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Особенности организации образовательного процесса.

При реализации программы используются различные **методы обучения** с применением системы средств, составляющих единую информационно-образовательную среду:

- словесные (объяснение, рассказ, опрос), наглядный (картины, фотографии, видеоматериалы), практические методы, экскурсии;
- объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-

поисковый, проблемный методы;

- игровой, проектный методы (выполнение творческих заданий, разработка проектов, моделирование ситуаций).

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.

При **организации образовательного процесса** используется групповая, индивидуально-групповая и индивидуальная формы работы.

Эффективными и педагогически целесообразными при реализации данной программы являются следующие **формы организации учебных занятий:**

- комбинированное занятие;
- практическое занятие;
- занятие-игра;
- занятие-путешествие;
- экскурсия;
- акция;
- викторина.

Методическое обеспечение программы включает в себя дидактические принципы и методы, техническое оснащение, организационные формы работы, формы подведения итогов. При подготовке к занятиям большое внимание уделяется нормам организации учебного процесса и дидактическим принципам.

Прежде всего, это принцип наглядности, так как психофизическое развитие обучающихся, на которое рассчитана данная программа, характеризуется конкретно-образным мышлением. Следовательно, учащиеся способны полностью усвоить материал при осуществлении практической деятельности с применением предметной (практические упражнения), изобразительной (учебно-наглядные пособия) и словесной (образная речь педагога) наглядности. Естественно, что достижение поставленной цели в учебно- воспитательной деятельности во многом зависит от системности и

последовательности в обучении. При строгом соблюдении логики учащиеся постепенно овладевают знаниями, умениями и навыками. Ориентируясь на этот принцип, педагог составляет учебно-тематическое планирование все же с учетом возможности его изменения. Большое внимание также уделяется принципам доступности в обучении, методу активности, связи теории с практикой, прочности овладения знаниями и умениями.

Литература, используемая педагогом для разработки программы и организации образовательного процесса.

1. Баленко С.В. Учебник выживания. Опыт элитного спецподразделения. – М., 2005.
2. Бардин К. В. Азбука туризма. М., 2001.
3. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний. Спаси и сохрани. – М., 2000.
4. Болдырев С.Н., Жмуров В.И., Косарев Е.А. Сложные туристские походы
5. Биржаков М. Б., Казаков Н. П. Безопасность в туризме. — СПб.: «Издательский дом Герда», 2005.
6. Вайзман Д. Руководство по выживанию. М., изд. Астрель, 2002.
7. Вололич В. Г. Человек в экстремальных условиях природной среды. М., 1999.
8. Ганопольский В.И. Уроки туризма: Пособие для учителей. Мн.,1998
9. Крайнева И.Н. Узлы простые, забавные и сложные. – С-Пб., 1997.
10. Кудряшов Б. Г. Энциклопедия выживания. Краснодар, 1996.
11. Константинов Ю. С. Туристские слеты и соревнования учащихся. Изд. 2-е. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003.
12. Константинов Ю. С. Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей. – М.: ЦДЮТиК, 2001.
13. Константинов Ю. С. Детско-юношеский туризм. – М.: ЦДЮТиК, 2006.
14. Константинов Ю. С., Глаголева О. Л. Уроки ориентирования. – М.: ФЦДЮТиК, 2005.
15. Константинов Ю. С., Куликов В. М. Педагогика школьного туризма. Изд. 2-е. – М.: ФЦДЮТиК, 2006.
16. Моргуов Б. П. Туризм. М., 1998.

17. Маслов А. Г. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности». – М.: Гуманит.-изд.центр ВЛАДОС, 2000.
18. Маслов А. Г., Константинов Ю. С. Программа обучения жизненным навыкам в системе дополнительного образования. – М.: МТО-ХОЛДИНГ, 2001.
19. Маслов А. Г., Константинов Ю. С., Дрогов И. А. Полевые туристские лагеря. – М.: Гуманит.-изд.центр ВЛАДОС, 2000.
20. Маслов А. Г., Константинов Ю. С., Латчук В. Н. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. – М.: Академия, 2004.
21. Пономарев В.Т. Энциклопедия безопасности. – Донецк, 1997.
22. Пасечный П. С. На туристской тропе. М., 1996.
23. Программы для системы дополнительного образования детей. Программа детского объединения участников движения «Школа безопасности». – М., ФЦДЮТиК, 2007.
24. Самыгин С.И. Школа выживания. Обеспечение безопасности жизнедеятельности. – Р. на Д.,1996
25. Смирнов А.Т. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник , 10 кл. – М., 1997.
26. Смирнов А.Т. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник , 11 кл. – М., 1997.
27. Туристско-прикладные многоборья. Правила соревнований. Мн., 1998.
28. Устиновский Н.Н. Техника туристского многоборья, 2002
29. Фролов М.П. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник , 9 кл. – М., 2000г.
30. Шимановский В.Ф. Переправы вброд через водные преграды. М., 2003.
31. Черепчин В. Л. Пищевые растения Сибири. М., 1997.

32. Щетинин М. Н. Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой. – М., изд. Метафора, 2003.

Список литературы, рекомендуемый для детей и родителей

1. Пулевая стрельба. Правила соревнований. - М., Рассвет, 1995.
2. Федорин В.Н. Общая и специальная физическая подготовка стрелка-спортсмена. -КГАФК, 1995.
3. Фролов М.П. Сборник нормативных документов и материалы по подготовке к военной службе. - М., Высшая школа, 2002.
4. Васнёв В.А. Основы подготовки к военной службе. - М., Просвещение, 2003.
5. Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности. – М., Астрель 2005.
6. Константинов Ю.С. Глаголева О.Л. Уроки ориентирования.- ФЦДЮТиК,2005.
7. Физическая культура. Учебник для учащихся 5-7 классов общеобразовательных учреждений. Под ред. М.Я. Виленского.- М.: Просвещение,2002.
8. Крутецкая В.А. Правила здоровья о оказания первой помощи.- СПб.: Изд. дом «Литера»,2008