

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Муниципальное образование Кировградского городского округа
МАОУ СОШ №3

Модульная дополнительная общеобразовательная программа туристско-краеведческой направленности «Экспедиционный отряд Глобус»

Возраст обучающихся: 11 – 17 лет

Срок реализации: 1 год

Стартовый, базовый уровни

Согласованно:	Авторы-составители программы: Шифельбейн С.В. – учитель географии Грошева И.А. – учитель биологии
---------------	---

РАЗДЕЛ №1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка

Модульная дополнительная общеобразовательная программа «Экспедиционный отряд Глобус» (далее – программа) туристско-краеведческой направленности.

Основанием для проектирования и реализации данной программы служит перечень следующих нормативных правовых актов и государственных программных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный Закон Российской Федерации от 14.07.2022 №295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 21.11.2011 №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;
- Федеральный Закон Российской Федерации от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
- Федеральный закон от 10.01.2002 N 7-ФЗ (ред. от 25.12.2023) «Об охране окружающей среды»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжение Правительства Свердловской области № 507-РП от 16.10.2020 «О создании в Свердловской области новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей»;
- Распоряжение Правительство РФ от 23 января 2021 г. № 122-р План основных мероприятий, проводимых в рамках десятилетия детства, на период до 2027 года;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России N 702, Минэкономразвития России N 811 от 9.12.2019 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождения туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных

мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления, и к порядку уведомления уполномоченных органов государственной власти о месте, сроках и длительности проведения таких мероприятий»;

– Приказ Минобразования РСФСР от 13.07.1992 N 293 "Об утверждении нормативных документов по туристско-краеведческой деятельности» (вместе с «Инструкцией по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с Учащимися общеобразовательных школ и профессиональных училищ, воспитанниками детских домов и школ-интернатов, студентами педагогических училищ Российской Федерации», «Примерным положением о лагере юных туристов», «Положением о значке «Юный турист»»);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

– Постановление Правительства РФ от 23.09.2020 N 1527 (ред. От 30.11.2022) «Об утверждении Правил организованной перевозки группы детей автобусами»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Письмо Минпросвещения России от 16.06.2022 N 06-836 «О направлении информации» (вместе с "Методическими рекомендациями по организации экскурсий для обучающихся, включая экскурсии по историко-культурной, научно-образовательной и патриотической тематике" утв. Минпросвещения России 10.06.2022);

– Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. № 09-3242 «О направлении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;

– Концепция географического образования в Российской Федерации (утверждена решением Коллегии Министерства просвещения и науки РФ от 24 декабря 2018 года);

– «Концепция развития научно-популярного туризма в Российской Федерации на период до 2035 года» (утв. Минобрнауки России 25.01.2023 N ВФ/1-Кн)

Актуальность. Экспедиционно-туристская деятельность – является практико-ориентированной деятельностью, позволяющей ребенку проявить самостоятельность, находится в ситуации поиска, добывать знания, позволяющие успешно адаптироваться к условиям окружающего социального и природного мира. Вовлекает обучающихся в энергичную самостоятельную, творческую работу, в основе которой лежит самоорганизация, позволяющая сформировать творчески активную, открытую личность. Улучшает и укрепляет здоровье обучающегося, выступает как средство снятия физической усталости, психологического напряжения и стрессов у подрастающего поколения. Позволяет решать задачи обучения, воспитания, образования и оздоровления в комплексе. Создает условия для формирования творческой социально адаптированной личности.

Отличительные особенности программы.

Программа ориентирована на расширение и дополнение знаний, получаемых обучающимися в ходе изучения учебных курсов общественного и естественнонаучного циклов. Призвана, обеспечить целостное и эмоционально окрашенное восприятие истории родного края в истории страны, экологических вопросов.

Во время экскурсий, походов, экспедиций обучающиеся выполняют краеведческие задания, проводят поисковые работы, выполняют социальные роли. Приобретенный опыт проживания в созданных условиях позволяет углубить знания, транслируемые в рамках школьных программ, научиться тонкостям человеческих взаимоотношений, адаптироваться к неформальным условиям проживания в различных социальных группах, учиться синтезу и анализу информации, умению принимать решения и нести за них ответственность. Велика образовательная функция туризма.

По форме организации образовательного процесса Программа является модульной, срок освоения один год. Модульный принцип представления содержания и построения учебного плана включает самостоятельные дидактические единицы, позволяющие повысить ее гибкость, вариативность. Такое построение программы предоставляет обучающемуся возможность выбора модуля, нелинейной последовательности их изучения, построения индивидуальных учебных планов.

Основное внимание в программе уделено современным экскурсиям, подходам, экспедициям, к организации деятельности, нацеливающих обучающихся на самостоятельный поиск и исследование, формирующие умение работать с многообразными источниками исторической и современной информации, социализацию.

В рамках реализации модуля «Краеведческий туризм» планируется освоение теоретических основ туризма, составление оригинальных туристско-экспедиционных маршрутов по территории Урала, в частности Северу Свердловской области.

В рамках реализации модуля «Медицина» транслируются знания о здоровом образе жизни и гигиены человека; формируются практические навыки оказания первой помощи в условиях незаселенной/ мало заселенной местности; осознание формирования бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих. Обучающиеся не только в теории, но и на практике получают представление о медицинских профессиях, о важности и значимости медицины в жизни людей.

В рамках модуля «Экспедиция» проводится практическое применение туристских навыков приобретенных в процессе обучения. Дети проживают в условиях Северной тайги в пятисуточной экспедиции.

Итогом станут исследовательские проекты и представление своей деятельности в средствах СМИ, на конференциях и конкурсах различного уровня.

Новизна программы:

- интеграция экспедиционной, туристско-краеведческой, общественно-социальной и технической направленностей для расширения возможности доступа обучающихся к необходимым лабораториям и площадкам, к встрече с наставником, научным руководителем, консультантом или экспертами в рамках вопросов изучаемых в программе;

- актуализация, обогащение личного опыта обучающихся на основе их самоопределения, самостоятельности, инициативы в выборе замысла проекта / исследования на местности, получение возможности выполнения пробного действия с дальнейшим погружением в полный цикл осуществления проектно-исследовательской деятельности;

- поддержка самостоятельности и исследовательской позиции участников с учётом их возрастных и индивидуальных интересов, обогащение опыта в процессе изучения конкретных объектов на местности;

- организация продуктивной проектно-исследовательской деятельности с возможностью перехода на новый уровень, в том числе от региональных к межрегиональным сопоставительным исследованиям и проектам;

- организация экспедиционной деятельности с учетом приоритетности комплексного системно-деятельностного подхода.

Адресат программы.

Программа предназначена для детей в возрасте от 11 до 17 лет, проявляющих интерес к экспедиционной, туристской деятельности и краеведению.

В среднем школьном возрасте (11-14 лет) у подростков начинает формироваться самостоятельность в решении поставленных задач, проявляться социальная активность, они стремятся быть взрослыми. В этом возрасте занятия экспедиционной, туристско-краеведческой деятельностью позволяет реализовать подростку свои лучшие качества: уметь социализироваться, решать проблемные задачи, выяснять причинно-следственные связи, проводить анализ и синтез информации, через личный

опыт познавать окружающий мир, активно участвовать в дискуссиях и доказывать свою точку зрения.

В программе предусмотрено участие обучающихся в планировании работы группы, обсуждение и анализ результатов деятельности, рефлексия и самооценка.

В старшем школьном возрасте (15-16 лет) у учащихся возникает потребность разобраться в окружающем мире и в самом себе. Ребенок задается вопросами, связанными со смыслом жизни, у него активно формируются устойчивые цели и система ценностей, корректируется мировоззрение. На значимые места выдвигается учебно-профессиональная деятельность, возникает потребность к самоопределению и планированию своего будущего.

Дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса, создание ситуации успеха для каждого учащегося, помогает подросткам выступать в наиболее благоприятной для них роли, находить наилучшее применение своим способностям, полнее раскрывать и выразить индивидуальность.

В группу принимаются дети, изъявившие желание заниматься по данной программе. Набор свободный. Согласие родителей и собеседование обязательно. Необходима медицинская справка об отсутствии противопоказаний для занятий.

Реализация программы основана на принципе максимального учёта возрастных особенностей в разновозрастных группах, применение и реализацию здоровьесберегающих технологий. Здоровьесберегающая среда реализуется путем:

- создания безопасных материально–технических условий;
- проведения в ходе занятий динамических пауз, смены деятельности обучающихся;
- контроля за соблюдением правил техники безопасности с техническими средствами;
- создания благоприятного психологического климата в группе обучающихся.

Прием для обучения в рамках программы осуществляется без предварительного отбора.

По уровню освоения программа разноуровневая. В каждом модуле предусмотрены стартовый и базовый уровни.

Стартовый уровень представлен вводным модулем, с которого начинается погружение в программу. Модуль предполагает комплексное изучение основных понятий, терминов и аспектов туризма.

Базовый уровень предусматривает теоретическое и практическое изучение основ экспедиционной и туристско-краеведческой деятельности, а также прохождения маршрута представленного в блоке «Экспедиция».

В рамках уровня изучают: виды и элементы туристско-краеведческой деятельности, включая проведение пеших походов, преодоление несложных

природных препятствий, основные туристские термины: топографию, ориентирование;

– правила безопасного пребывания в условиях северной тайги во время походов, экспедиций;

– характеристику, основы техники безопасности, основные приёмы работы с туристским оборудованием туристскую технику, бивак, туристский маршрут, групповое и индивидуальное снаряжение туриста, компас, рюкзак и другие.

Объем и срок проведения программы: программа рассчитана на один год обучения. На модуль «Туризм» – 18 часа. На модуль «Краеведение» – 8 часов. На модуль «Медицина» – 8 часов.

В июне/августе реализуются модуль программы «Экспедиция»: проведение многосуточных экспедиций для школьников: «По следам Максима Походяшина» – 120 часов (пять суток); «Гора Чистоп – сердце гор Северного Урала» – 168 часов (семь суток), по выбору обучающихся.

Режим занятий: на всех уровнях программы при изучении теоретических и практических занятий в рамках модулей «Краеведческий туризм» и «Медицина» длительность одного занятия составляет 1 академический час, периодичность занятий 1 раз в неделю. Продолжительность каждого часа – 45 минут. Всего – 34 часа на протяжении учебного года. При прохождении модуля «Экспедиция» – 120 часов (пять суток в условиях Северной тайги). Количество занятий в неделю может варьироваться. Расписание занятий имеет гибкий/ плавающий график. Программа вариативна, так как содержит разделы и темы, которые можно изменять в течение учебного года, в зависимости от климатических и геофизических условий Среднего Урала, от образовательных возможностей и потребностей обучающихся. Практические умения и навыки отрабатываются на занятиях в помещении (учебный кабинет, спортзал) и на местности во время экскурсий суточных, многодневных маршрутов. Значительная часть времени отводится для проведения практических занятий, с целью отработки туристических навыков и умений у обучающихся перед многодневной экспедицией и экскурсий.

Количество обучающихся в группе – 12-15 человек. Состав группы постоянный.

Место проведения занятий: Свердловская обл., г. Кировград, ул. Набережная д.7.

Форма обучения – очная.

2. Цель и задачи программы

Цель программы: через организацию туристско-краеведческой деятельности школьников в рамках образовательного учреждения создать условия для развития познавательного интереса обучающихся к истории родного края, современным аспектам его развития, экологическим проблемам с использованием современных информационно-коммуникативных технологий.

Задачи:

Обучающие:

- расширить знания об истории развития своего края;
- познакомить с природно-ресурсным потенциалом территории на которой проживают обучающиеся;
- продолжить формирование у детей целостной экологической картины мира, понимание целесообразности эконообразного поведения современного человека;
- расширять географические, историко-краеведческие, экологические знания обучающихся, формируемые в рамках школьных курсов естественнонаучного и общественного цикла;
- познакомить учащихся с основами туристических знаний;
- совершенствовать навыки интеллектуального, духовного и физического развития обучающихся;
- прививать обучающимся навыки самостоятельной деятельности.
- стимулировать познавательный интерес обучающихся к материальным, культурным и духовным ценностям предыдущих поколений, развивать умения поисковой, исследовательской, аналитической работы на основе широкого круга источников и в первую очередь –на практическом материале;
- способствовать осознанию обучающимися своей социальной идентичности одновременно как граждан России и жителей своего края посредством изучения информации о личностях, событиях, процессах и памятных местах, наиболее значимых для истории страны, региона, местности;

Развивающие:

- способствовать развитию умений работать совместно с другими, действовать самостоятельно, активно и ответственно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
- способствовать развитию понимания историко-культурной ценности памятных мест края, необходимости сохранения природно-культурных ландшафтов, памятных объектов археологического и культурного наследия, историко-градостроительной и природной среды как достояния региона и страны в целом.
- Способствовать становлению и развитию у ребенка экологической культуры, бережного отношения к родной земле;

Воспитательные:

Программа курса разработана с учетом рекомендаций федеральной рабочей программы воспитания, предполагает объединение учебной и воспитательной деятельности педагогов, нацелена на достижение всех основных групп образовательных результатов – личностных, метапредметных, предметных.

Программа носит туристско-краеведческую, просветительскую, гражданско-патриотическую направленность, что позволяет обеспечить достижение следующих целевых ориентиров воспитания на уровне основного общего образования:

- осознанное принятие обучающимися своей российской гражданской идентичности в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе;

- понимание обучающимися своей сопричастности к прошлому, настоящему и будущему народа России, тысячелетней истории российской государственности на основе исторического просвещения, российского национального исторического сознания;

- проявление обучающимися уважения к историческому и культурному наследию своего и других народов России, символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в родной стране;

- сознательное отношение и проявление обучающимися уважения к духовно-нравственным ценностям российского общества, к достижениям России в науке и искусстве, к боевым подвигам и трудовым достижениям, к героям и защитникам Отечества в прошлом и современности.

- воспитание у детей чувства достоинства, чести и честности, совестливости, уважения к отцу, матери, учителям, старшему поколению, сверстникам, другим людям;

- развитие в детской среде ответственности и выбора, принципов коллективизма и солидарности, духа милосердия и сострадания, привычки заботиться о детях и взрослых, испытывающих жизненные трудности;

- формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни;

- создание равных условий для занятий физической культурой и спортом, для развивающего отдыха и оздоровления детей, включая детей с ограниченными возможностями здоровья, детей, находящихся в трудной жизненной ситуации;

- привитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактика вредных привычек;

- формирование в детской среде системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям спортом, развитие культуры здорового питания и трезвости;

- формирование у детей умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности;

3. Содержание общеразвивающей программы

Модуль «Туризм»

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля и аттестации
		Всего	Теория	Практика	
Стартовый уровень					
I. Вводный модуль		3	2	1	
1.1.	Вводное занятие. Техника безопасности	1	1		Беседа наблюдение
1.2.	Туризм. Краткий исторический экскурс.	1	1		Беседа
1.3.	Итоговое занятие	1	2	1	Тестирование
Базовый уровень					
II. Модуль туризм		15	5	10	
2.1.	Личное и групповое туристское снаряжение группы	1	1		Беседа
2.2.	Организация быта группы туристов в радиальном походе/экспедиции.	2	1	1	Беседа, практические занятия, наблюдения
2.3.	Подготовка к путешествию походу/экспедиции.	2	1	1	Практические занятия, опрос
2.4.	Основы организации питания в походе/экспедиции	2	1	1	Беседа, практические занятия
2.5.	Туристские роли в группе	2	1	1	Тестирование, практическое занятие
2.6.	Правила движения в походе, преодоление препятствий	1		1	Практическое занятие
2.7.	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий	1		1	Тестирование, опрос
2.8.	Подведение итогов туристской деятельности группы	1		1	Выполнение заданий
2.9.	Топографический план местности. Условные знаки.	1		1	Выполнение заданий
2.10.	Ориентирование. Способы ориентирования	1		1	Практические занятия
2.11.	Итоговое занятие	1		1	Творческое задание
Итого:		18	7	11	

Содержание учебного плана

I. Водный модуль

Тема 1.1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория: знакомство с обучающимися. Инструктаж по технике безопасности. Введение в программу. Знакомство с содержанием деятельности.

Тема 1.2. Туризм. Краткий исторический экскурс. Цели, задачи, возможности

Теория: Туризм, как средство познания и изучения родного края, физического и духовного развития. Туризм в России: история развития туризма в России. Россия – страна возможностей, организация туризма в России. Туристическая и экспедиционная деятельность школьников: сходства и различия. Возможности туризма для самореализации: нормативы, значки, разряды по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

Практическое занятие: Анализ туристической карты Урала, Свердловской области.

Тема 1.3. Итоговое занятие

Практическое занятие: Подведение итогов по вводному модулю. Тестирование

II. Модуль «Туризм»

Тема 2.1. Личное и групповое туристское снаряжение группы

Теория: Личное снаряжение: основные понятия, перечень, требования снаряжения для суточного и многосуточного похода, экспедиции. Индивидуальное оборудование участника похода/экспедиции: рюкзаки и их типы, спальные мешки: плюсы и минусы. Правила укладки предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для занятий туризмом в различных температурных условиях. Как готовить личное снаряжение к походу.

Групповое снаряжение: основные понятия, перечень, требования снаряжения для суточного и многосуточного похода, экспедиции. Палатки: назначение, типы, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Ремонтная аптечка: состав, назначение. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др.

Характеристика оборудования для проведения исследования в рамках тем заявленных в экспедиции: метеорологические приборы, экологическое оборудование, набор ботаника и т.д. Особенности снаряжения занятий туризмом в различных температурных условиях.

Практическое занятие: Укладка рюкзаков, знакомство, подгонка, уход и ремонт снаряжения.

Практическое занятие: Отработка навыков работы с оборудованием для проведения исследований: метеорологические приборы, экологическое оборудование, набор ботаника и т. д.

Тема 2.2. Организация быта группы туристов в радиальном походе /экспедиции.

Теория: Влияние внешних условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.) на продолжительность и периодичность привалов на маршруте.

Организация, привалов, бивуака в походе/экспедиции при радиальном маршруте, основные требования. Командная работа в рамках организации развешивания и свертыванию лагеря в соответствии с заданными критериями: безопасность, комфортность, видимость, эстетичность (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров.

Установка палаток: размещение вещей, защита от осадков (дождь, роса, снег), ветра, кровососущих насекомых. Правила поведения в палатке. Санитарная уборка места лагеря перед его установкой и после свертывания (операция «наш здесь не было»).

Типы костров. Правила разведения костра, работа с инструментами при заготовке дров. Правила обращения, хранения, переноски колющих и режущих предметов.

Уход за одеждой и обувью на маршруте (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Организация ночлегов в помещении. Правила купания.

Практическое занятие: выбор мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развешивание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра в различных погодных условиях (ветер, дождь, снег и т. д.).

Тема 2.3. Подготовка к путешествию походу /экспедиции

Теория: Выбор территории и определение цели маршрута. Распределение ролей в группе. Составление плана подготовки похода. Теоретическое изучение и анализ территории выбранного маршрута: изучение литературы, картографический анализ, статистический анализ: изучение отчетов, отзывав рекомендаций туристов побывавших ранее на запланированном маршруте, формирование и отправка запросов в местные образовательные и другие учреждения, работа с проводниками, экскурсоводами водителями транспорта. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения.

Практическое занятие: Составление плана подготовки суточного похода.

Практическое занятие: Картографический анализ маршрута. Составление плана-графика движения в суточном походе. Подготовка личного и общественного снаряжения.

Тема 2.4. Основы организации питания в походе /экспедиции

Теория: Правильное питание, как залог успеха любой туристической деятельности. Варианты организации питания в суточном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в

многодневном маршруте. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Правила приготовления пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

Практическое занятие: составление меню и списка продуктов для суточного похода.

Практическое занятие: читаем на упаковках: закупка, фасовка и упаковка продуктов.

Практическое занятие: организация и приготовление пищи на костре с соблюдением техники безопасности и правил гигиены (практическое занятие отрабатывается в рамках многосуточной экспедиции).

Тема 2.5. Туристские роли в группе

Теория: Распределение ролей в группе. Доверие группы и ответственность за выполнение порученных обязанностей. Постоянные роли. Инструктор группы. Требования к инструктору группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе. Другие постоянные должности в группе: повар, ответственный за снаряжение, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д.

Временные роли – деловая игра. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды). Причины внеочередного дежурства.

Практическое занятие: подготовка к выполнению ролей и выполнение поставленных индивидуальных задач в ходе прохождения/ проживания на маршруте. Подведения итогов. Практическое задание отрабатывается в рамках проведения экскурсий, суточного похода, многосуточной экспедиции.

Тема 2.6. Правила движения в походе, преодоление препятствий

Теория: Правила и порядок движения группы на маршруте в условиях пересеченной, малозаселенной/не заселенной местности. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам, мокрому грунту, песку, снегу, льду.

Практическое занятие: отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: лес, густой кустарник, завалы, заболоченная местность.

Тема 2.7. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий

Теория: Дисциплина, самоорганизация в любом виде деятельности человека это, основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

Организация самостраховки. Использование простейших узлов и техника их вязания. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

Тема 2.8. Подведение итогов туристкой деятельности группы

Теория: Обсуждение итогов дня на маршруте, отчеты ответственных по заданным поручениям /ролям. Обработка собранного материала. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеофильма, коллекций и пособий. Ремонт и сдача инвентаря. Подготовка экспонатов для школьного музея. Отчетные вечера, выставки по итогам походов, работа агитбригады.

Практическое занятие: Выполнение творческих работ участниками похода. Составление отчета для организации, давшей задание.

Тема 2.9. Топографический план местности. Условные знаки.

Теория: Роль топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топографических карт на маршруте. Масштаб. Виды масштабов (линейный, численный, именованный). Масштабы топографических карт. Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути. Определение координат на топографической карте. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топографических. Понятие рельеф, формы рельефа. Способы изображения рельефа на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практическое занятие: изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования. Анализ карт различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте.

Тема 2.10. Ориентирование. Способы ориентирования

Теория: Основные и промежуточные стороны горизонта. Азимут, виды азимута. Движение по азимуту. Решение задач по теме «Азимутальный треугольник». Компас. Типы компасов. Устройство компаса. Правила работы с компасом. Ориентир, что может служить ориентиром, его применение. Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейные, точечные, звуковой ориентир, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути). Протокол движения. Ориентирование по местным признакам. Действия в случае потери ориентира: определение азимута по Солнцу в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, её нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные

ориентиры, о выходе к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

Практическое занятие: разработка маршрута туристского похода на топографической карте с подробным описанием ориентиров, составлением графика.

Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте.

Ориентирование карты по компасу. Упражнения: определение азимута на заданный предмет и нахождение ориентиров по заданному азимуту. Движение по азимуту. Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, Солнцу, Луне, Полярной звезде. Имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий восстановления местонахождения.

Тема 2.11. Итоговое занятие

Практика. Подведение итогов по модулю «Туризм». Тестирование

Модуль «Краеведение» Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля и аттестации
		Всего	Теория	Практика	
Стартовый уровень					
I.	Вводный модуль	1	1		
1.1.	Вводное занятие. Техника безопасности	1	1		Беседа наблюдение
Базовый уровень					
II.	Модуль краеведение	7	4	3	
2.1.	Профессия экскурсовод.	1	1		Практические занятия
2.2.	Экскурсионный потенциал Свердловской области. Горнозаводского округа	1	1		Беседа, опрос
2.3.	Составление Экскурсионного маршрута.	2	1	1	Беседа. Практическое занятие
2.4.	Техника публичных выступлений	2	1	1	Наблюдение практическое занятие
2.5.	Итоговое занятие	1		1	Творческое задание
Итого:		8	5	3	

Содержание учебного плана I. Водный модуль

Тема 1.1. Вводное занятие. Инструктаж по мерам безопасности

Теория: Знакомство с обучающимися. Инструктаж по технике безопасности. Введение в программу. Знакомство с содержанием деятельности.

II. Модуль «Краеведение»

Тема 2.1. Профессия экскурсовод

Теория: Профессия экскурсовод. Профессиональные и квалификационные требования, умения, навыки. Работа с микрофоном. Культура речи экскурсовода. Жесты и мимика.

Тема 2.2. Экскурсионный потенциал Свердловской области. Горнозаводского округа

Теория: Экскурсионный потенциал Свердловской области и Горнозаводского округа: обзор популярных экскурсионных маршрутов.

Практика: Экскурсионный потенциал Свердловской области и Горнозаводского округа: особенности региона, обзор и содержание популярных экскурсионных, культурно-познавательных маршрутов. Презентация одного из маршрутов

Тема 2.3. Составление Экскурсионного маршрута.

Теория: Контрольный и индивидуальный тексты экскурсии. Технологическая карта экскурсии. Портфель экскурсовода.

Практика: Определение темы, целей и задач. Определение источников информации. Подбор библиографии. Использование интернет-ресурсов для планирования экскурсий. Поиск, изучение и отбор экскурсионных объектов, разработка маршрута экскурсии.

Тема 2.4. Техника публичных выступлений

Теория: Характеристика приемов, которыми пользуются выступающие. Техники произнесения речи, преодоления страха, привлечения внимания. Культура речи экскурсовода.

Практика: Практическая работа по формированию навыков публичного выступления. Отработка упражнений оратора.

Тема 2.5. Итоговое занятие

Практика: Представление и защита проекта

Модуль «Медицина»

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля и аттестации
		Всего	Теория	Практика	
Стартовый уровень					
I. Вводный модуль		1	1		
1.1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Нормативно-правовые аспекты первой помощи	1	1		Беседа наблюдение
Базовый уровень					
II. Модуль медицина		7	3,5	3,5	

2.1.	Универсальный алгоритм оказания первой помощи (что делать в первую очередь)	1	1		Беседа
2.2.	Помощь подавившемуся человеку: раны и кровотечения	2	1	1	Беседа Практическое занятие
2.3.	Наложение медицинских транспортных шин разных видов; базовые приёмы наложения мягких бинтовых повязок	2	1	1	Беседа, практическое занятие
2.4.	Правила измерения артериального давления механическим тонометром. Транспортировка и перекладывание пострадавшего.	1	0,5	0,5	Беседа, практическое занятие
2.5.	Итоговое занятие	1		1	Зачет
Итого:		8	4,5	3,5	

Содержание учебного плана

I. Водный модуль

Тема 1.1 Вводное занятие. Инструктаж по мерам безопасности.

Теория: Нормативно-правовое обеспечение (федеральные законы и прочие нормативные акты и документы, определяющие обязанности и права участников оказания первой помощи, их оснащение, объем первой помощи). Техника безопасности при проведении занятий в Медицинском кабинете. Правила работы с оборудованием кабинета.

II. Модуль «Медицина»

Тема 2.1. Универсальный алгоритм оказания первой помощи (что делать в первую очередь)

Теория: Понятие «первая помощь». Перечень состояний для оказания первой помощи. Алгоритм оказания первой помощи. Признаки жизни и смерти. Что делать нельзя, при оказании первой помощи. Порядок сообщения при вызове скорой помощи (спасателей)

Тема 2.2. Помощь подавившемуся человеку: раны и кровотечения

Теория: Определение и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях. Общие мероприятия оказания первой помощи при кровотечениях

Практика: Определение видов кровотечений, наложение различных типов повязок при помощи подручных средств.

Тема 2.3. Наложение медицинских транспортных шин разных видов; базовые приёмы наложения мягких бинтовых повязок

Теория: Определение и классификация повязок. Правила наложения бинтовых повязок. Типы и назначение бинтовых повязок. Определение и виды механических травм. Первая помощь при механических травмах. Первая помощь при переломах.

Практика: Отработка навыков наложения повязок при кровотечениях и переломах с помощью подручных средств.

Тема 2.4. Правила измерения артериального давления механическим тонометром. Транспортировка и перекладывание пострадавшего

Теория: Понятие тонометр, виды. Как правильно измерить давление тонометром, что можно и чего нельзя делать перед тем, как померить давление. Понятие транспортировка пострадавшего. Выбор способа транспортировки. Перекладывание пострадавшего. Транспортное положение пострадавшего. Транспортная иммобилизация.

Практика: Отработка навыков транспортировки пострадавшего с помощью подручных средств.

Тема 2.5. Итоговое занятие.

Теория: сдача теоретических и практических вопросов по теме модуля.

Модуль «Экспедиция»¹

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля и аттестации
		Всего	Теория	Практика	
Стартовый уровень					
I.	Вводный модуль	5	2	3	
1.1.	Вводное занятие	1	1		Беседа наблюдение
1.2.	Презентация экспедиции: документация, маршрут, транспорт	2	1	1	Наблюдение, беседа, индивидуальные консультации
1.3.	Сбор и оформление документации	2		2	Индивидуальные консультации
Базовый уровень					
II.	Модуль экспедиция	115		115	
2.1.	Выезд на маршрут. Прохождение маршрута. Выезд с маршрута	110		110	Педагогический контроль, Медицинский контроль. Самоконтроль
2.2.	Подведение итогов	5		5	Опрос, рефлексия
Итого:		120	2	118	

¹Подробная документация, план, этапы прохождения маршрута представлены в Приложении 6

Содержание учебного плана

I. Водный модуль

Тема 1.1. Вводное занятие.

Теория: Знакомство с участниками экспедиции, инструкторами, требованиями к участникам экспедиции. Выход на законных представителей несовершеннолетних участников экспедиции. Сбор личных данных.

Тема 1.2. Презентация экспедиции: документация, маршрут, транспорт.

Теория: Проведение общего собрания участников экспедиции и их законными представителями. Показ элементов прохождения экспедиции в прошлые годы. Инструкции по сбору и заполнению документов.

Практика: индивидуальные консультации, помощь в оформлении документации, консультации о выполнении индивидуальных ролей

Тема 1.3. Сбор и оформление документации

Теория: подготовка приказов, уточнение индивидуальных особенностей участников, подбор личного оборудования

II. Модуль «Экспедиция»

Тема 2.1. Выезд на маршрут. Прохождение маршрута. Выезд с маршрута.

Несмотря на то, что экспедиция проходит в одном направлении: г. Кировград – р. Жигалан – хребет Кваркуш – г. Кировград, участникам модуля «Экспедиция» на выбор предлагается два варианта движения по маршруту. Разница маршрутов: в количестве пройденных километров, и в ключевых точках.

Маршрут движения по варианту 1: «По следам Максима Походяшина».

Выезд из г. Кировград. Движение по маршруту: г. Кировград – г. Североуральск. Прибытие в г. Североуральск, знакомство с экскурсоводом, участниками экспедиции с других территорий. Завтрак в кафе «Русь» (ул. Молодежная, 9). Посещение «Штуфного кабинета» (адрес: г. Североуральск, ул. Ватутина 17 а). Выезд из г. Североуральска до п. Покровск-Уральский, места пересадки на специальный транспорт, перевозящий участников в условиях грунтовых дорог. Посадка в транспорт. Знакомство с шахтой «Первомайская». Прибытие на р. Жигалан (Пермский край). Обустройство стоянки. Круг – постановка целей, задач, техника безопасности. По ходу движения на остановках краткий экскурс по истории стоянки. Прогулка по реке Жигалан, знакомство с водопадами. Движение по маршруту: река малый Жигалан – хребет Кваркуш – река Большой Жигалан. Краткий экскурс по объектам маршрута. Нахождение на маршруте от 8 – до 10 часов. Подведение итогов, делимся впечатлениями. Выезд. Движение по маршруту до турбазы «Звезда». Подъем на ГУХ, высота до 1000 м. Движение по маршруту до турбазы «Зимовье Баронское». Прибытие на турбазу «Зимовье Баронское», организация лагеря. Знакомство с историей поселения «Зимовье Баронское», экскурсия по музею поселения. Волонтерские

работы.Первичная обработка материалов работы экспедиции.Движение по маршруту «Зимовье Баронское» - к горе Золотой камень до старинной штольни.Поиск минералов на штольне «Золотой Камень». Минералы: гранат, эпидот, горный хрусталь, старая штольня.Движение по маршруту до п. Покровск-Уральский. Пересадка на Автобус.Выезд в направлении г. Кировград.Возвращение в г. Кировград.

Маршрут движения по варианту 2: «Памятники природы Уральской тайги».

Выезд из г. Кировград. Движение по маршруту: г. Кировград – г. Североуральск.Прибытие в г. Североуральск, знакомство с экскурсоводом, участниками экспедиции с других территорий. Завтрак в кафе «Русь» (ул. Молодежная, 9).Посещение «Штуфного кабинета» (адрес: г. Североуральск, ул. Ватутина 17 а).Выезд из г. Североуральска до п. Покровск-Уральский, места пересадки на специальный транспорт, перевозящий участников в условиях грунтовых дорог. Посадка в транспорт.Знакомство с шахтой«Первомайская».Прибытие на р. Жигалан (Пермский край). Обустройство стоянки. Круг – постановка целей, задач, техника безопасности. По ходу движения на остановках краткий экскурс по истории стоянки. Прогулка по реке Жигалан, знакомство с водопадами.Движение по маршруту: река малый Жигалан – хребет Кваркуш – река Большой Жигалан. Краткий экскурс по объектам маршрута. Нахождение на маршруте от 8 – до 10 часов.Подведение итогов, делимся впечатлениями.Выезд.Движение по маршруту до останцов на горе Большая Брусковой». Знакомство с останцами горы Большая Брусковая.Движение до тропы к горе Золотой камень. Поиск минералов на штольне «Золотой Камень». Минералы: гранат, эпидот, горный хрусталь, старая штольня.Движение по маршруту до стоянки у подножья горы Кумба.Организация лагеря.Выход по маршруту до вершины горы Кумба (время пребывания на маршруте 6-7 часов).Первичная обработка материалов работы экспедиции. Волонтерские работы.Движение по маршруту пещерам Тренькинская и Чертово городище (Ледяная пещера).Посещение пещер.Подведение итогов, награждение.Движение по маршруту до г. Североуральск. Пересадка на автобус.Выезд в направлении г. Кировград.Возвращение в г. Кировград.

Тема 2.2. Подведение итогов

Практика:Обобщение результатов экспедиции, работа с документами. Обсуждение с учащимися формы представления полученных результатов отработки навыков на местности.Формирование навыков оформления результатов обсуждения в виде мультимедийной презентации, буклета, в соответствии с инструкциями.Подготовка отчетной статьи для СМИ как на местном, так и на всероссийском уровне, размещение отчета о прохождении маршрута на сайте школы. Рефлексия: анкетирование учащихся и соцопрос родителей.

4. Планируемые результаты

Модуль «Туризм»

Предметные результаты:

знание:

- основ туристической подготовки;
- способов ориентирования, приемов работы с топографической картой;
- способов разведения костров, установки палатки, приготовления пищи в лесу.

умение:

- применять туристическое снаряжение;
- умения и навыки ведения диалога с другими людьми разного возраста, достижения в нём взаимопонимания, нахождения общих целей и сотрудничества для их достижения;
- анализировать своё поведение и умение принимать правильное решение в различных жизненных ситуациях;
- самостоятельно собирать рюкзак, оказывать помощь в установке лагеря, организации туристического быта.

Метапредметные результаты:

- развитие познавательного интереса к туризму и краеведению;
- развитие туристского мастерства и физических качеств;
- формирование и развитие коммуникативных способностей;
- формирование интереса к туристической деятельности и краеведческому исследованию;
- сформированные умения и навыки информационно-поисковой деятельности;
- сформированные организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- развитие чувства ответственности за свои действия, дисциплинированность, взаимопомощь.

Личностные результаты:

- повышение основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества;
- развитие готовности и способности к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- проявление уважительного, бережного отношения к историческому наследию своей малой родины, её истории, культуре, природе;
- развитие уважительного отношения к окружающим людям, общепринятым нормам поведения в общественных местах, в кругу знакомых и близких.

Модуль «Краеведение»

Предметные результаты:

знание:

- знание истории, географии культурного наследия и природы родного края;

- терминологии в области краеведения и туризма;
- элементов, структуры и этапов подготовки и проведения экскурсии

умение:

- собирать, обобщать и верифицировать из различных источников достоверную информацию;
- использовать технику публичных выступлений.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно формулировать новые задачи, планировать свои действия, пути решения поставленной задачи для получения эффективного результата, корректировать действия;
- понимание процесса организации исследовательской и проектной деятельности;
- владение навыками работы с тестовыми и интернет ресурсами, умение извлекать нужную информацию из различных источников;
- умение организовывать и работать в сотрудничестве с педагогом, сверстниками в процессе проектной и учебно-исследовательской деятельности.

Личностные результаты:

- повышать уровень коммуникабельности: умение слушать, вести диалог, задавать вопросы, давать обратную связь, как со сверстниками, так и с незнакомыми людьми;
- взаимодействовать и сотрудничать с различными участниками образовательного процесса;
- формировать и развивать адекватную позитивную самооценку.

Модуль «Медицина»

Предметные результаты:

знание:

- способов, приемов и методов оказания первой неотложной помощи пострадавшему при: переломах, кровотечениях, вывихах;
- телефонов спасателей, неотложной помощи;
- правил транспортировки пострадавшего.

умение:

- оказывать первую неотложную помощь;
- пользоваться аптечкой, подручными средствами;
- накладывать жгут;
- делать искусственное дыхание.

Метапредметные результаты:

- демонстрация умений слаженно работать в команде при возникновении внештатной ситуации;
- владение навыками и умениями применять полученные знания на практике;
- понимание инструкции и выполнение поставленных задач.

Личностные результаты:

- проявление ценностного отношения к соблюдению правил личной безопасности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- формирование и проявление морально-этических и волевых качеств;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- развитие компетенции личностного самосовершенствования: обладание правилами личной гигиены, правилами безопасной жизнедеятельности;
- развитие личностных качеств, саморегуляции, самооценки, самоорганизации;
- закрепление чувства товарищества, личной ответственности при взаимодействии в командной работе.

Модуль «Экспедиция»

Предметные результаты:

знание:

- правил подбора личного и группового снаряжения, работы с ним;
- правил поведения при перевозке пассажиров, движения по маршруту, организации туристического лагеря;
- техники безопасности в походе;
- животных и растений встречающихся в районе путешествия;
- умение преодолевать естественные препятствия, уверенно передвигаться по куруму, горным склонам, по пересеченной местности;
- приемов установки палатки и разведения костра при различных погодных условиях, способов добычи топлива;
- приемов работы с оборудованием, предназначенным для исследования объектов находящихся на изучаемой территории.

умение:

- применять теоретические знания на практике;
- работать с топографическими картами;
- ориентироваться по местным признакам;
- анализировать факторы окружающей среды для безопасного пребывания;
- применять навыки полевых исследований.

Метапредметные результаты:

- работа в команде: выполнение функций отведенной роли, владение навыками конструктивного взаимодействия с участниками команды;
- активное участие в обсуждении, умение высказывать и отстаивать свою точку зрения в диалоге, дискуссии;
- представление индивидуального и коллективного результата;
- ставить цель и определять будущий результат;
- планировать деятельность, выбирать средства для достижения результата;

- демонстрировать навыки самоконтроля при выполнении учебно-тренировочной деятельности и оценивать полученные результаты;
- демонстрировать умения в проведении исследований в природных условиях и систематизации информации;
- демонстрировать умения в области структурирования и классификации информации с помощью таблиц, памяток, ментальных карт.
- ***Личностные результаты:***
 - проявление: целеустремленности, силы воли, трудолюбия, дисциплинированности, дружелюбия, толерантности;
 - проявление ценностного отношения к здоровью и навыков его укрепления и сохранения;
 - соблюдение режима дня, гигиены, правильного питания, питьевого режима, правил безопасности;
 - проявление основ экологического мышления: бережное отношение к природе во время походов и занятий, убеждения в области охраны природы.

РАЗДЕЛ № 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ.

1. Календарный учебный график на 2024-2025 учебный год

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	Показатель
1.	Количество учебных недель	34
2.	Количество учебных дней	34
3.	Количество часов в неделю	1
4.	Количество часов на учебный год, включая модуль «Экспедиция»	156
5.	Количество учебных недель в I полугодии	8
6.	Количество учебных недель во II полугодии	8
7.	Начало занятий	1 октября 2024
8.	Окончание занятий с учетом проведения модуля «Экспедиция»	30 июня 2025
9.	Сроки каникул	с 28 октября по 04 ноября 2024 года с 30 декабря по 12 января 2025 года с 24 марта по 31 марта 2025 года

2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Требования к помещению:

- помещение для занятий, отвечающее требованиям СанПин;
- соответствующее требованиям освещению;
- столы, стулья по количеству обучающихся и 1 рабочее место для педагога.

Оборудование:

Расходные материалы:

- whiteboard маркеры;
- бумага писчая;
- шариковые ручки;
- permanent маркеры.

Оборудование для реализации блоков «Туризм» и «Экспедиция»:

Перечень группового снаряжения:

1. Палатки по количеству участников;
2. Котлы объемом в зависимости от количества участников;
3. Топор;
4. Цепь-пила карманная;
5. Половник;
6. Нож консервный;
7. Нож;
8. Тент групповой;
9. Аптечка групповая;
10. Ремонтный набор групповой;

11. Репшнур, 15 м.

Содержание группового ремонтного набора:

1. Иглы швейные;
2. Шило;
3. Нитки капроновые толстые;
4. Нитки обычные;
5. Скотч широкий.

Содержание групповой медицинской аптечки:

1. Одноразовые шприцы - 10 шт.;
2. Термометр;
3. Жгут резиновый;
4. Ножницы;
5. Бинты стерильные и нестерильные – 5 шт.;
6. Вата стерильная - 100 г;
7. Салфетки кровоостанавливающие - 2 шт.;
8. Лейкопластырь - 1 катушка;
9. Раствор перекиси водорода (3 %) - 100 мл;
10. Марганцовокислый калий (кристаллы) - 0,3 г;
11. Фурацилин в таблетках - 1 упак.;
12. Карвалол – 1 упак.;
13. Валидол - 1 упак.;
14. Но-шпа - 1 упак.;
15. Анальгин – 1 упак.;
16. Цитрамон – 1 упак.;
17. Кетанов – 5 ампул;
18. Дексаметазон-Виал – 5 ампул;
19. Супрастин – 2 ампулы.;
20. Ципрофлоксацин – 1 упак.;
21. Бисептол – 1 упак.;
22. Парацетамол -1 упак.;
23. Ацетилсалициловая кислота – 1 упак.;
24. Ибупрофен – 1 упак.;
25. Уголь активированный – 1 упак.;
26. Лоперамид – 1 упак.

Оборудование для реализации блока «Медицина» находится в медицинском кабинете, оборудованном при МАОУ СОШ №3 г. Кировград.

Информационное обеспечение:

Операционная система Windows 7,8,10; поддерживаемые браузеры: YandexBrowser, Chrome, ChromeMobile, Firefox, Opera, Safari, MobileSafari; платформы для просмотра видео: YouTube; программы для монтажа видео AdobePremier, CapCut; Movavi; сервис для создания изображений: Canva.

Кадровое обеспечение:

Реализовывать программу могут специалисты, соответствующие требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного

образования» и обладающие достаточными знаниями в рамках реализуемой программы.

3. Формы аттестации и оценочные материалы

Мониторинг освоения программы обучающимися представляется в виде учёта суммарных баллов индивидуальных результатов, которые фиксируются в таблице (Приложение 4).

Промежуточный контроль проводится в конце первого учебного полугодия в виде тестирования (Приложение 1), а также посредством текущего педагогического наблюдения.

Итоговый контроль включает в себя тестирование по материалам модулей базового уровня (Приложение 2), а также защиту индивидуальных либо групповых проектов (Приложение 3).

Итоговый контроль проводится в конце учебного года.

Уровень освоения программы по результатам промежуточной /итоговой аттестации оценивается следующим образом: Уровень освоения программы	Набранные баллы обучающимися
Промежуточный контроль (стартовый уровень)	
Низкий	0-10 баллов
Средний	11-15 баллов
Высокий	16-20 баллов
Итоговый контроль (базовый уровень – тестирование по модулям)	
Низкий	0–10 баллов
Средний	10–20 баллов
Высокий	21–30 баллов
Итоговый контроль (базовый уровень – защита проектов)	
Низкий	0–20 баллов
Средний	21–40 баллов
Высокий	41–50 баллов

4. Методические материалы

При реализации программы применяются следующие педагогические технологии:

- личностно-ориентированная технология;
- технология развивающего обучения;
- технология исследовательской деятельности;
- технология проектной деятельности;
- здоровьесберегающая технология;
- игровая технология;
- педагогика сотрудничества;
- информационно-коммуникационная технология.

В образовательном процессе используются следующие методы:

- информационно-рецептивный;
- репродуктивный;
- метод проблемного изложения;
- эвристический;
- исследовательский;

- наглядный;
- творческий;
- метод мозгового штурма;
- ролевые и деловые игры.

Выбор методов обучения осуществляется, исходя из анализа уровня готовности обучающихся к освоению содержания модуля, степени сложности материала, типа учебного занятия.

Формы организации учебного занятия.

– *Фронтальная*– предполагает работу педагога сразу со всеми обучающимися в едином темпе и с общими задачами. Для реализации обучения используется компьютер педагога с мультимедиа проектором, посредством которых учебный материал демонстрируется на общий экран. Активно используются Интернет-ресурсы;

– *коллективная* – это форма сотрудничества, при которой коллектив обучает каждого обучающегося и каждый член коллектива активно участвует в обучении своих товарищей по совместной учебной работе;

– *групповая (в том числе использование деления на микрогруппы)* – единая и дифференцированная;

– *индивидуальная* – подразумевает взаимодействие преподавателя с одним обучающимся. Как правило, данная форма используется в сочетании с фронтальной. Часть занятия (объяснение новой темы) проводится фронтально, затем обучающиеся выполняют индивидуальные задания или общие задания в индивидуальном темпе;

– *дистанционная*– взаимодействие педагога и обучающихся между собой на расстоянии, отражающее все присущие учебному процессу компоненты. Для реализации дистанционной формы обучения весь дидактический материал размещается в свободном доступе в сети Интернет, происходит свободное общение педагога и обучающихся в социальных сетях, по электронной почте, посредством видеоконференции или в общем чате. Кроме того, дистанционное обучение позволяет проводить консультации обучающегося при самостоятельной работе дома.

– В ходе реализации положений программы помимо традиционного учебного занятия используются многообразные формы содержащие в своей основе как учебную нагрузку, так и как активные способы освоения детьми образовательной программы. Все используемые элементы соответствуют возрасту обучающихся, составу группы, содержанию учебного модуля: беседа, лекция, мастер-класс, практическое занятие, защита проектов.

Методы воспитания: мотивация, убеждение, поощрение, стимулирование, создание ситуации успеха и др. Участникам многосуточных экспедиций выдается сертификат участника и памятный значок.

Методическое обеспечение: Методические разработки, подготовленные педагогом с учётом конкретных задач, варианты

демонстрационных программ, материалы по терминологии программного обеспечения, инструкции по настройке оборудования, учебная и техническая литература. Набор цифровых образовательных ресурсов – дидактические материалы, интерактивные тесты, информационные плакаты.

Формы подведения итогов реализации программы: викторины, игры, работа агитбригады, однодневные походы, многосуточные экспедиции.

Способ проверки результатов: наблюдение, беседа с обучающимися, родителями/ лицами их замещающими, тестирование.

Особенностью программы является привлечение и активное использование в образовательном процессе традиционных источников информации (учебники по истории и географии края, ресурсы местных библиотек и краеведческих музеев) и современных цифровых информационных ресурсов (порталы и сайты Русского Географического общества, историко-просветительской и историко-культурной направленности – Открытые данные Министерства культуры Российской Федерации и др.), содержащие текстовые, видео-фотоматериалы в рамках заявленных к изучению тем.

Содержательные элементы программы предполагают организацию вокруг них поисково-исследовательской деятельности обучающихся, результаты которой могут быть оформлены в виде учебных исследований, проектов, информации в СМИ и представлены для презентации и оценки в рамках курсов естественнонаучного и общественного циклов.

5. Список литературы

Нормативные документы:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ. — URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/(дата обращения: 07.08.2024)
2. Федеральный Закон Российской Федерации от 14.07.2022 №295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации». — URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202207140031>(дата обращения: 07.08.2024)
3. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ». — URL: https://ddtks.ru/files/documents/bdd/materialy/norm/2.-federalnyj-zakon-__ob-osnovnyh-garantijah-prav-rebenka-v-rf__-ot-24.07.1988-№124-fz-s-izmenenijami-na-ot-2020.pdf(дата обращения: 07.08.2024)
4. Министерство образования Российской Федерации приказ от 13 июля 1992 г. № 293 Об утверждении нормативных документов по туристско - краеведческой деятельности. — URL: https://geogimn2.gosuslugi.ru/netcat_files/172/2875/prikaz_minobrazovaniya_no_293_ob_utverzhdanii_normativnykh_dokumentov_po_turistsko_krayevedcheskoj_deyatelnosti.pdf(дата обращения: 07.08.2024).
5. Минпросвещения России от 16.06.2022 N 06-836 "О направлении информации" (вместе с «Методическими рекомендациями по организации экскурсий для обучающихся, включая экскурсии по историко-культурной, научно-образовательной и патриотической тематике» утв. Минпросвещения России 10.06.2022). — URL: <https://legalacts.ru/doc/pismo-minprosveshchenija-rossii-ot-16062022-n-06-836-o-napravlenii/>(дата обращения: 07.08.2024).
6. Постановление Правительства РФ от 23 сентября 2020 г. N 1527 «Об утверждении Правил организованной перевозки группы детей автобусами». — URL: <https://base.garant.ru/74691848/>(дата обращения: 07.08.2024).
7. Приказ Министерства просвещения РФ и Министерства экономического развития РФ от 19 декабря 2019 г. № 702/811 «Об утверждении общих требований к организации и проведению природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождения туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления,...». — URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/73807206/>(дата обращения: 07.08.2024).

8. Приказ Минпросвещения России № 702, Минэкономразвития России № 811 от 19.12.2019 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождения туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления, и к порядку уведомления уполномоченных органов государственной власти о месте, сроках и длительности проведения таких мероприятий». — URL:

https://rpn.gov.ru/upload/iblock/abd/bur4cxwx76yqdmrslcjd724rloaiyv/Federalnyy-zakon-ot-10.01.2002-N-7_FZ-_red.-ot-25.12.2023_.pdf(дата обращения: 07.11.2024)

9. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». — URL:

<http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202209270013>(дата обращения: 07.08.2024)

10. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей». — URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201912090014>(дата обращения: 07.08.2024)

11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3 648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». — URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202012210122>(дата обращения: 07.08.2024)

12. Распоряжение Правительства РФ от 23 января 2021 г. № 122-р Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 г. — URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/400150053/>(дата обращения: 07.08.2024).

13. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года». — URL:<https://minobr.orb.ru/documents/active/61110/>(дата обращения: 07.08.2024)

14. Положение о формах, периодичности и порядке осуществления текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации

обучающихся государственного автономного нетипового образовательного учреждения Свердловской области «Дворец молодёжи» от 23.11.18 № 618-д. — URL: https://dm-centre.ru/wp-content/uploads/2021/07/polozhenie-otekushhem-kontrole-znaniy-promezhutochnoj-itogovoj-atteztacziidm_obuchayushhiesya.pdf(дата обращения: 07.08.2024)

15. Концепция развития научно-популярного туризма в Российской Федерации на период до 2035 года" (утв. Минобрнауки России 25.01.2023 N ВФ/1-Кн). — URL: https://minobrnauki.gov.ru/documents/?ELEMENT_ID=63453(дата обращения: 07.08.2024)

Список литературы, использованной при написании программы:

1. Бардин К.В. Азбука туризма. – М., 1981
2. Гоголадзе В.Н. Организация и проведение соревнований по поисково-спасательным работам в природной среде. – М., 2000
3. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. – М.:ФиС, 1990
4. Костылев В. Философия спортивного ориентирования, или некоторые рекомендации ориентировщику, желающему стать лидером. – М., 1995
5. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. – М.: ЦРИБ "Турист", 1983
6. Маринов Б. Проблемы безопасности в горах. – М.: ФиС, 1981
7. Первая медицинская помощь пострадавшим при чрезвычайных ситуациях: Учебн. пособие / СПбГУАП. – СПб., 1997
8. Русский турист. Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 1998-2000 гг. – М., 1998
9. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению, организации отдыха детей и молодежи. - М.:ЦДЮТур МО РФ, 1999
10. Тульчинский Г.А. Разум, воля, успех. О философии поступка. – Л.: ЛГУ, 1990
11. Фесенко Б.А. Книга молодого ориентировщика. – М., 1997
12. Шифельбейн С. В. Методические рекомендации по организации развивающей образовательной среды в ходе работы учебной площадки «Священная земля манси – манси-маа» и проведении этно-экологических экскурсий. / Шифельбейн С. В. — URL: <https://infourok.ru/metodicheskie-rekomendacii-po-organizacii-razvivayuschey-obrazovatelnoy-sredi-v-hode-raboti-uchebnoy-ploschadki-svyaschennaya-ze-418352.html>(дата обращения: 07.09.2024).
13. Шифельбейн С. В. Священная земля манси - манси-маа/ Шифельбейн С. В.: LAPLAMBERT Academic Publishing, 2015 — 180 с.
14. Шифельбейн С.В. Методические рекомендации по организации и проведению интегрированных занятий по математике и географии в урочной и внеурочной деятельности. / Шифельбейн С. В. — URL:

<https://infourok.ru/metodicheskie-rekomendacii-po-organizacii-i-provedeniyu-integrirovannih-zanyatij-po-matematike-i-geografii-v-urochnoy-i-vneuroch-3849595.html>(дата обращения: 05.09.2024).

15. Шифельбейн С.В. Презентация к статье «Роль интеграции основной образовательной деятельности школы с внеурочной экспедиционной деятельностью в свете обновления содержания образования с учетом изменений запросов обучающихся и общества» / Шифельбейн С. В. — URL: <https://infourok.ru/prezentaciya-k-state-rol-integracii-osnovnoj-obrazovatelnoj-deyatelnosti-shkoly-s-vneurochnoj-ekspedicionnoj-deyatelnostyu-v-sve-4516028.html>(дата обращения: 05.09.2024).

16. Шифельбейн С.В. Роль интеграции основной образовательной деятельности школы с внеурочной экспедиционной деятельностью в свете обновления содержания образования с учетом изменений запросов обучающихся и общества / Шифельбейн С. В. — URL: <https://infourok.ru/rol-integracii-osnovnoj-obrazovatelnoj-deyatelnosti-shkoly-s-vneurochnoj-ekspedicionnoj-deyatelnostyu-v-svete-obnovleniya-soderz-4516022.html>(Дата обращения: 05.09.2024).

17. Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, действительные и мнимые. – М.: ФиС, 1972

Список рекомендуемой литературы для учащихся

1. Бардин К.В. Азбука туризма. – М., 1981
2. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний. Спаси и сохрани. Учебное пособие для учащихся 9-11 классов.: Москва. Издательство "АСТ-ЛТД". 1997
3. Гоголадзе В.Н. Организация и проведение соревнований по поисково-спасательным работам в природной среде. - М., 2000
4. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983
5. Маринов Б. Проблемы безопасности в горах. – М.: ФиС, 1981
6. Первая медицинская помощь пострадавшим при чрезвычайных ситуациях: Учебн. пособие / СПбГУАП. – СПб., 1997
7. Русский турист. Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 1998-2000 гг. – М., 1998
8. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению, организации отдыха детей и молодежи. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1999
9. Тимофеев И.В., Анденко С.А. Первая помощь при травмах и других жизнеугрожающих ситуациях. Санкт-Петербург. Издательство ДНК. 2001
10. Фесенко Б.А. Книга молодого ориентировщика. – М., 1997
11. Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, действительные и мнимые. – М.: ФиС, 1972

Тест для проведения промежуточной аттестации (стартовый уровень).

Оценивание: 1 балл за каждый правильный ответ. Максимальное количество баллов – 20.

1. Где расположена Свердловская область?
 - а) Полярный и Северный Урал
 - б) **Средний и Северный Урал**
 - в) Средний и Южный Урал
 - г) Приполярный и Северный Урал
2. Недалеко от какой границы расположен город Кировград?
 - а) **Азия – Европа;**
 - б) Урал – Сибирь;
 - в) Россия – Казахстан;
 - г) Россия – Монголия.
3. Назовите соседей Свердловской области?
 - а) Курганская;
 - б) **Тюменская;**
 - в) **Челябинская;**
 - г) **Оренбургская.**
4. Какова приблизительная численность населения Свердловской области?
 - а) 1,5 млн. человек;
 - б) 2,5 млн. человек;
 - в) 3,5 млн. человек;
 - г) **4,5 млн. человек.**
5. Какая часть населения Свердловской области проживает в ее областном центре – Екатеринбурге?
 - а) Четверть;
 - б) **Треть;**
 - в) Половина;
 - г) Две трети.
6. Какое из утверждений верно?
 - а) город Кировград – большой город;
 - б) **город Кировград – город металлургов;**
 - в) город Кировгад расположен на реке Чусовая;
 - г) Город Кировград – город с развитым сельским хозяйством.
7. Какое из утверждений соответствует действительности?
 - а) Екатеринбург второй по величине город России;
 - б) Екатеринбург входит в тройку крупнейших городов России;
 - в) **Екатеринбург входит в пятёрку крупнейших городов России;**
 - г) Екатеринбург входит в число десяти крупнейших городов России.
8. Назовите наивысшую точку Свердловской области.
 - а) **Конжаковский камень;**

- б) Гора Народная;
 - в) Гора Белая;
 - г) Медведь камень.
9. Назовите реку Урала, где расположен природный парк.
- а) Урал;
 - б) Кама;
 - в) **Чусовая;**
 - г) Енисей.
10. На какой реке стоит город Кировград?
- а) **Шуралка;**
 - б) Уфа;
 - в) Бисерть;
 - г) Урал.
11. Как называется водоем в городе Кировград?
- а) Озеро;
 - б) Водоохранилище;
 - в) **Пруд;**
 - г) Канал.
12. Название какого уральского озера переводится с башкирского как «Сердце-озеро»?
- а) Чебаркуль;
 - б) **Зюраткуль;**
 - в) Увильды;
 - г) Иртяш.
13. Уральский Эверест – это гора... ?
- а) **Народная;**
 - б) Общественная;
 - в) Публичная;
 - г) Демократическая.
14. На гербе Горнозаводского округа изображена...?
- а) **Низкая серебряная гряда;**
 - б) Лебедь-кликун;
 - в) Соболь;
 - г) Ящерица.
15. Какой из этих городов не расположен в Свердловской области?
- а) **Верхний Уфалей;**
 - б) Верхний Тагил;
 - в) Верхняя Салда;
 - г) Верхняя Пышма.
16. Какой из этих городов второй по числу жителей город Свердловской области?
- а) Каменск-Уральский;
 - б) Первоуральск;

- в) Красноуфимск;
 - г) **Нижний Тагил.**
17. Как называется фирменный поезд, курсирующий по маршруту Екатеринбург - Санкт-Петербург?
- а) Екатерининский;
 - б) **Демидовский;**
 - в) Татищевский;
 - г) Петровский.
18. Какой народ является коренным на территории Среднего и Северного Урала?
- а) Русские;
 - б) Таджики;
 - в) **Манси;**
 - г) Немцы.
19. Когда началось заселение Среднего Урала русскими?
- а) 13-й век;
 - б) **15-й век;**
 - в) 16-й век;
 - г) 18-й век.
20. В каком веке основан Кировград?
- а) 16 век;
 - б) **17 век;**
 - в) 18 век;
 - г) 19 век.

**Тесты для проведения итогового контроля (базовый уровень).
Тест по модулю «Туризм»**

Оценивание: 2 балла за каждый правильный ответ. Максимальное количество баллов за каждый правильный ответ – 38 баллов.

1. Условные знаки топографических карт.

Подписать название условных знаков
условный знак

Нарисовать



места добычи полезных иск.



Колодец



Кладбище

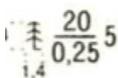


Лиственный лес



200 - ? горизонтали в метрах

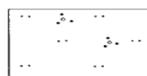
Луговая растительность



посадки средней высотой 2 м



Проселочная дорога



Кустарник



Яма

2. Вопросы по спортивному ориентированию.

2.1. Выберите правильное значение выражения «контрольный пункт»?

- а) маркированный участок, прохождение которого обязательно для участника
- б) место установки призмы и средств отметки**
- в) хорошо заметный ориентир, по которому участник сможет определить свое местоположение.

2.2. Выберите правильное значение выражения «контрольное время».

- а) время, в течении которого участник может находится на дистанции ориентирования**
- б) время, с которого начинается хронометраж
- в) время, полученное участником на маркированной дистанции за ошибки в нанесении КП

2.3. Истекло ваше «контрольное время». Ваши действия?

- а) поискать следующий КП и потом пойти на финиш

б) до конца пройти дистанцию

в) сразу идти на финиш

2.4. Что такое контрольная карточка?

а) документ, в котором делается отметка, посещенных участником КП

б) документ, в котором указана возрастная группа участника

в) документ, где стоит допуск врача на соревнования

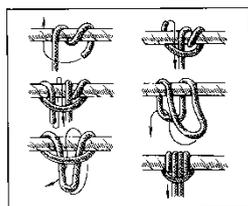
2.5. На какой дистанции участник проходит КП в любом порядке?

а) дистанция по выбору

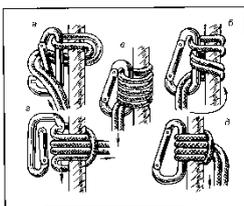
б) заданное направление

в) маркированная дистанция

3. Узлы, применяемые в туризме. Подписать названия узлов:

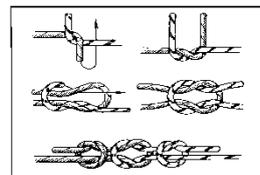
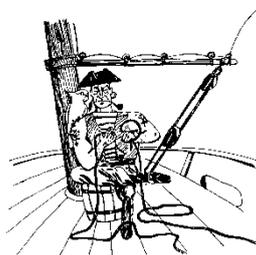


Схватывающий узел (прусики)
[+] — узел легко поддается, при натяжении затягивается, если обвить веревку или тросовый трос в исходном состоянии.
[-] — для свободного спуска требуется помощь.
[!] — этот узел на жесткой веревке сползает не достигая необходимой высоты, так как из-за проскальзывания веревки узел может сползти.
[!] — используется и в альпинизме для организации самостраховки, этот узел веревка не скользит на веревке от 10 до 15 см.
— при использовании узла на обледеневшей веревке, лучше сделать узел вправо (вниз) по ходу, чем вправо (вверх).

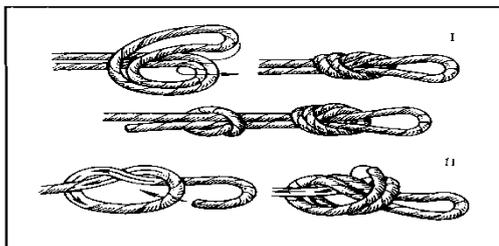


Узел Бахмана (3-х), Карабинный узел (4-х)
[+] — узел идеально подходит для «картинки» тросового спуска.
— при спуске нагрузка передается равномерно.
— может использоваться как на мачте, так и на обледеневшей веревке.
— можно ввязать на одной и на двух веревках.
[!] — используется для организации самостраховки, в качестве страховки и работы по транзитной топологии.

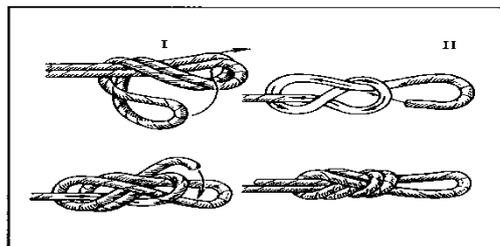
Узлы для связывания веревок



Прямой узел. Риффовый узел (см. стр. 8, 9, 6)
[+] — узел легко вяжется.
— под нагрузкой сильно затягивается.
— самоконтроль проверяется — «полезен» особенно на мачте, жесткая и обледеневшая веревка.
[!] — используется для связывания веревок одинаковой диаметра.
— используется без карабинов, узел (см. рисунок) — «полезен» — так как узел не сползает.
— при спуске на жесткой веревке сползает в сторону узла, если веревка обледеневшая, сползает в сторону узла, если веревка обледеневшая, узел не скользит.
— при использовании узла на обледеневшей веревке, лучше сделать узел вправо (вниз) по ходу, чем вправо (вверх).



Узел «проводник» (I — петлей; II — одним концом)
[+] — узел легко вяжется как на конце веревки, так и в середине.
— может вязаться одним концом.
[-] — под нагрузкой сильно затягивается.
— «полезен», особенно на жесткой веревке.
[!] — используется для крепления веревочной петли к чему-либо.
— при использовании узла для организации связок (в альпинизме) необходим контрольный узел.
— не рекомендуется использовать при больших нагрузках (буксировка автомобиля и т.п.).



Узел «восьмерка» (I — петлей; II — одним концом)
[+] — узел легко вяжется как на конце веревки, так и в середине.
— может вязаться одним концом.
— под нагрузкой сильно не затягивается.
— «не ползёт».
[!] — удобен для образования надежной петли.
— применяется в альпинизме для организации связок и др.

- Прямой узел; 2. Схватывающий; 3. Проводник; 4. Восьмёрка.

Тест по модулю «Экспедиция»

Тестовый контроль «Выживание в природе»

Вопросы:

1. Находясь в лесу (поле) зимой, вы, кажется, отморозили руку. Будете ли вы:

- а) растереть ее снегом,
- б) согреть около костра,
- в) согреть собственным теплом, растирая шерстяной тканью.

2. Внезапно разразилась сильная гроза. Вы видите, что приближаются интенсивные вспышки молнии Ваши действия:

- а) спрятаться под высокое дерево,
- б) остаться на открытой местности и продолжить движение,

- в) остановиться, накрыться палаткой и переждать.
3. Вам предстоит совершить длительный переход. Задолго до конечного пункта вы обнаружили потертости на ногах. Как вы поступите:
- а) протрете подошвы обуви бензином, намочите носки водой и наденете обувь
 - б) время от времени будете переодевать носки с одной ноги на другую или наденете носки наизнанку,
 - в) наденете обувь на босую ногу.
4. В жаркий знойный день, вы чувствуете, что язык начинает распухать от недостатка воды. Следует ли вам
- а) сбросить одежду и продолжить движение,
 - б) плотно застегнуться и продолжать движение,
 - в) плотно застегнуться, найти тень и дождаться вечера, затем продолжить движение.
5. От дыма лесного пожара вы начинаете задыхаться, он слепит вас. Как следует поступить:
- а) продолжать движение, не обращая внимание на дым,
 - б) укрыться на высоком дереве,
 - в) ползти, прижимаясь к земле
6. Совершая поход, вы попали в район, где много ядовитых змей. Будете ли вы во время движения:
- а) производить как можно больше шума ногами,
 - б) идти тихо и спокойно, чтобы не привлекать внимание змей,
 - в) двигаться медленно, с остановками, через каждые 5-6 шагов внимательно осматривая заросли впереди.
7. Если в походе вас укусила ядовитая змея, вы будете:
- а) накладывать жгут, чтобы препятствовать проникновению яда,
 - б) часть яда выдавить с кровью или отсосать ртом,
 - в) прижечь место укуса огнем или сигаретой.
8. Вы находитесь в лесу и зовете на помощь товарищей. Как вы должны кричать, чтобы вас услышали с большого расстояния:
- а) кричать громко, но низким тоном,
 - б) свистеть с помощью пальцев
9. Вы передвигаетесь по засушливой местности и очень хотите пить. У вас с собой полная фляга воды, но пополнить свои запасы в ближайшие несколько дней вы не сможете. Как следует поступить:
- а) беречь воду и пить примерно по чашке день
 - б) утолить жажду, выпив примерно половину имеющейся воды,
 - в) пить часто по одному глотку.
10. При какой толщине льда могут переходить водоем отдельные пешеходы:
- а) 2-3 см
 - б) 5-7 см
 - в) 7-12 см

**Тест по модулю «Медицина»
«Оказание первой помощи»**

Оценивание: 1 балла за каждый правильный ответ. Максимальное количество баллов за каждый правильный ответ –79 баллов.

1. Признаки артериального кровотечения (выберите один или несколько правильных ответов)

- 1) Очень темный цвет крови
- 2) **Алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей**
- 3) **Большое кровавое пятно на одежде или лужа крови возле пострадавшего**
- 4) **Над раной образуется валик из вытекающей крови**
- 5) Кровь пассивно стекает из раны

2. Каким образом проводится сердечно-легочная реанимация пострадавшего? (Выберите один ответ):

1. **Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 30 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха методом «Рот ко рту»**

2) Искусственная вентиляция легких и давление руками на грудину пострадавшего: вначале 1 вдох методом «Рот ко рту», затем 15 надавливаний на грудину

3) Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 5 надавливаний на грудину, затем 1 вдох методом «Рот ко рту»

3. Вторым действием (вторым этапом) при оказании первой помощи является (Выберите один ответ):

- 1) Предотвращение возможных осложнений
- 2) **Устранение состояния, угрожающего жизни и здоровью пострадавшего**
- 3) Правильная транспортировка пострадавшего

4. Признаки венозного кровотечения (Выберите один или несколько ответов):

- 1) Кровь пассивно стекает из раны
- 2) Над раной образуется валик из вытекающей крови
- 3) **Очень темный цвет крови**
- 4) Алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей

5. По каким признакам судят о наличии внутреннего кровотечения? (Выберите один ответ):

- 1) **Цвет кожных покровов, уровень артериального давления, сознание**
- 2) Пульс, высокая температура, судороги.
- 3) Резкая боль, появление припухлости, потеря сознания

6. Кто может оказывать первую помощь пострадавшему ребенку? (Выберите один ответ):

1) **Только медицинский работник**
2) Любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком

3) Любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком, при наличии специальной подготовки и (или) навыков

7. Разрешено ли давать пострадавшему лекарственные средства при оказании ему первой помощи? (Выберите один ответ):

1) Разрешено

2) **Запрещено**

3) Разрешено в случае крайней необходимости

8. Куда накладываете кровоостанавливающий жгут на конечность при кровотечении? (Выберите один ответ):

1) Непосредственно на рану.

2) Ниже раны на 4-6 см.

3) **Выше раны на 4-6 см.**

9. При открытом переломе конечностей, сопровождающимся артериальным кровотечением, оказание первой помощи начинается (Выберите один ответ):

1) С наложения импровизированной шины

2) **С наложения жгута выше раны на месте перелома**

3) С наложения давящей повязки

10. Как оказывается первая помощь при переломах конечностей, если отсутствуют подручные средства для их изготовления? (Выберите один ответ):

1) Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности плотно прижимают друг к другу и прибинтовывают.

2) Верхнюю конечность, вытянутую вдоль тела, прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, проложив между ними мягкую ткань.

3) **Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, обязательно проложив между ними мягкую ткань.**

11. Какие из перечисленных мероприятий относятся к оказанию первой помощи? (Выберите один или несколько ответов):

1. **Восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей**

2. Применение лекарственных препаратов

3. **Выявление признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих жизни и здоровью**

4. **Передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи**
5. **Сердечно-легочная реанимация**
6. **Определение признаков жизни у пострадавшего ребенка**
7. **Придание оптимального положения телу**
8. **Контроль состояния и оказание психологической поддержки**
9. **Временная остановка наружного кровотечения**
10. **Оценка обстановки и создание безопасных условий для оказания первой помощи**

2) **Вызов скорой медицинской помощи**

12. В каком порядке проводятся мероприятия первой помощи при ранении? (Выберите один ответ):

1. Остановка кровотечения, наложение повязки
2. Обеззараживание раны, наложение повязки, остановка кровотечения

3. **Остановка кровотечения, обеззараживание раны, наложение повязки**

13. О каких травмах у пострадавшего может свидетельствовать поза «лягушки» (ноги согнуты в коленях и разведены, а стопы развернуты подошвами друг к другу) и какую первую помощь необходимо при этом оказать? (Выберите один ответ):

1) У пострадавшего могут быть переломы костей голени и нижней трети бедра. При первой помощи наложить шины только на травмированную ногу от голеностопного до коленного сустава, не вытягивая ногу.

2) У пострадавшего могут быть ушиб брюшной стенки, перелом лодыжки, перелом костей стопы. При первой помощи вытянуть ноги, наложить шины на обе ноги от голеностопного сустава до подмышки.

3) У пострадавшего могут быть переломы шейки бедра, костей таза, перелом позвоночника, повреждение внутренних органов малого таза, внутреннее кровотечение. Позу ему не менять, ноги не вытягивать, шины не накладывать. При первой помощи подложить под колени валик из мягкой ткани, к животу по возможности приложить холод.

14. В какой последовательности следует осматривать ребенка при его травмировании? (Выберите один ответ):

- 1) Конечности, область таза и живот, грудная клетка, шея, голова
- 2) **Голова, шея, грудная клетка, живот и область таза, конечности**

3) Грудная клетка, живот и область таза, голова, шея, конечности

15. В чем заключается первая помощь пострадавшему, находящемуся в сознании, при повреждении позвоночника? (Выберите один ответ):

- 1) Пострадавшему, лежащему на спине, подложить под шею валик из одежды и приподнять ноги

2) **Лежащего пострадавшего не перемещать. Следует наложить ему на шею импровизированную шейную шину, не изменяя положения шеи и тела**

3) Уложить пострадавшего на бок

16. Когда должен применяться непрямой массаж сердца? (Выберите один ответ):

1. При кровотечении

2. При применении искусственного дыхания

3. После освобождения пострадавшего от опасного фактора

4. При повышении артериального давления

5. **При отсутствии пульса**

17. Что делать, если ребенок получил ожог пламенем, кипятком или паром? (Выберите один или несколько ответов):

1) **Вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим охлаждать место ожога холодной проточной водой не менее 20 минут**

2) Вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим приложить холодный предмет к месту ожога, предварительно обернув его куском ткани

3) Вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком

18. Как проверить наличие дыхания у ребенка при внезапной потере сознания? (Выберите один ответ):

1) В течение 10 секунд внимательно смотреть на его грудную клетку

2) Наклониться к ребенку, приложить ухо к его грудной клетке и в течение 10 секунд прислушиваться

3) **Запрокинуть голову ребенка, поднять подбородок, в течение 10 секунд прислушиваться, пытаться ощутить дыхание ребенка на своей щеке, увидеть дыхательные движения его грудной клетки**

19. Как следует уложить пострадавшего при потере им сознания и наличии пульса на сонной артерии для оказания первой помощи? (Выберите один ответ):

1) На спину с вытянутыми ногами

2) Чтобы пострадавший не мог погибнуть от удушья в результате западания языка, его следует положить на живот, чтобы вызвать рвотный рефлекс

3) **Чтобы пострадавший не мог погибнуть от удушья в результате западания языка, его следует положить на бок так, чтобы согнутые колени опирались о землю, а верхняя рука находилась под щекой**

4) На спину с подложенным под голову валиком

20. Признаки обморока (Выберите один или несколько ответов):

- 1) Потере сознания предшествуют резкая слабость, головокружение, звон в ушах и потемнение в глазах
- 2) **Кратковременная потеря сознания (не более 3-4 мин)**
- 3) Потеря чувствительности
4. потеря сознания более 6 мин
21. Как проверить признаки сознания у ребенка? (Выберите один ответ):
- 1) **Аккуратно потормозить за плечи и громко спросить «Что случилось?»**
- 2) Поводить перед ребенком каким-нибудь предметом и понаблюдать за движением его глаз
- 3) Спросить у ребенка, как его зовут
22. В каком объеме проводятся мероприятия при прекращении сердечной деятельности и дыхания у пострадавшего? (Выберите один ответ)
- 1) **Освобождение дыхательных путей, проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких) и НМС (непрямого массажа сердца).**
- 2) Освобождение дыхательных путей, проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких)
- 3) Проведение НМС (непрямого массажа сердца)
23. При попадании в глаза щелочного раствора (Выберите один ответ):
- 1) Создать пострадавшему покой
- 2) Необходимо промыть глаза мыльным раствором
- 3) **Необходимо промыть глаза проточной водой в большом количестве**
24. Как следует расположить руки на грудной клетке пострадавшего при давлении руками на его грудину (выполнении непрямого массажа сердца)? (Выберите один ответ):
- 1) Основания ладоней обеих рук должны располагаться на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону левого плеча пострадавшего, а другой – в сторону правого плеча
- 2) **Основания ладоней обеих рук, которые накладываются одна на другую, должны располагаться на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону подбородка пострадавшего, а другой – в сторону живота**
- 3) Давление руками на грудину выполняют основанием ладони только одной руки, расположенной на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка. Направление большого пальца не имеет значения.
25. Перелом это (Выберите один ответ):
- 1) **Трещины, сколы, раздробление костей**
- 2) Разрушение мягких тканей костей
- 3) Трещины, сколы, переломы ороговевших частей тела
26. Действия по помощи пострадавшему при попадании инородного тела в дыхательные пути (Выберите один ответ):
- 1) Положить пострадавшего на бок и вызвать интенсивную рвоту.

2) **Нагнуть туловище пострадавшего вперед, нанести несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток, при отсутствии эффекта — обхватить пострадавшего сзади, надавить 4-5 раз на верхнюю часть живота.**

3) Нанести пострадавшему, стоящему прямо, несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток.

27. Первая медицинская помощь при вывихе конечности? (Выберите один ответ):

1) Зафиксировать конечность, не вправляя вывих, приложить пузырь (грелку) с горячей водой, организовать транспортировку в больницу или травмпункт

2) **Осуществить иммобилизацию конечности, дать доступные обезболивающие средства, приложить к поврежденному суставу пузырь с холодной водой или льдом, организовать транспортировку в больницу или травмпункт**

3) Дать обезболивающее средство, вправить вывих и зафиксировать конечность

28. Каковы признаки кровотечения из крупной артерии и первая помощь при ее ранении? (Выберите один ответ):

1) Одежда пропитывается кровью только в месте ранения (цвет крови не имеет значения), кровь вытекает из раны пассивно. Накладывается кровоостанавливающий жгут ниже места ранения не менее чем на 3-5 см.

2) Одежда быстро пропитывается кровью, кровь темного цвета вытекает из раны пассивно. Накладывается давящая повязка на место ранения.

3) **Одежда пропитана кровью, кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей. Накладывается кровоостанавливающий жгут выше места ранения не менее чем на 3-5 см.**

29. Основные правила оказания первой помощи при травматическом шоке (Выберите один ответ):

1) **Проведение мероприятий по прекращению действия травмирующих факторов. Восстановление нарушенного дыхания и сердечной деятельности, временная остановка кровотечения, борьба с болью, закрытие ран стерильными (чистыми) повязками, придание пострадавшему наиболее удобного положения, обеспечить приток свежего воздуха, организовать вызов к месту происшествия скорой медицинской помощи.**

2) Проведение мероприятий по прекращению действия травмирующих факторов. Снять одежду или ослабить ее давление. Дать понюхать нашатырный спирт. Наложить на лоб холодный компресс. Обеспечить приток свежего воздуха. Организовать вызов к месту происшествия скорой медицинской помощи.

3) Уложить пострадавшего на спину. Дать понюхать нашатырный спирт. Наложить теплые примочки на лоб и затылок.

30. При переломах костей конечностей накладывается шина (Выберите один ответ):

- 1) Ниже области перелома
- 2) **Выше и ниже области перелома, так чтобы шина захватывала не менее двух ближайших суставов**
- 3) Выше области перелома

31. Какие предпринять меры при подозрении на отравление ребенка? (Выберите один или несколько ответов):

- 1) Удалить поступивший яд (например, вызвать рвоту)
- 2) **Вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком, оказывая помощь при необходимости (например, при исчезновении признаков жизни приступить к сердечно-легочной реанимации)**
- 3) Прекратить поступление ядовитого вещества в организм ребенка (вынести его из загазованной зоны, удалить жало насекомого, стереть ядовитое вещество с поверхности кожи и т. д.)

32. Когда следует начинать сердечно-легочную реанимацию пострадавшего? (Выберите один ответ):

- 1) При наличии болей в области сердца и затрудненного дыхания
- 2) При потере пострадавшим сознания, независимо от наличия пульса на сонной артерии, и признаков дыхания
- 3) **При потере пострадавшим сознания и отсутствии пульса на сонной артерии, а также признаков дыхания**

33. Как обеспечить восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей пострадавшего при подготовке к проведению сердечно-легочной реанимации? (Выберите один ответ):

- 1) Уложить пострадавшего на спину и, не запрокидывая ему голову, сжать щеки, чтобы раздвинуть губы и раскрыть рот. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс.
- 2) Уложить пострадавшего на бок, наклонить его голову к груди. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс.
- 3) **Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс. Уложить пострадавшего на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок и выдвинуть нижнюю челюсть.**

34. Как определить наличие пульса на сонной артерии пострадавшего? (Выберите один ответ):

- 1) Большой палец руки располагают на шее под подбородком с одной стороны гортани, а остальные пальцы – с другой стороны
- 2) **Три пальца руки располагают с правой или левой стороны шеи на уровне щитовидного хряща гортани (кадыка) и осторожно продвигают вглубь шеи между щитовидным хрящом и ближайшей к хрящу мышцей**
- 3) Три пальца руки располагают с левой стороны шеи под нижней челюстью

35. Какова первая помощь при черепно-мозговой травме, сопровождающейся ранением волосистой части головы? (Выберите один ответ):

1) Наложить импровизированную шейную шину, на рану наложить стерильный ватный тампон, пострадавшего уложить на спину, приподняв ноги. По возможности к голове приложить холод.

2) Наложить импровизированную шейную шину. К ране волосистой части головы приложить давящую повязку из стерильного бинта, пострадавшего уложить на бок с согнутыми в коленях ногами, по возможности к голове приложить холод.

3) Шейную шину не накладывать, рану заклеить медицинским пластырем, пострадавшего уложить на бок только в случае потери им сознания

36. При каких состояниях ребенка педагог может оказать ему первую помощь? (Выберите один или несколько ответов):

1) **Ожоги**

2) **Травмы различных областей тела**

3) **Инородные тела верхних дыхательных путей**

4) **Отморожения**

5) Высокая температура

6) **Отсутствие сознания**

7) **Отравление**

8) **Наружные кровотечения**

9) Боли в животе

10) **Остановка дыхания и кровообращения**

11) Боли в груди

37. Какова первая помощь при наличии признаков термического ожога второй степени (покраснение и отек кожи, образование на месте ожога пузырей, наполненных жидкостью, сильная боль)? (Выберите один ответ):

1) Полить ожоговую поверхность холодной водой, накрыть стерильной салфеткой и туго забинтовать

2) Вскрыть пузыри, очистить ожоговую поверхность от остатков одежды, накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод, поить пострадавшего водой

3) Пузыри не вскрывать, остатки одежды с обожженной поверхности не удалять, рану накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод и поить пострадавшего водой

38. При черепно-мозговой травме (Выберите один ответ):

1) Необходимо положить на голову тепло

2) **Необходимо положить на голову холод**

3) Необходимо наложить на голову марлевую повязку

39. Что нужно делать при сильном кровотечении у ребенка в результате травмы до прибытия бригады скорой медицинской помощи? (Выберите один или несколько ответов):

1) **Если давящая повязка не помогает и кровотечение не останавливается, прижать артерию пальцем, наложить кровоостанавливающий жгут**

2) Промыть рану, обработать ее, затем наложить салфетку, туго забинтовать

3) **Наложить на рану салфетку, прижать, туго забинтовать**

4) **Обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи**

40. Внезапно возникающая потеря сознания — это: (Выберите один ответ)

1) Шок

2) Мигрень

3) **Обморок**

41. При артериальном кровотечении наложенный жгут нельзя держать более (Выберите один ответ):

1) **1 ч**

2) 30 мин

3) 45 мин

42. На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут? (Выберите один ответ):

1) Не более получаса в теплое время года и не более одного часа в холодное время года

2) **Не более одного часа в теплое время года и не более получаса в холодное время года**

3) Время наложения жгута не ограничено

43. Что делать, если ребенок подавился и не может дышать, говорить и кашлять? (Выберите один или несколько ответов):

1) **Если удары в спину и толчки в верхнюю часть живота не помогли, уложить ребенка на пол, проверить признаки дыхания, при их отсутствии – вызвать скорую медицинскую помощь и приступить к сердечно-легочной реанимации**

2) **Выполнить толчки в верхнюю часть живота (детям до года – в грудь) до 5 попыток, если традиционные удары по спине не помогли**

3) **Ударить по спине между лопатками (до 5 попыток), наклонив ребенка вперед**

44. Признаки переохлаждения (Выберите один или несколько ответов):

1) Нет пульса у лодыжек

2) **Посинение или побледнение губ**

3) **Озноб и дрожь**

4) **Нарушение сознания: заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение**

5) **Снижение температуры тела**

6) Потеря чувствительности

45. Третьим действием (третьим этапом) при оказании первой помощи является (Выберите один ответ):
- 1) Предотвращение возможных осложнений
 - 2) Прекращение воздействия травмирующего фактора
 - 3) **Правильная транспортировка пострадавшего**
46. К ушибленному месту необходимо приложить (Выберите один ответ):
1. Грелку
 2. **Холод**
 3. Спиртовой компресс
47. При проведении ИВЛ (искусственной вентиляции легких) методом «рот в рот» необходимо (Выберите один ответ):
- 1) Зажимать нос пострадавшего только в случае, если носовые ходы свободны
 - 2) Нос пострадавшему не зажимать
 - 3) **Свободной рукой плотно зажимать нос пострадавшего**
48. При ушибах и растяжениях на поврежденное место накладывается (Выберите один ответ):
- 1) Тепло
 - 2) **Свободная повязка**
 - 3) Холод
49. Первым действием (первым этапом) при оказании первой помощи является (Выберите один ответ)
- 1) **Прекращение воздействия травмирующего фактора**
 - 2) Правильная транспортировка пострадавшего
 - 3) Предотвращение возможных осложнений
50. Как остановить кровотечение при ранении вены и некрупных артерий? (Выберите один ответ):
- 1) Наложить жгут ниже места ранения
 - 2) **Наложить давящую повязку на место ранения**
 - 3) Наложить жгут выше места ранения

Критерии защиты проектных работ

№ п/п	Ф,И.О. обучающегося	Тема проекта	Соответствие теме (0 – 5 баллов)	Понимание проблемы (0 -5 баллов)	Предоставление результатов (0 – 10 баллов)	Структурированность, логичность (0-5 баллов)	Культура выступления (0 -5 баллов)	Грамотность речи (0 – 5 баллов)	Наглядность (0 – 5 баллов)	Культура дискуссии (0 – 5 баллов)	Особое мнение (0 – 5 баллов)	Итого (максимум 50 баллов)
1												
2												
3												
∴												

Таблица для заполнения баллов по контрольным мероприятиям

№ п/п	Ф.И.О. обучающегося	Количество баллов за тестирование по вводному модулю (стартовый модуль)	Количество баллов за тестирование по основному модулю (базовый модуль)	Количество баллов за защиту проекта	Общее количество баллов	Уровень освоения программы
1						
2						
...						
Итого по группе (человек/процент от общего количества):						
Низкий уровень						
Средний уровень						
Высокий уровень						

Игры, развивающие коммуникативные навыки

Коммуникативная игра «Здравствуйте»

Нужно успеть за ограниченное время (1 минута или пока звучит музыка) поздороваться с как можно большим количеством присутствующих людей. Заранее оговаривается способ, с помощью которого мы будем приветствовать друг друга – например, пожать друг другу руки. В конце игры подводятся итоги – сколько раз успели поздороваться, не остался ли кто-то без приветствия, какое сейчас настроение у игроков.

Коммуникативная игра «Путанка»

В этой коммуникативной игре может быть два варианта.

Вариант 1. «Путанка в кругу». Игроки встают в круг и берутся за руки. Руки расцеплять нельзя! Игроки запутывают круг – не расцепляя рук, перешагивая через руки, оборачиваясь и так далее. Когда путанка готова, в комнату приглашается водящий. Ему нужно распутать игроков обратно в круг, не расцепляя их рук.

Это очень веселая и увлекательная игра, в которую с огромным удовольствием играют и малыши, и подростки, и взрослые. Попробуйте – Вам понравится!

Вариант 2. «Змейка» (автор варианта – Н.Ю. Хрящева). Игроки встают в линию и берутся за руки. Затем они запутываются (первый и последний игроки – то есть «голова» и «хвост» змеи проходят под руками игроков, переступают через руки и так далее). Задача водящего – распутать змею, не расцепляя рук игроков.

Игры, развивающие творческий подход к решению проблем

Лего

Развивает коммуникационные навыки.

Необходимый инвентарь: набор Лего.

Правила игры. Разбейтесь на небольшие команды из двух и более участников. Выберите ведущего, не входящего ни в одну из команд, который должен за 10 минут построить из блоков Лего произвольную конструкцию. После этого команды должны за 15 минут в точности воспроизвести эту конструкцию, используя блоки того же цвета и формы. Но видеть оригинальную конструкцию может только один участник от каждой команды. Этому участнику придется понятно и точно описать размеры, цвета и форму оригинальной конструкции. Если вам кажется, что это слишком легко, запретите «видящему» участнику прикасаться к конструкции, которую строит его команда. Эта игра поможет вам понять всю важность эффективного обмена информацией.

Побег

Развивает навыки командной работы.

Необходимый инвентарь: 1 веревка, 1 ключ, запертая комната и 5-10 загадок или головоломок в зависимости от того, сколько времени вы хотите потратить на игру.

Правила игры. Цель этого упражнения состоит в том, чтобы выбраться из запертой комнаты за отведенное время, отыскав ключ с помощью подготовленных подсказок. Ключ и подсказки должны быть спрятаны заранее. Команду запирают в комнате, и за 30 минут или один час игроки должны найти ключ с помощью спрятанных здесь же подсказок. Для успешного прохождения игры нужно уметь действовать сообща и устраивать мозговые штурмы, пытаясь понять, что означает та или иная подсказка.

Полярники

Развивает умение принимать решения, умение адаптироваться.

Необходимый инвентарь: повязки на глаза и по одной упаковке «строительных материалов» (листов картона, зубочисток, резиновых лент или стикеров) на каждую команду, электрический вентилятор.

Правила игры. Представьте, что вы — отважные исследователи Арктики, бредущие по ледяной пустыне. В каждой команде выберите «начальника экспедиции». Через 30 минут должна налететь снежная буря, и каждой команде нужно выстроить убежище, чтобы остаться в живых. К несчастью, у начальника экспедиции обморожены руки, так что он не может участвовать в строительстве, а у остальных снежная слепота, и они не могут видеть. Через 30 минут включите вентилятор и посмотрите, чье убежище уцелеет.

Документы необходимые для реализации блока экспедиция

Смета расходов экспедиции

Любая экспедиционная деятельность требует финансовых затрат. Оплата проживания участников экспедиции производится за счет средств родителей. Покупка оборудования предоставляемого участникам экспедиции происходит за счет средств собранных путем сортировки и сдачи пластика, макулатуры, черного и цветного металла. Приветствуется материальная поддержка спонсоров.

Примерная сводка затрат на экспедицию производится из расчета затрат на одного человека, после этого высчитывается общая сумма затрат на всю группу. Наши расчеты мы произвели исходя из того, что группа будет состоять из 18 участников и трех инструкторов. Всего 21 человек. Если численность группы меняется, то и сумма расходов будет меняться. Стоимость транспортных расходов меняется в зависимости от цен на топливо. Полученные данные представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Сводная таблица затрат на экспедицию «Памятники природы уральской тайги»

№ п/п	Наименование затрат	Единица измерения	
		На 1 человека**	На всю группу
1	Проезд на автобусе из города Кировград (с заездом в г. Североуральск) до п. Покровск-Уральский и обратно в г. Кировград*		
2	Проезд на автотранспорте от п. Покровск-Уральский по маршруту, в обоих направлениях		
3	Плата за продукты питания за пять дней пребывания на маршруте		
4	Билеты в Штуфной кабинет		
5	Плата за стоянку на турбазе «Зимовье Баронское», за избу (всего 3 избы), две ночи		
6	Оплата работы экскурсовода		
7	Аптечка экспедиции		
8	Канцелярские принадлежности, хранилища для коллекционных образцов, значки, грамоты, подарки		
9	Аренда оборудования		
10	Непредвиденные расходы		

	Всего:		
--	--------	--	--

* стоимость проезда рассчитана по ценам на топливо лета 20... года;

**копейки округлены до рублей

**Пакет документов заполняемых экскурсантом и родителем
Доверенность от родителя руководителю экспедиции**

Руководителю учебной, геолого-краеведческой «Памятники природы
Уральской тайги» Шифельбейн С. В.

от

ф.и.о. родителя

ДОВЕРЕННОСТЬ.

Я,

_____ (ф.и.о., паспортные данные, прописка)

доверяю жизнь и здоровье моего сына/дочери

(ф.и.о., год рождения, прописка)

руководителю учебной, геолого-краеведческой экспедиции «Памятники природы Уральской тайги» Шифельбейн С.В., паспорт 6517 465491, выдан отделением УФСМ России по Свердловской области в Кировградском районе, 05.08.2017, прописка г. Кировград, ул. Лермонтова 56-2.

А также, даю согласие на участие в учебной, геолого-краеведческой «Памятники природы Уральской тайги» проходящей на территории Свердловской области (Североуральский городской округ) и Пермского края, общая протяженность маршрута: с учетом передвижения автотранспортом и пешком ≈ 700 км, с **08.07.2024 по 12.07.2024**

Я даю согласие на:

- 1) проезд моего ребенка на автобусе, оборудованном для перевозки детей;
- 2) проезд моего ребенка на внедорожнике, приспособленном для передвижения по пересеченной местности;
- 3) проживание ребенка в условиях северной тайги, в палатках, в мало заселенной местности;
- 4) на передвижение ребенка по пересеченной местности;
- 5) подъем в горы (гора Кумба, хребет Кваркуш, ГУх) на высоту до 1000 м, посещение пещер Тренькинская, Чертово городище.

Я информирован (а) и согласен (а) с тем, что:

- 1) с маршрутом следования экспедиции;
- 2) руководитель, в целях техники безопасности, имеет право проверить личное снаряжение участника экспедиции;
- 3) если моим ребенком будет испорчено экспедиционное оборудование, компенсировать материальный ущерб;
- 4) употребление и использование табачных, алкогольных, наркотических веществ, а также спичек, зажигалок, легко воспламеняющихся средств категорически запрещено;
- 5) руководитель, имеет право оставить ребенка в лагере с одним из инструкторов, в случае если мой ребенок: систематически не соблюдает правила техники безопасности, заболел, подъем на маршрут представляет опасность его здоровью и жизнедеятельности.

Медицинских противопоказаний ребенок **не** имеет (если имеет, то **какие**):

« _____ » _____ 20 ... года

_____ / _____ /

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

во время проведения учебной, геолого-краеведческой экспедиции
«Памятники природы Уральской тайги» территории Свердловской
области (Североуральский городской округ) и Пермского края,
протяженность маршрута 700 км,
с202... по202...

Каждый участник экспедиции ОБЯЗАН:

1. Соблюдать режим движения;
2. Соблюдать режим питания;
3. Соблюдать требования личной и общественной гигиены;
4. Соблюдать этические и экологические нормы поведения;
5. Соблюдать порядок посадки и высадки из транспортного средства;
6. Остерегаться контакта с дикими животными, незнакомыми растениями, туристами;
7. Остерегаться клещей, для чего периодически осматривать свою одежду;
8. В случае недомогания немедленно сообщить об этом руководителю;

9. Не нарушать общей дисциплины; выполнять указания руководителя и инструкторов экспедиции.

Категорически ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Пить сырую воду из любых источников;
2. Купаться без разрешения руководителя;
3. Отлучаться с места базовой стоянки и покидать исследуемый объект без разрешения руководителя;
4. Употреблять спиртные напитки и наркотики;
5. Нырять во время купания;
6. Употреблять в пищу дикорастущие плоды и ягоды;
7. Вступать в контакт с посторонними (местным населением) без разрешения руководителя;
8. Оставлять продукты питания доступными для насекомых и грызунов;
9. Принимать без разрешения руководителя лекарственные препараты;

Все спорные вопросы и проблемы РЕШАЕТ РУКОВОДИТЕЛЬ ЭКСПЕДИЦИИ.

*Данные правила разъяснены руководителем экспедиции: Шифельбейн С.В.
С настоящей Инструкцией по технике безопасности экскурсантов во время
экскурсии ознакомлены и согласны (подпись родителя и ребенка).*

(фамилия, имя, отчество указывается полностью)

« _____ » _____ 20__ г. _____ / _____

ИНСТРУКЦИЯ по правилам безопасности для учащихся при поездках автотранспортом

I. Общие требования безопасности

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, охваченных автобусными перевозками.
2. К перевозкам допускаются дети, прошедшие инструктаж по технике безопасности при поездках.
3. Поездки детей возможны только в сопровождении тренера-преподавателя, сопровождающего, либо прошедшего инструктаж взрослого из числа родителей.
4. Автобус для перевозки детей должен быть оборудован табличками «ДЕТИ», огнетушителями и медицинскими аптечками.
5. Травмоопасность при поездках:
- отравления CO₂;

- при несоблюдении правил поведения в автобусе (травмы рук, суставов, ушибы);

- при несоблюдении правил посадки в автобус и высадки;

- в случае возгорания, ожоги.

6. Количество пассажиров не должно превышать число мест для сидения.

7. Запрещается перевозка детей на технически неисправном транспорте.

8. В салоне автобуса запрещается перевозка бензина, спирта и других взрывоопасных и легковоспламеняющихся жидкостей и веществ.

II. Требования безопасности перед началом поездки

1. Пройти инструктаж по технике безопасности при поездках

2. Ожидать подхода автобуса в определённом месте сбора

3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, собраться у места посадки.

4. Произвести перекличку участников поездки.

5. Не выходить навстречу приближающемуся автобусу.

III. Требования безопасности во время посадки и поездки

1. После полной остановки автобуса, по команде сопровождающего, спокойно, не торопясь и не толкаясь войти в салон, занять место для сидения, первыми входят старшие дети, занимающие места в дальней от водителя части салона.

2. Не открывать окна, форточки и вентиляционные люки могут открываться только с разрешения водителя.

3. Не загромождать проходы в пассажирском салоне сумками, портфелями и т.п.

4. Во время движения не вскакивайте со своего места, не отвлекайте водителя разговорами, криком.

5. Не создавайте ложную панику, соблюдайте дисциплину и порядок.

IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании сообщите об этом сопровождающему.

2. В случае травматизма сообщите тренеру-преподавателю, сопровождающему, он окажет вам первую помощь.

3. При возникновении аварийных ситуаций (технической поломки, пожара и т.д.), по указанию водителя и сопровождающего быстро, без паники, покиньте автобус.

4. В случае террористического захвата автобуса соблюдайте спокойствие, выполняйте все указания без паники и истерики - этим вы сохраните себе жизнь и здоровье.

V. Требования безопасности по окончании поездки

1. Выходите из автобуса спокойно, не торопясь, после полной его остановки и с разрешения сопровождающего.

2. Первыми выходят дети, занимающие места у выхода из салона.
3. Произвести повторную переключку.
4. Не уходите с места высадки до отъезда автобуса.
5. О всех недостатках, отмеченных вами во время поездки, сообщите сопровождающему

С настоящей Памяткой правил поведения экскурсантов во время экскурсии ознакомлен(а) и согласен (а).

« ____ » _____ 20__ г. _____ /

*Данные правила разъяснены руководителем экспедиции: _____
/Шифельбейн С.В*

ПАМЯТКА

правил поведения экскурсантов во время экспедиции

На основании опыта работы выработаны правила поведения экскурсантов во время экспедиции, следование которым обеспечивает безопасность проводимых мероприятий, сохранение Вашей жизни и здоровья.

Настоятельно просим родителей несовершеннолетних экскурсантов обратить на нее особое внимание и донести информацию до Вашего ребенка.

1. Общие правила поведения

1.1. Экскурсанты должны вовремя прибывать к месту начала экскурсии, а также к местам сбора и отправки во время экскурсии. Экскурсовод не обязан ожидать опаздывающего экскурсанта.

1.2. Экскурсанты обязуются соблюдать и выполнять правила техники безопасности, общественного поведения, в том числе рекомендации и правила распорядка мест временного пребывания, мест проведения экскурсий, музеев, транспортных средств и т.д.;

1.3. Экскурсанты обязуются своим поведением, намеренными или небрежными действиями не причинять беспокойства и не нарушать права организаторов и других участников экскурсии, прочих третьих лиц.

1.4. Экскурсанты (законные представители Экскурсантов) несут полную ответственность за ущерб (вред), причиненный третьим лицам, а так же все риски и всю тяжесть последствий, которые могут возникнуть в результате деяний Экскурсантов. Штраф за порчу имущества составляет ½ от его стоимости, но не менее 100 рублей за единицу.

1.5. Экскурсанты обязуются самостоятельно не предпринимать каких-либо действий, направленных на отклонение от маршрута проведения экскурсии, отставание от экскурсионной группы и т.д.

1.6. **В течение всего времени нахождения в экспедиции и во время проведения экскурсии СТРОГО запрещается распивать спиртные напитки (в том числе пиво), курить, сорить, нецензурно выражаться,**

отставать от группы. За распитие спиртных напитков и курение во время экспедиции возлагается штраф не менее 500 рублей с Экскурсанта, нарушившего требование п.1.6. Правил.

1.7. При переходе через дорогу с движущимся автотранспортом соблюдать правила дорожного движения.

2. Правила поведения экскурсантов в автобусе (в ином транспортном средстве) во время проведения экскурсии

2.1. Экскурсанты обязаны бережно обращаться с имеющимся оборудованием салона автобуса.

2.2. Запрещается отвлекать водителя во время движения.

2.3. Посадка в автобус производится по приглашению экскурсовода и (или) сопровождающего лица.

2.4. Ручная кладь экскурсантов располагается в специально отведенном месте (под сиденьем, на задней площадке автобуса, на верхней полке и др.). ***Запрещается располагать сумки или иные вещи экскурсантов в проходах. В целях безопасности проход должен быть свободным.***

2.5. Перед началом движения автобуса экскурсант обязуется пристегнуться ремнями безопасности и не расстегивать их до полной остановки автобуса или разрешения руководителя группы.

2.6. Во время движения автобуса не разрешается стоять или ходить по салону. Нельзя высовываться из окна или выставлять руки в окно.

2.7. При резком торможении необходимо держаться за поручни (подлокотники кресел).

2.8. ***Во время движения автобуса запрещается распивать любые напитки и кушать.***

2.9. В случае появления признаков укачивания или тошноты необходимо сразу сообщить сопровождающему лицу или экскурсоводу.

2.10. Вставать с посадочных мест можно только после полной остановки автобуса или по разрешению сопровождающего лица либо экскурсовода.

2.11. При выходе из автобуса не следует толпиться, выходить аккуратно по одному человеку.

2.12. Выход из автобуса производится через переднюю дверь. После выхода из автобуса не разбредаться, собраться в указанном месте и следовать указаниям экскурсовода (сопровождающего лица).

2.13. При переходе через проезжую часть соблюдать правила дорожного движения, четко выполняя указания сопровождающего лица (руководителя группы) или экскурсовода. Нельзя самостоятельно выходить на проезжую часть и перебегать улицу!

3. Правила поведения во время пешеходных прогулок, экскурсий.

3.1. К пешеходным экскурсиям допускаются экскурсанты в форме одежды, соответствующей времени года: закрытая удобная обувь, головной убор, при необходимости длинные брюки и рубашки (кофты) с длинными

рукавами, солнцезащитные очки, крем от солнца, крем от укуса насекомых и т.д.

3.2. Старшим во время проведения экскурсии является экскурсовод. Необходимо строго выполнять указания экскурсовода, а также сопровождающих лиц (руководителей группы).

3.3. Во время экскурсии следует находиться со своей экскурсионной группой, не разбредаться. Не разрешается отходить от маршрута (тропы, дорожки), подходить к электропроводам, неогороженным краям оврагов, обрывов и т.д.

3.4. Необходимо своевременно сообщить сопровождающему лицу (экскурсоводу) об ухудшении состояния здоровья или травмах.

3.5. Не разрешается бегать по лесу, перегибаться через перила и иные ограждения, покидать территорию базы без сопровождения руководителя группы или его разрешения, играть в подвижные игры в комнате без разрешения инструктора (экскурсовода), открывать двери служебных помещений.

3.6. Следует уважительно относиться к местным традициям и обычаям, бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры. По окончании экскурсии собраться в указанном месте и после объявления окончания экскурсии следовать указаниям своего сопровождающего лица (руководителя).

3.7. Экскурсантам рекомендовано не оставлять свои вещи без присмотра, мобильные телефоны не брать в поездку или сдавать на хранение руководителю группы. После окончания поездки не забывать свои вещи в автобусе.

3.8. Соблюдать и исполнять иные правила общественного поведения, техники безопасности, требования и инструкции сопровождающих лиц, экскурсоводов, водителей транспортных средств.

3.9. Грубо нарушающий вышеназванные правила поведения и (или) находящийся в состоянии алкогольного, наркотического и (или) иного опьянения Экскурсант может не быть допущен к дальнейшему участию в экскурсии, при этом Экскурсант или его законный представитель не будут иметь права на возврат стоимости экскурсионного обслуживания. Экскурсант или законный представитель оплачивают все дополнительные расходы, возникающие по причине противозаконного поведения Экскурсанта.

С настоящей Памяткой правил поведения экскурсантов во время экскурсии ознакомлен(а) и согласен (а).

Данные правила разъяснены руководителем экспедиции: _____

/Шифельбейн С.В

« _____ » _____ 20 ____ г.

_____ (подпись)

_____ (расшифровка подписи)

Рекомендации по личному снаряжению ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ.

1. Кружка, чашка (глубокая), ложка (желательно чтобы посуда была легкая и не бьющаяся). Допускается пластиковая посуда с маркировкой, позволяющей использование при высоких температурах.

Пластик с такой маркировкой делают из **полипропилена**. Посуду с такой маркировкой можно использовать для горячих напитков и продуктов. Такая посуда выдерживает до +100° С. Из полипропиленовых стаканов можно пить горячий чай и кофе, а на тарелках разогревать в микроволновке еду.



Нарисованный на упаковке знак «бокал — вилка» означает, что посуда пригодна для любых блюд, в том числе и первых (горячих). Если значок нанесён на упаковку в таком виде, то продукты можно даже хранить в такой посуде.

А вот если такой значок подчеркнут, пластиковые изделия не предназначены для соприкосновения с продуктами питания.

ВНИМАНИЕ: !!!ОДНОРАЗОВАЯ ПЛАСТИКОВАЯ ПОСУДА НЕ ДОПУСКАЕТСЯ!!!

2. Пакет заполненных документов (предоставляется руководителю экспедиции). В том числе: копию паспорта (свидетельства о рождении), копию медицинского полиса. Сумму за поездку. **ВНИМАНИЕ**, после возвращения из поездки все предоставленные копии/оригиналы документов возвращаются участникам экспедиции.

3. Средства личной гигиены (кусочек мыла, полотенце, зубную щетку, пасту, влажные салфетки и т.д. девочки берут средства гигиены и пакеты для их утилизации), средства от комаров и клещей.

4. Одежда: куртка (жилет), смена белья, 2 футболки (рубашки). Брюки/трико. Дождевик – простой. Одежда не должна стеснять движение участника, закрывать его от проникновения насекомых. Головной убор – **ОБЯЗАТЕЛЬНО**. Плед, если вы считаете, что можете замерзнуть в палатке. Две пары полотняных (рабочих) перчаток. **ВСЯ ОДЕЖДА ПАКУЕТСЯ В ПАКЕТЫ.**

5. Две пары обуви (на толстой подошве). Обувь должна быть не новой (чтобы участник экспедиции не натер себе мозоли), желательно непромокаемой, удобной для передвижения.

6. Личная мини-аптечка, где к лекарствам прилагается инструкция для руководителя, с пояснением, когда и в какой дозе необходимо применять лекарственные препараты. Препараты от температуры обязательно.

7. Пакеты для грязного белья, мешочки или контейнеры для образцов горных пород.

8. 2-4 шоколадных батончика – ребенок кушает их при пешем переходе, подъеме в горы.

9. Бутылочка с водой, объем до 1 литра.

10. Средство против кровососущих насекомых.

11. Блокнот, ручку/карандаш.

ВНИМАНИЕ:

1. уважаемые родители – рюкзак (сумку) с ребенком собираете **вместе**, не родители без ребенка. Ребенок должен знать, какие вещи у него есть, где, что лежит.

2. Не рекомендуется давать с собой дорогие вещи, чтобы потом не винить ребенка в их порче или потере!

3. Во время проведения экспедиции, **НИ КАКОГО ФАСТ-ФУДА БЫТЬ НЕ ДОЛЖНО!** Допускаются семечки. Особое внимание прошу обратить на то, что ни Колка-Кола, ни кириешки или чипсы не допускаются. Из парфюмерии только дезодорант! Если жарко, то **ОБЯЗАТЕЛЬНО** положить крем от солнечных ожогов.

4. Личные вещи укладываются в рюкзак, руки у участника должны быть свободны. Если нет рюкзака, то допускается любая сумка под вещи, но при себе иметь маленький рюкзачок, позволяющий положить минимум вещей для пеших переходов (**если такового нет**, то необходимо **обратиться** к руководителю экспедиции!)

5. В рюкзак должен быть легким и удобным.

С настоящим Документом ознакомлены и согласны. Данные правила разъяснены:

(фамилия, имя, отчество участника и родителя указывается полностью)

« ____ » _____ 20 ____ г.

_____ / _____
(подпись) (расшифровка подписи)

Меню на маршруте МЕНЮ*

учебной, геолого-краеведческой «Памятники природы Уральской тайги»

ВНИМАНИЕ!!!

Уважаемые участники, просим внимательно ознакомиться с меню. Если у кого-то есть несовместимость с продуктами, перечисленными в меню, **ПРОСИМ** сообщить об этом **ЗАРАНЕЕ** руководителям, чтобы была возможность предусмотреть замену продуктов/блюдов.

.....202.....

В автобусе:

Минеральная вода, бутерброды, пирожки, булочки, взятые дома.

ОБЕД:

Яйцо, сосиски, бутерброды с паштетом, горячий чай, сладости.

УЖИН: суп-лапша с тушенкой**, хлеб, чай, печенье/ соленья, салат (огурцы, помидоры, лук).

....202..

Подъем на хребет Кваркуш

ЗАВТРАК: Ячневая каша с тушенкой, бутерброды, чай, печенье.

ПЕРЕКУСЫ при подъеме: чай, бутерброды с паштетом, сыром, колбаса, огурцы свежие, яйцо вареное, конфеты.

УЖИН: Картофель с тушёнкой, овощи (нарезка), пряники, печенье, чай, хлеб, соленья.

....202...

ЗАВТРАК: Каша рисовая на сгущенном молоке, бутерброды, хлеб, чай.

ПЕРЕКУСЫ при подъеме на Золотой камень: чай, бутерброды с паштетом, сыром, огурцы свежие, сладости,

УЖИН: борщ с тушенкой, салат овощной, печенье, чай.

...202...

ЗАВТРАК: овсяная каша на молоке, тертая морковь с сахаром, хлеб, печенье, сухари.

ПЕРЕКУСЫ при подъеме на гору Кумба: чай, бутерброды с паштетом, сыром, огурцы свежие, сладости,

УЖИН: Рассольник, рис с тушенкой и овощами, хлеб, печенье, чай, салат овощной

...202...

ЗАВТРАК: Макароны «по-флотски», печенье, чай

ОБЕД: Рыбный суп (консервы рыбные) с лапшой, хлеб, бутерброды, чай.

УЖИН: каша их сечки с тушенкой, салат овощной, чай, хлеб, сладости

Выезд домой.

ПЕРЕКУС В ТРАНСПОРТЕ – пряники, печенье, бутерброды, чай, вода

ВНИМАНИЕ:

На обед и ужин готовятся салаты из капусты, моркови, огурцов, помидор, зелени, лука с майонезом/растительным маслом.

Фрукты (яблоки, апельсины и др.) поштучно.

К чаю – сладости, печенье, сухари, баранки, пряники, бутерброды, варенье

Ознакомлен, _____ **возражений** _____ **нет:** _____

_____ (_____)

_____ (_____)

Дата: _____

*исходя из потребностей участников и бюджета экспедиции меню может быть частично изменено, но не кардинально

**тушенка – говядина, мясо кабана с можжевельником

Инструкция по технике безопасности при передвижении в автотранспорте

I. Общие положения.

1.1. Перевозка людей автотранспортом должна соответствовать требованиям Правил дорожного движения. Для перевозки личного состава выделяются автобусы или специально оборудованные автомобили.

1.2. Техническое состояние автобусов и грузовых автомобилей, предназначенных для перевозки людей, должно отвечать Правилам технической эксплуатации автомобильного транспорта. Скорость движения автомобилей, перевозящих людей, должна быть не выше 60 км/ч.

1.3. Запрещается перевозить людей на автомобиле-самосвале, автомобиле-цистерне и других специальных грузовых автомобилях, на грузовом прицепе (полуприцепе), на тракторах и других транспортных средствах, не предназначенных для перевозки людей.

1.4. Грузовой автомобиль, предназначенный для перевозки людей, должен быть оборудован салоном, лестницей для посадки пассажиров, сигнализацией из салона в кабину водителя, освещением кузова, медицинской аптечкой для оказания помощи, легкоъемным (находящимся вне кабины) огнетушителем вместимостью не менее 2 л. На передней и задней стенках салона с наружной стороны должна быть надпись «Люди».

1.5. Кузов грузового автомобиля, предназначенного для перевозки людей, должен быть оборудован полумягкими сиденьями, укрепленными на расстоянии не менее 15 см. до верхнего края борта, а сиденья, расположенные вдоль заднего и бокового борта, - прочными спинками. Ботовые замки должны быть закрыты и надежно закреплены. Число перевозимых людей не должно превышать число оборудованных для сиденья мест.

1.6. При перевозке людей в грузовом автомобиле должны быть выделены лица, ответственные за безопасную перевозку (один человек должен находиться в кузове, а другой - в кабине автомобиля). Фамилии ответственных лиц записываются в путевой лист.

1.7. Проезд в кузове грузового автомобиля, не оборудованного для перевозки людей, разрешается только лицам, сопровождающим груз или следующим за его получением, при условии, что они обеспечены удобным местом, расположенным ниже уровня бортов.

1.8. Число пассажиров в кузове должно не превышать для грузовых автомобилей грузоподъемностью: менее 1,5 т. - 9 человек; 1,5-2,0 т. - 16 человек; 2,5-3,0 т. - 20 человек; 3,5-4,5 т. - 24 человека; 5-7 т. - 30 человек; 7 т. и более - 36 человек.

1.9. Автобусы и специально оборудованные для перевозки людей грузовые автомобили должны быть оснащены средствами пожаротушения. Средства пожаротушения (огнетушители, ящики с сухим песком) размещаются на видном месте в самом автобусе или кузове грузового автомобиля. Шофер является ответственным за соблюдение правил техники

безопасности всеми лицами, находящимися на автомобиле, а также всеми лицами, связанными с его работой и обслуживанием, и обязан требовать выполнения этих правил.

1.10. Площадка для стоянки автомобилей в полевых условиях должна очищаться от сухой травы, валежника, опаживаться кругом полосой шириной более 1 м., не ближе 100 м. от построек, лесных складов, стогов сена, соломы, токов, хлеба на корню и лесонасаждений.

1.11. Запрещается заправка автомобилей при нахождении людей в кузове.

1.12. Автомобили на площадке должны устанавливаться колоннами (в каждой не более 10); разрыв между отдельными автомобилями должны быть не менее 10 м. На временных стоянках автомобилей и в местах хранения топлива, смазочных материалов должны быть установлены огнетушители, ящики с сухим песком и бочки с водой.

1.13. При посадке на автотранспорт назначаются старший по машине и старшие по бортам. Запрещается до полной остановки транспортного средства садиться в него, вставать в нем, соскакать с него.

1.14. При посадке и высадке в транспортное средство запрещается бросать в него и из него шанцевый инструмент, другие предметы, толкаться и допускать шалости. Погрузка и выгрузка осуществляется только по команде старшего по машине.

II. Действия в случае аварии

2.1. При дорожно-транспортном происшествии пассажирам необходимо немедленно покинуть транспортное средство и удалиться от него на расстояние 25 - 30 м.

2.2. Эвакуация из транспортного средства производится согласно с аварийными правилами данного транспортного средства.

2.3. Запрещается создание помех для эвакуируемых, а также ведение действий увеличивающих панику.

2.4. Пострадавшим при аварии оказывается помощь при эвакуации, а затем и медицинская помощь.

2.5. О случившемся происшествии старший машины, командир отряда ставит в известность руководителя поисковых работ, милицию, местные власти.

Инструкция по пожарной безопасности

I. Общие требования безопасности

1. Настоящие правила устанавливают основные правила пожарной безопасности для участников поисковой экспедиций "По следам Максима Походяшина" и являются обязательными к выполнению для всех участников поисковой экспедиции, находящихся в базовых или выездных лагерях, а также в местах произведения исследований.

2. Учитывая отдаленность территорий по которым проходит экспедиция от пожарных подразделений, размещение их вне населенных пунктов, отсутствие телефонной связи, а так же сложность эвакуации в

условиях возникновения пожара, всеми участниками поисковых экспедиций должен соблюдаться строжайший противопожарный режим.

3. Каждый участник поисковой экспедиции обязан знать и строго выполнять правила пожарной безопасности, а в случае возникновения пожара принимать все зависящие от него меры к спасению людей и тушению пожара.

4. Ответственность за противопожарное состояние в период проведения экспедиции персонально на руководителя поисковой экспедиции.

5. Во время проведения экспедиции лагеря запрещается:

- курить;

- разводить костры в неполюженном месте, сжигать мусор;

- разводить огонь ближе 50 м от палаток, стоянки транспортного средства;

- использовать не по назначению средства пожаротушения;

6. Территория палаточного лагеря должна содержаться в чистоте и порядке. Весь горючий мусор должен систематически удаляться в специально отведенные места.

7. Запрещается курить, пользоваться открытым огнем в палатках и около них.

8. В палатках не допускается применение керосинового освещения. В качестве освещения могут применяться карманные фонари.

9. Не разрешается размещать автомашины и другие агрегаты в непосредственной близости от палаток. Автотранспорт ставится на специально оборудованную стоянку.

II. Действия в случае пожара.

1. Первоочередной обязанностью каждого участника поисковой экспедиции является спасение жизни людей при пожарах.

2. В случае возникновения пожара лица, первые заметившие это, обязаны немедленно сообщить руководителю поисковой экспедиции, дать сигнал тревоги.

3. Детей младшего возраста следует эвакуировать в первую очередь. Людей выводят из того места, где возник пожар и из мест, которым угрожает опасность распространения пожара.

4. Одновременно с эвакуацией детей следует приступить к тушению пожара своими силами и имеющимися в лагере средствами пожаротушения.

5. Эвакуированных членов экспедиции надо направить в безопасное место

6. Пострадавшим должна быть оказана первая медицинская помощь, при необходимости - обеспечена доставка в больницу.

Инструкция о мерах оказания первой медицинской помощи

1. Каждый участник поисковой экспедиции должен уметь оказывать первую помощь пострадавшему при отравлениях, ожогах, ранениях и других несчастных случаях. Перед тем, как приступить к оказанию первой помощи,

необходимо устранить причины, вызвавшие тяжкое состояние пострадавшего.

2. Первая помощь при потере сознания. При потере сознания необходимо пострадавшему обеспечить приток свежего воздуха, устранить в одежде все, что может стеснять или затруднять свободное дыхание (расстегнуть ворот, пояс и т.п.), обрызгивать лицо водой, давать нюхать нашатырный спирт. При отсутствии дыхания немедленно приступить к проведению искусственного дыхания.

3. Первая помощь при отравлении. Пострадавшему необходимо обеспечить доступ свежего воздуха, прочистить желудок, дать абсорбирующие средства. Доставить до ближайшего медицинского пункта.

4. Первая помощь при ожогах. Ожоги первой степени (легкие) характеризуются покраснением, болезненностью кожи. При средних и тяжелых ожогах (2, 3, 4 степени) на место ожога наложить стерильную повязку и отправить пострадавшего в медицинское учреждение.

5. Первая помощь при ранениях, переломах, вывихах и ушибах. При ранениях основной задачей оказывающего первую помощь является предохранение пораженного места от загрязнения. Для оказания первой помощи необходимо перевязать рану. При кровотечении необходимо остановить кровь, после чего сверху забинтовать и отправить пострадавшего в медпункт.

Если кровотечение тугой повязкой не останавливается, то необходимо наложить жгут, а при его отсутствии - закрутку из подручного материала (скрученный платок, полотенце и т. п.). Жгут накладывают выше места кровотечения, ближе к ране, на одежду или мягкую подкладку из бинта, чтобы не прищемить кожу. Во избежание омертвления конечности не оставлять жгут на месте более двух часов. Пострадавшему после наложения жгута необходимо немедленно отправить в медпункт. В случае кровотечения из артерии головы или при отсутствии жгута, нужно прижать артерию выше места повреждения к кости и немедленно транспортировать пострадавшего в медпункт. В тех случаях, когда нельзя наложить жгут (при кровотечении на шее, грудной клетке, животе), применяют давящую повязку. При переломах нужно создать полный покой поврежденной части тела и соблюдать исключительную осторожность при переноске пострадавшего. Необходимо наложить на поврежденную часть тела неподвижную повязку - шину.

Шины накладывают таким образом, чтобы они захватывали не менее двух суставов, между которыми находится перелом. Под шину нужно положить мягкий материал - вату, полотенце и пр.

При переломе черепа пострадавшего уложить таким образом, чтобы голова была несколько приподнята, по бокам ее уложить два валика, на голову положить холод.

При переломах позвоночника осторожно положить пострадавшего на носилки животом вниз и отправить в медпункт. Носилки должны быть твердыми, для чего снизу положить широкую доску.

При вывихах необходимо закрепить конечность в том положении, какое она приняла. Например, при вывихе плеча, под мышку положить какой-нибудь мягкий сверток, руку подвесить; при вывихе бедра положить свернутую одежду, когда пострадавший будет положен на носилки. Вправление вывиха производится только врачом.

При ушибах следует приложить к ушибленному месту холод.

6. Способы искусственного дыхания. Наиболее эффективным и во многих случаях приемлемым является способ искусственное дыхание по методу вдувания воздуха «изо рта в рот» или «изо рта в нос».

Быстро открыть пострадавшему рот и, если там есть жидкость, слизь, удалить их носовым платком, марлей. Вынуть также съемные протезы. Положив человека на спину и расстегнув на нем одежду, максимально запрокинуть ему голову, чтобы язык не запал ему в гортань. Зажав ноздри пострадавшего, глубоко вдохните, плотно прижмите свой рот (через платок) и с силой вдуйте воздух до тех пор, пока грудь пострадавшего не начнет подниматься. Выдохнув весь свой запас воздуха, сделайте глубокий вдох. В это время у пострадавшего пассивно происходит выдох. Оказывающий помощь производит 12-15 вдуваний в минуту.

7. Непрямой (наружный) массаж сердца. При отсутствии пульса у пострадавшего одновременно с искусственным дыханием проводят непрямой массаж сердца. Для этого пострадавшего необходимо положить на жесткую поверхность. Оказывающий помощь становится справа или слева от пострадавшего и, положив кисти рук одна на другую на нижнюю часть грудной клетки, энергичными толчками производит ритмичное надавливание на грудную клетку (частота надавливания 50-60 раз в минуту, глубина надавливания 3-4 см).

Необходимо придерживаться следующего чередования массажа и искусственного дыхания:

- при наличии помощника - через каждые 4-6 надавливаний на грудную клетку помощник делает вдувание воздуха;
- при отсутствии помощника - через 15-30 надавливаний с целью массажа сердца производить 2-3 вдувания.

Искусственное дыхание и массаж сердца следует проводить до полного восстановления дыхательной и сердечной деятельности или до решения врача о наступлении смерти.

В целях предотвращения несчастных случаев при проведении экспедиции необходимо соблюдать следующие меры безопасности:

1. При проживании в условиях полевого лагеря обязательно исполнение правил внутреннего распорядка, доводимых руководством лагеря.
2. Запрещается без предупреждения руководителя экспедиции покидать территорию лагеря.
3. В палатках категорически запрещается курить внутри и около палатки, разжигать костры ближе 50 м от лагеря.

4. При работе в на кухне необходимо соблюдать осторожное обращение с острыми и режущими предметами, внимательным при заготовке дров и воды.

5. Категорически запрещается купание.

6. При посадке на автотранспорт назначаются старший по машине. Запрещается до полной остановки транспортного средства садиться в него, вставать в нем, соскакивать с него.

7. При посадке и высадке в транспортное средство запрещается толкаться и допускать шалости. Погрузка и выгрузка осуществляется только по команде старшего по машине.

8. Места для разведения костров, должны быть перекопаны на глубину 40-60 см и проверены внешним осмотром на отсутствие взрывоопасных предметов.

9. В целях профилактики кишечных и других заболеваний категорически запрещается употребление для питья сырой воды из открытых источников, невымытых фруктов и овощей.

10. Запрещается употребление спиртных напитков, наркотиков, токсических веществ.

11. Участники экспедиции должны соблюдать правила личной и общественной гигиены.

12. Запрещается повреждение или уничтожение зеленых насаждений.

13. При общении с местными жителями, группами туристов быть предельно корректными и вежливыми.

14. Запрещается во время сырой погоды подходить к линиям электропередач.

15. Лица, участвующие в поисковых работах, перед началом работ проходят инструктаж и расписываются в журнале по технике безопасности.

16. Лица, не прошедшие инструктаж по технике безопасности работе в экспедиции не допускаются.

17. Лица, не выполняющие требований данной инструкции, от участия в экспедиции отстраняются.

Техника безопасности при посещении пещер

1. Перед посещением пещеры ознакомьтесь с литературой о ней и получите консультацию у специалистов, послушайте объяснения проводника /экскурсовода.

2. Двигайтесь в пещере цепочкой в определённом порядке, указанном руководителем экскурсии.

3. Соблюдайте тишину и обращайтесь внимание на состояние потолка пещеры.

4. Проверьте, нет ли в пещере вредных газов.

5. Чтобы не заблудиться в большой пещере со многими ходами, делайте на стенах пещеры отметки мелом в виде стрелок или разбрасывайте на видных местах пещеры бумажки.

6. Не пользуйтесь ветхими лестницами или другими сооружениями внутри пещер.
7. Не зажигайте факелы.
8. Не производите раскопки в пещерах.
9. Возьмите с собой шерстяной свитер или куртку, лыжный костюм или цельный брезентовый комбинезон, прочные кожаные перчатки.
10. Самостоятельные прогулки - **только** с оповещением старшего группы и обозначением времени отсутствия и контрольного срока явки.
11. Обязательное строгое соблюдение инструкции по технике безопасности и указаний инструктора-групповода.
12. Запрещается громко кричать, кидаться камнями, кладкой, взрывать хлопушки, петарды, а также создавать другие громкие звуки.
13. Во время прохождения каждый обязан следить за собственным самочувствием, о недомогании, сильной усталости сообщить руководителю группы.
14. Оставляйте мусор только в специально отведенных местах, либо выносите на поверхность.
15. Справлять естественные потребности необходимо в специально отведенных местах.
16. Место стоянки (около пещеры и в пещере) после ухода туристов должно быть чище, чем до их прихода. Мусор, пищевые отходы забирайте с собой - для утилизации в городе.
17. Не отбивайте сталактиты, «каменные цветы» на стенах. В одну минуту можно уничтожить то, что создавалось природой тысячами лет.
18. Не шумите – не пугайте летучих мышей. Вылетев зимой из пещеры, они погибнут. Летучие мыши не мешают вам бодрствовать, а вы не мешайте им спать. Летучие мыши уже давно в «Красной книге».
19. Не выдалбливайте, не пишите копотью факела или краской на стенах пещеры свои имена и даты.

Помните, что пещеры находятся под охраной государства, и портить эти памятники природы нельзя.

Обязанности участника исследовательской экспедиции

1. Участник экспедиции в период проведения экспедиции отвечает за точное и своевременное выполнение возложенных на него обязанностей и поставленных задач, а так же за состояние своей, обуви, рабочего инвентаря и вверенного ему оборудования. Подчиняется руководителю поисковой группы.
2. Участник поисковой экспедиции обязан:
 - пройти подготовку по основным направлениям экспедиции;
 - глубоко осознавать цели и задачи экспедиционной деятельности, соблюдать технику безопасности и правила внутреннего распорядка;
 - добросовестно изучать теорию и практику в рамках направления работы экспедиции, старательно запоминать все, чему его обучают руководители;

- беспрекословно, точно и в срок выполнять указания руководителей;
- быть дисциплинированным, не допускать недостойных поступков самому и удерживать от них товарищей;
- уважать руководителей и старших, строго соблюдать правила вежливости и поведения;
- знать и иметь всегда исправный, готовый к применению рабочий инвентарь;
- беречь экспедиционное имущество,
- соблюдать правила личной, производственной и общественной гигиены;
- строго выполнять меры безопасности;
- соблюдать правила противопожарной безопасности;
- не допускать отлучек без разрешения руководителя группы.

3. В случае неисполнения участником исследовательской экспедиции своих обязанностей, или невозможности их исполнения по состоянию здоровья и иным причинам, он отстраняется от дальнейшей экспедиционной деятельности в рамках данного образовательного учреждения.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133600552358087161194895262509558337786447861705

Владелец Букреев Евгений Михайлович

Действителен с 19.03.2024 по 19.03.2025