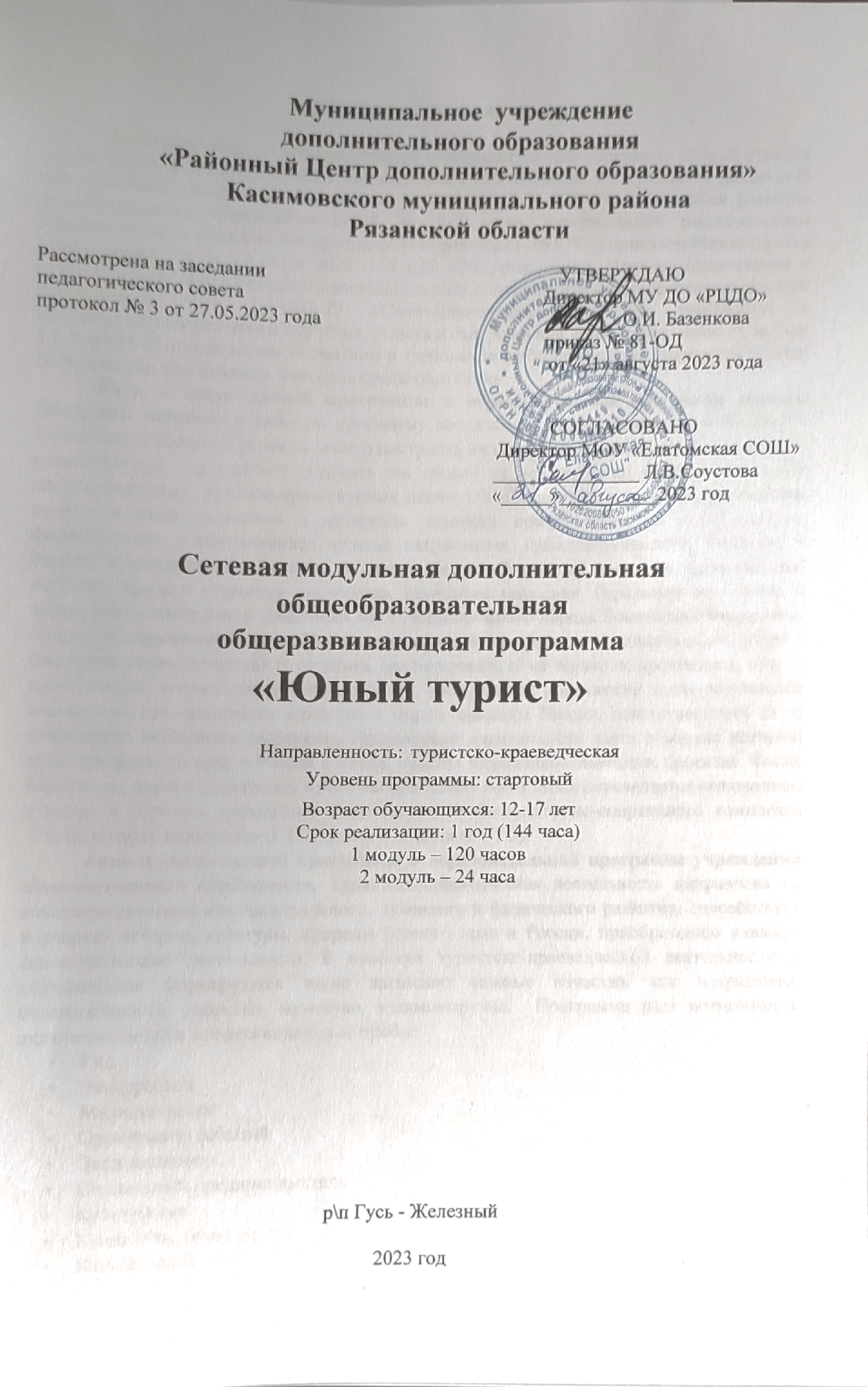
****

**Пояснительная записка**.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Юный турист» (далее–Программа) разработана в соответствии с требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ; Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р; приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

**Роль и место данной программы в образовательной программе школы.** Программа включена в рабочую программу воспитания, т.к. воспитательный процесс в коллективе с большим успехом можно построить на основе включения детей в туристско-краеведческую деятельность. Сделать это можно на основе четко сформулированных социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирования у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде. Программа позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на предметное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка, обеспечивает достижение таких результатов воспитания как осознанное единство с миром природы России, ответственность за ее сохранение, осознанное выражение гражданской идентичности через освоение истории, культуры родного края и России в целом, участие в социально значимых проектах. Также значимость данной Программы в рабочей программе воспитания определяется включением туризма в перечень нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Комплекс ГТО).

**Роль и место данной программы в образовательной программе учреждения дополнительного образования.** Туристско-краеведческая деятельность направлена на совершенствование интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению истории, культуры, природы родного края и России, приобретению навыков самостоятельной деятельности. В процессе туристско-краеведческой деятельности у обучающихся формируются такие жизненно важные качества, как патриотизм, ответственность, упорство, мужество, взаимовыручка. Программа дает возможность включения детей в профессиональные пробы:

* Гид
* Экскурсовод
* Медиатехнолог
* Организатор событий
* Экспозиционер
* Социальный предприниматель
* Культуролог
* Хранитель, архивариус
* Искусствовед
* Педагог
* Библиотекарь
* Бренд-менеджер территорий и пространств
* Архитектор пространств и сообществ
* Разработчик ИТ-решений в сфере путешествий
* Специалист по межкультурным коммуникациям
* и т.д.

В ходе профессиональных проб учащиеся не только получают представление об особенностях труда данных профессий, но и в процессе обучения овладевают знаниями и навыками, необходимыми для профессиональной деятельности в будущем.

**Направленность программы** – туристско-краеведческая, т.к. программа способствует изучению, как малой Родины, так и России в целом, ее исторического и культурного наследия, формированию у обучающихся знаний, умений и навыков, связанных с безопасным пребыванием в условиях природной и городской среды, получению опыта работы в коллективе и социализации в обществе

**Актуальность** Программы определена необходимостью исполнения поручений Президента Российской Федерации В.В. Путина, данных по итогам встреч Президента Российской Федерации со школьниками во Всероссийском детском центре «Океан» от 24 сентября 2021 г. N Пр-1806, встреч- общественностью по вопросам общего образования (перечень поручений от 30 сентября 2021 г. N 1845), заседания Президиума Государственного Совета (перечень поручений от 24 сентября 2021 г. N Пр-1808ГС), п. 2 Перечня поручений Президента Российской Федерации по итогам заседания Совета при Президенте Российской Федерации, в которых определено, что важной задачей каждой образовательной организации является совершенствование деятельности по организации экскурсий для детей, включая экскурсии по историко-культурной, научно-образовательной и патриотической тематике, оказание содействия в организации детских культурно-патриотических круизов; формирование в каждом субъекте Российской Федерации туристских маршрутов для ознакомления детей с историей, культурой, традициями, природой соответствующего региона, а также с выдающимися деятелями, внесшими весомый вклад в развитие субъекта Российской Федерации.

**Адресат программы**: дети 12-17 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию физического здоровья к участию в походной и соревновательной деятельности.

**Условия набора**: принимаются все желающие при наличии медицинской справки или заключения физкультурно-спортивного диспансера о возможности участия в туристических походах и соревнованиях по туристической технике

**Условия формирования групп:** группы одновозрастные или разновозрастные при условии разницы в возрасте не более года.

**Отличительная особенность.** Программа модульная. Программу возможно реализовывать с использованием сезонных интенсивов, сборов, путем лагерных и (или) профориентационных смен.

**Особенности организации образовательного процесса**. Программа реализуется в рамках сетевого взаимодействия школы и Муниципального учреждения дополнительного образования «Районный Центр дополнительного образования». В рамках внеаудиторных занятий предусмотрены походы, участие в конкурсных мероприятиях, туристических слетах и соревнованиях, социально-значимых проектах.

**Уровень**: стартовый

**Объем и срок освоения**: 144 часа, 1 год обучения, режим занятий – 2 раза в неделю по два часа, походная и соревновательная деятельность в соответствии с календарным учебным графиком.

1 модуль «Пешеходный туризм» - 120 часов

2 модуль «Туристические сборы – 24 часа

**Форма обучения**: очная.

**Формы организации деятельности**:

• фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);

• коллективная: организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно;

• групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в том числе в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);

•индивидуальная: организуется для работы по подготовке к соревновательной деятельности, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

**Критерии и способы определения результативности**: педагогическое наблюдение, выполнение обучающимися диагностических и практических заданий, решение задач поискового характера, проверки-тесты, контрольные вопросы, внутренние соревнования (сборы), участие в соревнованиях, конкурсах, туристических слетах.

**Перечень форм подведения итогов**: туристические слеты, сборы, соревнования по туристической технике, походная деятельность, тестирование.

**Цель программы**: массовое привлечение обучающихся к занятиям туризмом и ориентированием, обучение их безопасному поведению в природной среде, совершенствование нравственных и физических качеств обучающихся.

**Задачи программы**:

Предметные:

• формировать представление о туризме как способе познания окружающего мира;

• обучать правильно использовать термины, формулировать определения, понятия, используемые в туризме, краеведческой работе;

• формировать умения и навыки туристической деятельности (навыки подбора личного и группового снаряжения, поиска и организации места привалов и ночлегов, укладки рюкзака, техники преодоления естественных препятствий, ориентирования на местности и т.п.);

• формировать практические навыки деятельности в экстремальных ситуациях;

• обучать правилам автономного пребывания в условиях природной среды;

• обучать способам, правилам и приемам оказания первой помощи пострадавшим от опасных факторов в чрезвычайных ситуациях.

Метапредметные:

• научить планировать свою работу, корректировать и оценивать свой труд, применять на практике знания, умения, полученные в объединении;

• создать условия для формирования навыков самоорганизации и самоуправления.

Воспитательные:

• формировать интерес к познанию отечества, готовности к изучению своей страны, своего региона и малой родины;

• формировать мотивацию к профессиональному самоопределению в области туризма;

• формировать установку на здоровый образ жизни.

**Планируемые результаты**

обучающиеся будут знать:

• основы теории туризма при совершении путешествий малой и средней длительности;

• технику преодоления естественных препятствий;

• способы ориентирования на местности;

• правила поведения в природе;

• порядок и правила оказания первой помощи;

обучающиеся будут уметь:

• подбирать личное и групповое снаряжение;

• составлять меню и подбирать необходимый оптимальный набор продуктов;

• организовывать привалы и ночлеги;

• разбивать туристический бивак;

• укладывать рюкзак;

• разрабатывать простейшие маршруты походов;

• самостоятельно выбирать тему краеведческого задания для похода;

• распределять обязанности в группе;

• организовывать свою жизнь на основе безопасности жизнедеятельности;

• переносить известные ему знания и навыки, варианты решения, приемы

общения в условия новой ситуации, трансформируя их в соответствии со спецификой ее конкретных условий;

• планировать свою работу, корректировать и оценивать свой труд, применять на практике знания, умения, полученные в объединении;

у обучающихся будет сформированы:

• интерес к занятиям туризмом и краеведением как активной, познавательной, оздоровительной и досуговой деятельности;

• чувство гордости за «малую родину» и страну на примерах выдающихся земляков, на основе изучения культуры, истории, экономики, природы родного края как одного из субъектов России;

• установка на здоровый образ жизни.

**Модуль I «Пешеходный туризм»**

**Цель** – формирование у обучающихся здорового образа жизни, навыков безопасного поведения в природной среде, воспитанием морально-волевых качеств, гражданственности, патриотизма посредством освоения практических основ пешеходного туризма.

**Задачи**

***Обучающие:***

- обучать базовым знаниям по туристской подготовке и основам выживания в природе, безопасном проведении походов;

- учить правильно выполнять технические приемы преодоления различных препятствий;

- обучать приемам оказания доврачебной медицинской помощи;

- обучать навыкам ведения фото- и видеосъемки, ориентирования и топографии;

- расширять знания о своем регионе;

- обучать способам выживания в экстремальных и автономных условиях.

***Развивающие:***

- развивать физическую активность, укреплять здоровье;

- развивать инициативность и индивидуальные способности;

- развивать логическое мышление и творческие способности;

- прививать интерес к туризму и краеведению как активной познавательной, оздоровительной и досуговой деятельности.

***Воспитательные:***

- воспитывать общечеловеческие качества: взаимовыручку, честность, бескорыстие, отзывчивость, умение дружить через участие в коллективных действиях;

- формировать нравственные качества, воспитывать гражданственность и патриотизм;

- формировать у обучающихся потребность к здоровому образу жизни, к физическому совершенствованию;

- воспитывать у обучающихся ответственное отношение к сохранению окружающей среды как основы обеспечения безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства.

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование раздела | Кол-во часов | | | Формы  контроля |
| Теоретические | Практические | Всего |
| 1. | Вводное занятие.  Техника безопасности | 2 | - | 2 | Текущий |
| 2. | Туристические навыки | 6 | 40 | 46 | Промежуточная аттестация в форме выполнения практических работ и тестов |
| 3. | Ориентирование | 6 | 32 | 38 | Промежуточная аттестация в форме выполнения практических работ и тестов |
| 4 | Первая помощь | 2 | 4 | 6 | Практическое задание |
| 5 | Походная деятельность | 2 | 18 | 20 | Поход |
| 6 | Поведение в экстремальной ситуации | 4 | 2 | 6 | Практическое задание |
| 7 | Промежуточная аттестация | - | 2 | 2 | Отчет о походе |
|  | **Итого** | **22** | **98** | **120** |  |

Содержание

1. **Вводное занятие. Техника безопасности.**

**Теоретическая подготовка:**

Основные понятия: туризм и туристы. Обязанности в походе. Топография, ориентирование на местности. Значение ориентирования в бою, на отдыхе. Зачетные требования. Значок «Турист России» и другие туристские нормативы.

Основные направления работы объединения, режим занятий и тренировок. Материалы и инструменты, необходимые для занятий. Требования к одежде для занятий.

Техника безопасности при проведении туристических походов. Назначение походной аптечки. Состав походной аптечки. Походный травматизм. Помощь при различных травмах.

1. **Туристские навыки. Пешеходный туризм**.

**Теоретическая подготовка:**

Костры, их типы. Дрова. Устройство очага. Правила противопожарной безопасности при разведении костра. Основные правила безопасности у костра и при работе с инструментом.

Одежда и обувь для похода. Ветрозащитные, гигроскопические и теплоизоляционные свойства различных тканей.

Правила проведения турпоходов. Поведение в транспорте. Права и обязанности участника турпохода.

Движение группы: выбор пути, порядок и темп движения группы. Направляющий и замыкающий. Сигналы движения и остановки. Частота привалов.

Выбор района похода. Сбор сведений, разработка маршрута и графика движения. Запасные варианты. Смета расходов. Меню. Принципы расчета питания, подбора и закупки продуктов. Режим питания.

Личное снаряжение туриста. Список группового снаряжения.

Рюкзаки и их типы. Правила укладки, типичные ошибки. Весовые нагрузки.

Типы палаток и тентов.

Движение в походе: нормы переходов, темп, режим, интервал, их изменение в зависимости от различных условий. Расчет пути пройденного за день.

Движение по лесу, кустарникам и завалам, по сильно пересеченной местности. Движение по дорогам и тропам, по песку.

Подготовка к однодневному походу: Личная гигиена, уход за телом. Гигиенические требования к постели, одежде, обуви. Условные внутригрупповые сигналы по ходу движения. Культура поведения и построение взаимоотношений с местными жителями.

Дисциплина в походе. Примеры ЧП и аварий из-за нарушения дисциплины в группе.

- комплектование аптечки и ремнабора;

- распределение обязанностей в группе, подбор и проверка группового снаряжения;

- составление меню и сметы похода, упаковка продуктов.

**Практическая подготовка:**

- разведение костра: с растопкой, найденной на месте; с готовой растопкой с одной спички; на скорость. Поддержание костра на время с ограниченным запасом дров;

- приготовление пищи на костре;

- подбор одежды и обуви для похода;

- разработка маршрута и графика движения; - распределение обязанностей в группе;

- составление сметы расходов, меню. Расчет питания, закупка продуктов. Упаковка различных продуктов;

- подбор рюкзака по росту, укладка;

- выбор места для палатки, установка;

**3. Ориентирование.**

**Теоретическая подготовка:**

Стороны горизонта. Ориентирование. Компас. Правила обращения с компасом. Марки компасов.

Карты разного назначения: топографические, спортивного ориентирования, административные, туристические схемы. Масштаб. Условные знаки топографических карт. Изображение рельефа на топографической карте. Понятие об «азимуте».

«Открытый» и «закрытый» азимут.

Спортивное ориентирование: карты спортивного ориентирования, условные знаки. Техника и тактика ориентирования «по заданной трассе» и «по выбору».

Ориентирование по солнцу и часам, по Полярной звезде. Ориентирование по местным признакам.

Топографические карты разных масштабов: различие в изображении условных знаков. Ориентирование «по легенде». Принципы составления картосхем.

Техника и тактика спортивного ориентирования: легенды KП, план прохождения дистанции.

**Практическая подготовка:**

- упражнения по чтению карт;

- определение расстояний на местности различными способами: шагами, на глаз, по времени;

- ориентирование карты по компасу;

- снятие азимута, движение по азимуту (Игра «Поиск клада» по азимутальному ходу в 2-3 отрезка).

- определение севера-юга по местным признакам; - рисовка картосхемы маршрута;

- ориентирование «по легенде»; - движение по азимуту;

- определение расстояний на глаз и шагами;

- участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

1. **Первая помощь**.

**Теоретическая подготовка:**

Состав аптечки для небольшого похода. Доврачебная помощь при обмороке, вывихе, переломе, ожоге, небольшом ранении.

Оказание помощи при обморожениях, замерзании, простудах. Потертости, опрелости, мозоли. Снежная слепота.

Типы повязок при различных ранениях. Остановка артериального кровотечения (жгут, места применения).

Помощь при пищевых отравлениях, отравлениях ядовитыми растениями, при укусах ядовитых змей, пауков и других насекомых.

Транспортировка пострадавшего. Устройства для транспортировки. Лекарства в составе аптечки, их применение.

**Практическая подготовка:**

- приемы доврачебной помощи при обмороке, вывихе, переломе, ожоге, небольшом ранении;

- отработка навыков оказания первой медицинской помощи при обморожении, потертостях, опрелостях, мозолях;

- отработка наложения повязок при различных ранениях; - отработка транспортировки пострадавшего.

1. **Походная деятельность.**

**Теоретическая подготовка:**

Прокладка маршрута по топографической карте с компасом. Отслеживание маршрута по топографической карте. Определение расстояний «на глаз», шагами и по ходовому времени. Безопасное движение по чащобе. Длительное движение по «закрытому» азимуту. Разжигание костра. Приготовление пищи на костре. Съедобные и ядовитые дикорастущие растения осенью.

**Практическая подготовка:**

Поход (однодневный или трёхдневный) пеший по Касимовскому району: Закрепление практических знаний по туристическим навыкам. Следование по маршруту с компасом и топографической картой. Ориентирование по солнцу и звездам.

Движение по лесу на лыжах. Техника движения на лыжах с нагруженным рюкзаком. Прокладывание лыжни. Спуски и подъемы по склонам (15-20 градусов). Ориентирование на пересеченной местности.

Преодоление чащоб и завалов. Работа пилой и топором. Меры безопасности. Разведение огня и устройство очага в зимних условиях. Приготовление пищи в зимних условиях.

1. **Поведение в экстремальной ситуации**.

**Теоретическая подготовка:**

Опасные ситуации в походах. Нарушение дисциплины и травматизм. Отставание от группы. Потеря снаряжения. Психологический разлад и разделение группы.

Отсутствие продуктов и голод. Правильный выход из голода. Питание на минимуме продуктов. Ядовитые растения средней полосы (вех, паслен, волчье лыко и др.). Меры при отравлении.

Поведение при встрече с опасными животными (гадюка, лось, кабан, волк и др.).

Опасные погодные явления и меры безопасности (гроза, шаровая молния, наводнение, ураган и др.).

Аварии транспорта: поезд, автобус. Поведение в аварийной обстановке. Аварийный мини-набор: состав и применение. Вес, практичность.

Примеры выживания в дикой местности.

**Практическая подготовка:**

- составление индивидуального аварийного мини-набора.

**7. Промежуточная аттестация**

**Практическая подготовка:** Составление и защита отчета о походе.

**Планируемые результаты освоения Модуля:**

***В результате освоения обучающиеся будут:***

- обладать базовыми туристскими компетенциями (организация похода, составление маршрута, разбивка лагеря, ремонт оборудования и пр.);

- знать правила оказания первой доврачебной помощи и уметь ее оказывать;

- уметь выполнить технические приемы на маршруте;

- знать основы картографии и уметь ориентироваться на местности и по картам;

- уметь собирать краеведческий материал в процессе выездных мероприятий;

- знать правила безопасности в походах и уметь выполнять их на практике;

- составление отчета о походе.

***У обучающихся сформируется:***

- умение работать в команде;

- потребность к здоровому образу жизни и физическому совершенствованию

- активная природоохранная и патриотическая жизненная позиция.

**Модуль II «Туристическое сборы»**

**Цель:** Отработка профессионального мастерства в прохождении этапов для участия в муниципальном туристическом слете «Мещерские зори».

**Задачи:**

**Обучающие:**

- Совершенствование туристических навыков, повышение спортивного мастерства;

- Освоение доступных форм туристических соревнований;

**Развивающие:**

- развивать физическую активность;

- развивать инициативность и индивидуальные способности;

**-**Популяризация здорового образа жизни среди детей и подростков;

**Воспитательные:**

- Воспитание нравственных качеств личности участников: взаимоподдержки, взаимовыручки, организованности и дисциплины, принципиальности, смелости, стойкости и мужества, чувства долга и ответственности, высоких организаторских качеств;

- Внедрение модели наставничества между педагог-педагог, педагог-ребенок, ребенок-ребенок.

**Учебный план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела (конкурса)** | **Количество часов** | **Оценка результатов и подведение итогов** |
| Практическая работа |
| 1 | **Конкурс туристических навыков:**  - вязание узлов;  - оказание 1 медицинской помощи;  - топографические знаки;  - разведение костра. | 10 часов | Оценка результатов и подведение итогов осуществляется по наибольшему количеству баллов. Количество баллов на каждом этапе конкурса - 12, количество этапов - 4 этапа, максимальное количество баллов - 48. |
| 2 | **Лично-командные соревнования по туристической технике (лично-командное прохождение)**  **Перечень этапов**  1.Ромб.  2.Переправа по параллельно натянутым периллам.  3.Навесная переправа  4.Маятник  5.Кочки  6.Спуск  7.Поъем  8.Бревно | 14 часов | 1 штрафной балл = 15 сек.  Результаты команды определяются по времени прохождения препятствий с учётом штрафного времени каждым участником. При равенстве результатов преимущество получает команда, имеющая наименьшую сумму штрафного времени. Прохождение этапа сквозное. |
|  | **ИТОГО** | **24 часа** |  |

1. **Условия проведения конкурса туристических навыков.**

**Технические условия.**

**Состав команды:** 6 человек (не менее 2 девочек)

**Форма одежды:** штормовка с капюшоном, брюки (спортивные), обувь (спортивная).

**1.1.Медицинская помощь.**

**Практическая работа:**

Участники демонстрируют свои знания по оказанию первой медицинской помощи.

Темы: отморожения, ожоги, солнечные и тепловые удары, утопления, переломы конечностей, отравления, сердечно-легочная реанимация, наложение шин, перенос пострадавшего.

Команда получает задание, которое включает 3 вопроса (2 теоретических и практический).

За каждый правильный ответ на вопрос команда получает 4 балла, за правильное выполнение практического также 4 балла.

**1.2.Топография.**

**Практическая работа:**

Команда получает карточки с заданием.

На одной карточке имеется изображение 3 условных знаков, команде необходимо указать их значение. На другой указаны 3 значения, команде необходимо нарисовать условный знак.

За каждый правильный ответ команда получает 2 балла. Максимальное количество баллов – 12.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Условные обозначения топографических карт**   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Постройки и искусственные сооружения | | | | | | | | | | | | **Условный знак** |  | | | **Значение** | **Условный знак** | |  | | **Значение** | | |  | - | | | Жилые строения масштабные |  | | - | | Жилые строения немасштабные | | |  | - | | | Разрушенные строения масштабные |  | | - | | Разрушенные строения немасштабные | | |  | - | | | Постоянные стоянки юрт, чумов |  | | - | | Дом лесника | | |  | - | | | Пасека |  | | - | | Торфоразработки масштабные | | |  | - | | | Торфоразработки немасштабные |  | | - | | Радио и телемачты | | |  | - | | | Вышка легкого типа |  | | - | | Водяная мельница, лесопилка | | |  | - | | | Ветряная мельница |  | | - | | Метеостанция | | |  | - | | | Геодезический пункт |  | | - | | Церковь | | |  | - | | | Часовня |  | | - | | Кладбища масштабные | | |  | - | | | Кладбища немасштабные |  | | - | | Памятники на братских могилах | | |  | - | | | Памятник |  | | - | | Мазары, субурганы, обо (мусульманские могилы) | | |  | - | | | Колодец |  | | - | | Колодец с ветряным двигателем | | |  | - | | | Колодец с журавлем |  | | - | | Источник (ключ, родник) | | |  | - | | | Границы государственных заповедников |  | | - | | Каменные кирпичные стены и металлические ограды | | |  | - | | | Линии электропередач на деревянных опорах |  | | - | | Линии электропередач на металлических или железобетонных опорах | | |  | - | | | Железные дороги двупутные |  | | - | | Броды (в числителе - глубина брода в м. в знаменателе качество дна | | |  | - | | | Шоссе с мостом |  | | - | | Шоссе с трубой | | |  | - | | | Перевал на шоссе |  | | - | | Дорога грунтовая | | |  | - | | | Лесная дорога |  | | - | | Тропа | | |  | - | | | Квартальная просека |  | | - | | Визирка | | |  | - | | | Зимняя дорога |  | |  | |  | | | Растительность | | | | | | | | | | | |  | - | | Узкая полоса леса (2-ср высота в м) | |  | | - | | | Кустарник | |  | - | | Фруктовый сад | |  | | - | | | Смешанный лес | |  | - | | Хвойный лес | |  | | - | | | Лиственный лес | |  | - | | Отдельно стоящее хвойное дерево | |  | | - | | | Редкий лес | |  | - | | Бурелом | |  | | - | | | Лес горелый , сухостойный. | |  | - | | Лес вырубленный | |  | | - | | | Луг с растительностью ниже 1 м | |  | - | | Высокотравье | |  | | - | | | Камышовые и тростниковые заросли | | Рельеф | | | | | | | | | | | |  | - | Болота непроходимые | | | |  | - | Болота проходимые | | | |  | - | Солончаки непроходимые | | | |  | - | Солончаки проходимые | | | |  | - | Ручей, река шире 5 м | | | |  |  |  | | | |  | - | Ручей, река уже 5 м | | | |  | - | Горизонтали основные | | | |  | - | Вход в пещеру, грот | | | |  |  |  | | | |  | - | Камни отдельные | | | |  | - | Скопление камней | | | |  | - | Курган или бугор масштабные | | | |  | - | Курганы или бургу немасштабные | | | |  | - | Обрывы масштабные | | | |  | - | Обрывы, бараньи лба | | | |  | - | Ямы масштабные | | | |  | - | Ямы немасштабные | | | |  | - | Карниз скальный | | | |  | - | Карниз снежный | | | |  | - | Кулуар | | | |  | - | Полугоризонтали | | | |

**1.3.Узлы.**

**Практическая работа:**

Каждый участник выбирает карточку, на которой изображён узел и завязывает его.

Судья проверяет правильность завязывания узла, после того как участник сообщает о готовности. Узел считается завязанным правильно если он соответствует рисунку, на нем нет перехлестов, конец веревки выходит из узла не менее 10 см. За каждый правильно завязанный узел участник получает 2 балла. Максимальное количество баллов - 12.

|  |  |
| --- | --- |
| **Прямой** |  |
| **Встречный** |  |
| **Стремя** |  |
| **Булинь** |  |
| **Грейпвайн** |  |
| **Восьмерка** |  |
| **Схватывающий** |  |
| **Двойной проводник** |  |
| **Штык** |  |
| **Австралийский проводник** |  |

**1.4.Разведение костра, пережигание судейской нити.**

**Практическая работа:**

На этапе команда выполняет 2 задания (теоретический и практический).

Участники получают карточку с вопросом, их задача ответить правильно. За правильный ответ команда получает 2 балла.

Практическое задание: разведение костра только при помощи природного материала и пережигание судейской нити.

Количество баллов, полученных на данном этапе, зависит от времени затраченного на разведение костра и пережигания нити.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Время для разведения костра и пережигания нити | Количество баллов |
| 1 | 1 - 4 минуты | 12 баллов |
| 2 | 5 - 7 минут | 10 баллов |
| 3 | 8 -12 минут | 8 баллов |
| 4 | 13 -19 минут | 6 баллов |
| 5 | 20 -30 минут | 4 балла |
| 6 | Более 30 минут | 2 балла |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **«Шалаш»**  Назначение «Шалаш» обычно применяется для растопки, варки еды в одной посуде или в дождь. Кроме того, он хорошо освещает лагерную площадку.  Достоинство этого конусообразного или двускатного костра в том, что на него в качестве топлива идут нетолстые «бросовые» дрова (хворост, валежник). Давая высокое яркое пламя, костер вместе с тем имеет весьма узкую зону нагрева и образует мало углей, нуждаясь в постоянном подкладывании сушняка. Требует много дров. |
|  | **«Колодец»** — это один из видов жарких костров. Его складывают из более или менее толстых коротких поленьев, положенных рядами.  Внутреннее пространство колодца полностью заполняют мелкими дровами, укладывая их в виде шалаша или менее упорядоченно — по типу «куча мала».  Медленно сгорая, поленья образуют много углей, дающих высокую температуру. Такой костер удобен для приготовления пищи, а также обогрева и сушки одежды |
|  | **«Таежный»** костер складывают из бревен длиной 2—3 м, уложенных вдоль или под острым углом друг к другу. Широкий фронт огня позволяет варить на нем пищу. Для большой группы, сушить вещи, а также ночевать рядом тем, кто почему-либо не имеет палаток. Относясь к кострам длительного действия, «таежный» не требует частой подкладки дров. |
|  | **«Звездный»** костер (из составленных концами, в виде звезды, толстых поленьев) Хорош для длительного поддерживания огня без постоянного подкладывания сучьев. Такой костер незаменим ночью: достаточно лишь время от времени пододвигать поленья к центру.  «Звёздный» костёр в зависимости от того, используется он для приготовления пищи или для обогрева, составляется из 5-10 крупных поленьев или брёвен длиной до двух-трёх метров. По мере сгорания поленья пододвигают к центру. При небольшом размере костра, дающем жаркое узкое пламя, на нём удобно готовить пищу. |
|  | **«Нодья»**  Достоинства «Нодья» или «Три бревна» горит равным жарким пламенем несколько часов без дополнительного топлива (при диаметре бревен 25-40 см - всю ночь).  Назначение: чаще всего для обогрева при ночлеге без палаток.  Особенности растопки и поддержания. Сначала на трех прямых, без веток, бревнах делают многочисленные зарубки топором. Потом разгребают вдоль уже горящий костер или угли, кладут туда хворост, мелкие поленья и, когда они воспламенятся, — заготовленные два бревна под острым углом к направлению ветра на расстоянии примерно половины их диаметра, кладут так, чтобы угли оказались в основном между бревнами. После того, как они разгорятся, сверху кладут третье. По мере выгорания бревен, их поворачивают (например, с помощью двух топоров, воткнутых с торцов бревна), чтобы они вновь равномерно прилегали друг к другу.  Способ 2  Для такого костра заготавливают ровные бревна (ель, сосна, кедр) и очищают их от веток и сучьев. Два бревна кладутся рядом на землю, затем на них (в зазор) помещается хорошая растопка или, еще лучше, угли из «запального» костра, и сверху все прижимается третьим бревном. Растопку можно положить и между двумя лежащими друг на друге бревнами, но для этого в них надо предварительно сделать желоб.  «Нодья» постепенно разгорается и горит ровным жарким пламенем несколько часов без дополнительного топлива. Регулировать жар костра можно, немного раздвигая и сдвигая нижние бревна или (если бревно лежит на бревне) отодвигая третье бревно — регулятор тяги воздуха.  Люди располагаются с наветренной стороны. |

1. **Условия проведения лично-командных соревнований по туристической технике (лично-командное прохождение)**

Порядок проведения соревнований по туристской технике определен Регламентом проведения спортивных соревнований по спортивному туризму (2019 г.):

* Состав команды: 6 человек (не менее двух девочек).
* Форма одежды: штормовка, брюки (спортивные), обувь (спортивная).
* Специальное снаряжение каждого участника: каска, рукавицы, индивидуальная страховочная система, три карабина, спусковое устройство (восьмёрка), устройство для подъёма (жумар).
* Выполнение практического задания на этапах.

**Перечень этапов**

1.Ромб.

2.Переправа по параллельно натянутым периллам.

3.Навесная переправа

4.Маятник

5.Кочки

6.Спуск

7.Поъем

8.Бревно

**Порядок работы на этапе**

Предстартовая проверка:

- За 5 минут до времени, указанного в стартовом протоколе, участник проходит предстартовую проверку.

- В ходе предстартовой проверки проверяется соответствие подготовленного к дистанции снаряжения, а также экипировка участников. Участник не выпускается на дистанцию до выполнения всех требований,

- Переход из зоны предстартовой проверки в зону старта возможен только по приглашению судьи.

**1. Ромб.**

**Практическая работа:**

Участник преодолевает данное препятствие снизу, держась руками и ногами за жерди. Обязательное условие участник должен коснуться первой и последней жерди. Прохождение этапа по верху запрещено. Касание веревок во время прохождения этапа разрешается в начале и в конце, на протяжении всего этапа касание веревок и земли запрещено. Расстояние между деревянными жердями 50 см, между центральной 70 см.

**Штрафы:** заступ в опасную зону 1 балл, каждое касание веревок 1 балл, каждое касание земли 3 балла**,** за неспортивное поведение – 10 баллов.

**2.Параллельная переправа.**

**Практическая работа:**

Участник страхуется за верхнюю веревку рабочим «усом» со скользящим карабином (карабин между рук) и, держась руками за верхнюю веревку, преодолевает этап. Дойдя до пункта перестёжки, не теряя самостраховки, вщёлкивается вторым усом в перильную веревку и продолжает движение.

**Штрафы:** Незавинченная муфта карабина -1 балл, потеря личного снаряжения -1 балл, заступ в опасную зону - 1 балл, падение с касанием земли на страховке - 3 балла, на веревке два человека -3 балла, отсутствие или прекращение самостраховки -3 балла. Помощь судьи в аварийной ситуации - 6 баллов, за неспортивное поведение – 10 баллов.

1. **Навесная переправа.**

**Практическая работа:**

Участник проходит этап самостоятельно. Порядок пристёгивания: участник пристегивается нижней обвязкой на веревку и осуществляет переправу по навесной. Отстегивается и продолжает движение.

**Штрафы:** Незавинченная муфта карабина -1 балл, потеря личного снаряжения -1 балл, заступ за опасную зону - 1 балл. На веревке два человека -3 балла, отсутствие сопровождения - 3 балла, непрохождение этапа или помощь судьи - 10 баллов, за неспортивное поведение – 10 баллов.

1. **Маятниковая переправа.**

**Практическая работа:**

Участник преодолевает препятствия: ручей, канава, промоина - с помощью веревки.

По усмотрению судейской коллегии возможна страховка (усом) через карабин к вертикальной веревке.

**Штрафы:** Заступ за контрольную линию - 1 балл. незавинченная муфта карабина – 1 балл, касание участником опасной зоны - 3 баллов, за неспортивное поведение - 10 баллов.

1. **Условное болото (кочки)**.

**Практическая работа:**

Прохождение условного болота (по кочкам).

Расстояние между кочками 1-1,2 метра. Диаметр 30-40 см.

Число –10 штук. Прохождение всех кочек обязательно.

**Штрафы**: потеря личного снаряжения -1 балл, заступ за линию кочки - 1 балл, непопадание на кочку - 3 балла, 10 баллов за неспортивное поведение.

1. **Подъем.**

**Практическая работа:**

Передвижение по перилам проводится по схеме - подъём, траверс. Участник подходит к верёвке, вяжет схватывающий узел (**возможно использование жумара**), пристёгивается усом к петле и, двигая схватывающий узел (жумар) перед собой, перехватывая веревку руками, самостоятельно проходит подъем по рельефу. Подходит к пункту пристежки и, не теряя самостраховки, переходит к траверсу на скользящем карабине.

**Штрафы**: незавинченная муфта карабина -1 балл, потеря личного снаряжения -1 балл, срыв с держанием на узле -1 балл, перехлест на схватывающем узле -1 балл, заступ за опасную зону - 1 балл, провисание страховочной веревки ниже колен участника - 3 балла, двое на веревке - 3 балла, неправильно завязанный узел - 3 балла, рука выше схватывающего узла - 3 балла, отсутствие самостраховки - 3 балла, за неспортивное поведение – 10 баллов.

1. **Спуск.**

**Практическая работа:**

Участник подходит к веревке, вяжет петлёй схватывающий узел (**возможно использование восьмерки**), пристегивается карабином к петле и в **рукавицах** осуществляет спуск.

**Штрафы:** Незавинченная муфта карабина -1 балл, потеря личного снаряжения -1 балл, перехлест на схватывающем узле -1 балл, заступ за опасную зону - 1 балл. Потеря самостраховки (отпустил ведущую руку во время выполнения спуска) — 3 балла, спуск по веревке без рукавиц - 3 балла, узел в кулаке - 3 балла, неправильно завязан узел - 3 балла. За неспортивное поведение – 10 баллов.

1. **БУМ (Бревно).**

**Практическая работа:**

Участник страхуется за верхнюю веревку рабочим «усом» со скользящим карабином, встает на бревно, держась руками за верхнюю веревку, преодолевает этап.

**Штрафы:** Незавинченная муфта карабина -1 балл, потеря личного снаряжения -1 балл, заступ за опасную зону - 1 балл, падение с касанием земли одной ногой во время движения - 3 балла, отсутствие или прекращение самостраховки -3 балла, срыв двумя ногами или падение с бревна - 6 баллов, неспортивное поведение – 10 баллов.

**Планируемые результаты Модуля:**

«Туристические сборы» дают возможность детям и педагогам:

**Предметные:**

- приобрести основные навыки туристической техники,

- повысить качество практической подготовки в туризме,

- научиться ориентированию на местности,

- обучиться мерам безопасности и оказанию первой медицинской помощи,

- получить опыт и навыки пребывания в природных условиях,

- повысить интерес обучающихся к спортивному туризм,

**Метапредметные:**

- уметь планировать свою работу, корректировать и оценивать свой труд, применять на практике знания, умения, полученные в объединении;

- увеличить количество детей в объединениях туристско-краеведческой направленности,

- внедрение модели наставничества между педагог-педагог, педагог-ребенок, ребенок-ребенок.

- принять участие в муниципальных, региональных и межрегиональных слетах по туризму.

**Личностные:**

обучающиеся будут знать:

- технику преодоления естественных препятствий;

- способы ориентирования на местности;

- правила поведения в природе;

- порядок и правила оказания первой помощи;

обучающиеся будут уметь:

- подбирать личное и групповое снаряжение;

**-** распределять обязанности в команде;

- установка на здоровый образ жизни.

**Условия реализации программы**

Для реализации Программы достаточно иметь спортзал или класс для занятий с группой, комплект группового снаряжения, рассчитанный на количество занимающихся в группе, и комплект наиболее дорогостоящего личного снаряжения: рюкзаки, спальные мешки, штормовки и др. Для организации и проведения туристических сборов необходимо иметь наглядные пособия по топографии, медицине.

Для организации и проведения туристических сборов (Модуль 2) имеется две базы:

- территория и оборудование МУ ДО «РЦДО»

- спортзал с оборудованием, скалодром МОУ «Елатомская СОШ».

Утверждается на год график проведения учебно-тренировочных туристических сборов для обучающихся объединений по туризму общеобразовательных учреждений Касимовского района.

**Методическое обеспечение.**

1. Формы и методы проведения занятий:

Основные формы занятий, используемых в процессе обучения -коллективные, групповые, индивидуальные: беседы и практические занятия в помещении и на местности, участие в соревнованиях по туристскому многоборью и спортивному ориентированию.

На практических занятиях проводятся общие физические упражнения. Основные методы обучения, используемые на занятиях объединения:

• словесные (объяснения, рассказ, беседа);

• наглядные (работа по схемам, картам, показ иллюстраций);

•частично – поисковые (выполнение вариативных заданий); •обучающий контроль (самооценка, взаимооценка);

• практические методы (спортивные тренировки, полигоны, соревнования, зачетные занятия).

2. Техническое оснащение:

2.1. Помещения и территории:

- учебный кабинет, рассчитанный на группу до 15-ти человек, стол и стулья для педагога и учащихся, классная доска, шкаф для хранения методической литературы и наглядных пособий, стеллажи, тематические стенды.

- спортивный зал, оборудованный подвесами и крепежами для организации соревнований по спортивному туризму в зале.

2.2. Технические средства обучения: автоматизированное рабочее место педагога (компьютер, мультимедийное оборудование, МФУ, документ-камера, подключение к сети интернет

2.3. Учебно-наглядные пособия: плакаты, схемы, иллюстрации.

3. Учебные (дидактические) материалы:

3.1. Учебная литература:

* Хренников, Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: 6-й класс; учебник для общеобразовательных организаций / Б.О.Хренников, Н.В.Гололобов, Л.И.Льняная, М.В.Маслов; под ред. С.Н.Егорова - Москва: Просвещение, 2021 – 190с.
* Самарина, И.А. Основы туристско-экологической деятельности учащихся. Учебно-методическое пособие. – Москва: ФЦДЮТиК, 2007. – 276 с.
* Константинов, Ю.С. Педагогика школьного туризма. Учебно-методическое пособие / Ю.С. Константинов, В.М. Куликов. – М.: ЦДЮТиК, 2002. – 152 с.
* Растаргуев, М.В. Альпинистские узлы / М.В. Растаргуев. – М.: РИО ЦНИИОИЗ, 2007. – 32 с.
* Спортивно-прикладной туризм: программа, разработки занятий, рекомендации. 8-9 классы/ сост. В.А. Шкенев. \_ Волгоград: Учитель, 2009. 317 с.

4. Индивидуальное снаряжение

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Для соревнований | Для походов |
| 1. | Обувь (кроссовки, кеды, ботинки на подошве «Вибрам», сапоги резиновые). | Носки простые и шерстяные. |
| 2. | Рукавицы брезентовые, перчатки для работы с верёвкой. | Теплое нижнее бельё. |
| 3. | Рюкзак. | Штормовой, ветрозащитный костюм. |
| 4. | Страховочная система. | Нейлоновый беговой костюм. |
| 5. | Карабин с муфтой. | Куртка тёплая. |
| 6. | Блокировка Д-10мм, 5м. | Шапка тёплая. |
| 7. | Кольцо репшнур Д-6мм. | Рукавички или перчатки тёплые. |
| 8. | Каска. | Свитер тёплый. |
| 9. | Приспособление для спуска, по перилам (восьмёрка). | Накидка от дождя. |
| 10. | Приспособление для подъёма по перилам (жумар). | Набор личной посуды (кружка, миска, ложка, нож). |
| 11. | Устройство для преодоления навесной переправы (трек, каталка). | Индивидуальный пакет (спички, бинт, 2 таблетки обезболивающего в непромокаемом пакете.). |
| 12. | Компас. жидкостный | Фонарь электрический налобный. |
| 13. | палатка туристская, палатка хозяйственная, комплект котелков, рюкзак для туристских походов, спальный мешок, коврик теплоизоляционный, индивидуальная страховочная система, карабины туристические, веревка 10 мм, веревка 6 мм, жумар, веревка вспомогательная, веревка основная. | Запасные батарейки. |
| 14. |  | Лыжи беговые или туристские. Ботинки. Палки. |
| 15. |  | Спальник. |
| 16. |  | Коврик. |
| 17. |  | Мешок непромокаемый для личных вещей. |
| 18. |  | Рюкзак. |

Групповое снаряжение

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Для соревнований | Для походов |
| 1. | Блокнот, ручка, линейка. | Котлы. |
| 2. | Верёвка основная диаметром 10мм, 40м. | Топор. |
| 3. | Верёвка основная Д-10мм, 50 - 60м. | Нож. |
| 4. | Верёвка основная Д -10мм, 20-25м. | Часы ручные механические. |
| 5. | Верёвка основная Д -10мм, 30 м. | Свечи стеариновые. |
| 6. | Верёвка вспомогательная (репшнур) Д-6мм, 40м. | Сухой спирт. |
| 7. | Карабин с муфтой. | Фляга для воды 1,5-2 л. |
| 8. | Картографический материал. | Палатка 3-5 местная с непромокаемым тентом. |
| 9. | Страховочные устройства. | Система для транспортировки пострадавшего. |
| 10. | Зажим жумар двойной | Блок ролики. |
| 11. | Средства для подъёма по вертикальным перилам (Pantin, фирма petzl). | Петли двойные, Д -10мм, 3-5м. |
| 12. |  | Полотно для изготовления носилок. |
| 13. |  | Медицинская аптечка. |
| 14. |  | Ремонтный набор. |
| 15. |  | Костровые принадлежности (троссик и т.д.) из металла. |
| 16. |  | Фотоаппарат цифровой. |
| 17. |  | Газовая горелка. |
| 18. |  | Шант. |
| 19. |  | Пила двуручка или цепная. |

**Список литературы для педагогов**

1. Алексеев А.А. Горообразование и горный рельеф: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 1999.

2. Алексеев А. А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 1998.

3. Баленко С. В. Школа выживания. Часть 1. — М., 1992.

4. Баленко С. Школа выживания. Часть 2. — М., 1994.

5. Байковский Ю. В. Основы спортивной тренировки в горных видах спорта (альпинизм, спортивное скалолазание, горный туризм). — М., 1996.

6. Вартанов А. С., Луговьер Д. А. Учись фотографировать. /Под общ. Ред. А. А. Фомина. — М.: Искусство, 1998.

7. Волович В. Г. Академия выживания. — М.: Толк, 1995.

8. Гостюшин А. В., Шубина. Азбука выживания. — М.: Знание, 1995.

9. Дрогов И.А. Подготовка инструкторов детско-юношеского туризма. Учебно-методическое пособие. — М.: ФЦДЮТиК, 2004.

10. Елисеев О. М., Чазов Е. И. Справочник по оказанию скорой и неотложной помощи. — М.: Медицина, 1998.

11. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. Учебно-методическое пособие. — М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000.

12. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. — М.: ФЦДЮТиК, 2006.

13. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. — М.: ФЦДЮТиК, 2008.

14. Куликов В. М. Походная туристская игротека. Сборник № 2. Издание 2-е. — М.: Издательство ЦДЮТ МО РФ, 1996.

15. Куликов В. М.,Ротшпейн Л.М., Школа туристских вожаков. —М.,1997.

16. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. — М.: Академия, 2004.

17. Рыжавский Г. Я. Биваки. — М.: ЦДЮТ, 1995.

18. Туристская игротека: Учебно-методическое пособие. / Под ред. Константинова Ю. С. — М.: ВЛАДОС, 2000.

19. Шибаев А. С. В горах: Программированные задания для контроля и закрепления знаний. — М.: ЦДЮТ МО РФ, 1997.

20. Шибаев А. С. Переправа: Программированные задания для контроля и закрепления знаний. — М.: ЦДЮТ МО РФ, 1996.

21. Ясинская В. Н. Чтоб не распалась связь времен. — М.: МосГорСЮТур, 1996.

**Для обучающихся**

1. Балабанов И. В. Узлы. — М., 1998.

2. Гостюшин А. Энциклопедия экстремальных ситуаций. — М.: Зеркало, 1994.

3. Ильина Н. Самопомощь: Справочник скорой доврачебной помощи. — М., 1998.

4. Карманная энциклопедия туриста /Автор-составитель Шабанов А. М. — М.: Вече, 2000.

5. Константинов Ю. С., Куликов В. Топография и ориентирование в туристском путешествии: Учебное пособие. — М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2001.

6. Константинов Ю.С., Слесарева Л.П. Туристско-краеведческая деятельность в школе: Учебно-методическое пособие. — М.: ГОУ МосгорСЮТур, 2011.

7. Костерев Н. А. Подмосковье: Краткий словарь для юных туристов-краеведов. — М., 1998.

8. Куприн А. М. Занимательно об ориентировании. Пособие для учащихся. — М.: Толк, 1996.

Приложение №1

|  |  |
| --- | --- |
| **Диагностическая карта успеваемости обучающихся** | |
| **Топография:**   * Топознаки – 8 заданий * Расстояние по карте – 2 задания | **Низкий уровень**   * Топознаки – более 4 баллов штрафа * Расстояние по карте – более 5 баллов штрафа |
| **Средний уровень**   * Топознаки – до 3 баллов штрафа * Расстояние по карте – до 4 баллов штрафа |
| **Высокий уровень**   * Топознаки – до 1 балла штрафа * Расстояние по карте – до 2 балла штрафа |
| **Медицинская подготовка:**   * Состав медицинской аптечки * ПМП при ожоге * ПМП при обморожении * ПМП при поверхностных ранениях * Действия при укусе клеща | **Низкий:** не знает |
| **Средний:** знает, но на практике допускает незначительные ошибки |
| **Высокий:** знает хорошо, может оказать на практике |
| **Бивак:**   * Установка палатки * Разведение костра * Приготовление пищи на костре | **Низкий:** делает с помощью руководителя |
| **Средний:** делает с незначительными подсказками |
| **Высокий:** делает самостоятельно, без ошибок |
| **Узлы:**  Время вязки одного узла: 20 – 30 секунд | **Низкий:** знает менее 4 узлов или допускает грубые ошибки при вязке |
| **Средний:** знает 4– 6 узлов, допускает незначительные ошибки при вязке |
| **Высокий:** знает более 6 узлов, вяжет их без ошибок |
| **Техника пешеходного туризма:**   * Подъем спортивным способом * Спуск спортивным способом * Навесная переправа * Параллельные перила * Бревно с горизонтальным маятником | **Низкий:**  Выполняет с подсказками руководителя, или с грубыми техническими ошибками (более 6 баллов штрафа)  **Средний:**  Выполняет самостоятельно, с незначительными техническими ошибками (до 6 баллов штрафа)  **Высокий:**  Выполняет самостоятельно, без ошибок |
| **Итоговый уровень подготовки** | Низкий – до 10 баллов; средний – от 11 до 17 баллов; высокий – от 17 до 24 баллов |

**Критерии оценки освоения программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Кол-во баллов | Значение | |
| 17-24 | отлично | высокий |
| 11-17 | хорошо | средний |
| 1-10 | плохо | низкий |

Приложение 2

Промежуточный контроль.

**Оценочные материалы.**

Тест «РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОБЯЗАННОСТЕЙ В ГРУППЕ» Рекомендации к выполнению теста: В тесте возможно несколько правильных ответов на один вопрос.

I. Кто в группе отвечает за питание?

1. Руководитель.

**2. Завхоз**

3. Реммастер

4. Медик

5. Хронометрист

II. Кто в группе контролирует время (ходовое)?

1.Реммастер

2. Руководитель

3. Медик

**4. Хронометрист**

5. Завхоз

III. Кто в группе отвечает за ремонт и подготовку снаряжения?

**1. Реммастер**

2. Медик

3. Завхоз

4. Хронометрист

5. Руководитель

IV. Кто отвечает в группе за доврачебную медицинскую помощь?

1. Руководитель

2. **Медик**

3. Завхоз

4. Хронометрист

5. Фотограф

V. Кто в походе отвечает за жизнь и безопасность?

**1. Руководитель**

2. Завхоз

3. Медик

4. Хронометрист

5. Реммастер

VI. Кем является каждый идущий в поход?

1. Руководителем

2. Завхозом

3. Групповиком

**4. Участником**

5. Фотографом

VII. Чем обязан заниматься завхоз?

1. Во время подготовки к походу?

2. В походе?

3. После похода?

а) Закупать продукты.

б) Следить за дежурными.

в) Расфасовывать продукты.

г) Стирать мешочки от продуктов.

д) Распределять продукты и снаряжение.

е) Закупать продукты в походе.

ж) Составлять график дежурств.

VIII. Чем обязан заниматься хронометрист?

1. Перед походом?

2. В походе?

3. После похода?

а) Фиксировать ходовое время.

б) Подготовить блокнот, карандаш и часы.

в) Фиксировать все контрольные пункты, азимуты движения и т.д.

г) Составить таблицу хронометража и отдать руководителю для отчета.

д) Забывать записывать ходовое время.

е) Фиксировать пройденные километры.

IX. Каковы обязанности руководителя группы?

1. Во время подготовки к походу?

2. В походе?

3. После похода?

а) Оформить отчет о походе.

б) Организовать подготовку к походу.

в) Закупать продукты.

г) Пройти всестороннюю подготовку до начала похода.

д) Делать отметки о прохождении маршрута в контрольных пунктах.

е) Помогать попавшим в беду.

X. Кто и за что отвечает в походе?

1.Хронометрист

2. Завхоз?

3.Реммастер?

4. Медик?

а) Приобретает и хранит ремонтный инструмент.

б)Фиксирует прохождение контрольных пунктов.

в) Составляет меню.

д) Фиксирует время в пути.

г) Руководит ремонтом.

е)Приобретает и хранит медаптечку.

ж)Распределяет продукты и снаряжение

з)Следит за выполнением санитарных правил

**Приложение 3**

**Тест «СНАРЯЖЕНИЕ»**

I. Что относится к личному снаряжению?

1. Палатка.

**2. Рюкзак.**

3. Котелок.

**4. Куртка.**

**5. Нож.**

II. Что относится к общественному (групповому) снаряжению?

1.Свитер.

**2. Картографический материал.**

**3. Веревка.**

4. Велосипед

**5. Топор.**

III. Что относится к специальному снаряжению?

**1. Лыжи.**

2. Ботинки.

3. Коврик.

**4. Бахилы.**

5. Спальник групповой.

IV. Какое личное снаряжение надо взять в поход, чтобы было тепло спать в палатке?

1. Кроссовки.

**2. Свитер.**

**3. Носки шерстяные.**

4. Белую рубашку.

**5. Шапку.**

V. Без какого снаряжения нельзя пойти кататься на лыжах?

1. Кружки.

**2. Куртки.**

3. Котелок.

**4. Лыжи.**

**5. Рукавицы.**

VI. Что относится к костровому снаряжению?

1. Кружка.

**2. Котелок.**

**3. Топор.**

**4. Тросик с крючками.**

**5. Половник.**

VII. Что надо взять в ремнабор для ремонта лыж?

**1. Отвертку.**

2. Лезвие.

**3. Шило.**

**4. Шурупы.**

5. Стамеску.

VIII. Что надо взять в ремнабор для ремонта лямок рюкзака?

1. Напильник.

**2. Толстую иглу.**

**3. Капроновые нитки**.

4. Гвозди.

**5. Пассатижи.**

IX. Какая деталь на рюкзаке необходима и обязательна в зимнем походе?

1. Карман.

**2. Тубус.**

3. Пояс.

4. Шнуровка боковая.

5. Стяжки боковые.

X. Какой спальный мешок предпочтительнее брать с собой в зимний поход, когда идешь с учащимися?

1. Одноместный.

2. Кокон.

3. Одеяло.

**4. Многоместный.**

5. Любой.

XI. Какие лыжи предпочтительнее брать в лыжный поход?

1. В горном районе?

2. В лесном районе?

3. Для лыжной прогулки?

а) «Бескид»

б) «Турист»

в) «Лесные»

г) «Тайга»

д) Беговые деревянные

е) Беговые (пластик)

XII. Что обязательно должно быть на штормовке у туриста лыжника?

**1. Капюшон с опушкой.**

2. Большой нагрудный карман.

**3. Тубусы на рукавах.**

**4. Резинка внизу.**

5. Боковые карманы.

XIII. Какое снаряжение туриста – лыжника защищает его ноги от отморожения и попадания снега?

1. Ботинки.

2. Носки.

**3. Бахилы.**

4. Чуни.

5. Брюки штормовые.

XIV. Какое «приспособление» желательно иметь в походе, чтобы было безопасно сидеть у костра, на снегу, на мокрой кочке?

1. Стул.

2. Меховые рукавицы.

3. Подстилку из меха.

4. Рюкзак.

**5. Сидушку.**

XV. Что может надежно защитить лицо участника лыжного похода при сильном ветре?

**1. Маска.**

2. Шарф.

3. Воротник свитера.

4. Рукавица.

5. Капюшон.

XVI. Что надо одеть на ноги ночью, чтобы они не мерзли в спальнике?

1. Мокрые валенки.

2. Чуни или меховые чулки.

**3. Шерстяные носки.**

4. Намотать портянки.

5. Ботинки.

XVII. В чем должно лежать КЛМН, чтобы оно не терялось у костра и в рюкзаке?

1. В полиэтиленовом мешке.

**2. В тряпичном мешке** .

3. Просто так.

4. В кармане рюкзака.

XVIII. Какое общественное снаряжение необходимо, чтобы переночевать в сильный мороз в шатре?

1. Топор.

**2. Печка.**

3. Ремнабор.

4. Тент.

**Приложение 4**

**Тест «БИВАК**».

I. Какие действия у костра могут привести к травме (ожогу)?

1. Сушка обуви.

**2. Махание горящей веткой.**

**3. Борьба за место у костра.**

**4. Бег вокруг костра.**

5. Чтение книги.

II. Каков порядок установки палатки? (2,5,6,1,4,3)

1. Застегнуть вход палатки.

2. Вынуть палатку из чехла.

3. Натянуть и закрепить боковые оттяжки.

4. Закрепить натяжение центральных оттяжек с помощью колышек.

5. Растянуть и закрепить днище палатки.

6. Поставить центральные стойки спереди и сзади палатки.

III. Каков порядок сборки палатки? (1,4,2,5,3)

1. Выдернуть из земли все колышки, удерживающие палатку.

2. Взявшись за центральные оттяжки конька собрать все оттяжки, расположенные с одной и с другой стороны конька.

3. Уложить в чехол.

4. Вывернуть палатку на левую сторону, вытряхнуть мусор, затем вернуть палатку в исходное состояние.

5. Уложить на землю и свернуть.

IV. В какой последовательности надо завалить дерево толщиной 25 – 30 см. и более? (2,4,1,5, 3)

1. Сделать подруб запила (со стороны 1/ 3).

2. Определить естественный наклон дерева.

3. Когда дерево начнет падать, отойти в сторону.

4. Сделать надпил на 1 / 3 толщины ствола со стороны, куда надо завалить дерево.

5. С другой стороны на 10 – 15 см. выше первого сделать надпил, пока оба надпила не совместятся.

V. Что нельзя делать, когда валишь дерево?

1. Проверять насадку топора.

2. Ничего.

3. Все можно делать.

**4. Раскачивать подпиленное дерево.**

5. Подрубать первый надпил.

VI. Как надо обрубать сучки на поваленном дереве?

1. Как хочешь.

**2. От вершины к комелю.**

3. Справа от середины ствола.

4. От комеля к вершине.

5. Слева от середины ствола.

VII. Какой тип костра применяется для освещения?

1. Нодья.

2. Колодец.

3. Таежный.

**4. Шалаш.**

5. Любой.

VIII. Какой тип костра лучше применять большой группе при плохой погоде?

1. Нодья.

**2. Колодец.**

3. Шалаш.

**4. Таежный.**

5. Любой

IX. Какой тип костра лучше применять при аварийной ночевке в лесу?

1. Шалаш.

2. Колодец.

3. Таежный.

4. Любой.

**5. Нодья.**

X. Как правильно развести костер? (3,5,1,6,4,2,7)

1.Приготовить дрова от тонких до толстых.

2. Зажечь березовую кору.

3. Подготовить площадку для костра (окопать, обложить камнями).

4. Положить березовую кору на настил, сверху положить тонкие дрова (ветки), а еще выше – потолще.

5. Сделать настил из толстых веток. 6. Заготовить березовую кору.

7. По мере возгорания пламени подкладывать потолще ветки.

XI. Зимой, после установки шатра с печкой, должен ли быть постоянный дежурный у горящей печи?

1. Без разницы.

**2. Да.**

3. Нет.

4. Может быть временно (подкинуть дрова).

XII. Как надо сушить ботинки у костра?

1. Поставил и ушел.

2. Поставил и попросил дежурного присмотреть.

3. Поставил перед собой и постоянно их поворачивать.

4. Не знаю.

5. Держишь ботинки в руках.

XIII. Как надо сушить ботинки у печки в шатре?

1. Поставить под печку.

2. Поставить возле печки и уйти.

**3. Держать в руках.**

**4. Постоянно следить за ними.**

**5. Подвесить к крыше шатра или на кол.**

XIV. Можно ли оставлять зажженную свечу без присмотра в шатре (палатке)?

1. Можно.

**2. Нельзя.**

3. Можно, но иногда заглядывать в шатер.

4. Можно на пять минут.

XV. Что жизненно необходимо при ночном дежурстве у печи в шатре?

**1. Сухое горючее и растопка**

2.Чай.

3.Дрова.

4.Фонарь.

5.Кружка.

XVI. Где должен располагаться центр тяжести рюкзака по отношению к центру тяжести тела человека?

1. Выше.

2. Ниже

3.Справа.

**4. Как можно ближе.**

5. Слева.

Приложение 5

**Тест «ТОПОГРАФИЧЕСКИЕ ЗНАКИ**»

I. К какой группе топографических знаков относятся:

1. Масштабные.

2. Линейные.

3. Внемасштабные.

а) Лес.

б) Просека.

в) Луг.

г) Мост.

д) Памятник.

II. К какой группе топографических знаков относится изображение рек, дорог, каналов и троп?

**1. Масштабные.**

2. Внемасштабные.

3. Пояснительные.

**4. Линейные.**

5. Площадные.

III. К какой группе топографических знаков относится изображение леса, поля и озера?

1. Масштабные.

2. Внемасштабные.

**3. Пояснительные.**

4. Линейные.

5. Площадные.

IV. К какой группе топографических знаков относится изображение башен, ветряных мельниц, бензоколонок?

1. Масштабные.

**2. Внемасштабные.**

**3. Пояснительные.**

4. Линейные.

5. Площадные.

V. К какой группе топографических знаков относятся названия городов, рек, озер?

1. Масштабные.

2. Внемасштабные.

**3. Пояснительные.**

4. Линейные.

5. Площадные.

**Приложение 6**

**Тест «КАРТА И МАСШТАБ».**

I. Допишите недостающие слова.

Географическая карта - это уменьшенное обобщенное изображение земной\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, построенное в определенной \_\_\_\_\_\_. (поверхности, плоскости, проекции)

II. К каким картам по содержанию относятся топографические карты?

**1. Обшегеографические.**

2. Специальные (тематические).

III. Допишите недостающие слова.

Топографические карты – это \_\_\_\_\_ карты масштаба \_\_\_\_\_ и крупнее, подробно изображающие \_\_\_\_\_.( общегеографические, 1:1000000, местность)

IV. Допишите недостающие слова.

Масштаб карты – это степень уменьшения \_\_\_\_ на \_\_\_\_ относительно соответствующих им \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_\_. (линий, карте, линии, местности)

V. Допишите недостающие слова.

Численный масштаб – это масштаб карты, выраженный дробью \_\_\_\_ , которой - \_\_\_\_, а \_\_\_\_ – число показывающее, во сколько раз \_\_\_\_ на карте \_\_\_\_ местности. (числитель, 1, знаменатель, уменьшены, линии)

VI. Какой масштаб самый крупный?

1. 1:200000

2. 1:50000

3. 1:25000

**4. 1:500**

5. 1:10000

VII. Допишите недостающие слова.

Линейный масштаб – это \_\_\_\_ изображение\_\_\_\_ масштаба, представляет собой \_\_\_\_, на которой деления соответствуют определенным \_\_\_\_ на \_\_\_\_\_. (графическое, численного, шкалу, расстояниям. Местности.)

VIII. Какой масштаб самый мелкий?

**1. 1:2000000**

2. 1:1000000

3. 1:25000

4. 1:500000

5. 1:50000

**Тест «ОРИЕНТИРОВАНИЕ БЕЗ КОМПАСА»**

I. Допишите недостающие слова.

1. Направить стрелку \_\_\_\_

2. На \_\_\_\_, в точку золотую.

3. Меж стрелкою и цифрой \_\_\_\_

4. Есть \_\_\_\_ – важен он для нас

5. Делите \_\_\_\_\_ пополам

6. И сразу \_\_\_\_\_ найдете там.

(Часовую, солнце, час, угол, угол, юг.)

II. С какой стороны располагаются муравейники по отношению к деревьям?

1. Северной.

2. Западной.

**3. Южной.**

4. Восточной.

5. Любой.

III. С какой стороны на хвойных деревьях большое количество смоляных подтеков?

1. Северной.

2. Западной.

**3. Южной.**

4. Восточной.

5. Любой.

IV. С какой стороны покрыты лишайником (мхом) деревья и камни?

**1. Северной.**

2. Западной.

3. Южной.

4. Восточной.

5. Любой.

V. С какой стороны кора на березе белая и чистая?

1. Северной.

2. Западной.

**3. Южной.**

4. Восточной.

5. Любой.

VI. С какой стороны у одиноко стоящего дерева гуще крона?

1. Северной.

2. Западной.

**3. Южной.**

4. Восточной.

5. Любой.

VII. На каких склонах горы быстрее тает снег?

1. Северных.

2. Западных.

**3. Южных.**

4. Восточных.

VIII. Какое ребро на квартальном столбике между двумя соседними гранями указывает направление на север?

1. С наибольшими числами.

2. С любыми.

**3. С наибольшим и наименьшим числом.**

4. С наименьшими числами.

IX. На каких склонах оврага быстрее тает снег?

1. Северных.

2. Западных.

**3. Южных.**

4. Восточных.

**Опросник «СНАРЯЖЕНИЕ».**

I. Каким должен быть минимальный диаметр веревки, применяемой для организации страховки, перил и сопровождения?

1. 6 мм.

2. 8 мм.

**3. 10 мм.**

4. 4 мм.

5. 12 мм.

II. Можно ли использовать поврежденную веревку?

1. Да.

**2. Нет.**

3. На усмотрение команды.

III. Что надо сделать с поврежденным участком веревки?

**1. Заблокировать с помощью узла.**

2. Продолжить работу.

3. Вырезать поврежденный участок.

IV. Какие карабины можно использовать для организации страховки?

1. **Стандартные с муфтами, не имеющие каких- либо доработок,**

**снижающих их прочность.**

2. С муфтами, имеющими конструктивные доработки, не снижающие их прочность.

3. Самодельные карабины из стальных и титановых сплавов, допускаемых комиссией по снаряжению.

4. Без муфт.

5. Любые.

V. Какие карабины могут применяться при транспортировке груза?

**1. Стандартные с муфтами, не имеющие каких- либо доработок, снижающих их прочность.**

2. С муфтами, имеющими конструктивные доработки, не снижающие их прочность.

3. Самодельные карабины из стальных и титановых сплавов, допускаемых комиссией по снаряжению.

4. Без муфт.

5. Любые.

VI. Какие карабины могут применяться для подключения страховочной

веревки к участнику?

**1. Стандартные с муфтами, не имеющие каких-либо доработок, снижающих их прочность.**

2. С муфтами, имеющими конструктивные доработки, не снижающие их прочность.

3. Самодельные карабины из стальных и титановых сплавов, допускаемых комиссией по снаряжению.

4. Без муфт.

5. Любые.

VII. Какие карабины используются для подключения сопровождающей веревки к участнику и опоре?

**1. Стандартные с муфтами, не имеющими каких-либо доработок, снижающих их прочность.**

2. С муфтами, имеющими конструктивные доработки, не снижающие их прочность.

3. Самодельные карабины из стальных и титановых сплавов, допускаемых комиссией по снаряжению.

4. Без муфт.

5. Любые.

VIII. Какой минимальный диаметр веревки применяется для блокировки?

1. 4 мм.

2. 6 мм.

3. 8 мм.

**4. 10 мм.**

5. 12 мм.

IX. Можно ли применять для самостраховки стропы, оплетки веревок? 1. Да.

**2. Нет.**

3. Не знаю.

X. Должен ли участник находиться в рукавицах при выполнении страховки?

**1. Да.**

2. Нет.

3. Не знаю.

XI. Должен ли участник находиться в рукавицах при сопровождении груза?

**1. Да.**

2. Нет.

3. Не знаю.

XII. Должен ли участник находиться в рукавицах при спуске по перилам?

**1. Да.**

2. Нет.

3. Не знаю.

XIII. Должен ли участник находиться в рукавицах при движении по навесной переправе?

**1. Да**.

2. Нет.

3. Не знаю.

XIV. Должен ли участник быть в каске при прохождении навесной переправы?

**1. Да.**

2. Нет.

3. Не знаю.

XV. Должен ли участник быть в каске при прохождении переправы вброд?

**1. Да.**

2. Нет.

3. Не знаю.

XVI. Должен ли участник быть в каске при прохождении переправы по бревну?

**1. Да.**

2. Нет.

3. Не знаю.

XVII. Должен ли участник быть в каске при прохождении болота по жердям?

**1. Да.**

2. Нет.

3. Не знаю.

XVIII. Каков минимальный диаметр веревки, используемой для организации опорной петли?

1. 12мм.

**2. 10мм.**

3. 8мм.

4. 6мм.

5. 4мм.

XIX. Какая основная веревка должна использоваться при организации петли групповой самостраховки?

1. Одинарная.

**2. Двойная.**

3. Тройная.

4. Любая.

5. Не знаю.

ХХ. Должен ли быть на каске шнур-каскоуловитель?

**1. Да.**

2. Нет.

3. Не знаю

Опросник **«УЗЛЫ».**

I. Какие узлы применяются для связывания концов веревки?

**1. Прямой**.

2. Стремя.

3. Булинь.

4. Академический.

5. Австрийский.

**6. Встречный**

7. Ткацкий.

**8. Брамшкотовый.**

9. Штык.

**10. Грейпвайн.**

11. Проводник.

12. Двойной проводник.

13. Беседочный.

14. Карабинная удавка.

15. Проводник-восьмерка.

II. Какие узлы применяются для присоединения веревки к объекту?

1. Прямой.

2. Стремя

**3. Булинь.**

4. Академический.

5. Австрийский.

6. Встречный

7. Ткацкий.

8. Брамшкотовый.

**9. Штык.**

10. Грейпвайн.

11. Проводник.

12. Двойной проводник.

13. Беседочный.

14. Карабинная удавка. 1

5. Проводник-восьмерка.

III. Какие узлы не должны иметь контрольный узел?

**1. Прямой.**

2. Стремя.

3. Булинь.

4. Академический.

5. Австрийский.

6. Встречный

7. Ткацкий.

**8. Брамшкотовый.**

9. Штык.

10. Грейпвайн.

11. Проводник.

12. Двойной проводник.

13. Беседочный.

14. Карабинная удавка.

15. Проводник-восьмерка.

VI. Какие узлы относятся к схватывающим?

**1. Прямой.**

2. Стремя.

**3. Булинь.**

4. Академический**.**

**5. Австрийский.**

**6. Встречный**

**7. Ткацкий.**

**8. Брамшкотовый.**

**9. Штык.**

10. Грейпвайн.

11. Проводник.

12. Двойной проводник.

13. Беседочный.

14. Карабинная удавка.

15. Проводник-восьмерка

Опросник «**ОТДЕЛЬНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ».**

Переправа первого участника вброд.

I. Где должна располагаться страховочная веревка?

1. Ниже по течению.

2. Перпендикулярно течению.

**3. Выше по течению.**

4. Не имеет значения.

II. Где должна располагаться сопровождающая веревка?

1. Выше по течению.

2. Ниже по течению.

**3. Перпендикулярно течению.**

4. Не имеет значения.

III. На каком расстоянии друг от друга должны находиться участники, обеспечивающие страховку и сопровождение?

1. Меньше половины ширины реки.

**2. Больше половины ширины реки.**

3. 7 метров.

4. Не имеет значения.

IV. Как должна осуществляться выдача страхующей веревки?

**1. Через карабин.**

2. Через дерево.

3. В четыре руки.

4. Не знаю.

V. Как закрепляются концы сопровождающей и страхующей веревок?

**1. На опоре.**

2. Не закреплены.

**3. Закреплены на участнике.**

4. Закреплены на участнике, стоящем на самостраховке.

VI. Куда должны быть развернуты лицом участники, обеспечивающие страховку и сопровождение?

1. Спиной к переправляющемуся.

**2. Лицом к переправляющемуся.**

3. Боком к переправляющемуся.

4. Не имеет значения.

VII. Куда подключается к переправляющемуся веревка сопровождения и страховки?

1. В грудной карабин страховочного пояса.

**2. В боковую часть страховочного пояса.**

3. В беседку.

4. Не знаю.

VIII. Как подключается к переправляющемуся веревка сопровождения и страховки?

**1. В грудной карабин.**

2. Через скользящий карабин.

3. В беседку.

4. Не знаю.

IX. Может ли первый участник переправляться с рюкзаком?

1. Да.

**2. Нет.**

3. Не знаю.

Х. Как при переправе располагается шест по отношению к течению?

1. Ниже по течению.

2. По течению.

**3. Выше по течению.**

4. Не имеет значения.

XI. Могут ли участники, обеспечивающие страховку и сопровождение, быть с рюкзаками?

1. Да.
2. **Нет.**
3. Не имеет значения.

Переправа первого участника через реку по бревну.

I. Как должна выдаваться страховочная веревка?

**1. На уровне бревна.**

2. Несколько ниже по течению.

3. Несколько выше по течению.

4. Не имеет значения.

II. Как должна выдаваться веревка сопровождения?

1. Выше по течению.

2. На уровне бревна.

**3. Ниже по течению.**

4. Не имеет значения.

III. На каком расстоянии друг от друга должны находиться участники, обеспечивающие страховку и сопровождение?

1. Меньше половины ширины реки.

**2. Больше половины ширины реки.**

3. 7 метров.

4. Не имеет значения.

IV. Как должна осуществляться выдача страхующей веревки?

**1. Через карабин.**

2. Через дерево.

3. В четыре руки.

4. Не знаю.

V. Как закрепляются концы сопровождающей и страхующей веревок?

1. На опоре.

2. Не закреплены.

3. Закреплены на участнике.

**4. Закреплены на участнике, стоящем на самостраховке.**

VI. Куда должны быть развернуты лицом участники, обеспечивающие страховку и сопровождение?

1. Спиной к переправляющемуся.

**2. Лицом к переправляющемуся.**

3. Боком к переправляющемуся.

4. Не имеет значения.

VII. Куда подключается к переправляющемуся веревка сопровождения и страховки?

**1. В грудной карабин страховочного пояса.**

2. В боковую часть страховочного пояса.

3. В беседку.

4. Не знаю.

VIII. Как подключается к переправляющемуся веревка сопровождения и страховки?

**1. В грудной карабин.**

2. Через скользящий карабин.

3. В беседку.

4. Не знаю.

IX. Может ли первый участник переправляться с рюкзаком?

1. Да.

**2. Нет.**

3. Не знаю.

X. Могут ли участники, обеспечивающие страховку и сопровождение, быть с рюкзаками?

1. Да.

**2. Нет.**

3. Не имеет значения.

XI. Можно ли использовать веревку сопровождения, как дополнительную точку опоры?

**1. Да.**

2. Нет.

3. Не знаю.

XII. Можно ли использовать, как дополнительные точки опоры, растяжки-усы, использованные командой при укладке бревна?

**1. Да.**

2. Нет.

3. Не знаю.

**Переправа первого участника через сухой овраг по дну и по бревну.**

I. Как должна осуществляться выдача страхующей веревки?

**1. Через карабин.**

2. Через дерево.

3. В четыре руки.

4. Не знаю.

II. Как закрепляется конец страхующей веревки?

1. На опоре.

2. Не закреплен.

**3. Закреплен на участнике.**

**4. Закреплен на участнике, стоящем на самостраховке.**

III. Куда должен быть развернут лицом участник, обеспечивающий страховку?

1. Спиной к переправляющемуся.

**2. Лицом к переправляющемуся.**

3. Боком к переправляющемуся.

4. Не имеет значения.

IV. Куда подключается к переправляющемуся страховочная веревка?

**1. В грудной карабин страховочного пояса.**

2. В боковую часть страховочного пояса.

3. В беседку.

4. Не знаю.

V. Кто может выполнять страховку?

1. Один участник.

2. Два участника.

**3. Один участник, стоящий на самостраховке.**

4. Любой участник.

VI. Может ли первый участник переправляться с рюкзаком?

1. Да.

**2. Нет.**

3. Не знаю.

VII. Можно ли использовать, как дополнительные точки опоры, растяжки-усы, использованные командой при укладке бревна?

**1. Да.**

2. Нет.

3. Не знаю.

**Организация перил.**

I. Где должны располагаться перила при организации переправы по бревну через реку?

1. Выше бревна вверх по течению.

2. По центру бревна.

**3. Выше бревна ниже по течению.**

4. Не имеет значения.

II. Надо ли закреплять конец перильной веревки при спуске по склону, если перила оканчиваются в опасной зоне?

**1. Да.**

2. Нет.

3. Не имеет значения.

III. Что должно находиться на конце перильной веревки при спуске , если перила оканчиваются в безопасной зоне?

1. Ничего.

**2. Узел.**

3. Фиксация на опоре.

4. Не знаю.

IV. Что должно находиться на нижнем конце веревки при подъеме из безопасной зоны?

1. Ничего.

**2. Узел.**

3. Фиксация на опоре.

4. Не знаю.

**Траверс по перилам.**

I. Какую самостраховку, идущую от грудного перекрестия, надо использовать при движении по перилам?

1.Длинный ус.

**2.Короткий ус.**

3. Репшнур диаметром 6мм, имеющий в рабочей части четыре ветви.

4.Любую.

II. Где должен находиться центр тяжести участника, идущего по перилам?

1. Выше перил.

2. На уровне перил.

**3. Ниже перил**

4. Не имеет значения.

III. Можно ли использовать перила как дополнительную точку опоры? **1. Да.**

2. Нет.

3. Не знаю.

IV. Сколько одновременно участников может находиться на перилах?

1. Один.

2. Два.

3. Три.

**4. Любое количество.**

**Спуск (подъем) по склону с самостраховкой по перилам.**

I. Какой узел применяется для организации самостраховки по перилам? 1. Бахмана.

**2. Прусик.**

3. Австрийский.

4. Прямой.

5. Двойной проводник.

II. Куда подключается самостраховка?

1.В грудное перекрестие.

**2.В карабин, замыкающий страховочную систему**.

3.К скользящему карабину страховочного пояса.

4.Не имеет значения.

III. Какой длины должна быть самостраховка?

1. Меньше 1м.

**2. Больше 2м.**

3. Запястье вытянутой руки должно перекрывать перила.

4. Кончики пальцев вытянутой руки должны касаться перил.

5. Вытянутая рука не касается перил.

IV. Где должен находиться схватывающий узел при подъеме?

1. В руке.

**2. За рукой.**

3. Перед рукой.

4. Не имеет значения.

V. Где должен находиться схватывающий узел при спуске?

1. В руке.

**2. За рукой.**

3. Перед рукой.

4. Не имеет значения.

VI. Сколько одновременно участников может находиться на перилах?

**1. Один.**

2. Два.

3. Три

4. Любое количество.

VII. Нужна ли самостраховка при организации верхней командной страховки?

1. Нет.

**2. Да.**

3. Не знаю.

**Подъем по склону с верхней командной страховкой.**

I. Как организуется верхняя командная страховка?

1. Через карабин.

2. Через дерево.

**3. В четыре руки.**

4. В две руки.

II. Куда подключается страховка?

**1. В грудное перекрестие.**

2. В карабин, замыкающий страховочную систему.

3. К скользящему карабину страховочного пояса.

4. Не имеет значения.

III. Как закрепляется конец страхующей веревки?

1. На опоре.

2. Не закреплен.

**3. Закреплен на участнике.**

4. Закреплен на участнике, стоящем на самостраховке.

IV. Можно ли вытаскивать участника страхующей веревкой?

1. Нет.

**2. Да.**

3. Не знаю.

**Спуск по перилам (дюльфером).**

I. Как организуется верхняя командная страховка?

1. Через карабин.

2. Через дерево.

**3. В четыре руки.**

4. В две руки.

II. Куда подключается страховка?

**1.В грудное перекрестие.**

2.В карабин, замыкающий страховочную систему. 3.К скользящему карабину страховочного пояса. 4.Не имеет значения.

III. Как закрепляется конец страхующей веревки?

**1. На опоре.**

2. Не закреплен.

3. Закреплен на участнике.

4. Закреплен на участнике, стоящем на самостраховке.

IV. На каком расстоянии от точки закрепления перил надо подключаться к перилам?

1. Не более длины самостраховки.

**2. На расстоянии 2 м.**

3. На любом

4. Не знаю.

**Транспортировка груза на этапах.**

I. Может ли первый участник идти с рюкзаком на этапе «Переправа вброд»?

1. Да.

**2. Нет.**

3. Не знаю.

II. Может ли первый участник идти с рюкзаком на этапе «Переправа по бревну»?

1. Да.

**2. Нет.**

3. Не знаю

III. Может ли первый участник идти с рюкзаком на этапе «Переправа маятником»?

1. Да.

**2. Нет.**

3. Не знаю.

IV. Может ли первый участник идти с рюкзаком на этапе «Переправа по тонкому льду»?

1. Да.

**2. Нет.**

3. Не знаю.

V. Можно ли транспортировать рюкзак на навесной переправе совместно с участником?

1. Да.

**2. Нет.**

3. Не знаю.

VI. Как транспортируется веревка в бухте по навесной переправе?

1. Отдельно как рюкзак.

2. Подвешенная на участнике свободно.

**3. Закрепленная на корпусе участника**

4. Не знаю.

VII. Как транспортируется рюкзак участником при переправе вброд по перилам, по бревну через реку и по тонкому льду?

1. Как обычно, но поясной ремень расстегнут.

2. На одном плече со стороны подключения сопровождающей веревки. **3. На одном плече, противоположном стороне, к которой подключена сопровождающая веревка.**

4. Груз (рюкзак) подключен к перилам.

5. Груз (рюкзак) не подключен к перилам.

VIII. Как транспортируется рюкзак при переправе маятником?

1. На участнике.

**2. Отдельно, повешенным на перила.**

3. По два рюкзака на участнике.

4. Перебрасыванием.

5. Не знаю.

IX. Где должно находиться снаряжение в опасной зоне?

1. На участнике.

2. Лежать на земле.

3. Лежать на земле на страховке. 4. Не знаю.

**Движение по веревке с перилами (параллельные перила).**

I. Как подключается к перилам карабин самостраховки при переправе по бревну через овраг?

**1. От грудного перекрестия.**

2. От карабина, включенного в боковую часть страховочного пояса.

3. От беседки.

4. Не знаю.

II. Как подключается к перилам карабин самостраховки при переправе через водную преграду?

1. От грудного перекрестия.

**2. От карабина, включенного в боковую часть страховочного пояса.**

3. От беседки.

4. Не знаю.

III. Как подключается к участнику веревка сопровождения при переправе через водную преграду?

1. В грудное перекрестие.

2. К карабину самостраховки.

3. К скользящему карабину страховочного пояса.

**4. В любой карабин.**

IV. Как подключается к участнику веревка сопровождения при переправе через овраг?

1. В грудное перекрестие.

2. К карабину самостраховки.

**3. К скользящему карабину страховочного пояса.**

4. В любой карабин.

V. Как закрепляется конец сопровождающей веревки?

**1. На опоре.**

2. Не закреплен.

3. Закреплен на участнике.

4. Закреплен на участнике, стоящем на самостраховке.

VI. Какое минимальное количество участников должно удерживать сопровождающую веревку?

1. Один.

2. Два.

3. Три.

4. Любое.

VII. Сколько одновременно участников может находиться на перилах? 1. Один.

**2. Два.**

3. Три

4. Любое количество.

VIII. Какая веревка является страховочными перилами?

**1. Верхняя.**

2. Нижняя.

3. Любая