

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ НЕТИПОВОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ
«РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ВЫЯВЛЕНИЯ И ПОДДЕРЖКИ ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ
«ПЕРСЕЙ»
(ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР «ПЕРСЕЙ»)



УТВЕРЖДЕНО

Директор

А.А. Шестаков

приказ №ДО-у/159/2024 от «11» марта 2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»

Направленность: социально-гуманитарная

Категория обучающихся: 10-17 лет

Объем: 72 часа

Форма обучения: очная

г. Иркутск, 2024

Разработчики программы:

Орлов Олег Петрович, педагог дополнительного образования, МБУДО «ДТДиМ» г. Ангарск

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

–Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273 «Об образовании в Российской Федерации»;

–Приказ Минпросвещения России № 196 от 09.11.2018 (ред. от 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам»;

–Приказ Минпросвещения России от 30.09.2020 N 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196» (Зарегистрировано в Минюсте России 27.10.2020 N 60590);

–Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) / Приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18 ноября 2015г.;

–Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413). (С изменениями и дополнениями от: 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 29 июня 2017 г., 24 сентября, 11 декабря 2020 г.);

–Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897) (С изменениями и дополнениями от:29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 11 декабря 2020 г.);

–Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

–Устав Образовательного центра «Персей»;

–Положение о разработке и реализации дополнительных общеразвивающих программ.

1.2. Актуальность программы

Проявляется в необходимости обучения детей безопасному поведению в различных экстремальных ситуациях, техногенных катастрофах, чрезвычайных ситуациях в природной, криминогенной среде и на акватории. Программа ориентирована в основном на обучение школьников правильному поведению при различных ситуациях на природе, оказанию помощи и самопомощи в различных ситуациях в лесу.

Увлечение современными информационными технологиями, тотальная ориентация на цифровизацию, обилие различных приборов и приспособлений в быту изолирует детей от естественной природной среды. В результате они не имеют элементарных представлений о правилах поведения в природной среде, порядке действий в случае возникновения экстремальной ситуации.

Программа построена на принципе приобретения детьми достаточного минимума умений и навыков, необходимых для оказания помощи себе и своим товарищам во время проведения поисково-спасательных работ (ПСР) в природной среде. Здесь кроется и морально-психологическая составляющая – дети смогут поверить в свои силы и уверенно будут себя чувствовать в лесу. Но при этом они познакомятся и с негативными факторами вынужденного автономного существования; с причинами, приводящими к такой ситуации и с возможностями избежать попадание в такие ситуации. В первую очередь детям следует показать, что нахождение в природной среде, в особенности в экстремальных ситуациях несет в себе массу неожиданностей, на человека воздействуют некоторые неблагоприятные факторы, часто вызывающие стрессовые ситуации.

Учащиеся познакомятся с работой аварийно-спасательных служб, правилами

организации спасения пострадавших в лесу, подготовки к соревнованиям «Юный спасатель» и «Школа безопасности», с перечнем необходимого личного и общественного снаряжения, используемого соревнованиях. В период обучения по программе возможно использование знаний и умений учащихся по предметам школьного курса, приобретенных в течение учебного года. Это хорошая возможность приложения теоретических знаний в практической деятельности.

1.3. Направленность программы – социально-гуманитарная.

1.4. Адресат программы: к освоению программы допускаются обучающиеся общеобразовательных организаций Иркутской области, участники движения «Школа безопасности», кадетских классов МЧС, спортивных секций «Юный спасатель» и туристических клубов Иркутской области. Отбор проводится на основе результатов участия в муниципальных и региональных соревнованиях «Школа безопасности» и «Юный спасатель».

1.5. Цель, задачи и планируемые результаты освоения программы:

Целью программы является: подготовка учащихся к участию в региональном, межрегиональном этапе Сибирского федерального округа Всероссийских соревнований «Школа безопасности» и «Юный спасатель», создание условий и предоставление возможностей учащимся для достижения успеха и раскрытия их потенциальных возможностей.

В процессе обучения решаются следующие задачи:

Образовательные:

- обучение основам безопасного поведения в природной среде, организации туристского быта в полевых условиях;
- обучение технике передвижения по различному рельефу;
- обучение основам организации страховки и самостраховки при преодолении естественных препятствий;
- обучение организации спасения пострадавших в природной среде;
- обучение основам ориентирования.

Воспитательные:

- воспитание любви к родному краю, окружающей природе;
- воспитание качеств Гражданина и Патриота России.

Развивающие:

- формирование культуры безопасного поведения в природной среде;
- формирование способностей определять степень опасности воздействующих факторов;
- формирование навыков оказания первой помощи, самопомощи и спасения пострадавших в лесу.

Планируемые результаты освоения программы:

ценностно-смысловые компетенции:

– умение принимать решения при оказании первой помощи и организации спасения пострадавших;

– выполнение обязанностей в группе под контролем педагога;

учебно-познавательные компетенции:

- владеть техникой организации спасательных работ, навыками преодоления естественных препятствий при помощи туристического снаряжения;
- владеть навыками самостоятельного ориентирования на местности, участия в соревнованиях по поисково-спасательным работам;

социокультурные компетенции:

- владеть культурными нормами и традициями родного края;
- владеть навыками позитивного поведения в группе;

коммуникативные компетенции:

– умение совместно выполнять поставленные задачи в микрогруппах;

информационные компетенции:

–владеть навыками работы с источниками информации: правилами соревнований, регламентами организации спасательных работ, справочниками, учебниками, картами.

природоведческие и здоровье сберегающие компетенции:

–знать и применять правила юных туристов - спасателей, основные правила поведения в экстремальных ситуациях в природной среде;

–знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о личной безопасности.

1.6. Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 72 часа и предполагает овладение материалом в течение 14 дней. Данное количество часов определяется содержанием и прогнозируемыми результатами программы.

1.7. Форма обучения - очная.

1.8. Формы аттестации. Оценочные материалы.

Для отслеживания результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы в каждом разделе предусмотрен диагностический инструментарий, который помогает педагогу оценить уровень и качество освоения учебного материала. В качестве диагностического инструментария используются:

–тестирование;

–соревнования, конкурсы.

1.9. Режим занятий– реализация программы проходит в течение 14 дней в очной форме в рамках профильной смены. Занятия проводятся не более 6 часов в день (45 минут) с перерывом между занятиями 10-15 мин.

1.10. Особенности организации образовательной деятельности

Содержание программы реализуется через выполнение практических задач по организации первой помощи, спасению пострадавших на естественных природных препятствиях, ориентированию. Разбор наиболее распространенных ошибок при выполнении, поставленных задач при организации ПСР в природной среде.

1.11. Форма итоговой аттестации – организация и проведения соревнований по поисково – спасательным работам.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

2.1. Учебный план по очной форме обучения

№	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	всего часов	Аудиторная нагрузка		Промежуточная аттестация
			теоретические занятия	практические занятия*	Форма
I	Раздел 1. Теоретическая подготовка	16	9	7	Тестирование
1.1.	Тема 1.1. Вводное занятие. Инструктаж. Изучение правил поведения и техника безопасности на занятиях	1	1		
1.2.	Тема 1.2. Правила организации соревнований «Школа безопасности»	2	2		
1.3.	Тема 1.3. Основы туристической подготовки	3	1	2	

	поведения и техника безопасности на занятиях																
1.2.	Тема 1.2. Правила организации соревнований «Школа безопасности»	2	1	1													
1.3.	Тема 1.3. Основы туристической подготовки	3		1				2									
1.4.	Тема 1.4. Основы гигиены, первая помощь. Обеспечение безопасности при организации соревнований	4			2		2										
1.5.	Тема 1.5. Топография и ориентирование	4				2		2									
1.6.	Тема 1.6. Туристическое групповое и личное снаряжение	2								2							
II	Раздел 2. Практическая подготовка	54		4	6	6	5	5	4								
2.1.	Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка	10		1	1	1	1	1	1		1	1	1	1			
2.2.	Тема 2.2. Преодоление естественных препятствий при помощи туристического снаряжения	11			2	2	3						2	2			
2.3.	Тема 2.3. Поиск пострадавших в лесу при помощи ориентирования	3		3													
2.4.	Тема 2.4. Изготовление средств спасения пострадавших (различные виды). Первая помощь пострадавшим	3			1	1		1									
2.5.	Тема 2.5. Ориентирование на местности.	6							1		1	2	2				
2.6.	Тема 2.6. Организация спасения на акватории. Сердечно легочная реанимация. ПСР на акватории	6												2	4		
2.7.	Тема 2.7. Организация ПСР на различных естественных участках местности	15						2	2	4	4	3					

Раздел 3. Итоговая аттестация	2															
Тема 3.1. Соревнования по поисково – спасательным работам.	2															
Итого	72	2	6	5	5	4	2									

4. СОДЕРЖАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Наименование, содержание раздела, дисциплины (практические, теоретические занятия)	Всего Часов
Раздел 1. Теоретическая подготовка	16
Тема 1.1. Вводное занятие. Инструктаж. Изучение правил поведения и техника безопасности на занятиях	1
Теоретическое занятие 1.1. Инструктаж. Изучение правил поведения и техника безопасности на занятиях	1
Тема 1.2. Правила организации соревнований «Школа безопасности»:	2
Теоретическое занятие 1.2. Правила организации соревнований «Школа безопасности» - квалификация соревнований; - основные требования к участникам; - организация судейства; - таблица штрафов; - требования к организации дистанции и этапов; - виды соревнований	2
Тема 1.3. Основы туристической подготовки	3
Теоретическое занятие 1.3. Основы туристической подготовки. Значение знаний по туризму в движении «Школа безопасности» и в работе аварийно-спасательных служб	1
Практическое занятие 1.3. Основы туристической подготовки - Туристские путешествия, история развития туризма, - Воспитательная роль туризма; - Организация туристского быта - Подготовка к походу, к соревнованиям по туризму - Питание в туристском походе и при подготовке к соревнованиям - Туристические этапы на соревнованиях	2
Тема 1.4. Основы гигиены, первая помощь. Обеспечение безопасности при организации соревнований.	4
Теоретическое занятие 1.4. Основы гигиены. Обеспечение безопасности при организации соревнований: - Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний - Походная медицинская аптечка	2
Практическое занятие 1.4. Первая помощь: - Основные приемы оказания первой помощи	2
Тема 1.5. Топография и ориентирование	4
Теоретическое занятие 1.5. Топография и ориентирование: – Понятие о топографической и спортивной карте.	2

<ul style="list-style-type: none"> – Условные знаки. – Ориентирование по азимуту. – Измерение расстояний. – Способы ориентирования – Топографическая съемка местности – Ориентирование при помощи GPS-навигатора 	
Практическое занятие 1.5. Соревнования по спортивному ориентированию	2
Тема 1.6. Туристическое групповое и личное снаряжение	2
<p>Теоретическое занятие 1.6. Туристическое групповое и личное снаряжение</p> <p>Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, для участия в соревнованиях по спортивному туризму и «Школе безопасности» требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для соревнований, требование к нему.</p> <p>Групповое снаряжение, требования к нему. Специальное туристическое и аварийно-спасательное оборудование. Подготовка его к соревнованиям и аварийно-спасательным работам. Хранение снаряжения</p>	2
Тема 1.6. Подготовка личного и группового снаряжения к соревнованиям.	2
Раздел 2. Практическая подготовка	54
Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка.	10
<p>Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. – Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. – Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о "спортивной форме", утомлении, перетренировке. Дневник самоконтроля. – Основные задачи ОФП - развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов. Всесторонняя физическая подготовка - основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрутов туристских походов. Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем физическом развитии спортсменов, в успешном овладении техникой и тактикой. Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные, индивидуальные занятия членов группы. – Спортивные игры: футбол, волейбол. – Специальная физическая подготовка. Роль и значение СФП для роста мастерства туристов. Место специальной физ. подготовки на различных этапах процесса тренировки. Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач общей и специальной физической подготовки. Основная цель тренировочных походов - приспособление организма к походным условиям. Привыкание к нагрузке (выносливость): постепенность, систематичность, использование разнообразных средств для этого. Зависимость вида тренировок от характера предстоящего похода. 	10

Практические занятия: Упражнение на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц.	
Тема 2.2. Преодоление естественных препятствий при помощи туристического снаряжения	11
Практическое занятие 2.2.1. Навесная переправа	2
Практическое занятие 2.2.2. Спуск и подъем по крутому травянистому склону	2
Теоретическое занятие 2.2. Переправа по бревну	1
Практическое занятие 2.2. 3. Параллельные перила	2
Практическое занятие 2.2.4. Организация страховки и самостраховки при преодолении естественных препятствий	2
Практическое занятие 2.2.5. Блоки этапов и организация командной работы при выполнении условий прохождения блоков	2
Тема 2.3. Поиск пострадавших в лесу при помощи ориентирования	3
Теоретическое занятие 2.3. GPS – ориентирование, правила общения с потерявшимся в лесу по телефону	1
Практическое занятие 2.3.1. Работа с квадрокоптером, правила организации поиска пострадавшего	1
Практическое занятие 2.3.2. Работа с картой, поиск пострадавшего при помощи карты	1
Тема 2.4. Изготовление средств спасения пострадавших (различные виды). Первая помощь пострадавшим	3
Теоретическое занятие 2.4. Имобилизация (обездвиживание) пострадавшего подручными и специальными средствами.	1
Практическое занятие 2.4.1. Способы транспортировки пострадавшего: на руках, на импровизированных носилках, при помощи наплечных лямок	1
Практическое занятие 2.4.2. Способы транспортировки пострадавшего, изготовление носилок и волокуш.	1
Тема 2.5. Ориентирование на местности.	6
Теоретическое занятие 2.5. Знаки спортивного ориентирования. Азимут. Компас	1
Практическое занятие 2.5.1. Ориентирование по выбору	2
Практическое занятие 2.5.2. Ориентирование в заданном направлении	3
Тема 2.6. Организация спасения на акватории. Сердечно легочная реанимация. ПСР на акватории	6
Теоретическое занятие 2.6. Стили плавания. Подготовка оборудования к занятиям ПСР на акватории	1
Практическое занятие 2.6.1. СФП при занятиях по плаванию	2
Практическое занятие 2.6.2. ПСР на акватории. Сердечно-легочная реанимация	3
Тема 2.7. Организация ПСР на различных естественных участках местности	15
Теоретическое занятие 2.7. Спасение парашютиста, снятие груза и пострадавшего с дерева	1
Практическое занятие 2.7.1. Спасение парашютиста, снятие груза и пострадавшего с дерева	1
Практическое занятие 2.7.2. Переправа по бревну с условным пострадавшим	2
Практическое занятие 2.7.3. Подъем по склону с пострадавшим	2
Практическое занятие 2.7.4. Организация переправы команды через сухой обрыв по навесной переправе и переправа «условного пострадавшего» на носилках.	2
Практическое занятие 2.7.5. Спуск по склону с «условным пострадавшим»	2

Практическое занятие 2.7.6. Организация и проведения соревнований ПСР в природной среде	5
Раздел 3. Итоговая аттестация	2
Тема 3.1. Соревнования по поисково-спасательным работам	2
Практическое занятие 3.1. Организация и проведения соревнований ПСР в природной среде, соревнования на короткой полосе «Школа безопасности»	2
Итого	72

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

5.1. Материально-техническое обеспечение

Реализация программы на базе кампуса:

- здание столовой, актовъ зал;
- здание столовой, пресс-центр;
- корпус 1, кабинет № 25;
- корпус 4, кабинет № 30;
- корпус 4, хореографический зал;
- корпус 4, тренажерный зал;
- спортивные площадки, территория кампуса.

Реализация программы может осуществляться за территорией кампуса ОЦ «Персей» (на специализированном полигоне; на территории, прилегающей к кампусу ОЦ «Персей» и др.).

Мебель, оборудование и спортивный инвентарь ОЦ Персей (Приложение 1).

5.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - М.: 2011.
2. Бурцев В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования, М., ФЦДИОТиК, 2007.
3. Вестник детско-юношеского туризма и отдыха. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://tour-vestnik.ru/normativnye-dokumenty>.
4. Детско-юношеский туризм: виды, организация, образовательный потенциал. Учебное пособие / сост. А.М. Макаровский, А.А. Соколова, Д.В. Петров, Н.В. Лебедева. – СПб.: ДТДиМКолпинского района, 2018.
5. Как правильно собрать рюкзак. [Электронный ресурс].//Выбор туриста. URL: <http://vyborturista.ru/kak-pravilno-sobrat-rjukzak>
6. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. - М.: Издательство Юрайт, 2017.
7. Константинов Ю.С. Уроки ориентирования /Ю.С. Константинов, О.Л. Глаголева. - Москва: ЦДИОТиК, 2005.
8. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе. - М.: Академия, 2004.
9. Маслов А.Г. Программа туристского объединения «Юные инструкторы туризма» [Электронный ресурс].– Режим доступа: «Юные инструкторы туризма»
10. Образовательность и безопасность в детском туризме / Под ред. Губаненкова С.М. – СПб.: Издательский дом «Петрополис», 2013.
11. Оказание первой помощи пострадавшим. Практическое пособие от МЧС России. [Электронный ресурс]. Москва, 2015. URL: <http://86.mchs.gov.ru/document/451835>
12. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков. - СПб.: Петрополис, 2012.
13. Озеров А.Г. Экологическое краеведение – организация и проведение практических исследований. Уч.-метод. литература. – М.: ООО «Юный 20 краевед», 2016.

14. Организация и проведение туристских походов с учащимися : учеб.- метод. пособие / Ю.С. Константинов, Г.И. Зорина, А.Г. Маслов; Российская международная академия туризма. – М. : Советский спорт, 2011.

15. Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой работе, организации отдыха детей и молодёжи. - М.: ФЦДЮТиК, 2019.

16. Словарь туриста-краеведа: учеб.-метод. пособие/ Ю.С. Константинов, А.И. Персин/ - М.: ООО «Буки-Веди», 2018.

17. Соловьев С.С. Безопасный отдых и туризм: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений/ С.С. Соловьев. – М.: Издательский центр «Академия», 2008.

18. Социализация и неформальное образование учащихся в детских объединениях: Учебное пособие / сост. Макаровский А.М., Морозова М.И., Петушкова И.Н./ науч. ред. доц. Нагавкина Л.С. – СПб.: ДТДиМ Колпинского района, 2018.

19. Рязанцева Людмила Александровна, методист, педагог дополнительного образования МБУ ДО «Центр детско-юношеского туризма и патриотического воспитания» г. Тулы. Рабочая тетрадь по основам туризма для учащихся младших классов «Собираем рюкзачок» [Электронный ресурс]. ФЦДЮТиК, 2020. URL: <https://138009.selcdn.ru/turcenterprod/unauth/3c8ba0/5556ff479cf71cd9ca91a9b655ddaf71d9f98d0e.pdf>

20. Спортивный туризм в системе образования / Под ред. Губаненкова С.М. – СПб.: Издательский дом «Петрополис», 2008.

21. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: учебное пособие / Константинов Ю.С.; Российская международная академия туризма; Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения. – М.: Советский спорт, 2009.

22. Техника обеспечения безопасности туристских походов и соревнований подростков / Под ред. Губаненкова С.М., Издательский дом «Петрополис», СПб, 2013. 21

23. Топографическая подготовка туриста. Учебное пособие / автор-составитель Ткачев Г.С. – Брянск: Изд-во БИПКРО, 2012.

24. Учебно-методический комплекс «Познание Родины»: детско-юношеский туризм и краеведение как актуальные практики патриотического воспитания». Авторский коллектив ГБУ ДО Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга. [Электронный ресурс]. ФЦДЮТиК, 2020.

URL:<https://138009.selcdn.ru/turcenterprod/unauth/184f41/2b32d4fc11cbdd826c76767f05e20500a14e99e7.rar>.

25. Четверикова Ольга Михайловна, методист отдела организационно-методического обеспечения детского отдыха ГАУ ДО Республики Коми «Республиканский центр детско-юношеского спорта и туризма». Моделирование программы смены детского оздоровительного лагеря. [Электронный ресурс]. ФЦДЮТиК, 2020.

<https://multiurok.ru/index.php/files/instruktsiia-po-tekhnike-bezopasnosti-pri-proved-1.html>

Список литературы для детей

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - М.:2011.

2. Балабанов И.В. Узлы. – Москва, 2006.

3. Бурцев В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования. – М.: ФЦДЮТиК, 2007.

4. Кругов А.И. Задачник по краеведению. - Москва «Русское слово», 2006.

5. Крутецкая В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи. - СПб.: Изд. Дом «Литера», 2008.

6. Словарь туриста-краеведа: учеб.-метод. пособие/ Ю.С. Константинов, А.И. Персин/ - М.: ООО «Буки-Веди», 2018.

7. Алешин В.М., Серебrenиков А.В. Туристская топография. М., Профиздат, 1985.

Дополнительные источники:

1. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В. Верхошанский. – 3-е изд. – М.: Советский спорт, 2013. – 214 с.: ил.

5.3. Кадровое обеспечение. Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими образование, соответствующее профилю/направленности программы.

5.4. Организация образовательного процесса

Каждый учащийся имеет рабочее место с доступом к сети Интернет (при необходимости), к современным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам, электронной библиотеке «Библиоклуб».

Программа обеспечивается учебно-методическим комплексом и материалами по всем дисциплинам, разделам (модулям).

Каждый учащийся обеспечен не менее чем одним учебным печатным и/или электронным изданием по каждой дисциплине (модулю) (включая электронные базы периодических изданий).

Внеаудиторная работа учащихся сопровождается методическим обеспечением и обоснованием времени, затрачиваемого на ее выполнение.

Образовательная деятельность учащихся предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ: лекции и практические занятия, соревнования.

6. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

6.1. Текущая оценка результатов освоения программы осуществляется преподавателем в форме оценивания ЗУН.

Для отслеживания результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы в каждом разделе предусмотрен диагностический инструментарий, который помогает педагогу оценить уровень и качество освоения учебного материала. В качестве диагностического инструментария используются:

–тестирование;

–соревнования, конкурсы.

по 3 – бальной системе, 3 – отлично, 2 – хорошо, с небольшими недочетами, 1-удовлетворительно, требует дальнейшей подготовки, 0 – не удовлетворительно.

6.2. Освоение ДОП заканчивается итоговой аттестацией обучающихся. Лица, успешно освоившие ДОП и прошедшие итоговую аттестацию, получают сертификат.

6.3. В соответствии с учебным планом итоговая аттестация по программе осуществляется в форме соревнований.

6.4. Порядок проведения итоговой аттестации: проводится в виде соревнований по поисково – спасательным работам.

Мебель, оборудование и спортивный инвентарь ОЦ Персей**Мебель:**

- Стол учебный тип 5 (1400*800*750мм) каркас-белый, столешница-венге
- Стол учебный тип1 (1 220x720x40мм) каркас-белый, столешница- вяз
- Кресло для обучающихся Тип1 сетчатая ткань, крестовина металлическая хром
- Стул для обучающихся Тип 4, хромированный металл, искусственная кожа черная
- Устройство для проведения экспериментов тип 5 Стол ученический лабораторный СШм-1200 (900*600*750)
- Приставка к устройству для проведения экспериментов тип 1 (Стул ученический поворотный с регулируемой основой)

Оборудование кабинетов:

- Интерактивный комплекс Тип 4 (Крепление для монитора+ Стеклопанельная магнитно-маркерная доска AskellLux 120x240 см
- Монитор AOC 23.8" ValueLine 24V2Q(00/01) черный IPS LED 5ms 16:9 HDMI матовая
- Интерактивный комплекс Тип 4. Доска, монитор, мышь, клавиатура, проектор, блок питания
- Комплект анатомических моделей демонстрационный (состоит из 19 моделей)
- Фонендоскоп
- Тонометр электронный
- Тонометр механический
- Аптечка универсальная для оказания первой помощи 105.31

Оборудование тренажерного зала:

- Велотренажер
- Гантель сборная
- Гиря Титан 10 кг
- Гиря Титан 12 кг
- Гиря Титан 24 кг
- Гиря Титан 32 кг
- Гиря Титан 6 кг
- Гриф для штанги PОВ86-20В0-50
- Диск обрезиненный, черного цвета, 51 мм 2,5 кг
- Диск обрезиненный, черного цвета, 51 мм, 1,25 кг
- Диск обрезиненный, черного цвета, 51 мм, 10 кг
- Диск обрезиненный, черного цвета, 51 мм, 15 кг
- Диск обрезиненный, черного цвета, 51 мм, 20 кг
- Диск обрезиненный, черного цвета, 51 мм, 5 кг
- Дорожка беговая
- Комплект гантелей (20 шт.)
- Медбол GB-703, 1 кг, цвет красный
- Медбол GB-703, 2 кг, цвет оранжевый
- Медбол GB-703, 3 кг, цвет желтый
- Медбол GB-703, 5 кг, цвет синий
- Прямая скамья для пресса (скамья для пресса)
- Силовой тренажер со встроенными весами (Кроссовер со стеклом 60кг., Силовая рама Артикул: D700)
- Скамейка с регулируемым уровнем спинки
- Стойка DFC для хранения дисков диаметром 51мм

- Стойка для гирь
- Стойка для медболов
- Стойка для приседаний WEIDER PRO 7500
- Стойка под гантели (подставка под гантельный ряд)
- Тренажер для мышц спины Гиперэкстензия

Спортивное оборудование, инвентарь:

- SandBag PROFIT, 15 кг
- Акустическая система Sony MHC-V42D
- Весы спортивные высокоточные Арт. AC-2121 (весы электронные с пределами)
- Диск балансировочный FA-201 зеленый Starfit
- Жгут экспандер 4 м
- Кушетка массажная размер (Д*Ш*В) 180*60*70 см
- Мат гимнастический, поролон, тент, 200*100*10 см (синий, красный)
- Мат фляк-тренер (Диаметр 80, толщина 35)
- Мини-ворота для футбола 120*80*55
- Мобильная баскетбольная стойка 500 DFC STAND50P
- Модульный массажный коврик OPTO Набор №10 Ассорти
- Мяч баскетбольный JB-300 №6 Logel
- Мяч баскетбольный JB-400 №7
- Мяч баскетбольный JB-500 №5
- Мяч баскетбольный Logel JB-300 №5 (для юношей от 7-10 лет)
- Мяч баскетбольный Logel JB-300 №6 (для юношей от 12 до 16 лет)
- Мяч баскетбольный Logel JB-300 №7 (для юношей от 17 и старше)
- Мяч волейбольный Logel JV-400
- Мяч для регби "GILBERT G-TR300"
- Мяч футбольный Logel JS-1110 Urban №5
- Мяч футбольный LS-460 Force №5 Logel
- Насос для мячей с иглами BODI FORM BF-PO2
- Насос электрический Bestway 220B (от сети)
- Палки деревянные гимнастические 120 см
- Полусфера "BOSU" GB-501 с эспандерами, с насосом, зеленый, Starfit
- Ролик для разминки (ролик для йоги)
- Секундомер электронный "TORRES Stopwatch"
- Скакалка обычная (длина 3 м.)
- Скакалка скоростная Tormeo (длина 3,1 м.)
- Стол теннисный STAR LINE GAME OUTDOOR 2 с сеткой
- Стоялки гимнастические WORKOLT C3 (32мм)
- Эспандер "TORRES латеральный" A1 0045
- Эспандер гироскопический кистевой
- Веревка Дзержинск "Хозтекс" 24-пр.
- Карабин муфтующийся Vertical Сталь Овал

Перечень необходимого специализированного оборудования, предоставляемого спортивными федерациями, учреждениями дополнительного образования, учреждениями физической культуры и спорта Иркутской области и др. организациями

- Оборудование для полигона
- Веревки
- Карабины