

КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ВОЛОСОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР»

ПРИНЯТА:
на заседании Педагогического совета
Протокол от «29» августа 2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА:
приказом и. о. директора МОУ ДО ДЮЦ
от «29» августа 2025 г. № 200 о/д
_____ А.О. Золотарева

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
туристско-краеведческой направленности
«Школа безопасности»

Возраст обучающихся: 9 – 15 лет
Срок реализации образовательной программы: 2 года
Количество часов: 72

Разработчик программы:
педагог дополнительного образования
Егель Марина Игоревна

Волосово
2025

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка.....	3 – 8
2.	Учебный план.....	9
3.	Учебно-тематическое планирование	9 – 10
4.	Содержание программы	10 – 11
5.	Ресурсное обеспечение программы.....	11 – 12
6.	Список литературы	12
7.	Приложение 1.....	13
8.	Приложение 2.....	14 – 15

Дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Школа безопасности»

1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Школа безопасности» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом "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»;

- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)");

- Письмом Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей)

- 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»;

- Уставом и локальными актами учреждения.

Сетевыми партнёрами являются МОУ ДО ДЮЦ, расположенный по адресу: г. Волосово, ул. Восстания дом 13 и МОУ «Октябрьская СОШ», расположенная по адресу: Ленинградская обл., Волосовский р-н, д. Терпилицы, дом 32.

Способы реализации сетевого взаимодействия и обязательства организаций участников:

1. МОУ ДО ДЮЦ осуществляет руководство образовательной программой, курирует работу всей программы, отвечает за организацию экскурсий, встречу с интересными людьми, реализацию программы, организует текущую и промежуточную аттестации, подготовку документации, работу по подготовке обучающихся к районным конкурсам, мероприятиям различного уровня, конкурсах, фестивалях.

2. МОУ «Октябрьская СОШ» является базой для проведения теоретических и практических занятий в учебных кабинетах с необходимым оборудованием и участием специалистов образовательной организации.

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы туристско-краеведческой направленности «Школа безопасности». В связи со значительной утратой нашим обществом традиционного российского патриотического сознания, большое значение приобретает использование сведений о героических событиях отечественной истории, достижениях в науке, культуре, производстве, как основы для патриотического воспитания подрастающего поколения.

Воспитывая в детях любовь к малой родине, можно воспитать в них нравственность и патриотизм. Чтобы считаться патриотом, мало любить свой край и гордиться им, надо глубоко знать его историю. Только знания сделают нашу любовь к родному городу и краю деятельной, позволят сохранить и развить лучшие его традиции. Таким образом, воспитание любви к «малой родине» - одна из основных задач современного образования. Таким образом, воспитание любви к «малой родине» - одна из основных задач современного образования.

Программа «Школа безопасности», в основу которой легла идеология Всероссийского детско-юношеского общественного движения «Школа безопасности», призвана обогатить объем знаний, умений и навыков обучающихся в вопросах выживания в экстремальных условиях, само- и взаимопомощи, популяризовать здоровый и безопасный образ жизни, способствовать их личностному росту и обретению социальной позиции и социальной защиты.

Таким образом, дополнительная общеразвивающая программа «Школа безопасности» направлена на адаптацию обучающихся к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни; дает профориентационные знания, что может стать определяющим в выборе обучающимся своей будущей профессии. Юношей готовит к службе в рядах вооруженных сил России.

Новизна дополнительной общеразвивающей программы туристско-краеведческой направленности «Школа безопасности». Реализация программы включает в себя сочетание туризма, краеведения, ориентирования, решает проблему отработки практических навыков поведения в экстремальных ситуациях. Это способствует формированию у обучающихся устойчивого познавательного интереса, представлений о взаимодействии человека и окружающей среды, навыков здорового образа жизни, любви к родному краю.

Отличительные особенности дополнительной общеразвивающей программы «Школа безопасности». Реализация программы предполагает систематическую разноплановую работу. Комплексное решение вопросов, обучение практическим навыкам выживания в окружающей среде, оказанию первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях. Обучающиеся могут применять полученные знания и практический опыт в походах, экстремальных ситуациях, соревнованиях по спортивному туризму, спортивному

ориентированию и соревнованиях образовательных учреждений «Школы безопасности» разных уровней.

Педагогическая целесообразность дополнительной общеразвивающей программы «Школа безопасности» заключается в том, что она представляет из себя систему работы, которая включает:

- Межпредметные связи с другими школьными предметами: географией, физкультурой, историей, экологией, ОБЗР.
- Общие компетенции: принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность; использовать информационно-коммуникационные технологии; работать в команде, эффективно общаться; брать на себя ответственность за работу членов команды, за результат выполнения заданий.
- Практическая значимость. Обучающиеся могут применять полученные знания и опыт в походах, выживании в природных условиях, в соревнованиях по спортивному туризму, спортивному ориентированию, краеведению.
- Формирование чувства ответственности. У обучающихся развивается чувство ответственности при выполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе.
- Формирование чувства патриотизма и активной гражданской позиции.
- Укрепление здоровья обучающихся через дозированные физические нагрузки.
- Формирование жизненно важных качеств: упорства, силы воли, целеустремлённости, честности, мужества, взаимовыручки, ответственности.
- Профориентационные знания по профессиям: спасатель, пожарный, высотник, инженер по технике безопасности, военнослужащий. Это может стать определяющим в выборе обучающимся своей будущей профессии.

Кроме того, занятия по программе одновременно с получением дополнительного образования решают проблему организованного досуга и повышения социального статуса обучающихся.

Используемая система работы позволяет достичь поставленную цель.

Цель дополнительной общеразвивающей программы туристско-краеведческой направленности «Школа безопасности»:

Создать условия для формирования всесторонней, гармонично развитой личности обучающихся, через занятия спортивными видами туризма, краеведением.

Для успешной реализации поставленной цели, необходимо решить следующие задачи:

Обучающие:

- ✓ формировать знания о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- ✓ знакомить с туристской подготовкой и основами краеведения;
- ✓ формировать умения оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- ✓ формировать безопасное поведение в опасных и чрезвычайных ситуациях.

Развивающие:

- ✓ развивать духовные и физические качества личности, обеспечивающие правильное поведение в экстремальных ситуациях;
- ✓ развивать лидерские качества обучающихся, умения работать в группе, коллективе;
- ✓ развивать морально-волевую подготовку в процессе выполнения должностных функций каждым членом группы, преодоления специфических сложностей (факторов выживания), возникающих в экстремальных ситуациях;
- ✓ развивать творческую активность обучающихся в процессе освоения местного краеведческого материала.

Воспитательные:

- ✓ воспитывать ответственность за личную безопасность, ответственное отношение к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
- ✓ воспитывать патриотизм, бережное отношение к природному и культурному наследию родного края;
- ✓ формировать культуру здорового образа жизни.

Возраст обучающихся. Дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Школа безопасности» адресована обучающимся школьного возраста, возраст обучающихся 9 – 15 лет. Набор в группы осуществляется на добровольной основе, то есть принимаются все желающие заниматься.

Сроки реализации. Дополнительная общеразвивающая программа «Школа юного туриста» рассчитана на 1 год обучения, всего 72 часа в год.

Формы организации деятельности: групповая и индивидуальная.

Формы обучения:

- Теоретические;
- Практические;
- Комбинированные.

Виды занятий по программе «Школа безопасности» определяются содержанием и предусматривают:

- Беседы, беседы-диалоги;
- Теоретические занятия-лекции;
- Практические занятия;
- Тренинги;
- Комплексы физических упражнений;
- Игры на местности;
- Учебно-тренировочные семинары;
- Походы;
- Экскурсии;
- Туристские соревнования;
- Научно – практические конференции.

Режим занятий. Занятия по дополнительной общеразвивающей программе «Школа безопасности» проводятся 2 раза в неделю. Исходя из санитарно-гигиенических норм, продолжительность часа занятий для обучающихся школьного возраста (9 – 15 лет) – 45 минут.

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МОУ ДО ДЮЦ.

Ожидаемые результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы «Школа безопасности».

Предметные.

Обучающийся будет:

- ✓ иметь представление о туризме как средстве оздоровления и познания мира;
- ✓ выполнять правила поведения на занятиях по общефизической и туристической подготовке;
- ✓ уметь рассказывать об истории родного края;
- ✓ знать о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- ✓ уметь организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.п.);
- ✓ уметь систематически наблюдать за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- ✓ уметь взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- ✓ выполнять технические действия из базовых видов туризма; применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- ✓ знать правила безопасности во время пешеходных походов, экскурсий, путешествий;
- ✓ уметь самостоятельно ориентироваться на местности и по карте;
- ✓ уметь оказывать первую доврачебную помощь пострадавшему.

Метапредметные.

Обучающийся научится:

- ✓ характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- ✓ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- ✓ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- ✓ обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий туризмом;
- ✓ организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- ✓ планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения, проводить самооценку и анализ;
- ✓ анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- ✓ управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

- ✓ технически правильно выполнять действия из базовых видов туризма, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- ✓ осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, использовать справочную литературу;
- ✓ безопасному поведению во время занятий в природной среде.

Личностные.

У обучающегося будут сформированы:

- ✓ важнейшие нравственные качества: организованность, отзывчивость, доброжелательность;
- ✓ положительное отношение к ежедневным занятиям физической культурой, к ЗОЖ, бережное отношение к природе, как к основным ценностям в жизни человека;
- ✓ готовность и способность к саморазвитию и личностному росту;
- ✓ способность активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- ✓ положительные качества личности и способность управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- ✓ дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- ✓ способность оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;
- ✓ чувство гордости за свою Родину, понимание традиционных ценностей многонационального российского общества;
- ✓ понимание значения занятий туризмом для общефизической подготовки и укрепления здоровья человека;
- ✓ мотивация к выполнению норм гигиены и закаливающих процедур;
- ✓ активная позиция в стремлении к культуре безопасного и здорового образа жизни.

Критерии оценки достижения планируемых результатов. Оценка достижения планируемых результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы «Школа безопасности» осуществляется по трём уровням:

- высокий (от 80 до 100% освоения программного материала);
- средний (от 51 до 79% освоения программного материала);
- низкий (менее 50 % освоения программного материала).

Определение уровня освоения программы обучающимися представляет собой совокупность мероприятий: планирование; использование различных форм контроля; анализ результатов; документальное оформление результатов контроля.

Формы подведения итогов. Для контроля, оценки и подведения итогов освоения программы используются: собеседование, опрос, практическая работа, зачет (промежуточная аттестация) (Приложение 2).

2. Учебный план.

№ п/п	Учебный предмет (модуль)	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1	1		Собеседование.
2	Туристическая подготовка.	44	9	35	Практическая работа.
3	Медицинская подготовка.	11	4	7	Практическая работа.
4	Гражданская оборона и действия в чрезвычайных ситуациях.	9	6	3	Опрос.
5	Противопожарная подготовка.	4	3	1	Собеседование.
6	Психологическая подготовка.	3	2	1	Опрос. Зачет.
	ВСЕГО:	72	25	47	

3. Учебно-тематическое планирование.

№ п/п	Тема	Количество часов
1. Вводное занятие.		1
1	Вводное занятие.	1
2. Туристическая подготовка.		44
2	Туризм в современном мире.	1
3	Снаряжение туриста.	1
4	Рюкзак.	1
5-6	Палатки.	2
7-8	Костры.	2
9	Пища в походных условиях.	1
10	Топография.	1
11-12	Виды условных знаков.	2
13-14	Масштабность условных знаков.	2
15-16	Определение расстояния на карте и на местности.	2
17-19	Компас.	3
20	Виды ориентирования.	1
21	Ориентирование по природным признакам.	1
22-23	Определение сторон света, используя компас и карту.	2
24-25	Определение положения относительно окружающих предметов.	2
26-27	Азимут.	2

28-29	Определение нужного направления движения по карте и компасу.	2
30-31	Узлы. «Встречный» узел, «Брамшкотовый» узел.	2
32-33	Узлы. «Академический» узел, узел «Простой проводник»	2
34-35	Узлы. Узел «Срединный австрийский проводник», узел «Двойной проводник» или «Заячьи уши».	2
36-37	Узлы. Узел «Удавка».	2
38-39	Узлы. Узел «Стремя», узел «Булинь».	2
40-41	Узлы. Узел «Схватывающий»	2
42-45	Страховочные системы.	4
3. Медицинская подготовка.		11
46	Аптечка.	1
47	Оценка состояния пострадавшего.	1
48-49	Транспортировка пострадавшего.	2
50-52	Кровотечения.	3
53-56	Повязки.	4
4. Гражданская оборона и действия в чрезвычайных ситуациях.		9
57	Характеристика основных ЧС.	1
58	Оружие массового поражения.	1
59	Индивидуальные средства защиты от оружия массового поражения.	1
60-63	Действия в условиях применения оружия массового поражения и в районах стихийных бедствий.	4
64	Терроризм – угроза обществу.	1
65	Меры борьбы с терроризмом.	1
5. Противопожарная подготовка		4
66	Правила пожарной безопасности в жилище.	1
67	Правила пожарной безопасности в лесу.	1
68-69	Тушение пожаров.	2
6. Психологическая подготовка.		3
70	Конфликты, ссоры, взаимоотношения.	1
71	Тренинг «Пути выхода из конфликтной ситуации».	1
72	Итоговое занятие.	1
ВСЕГО:		72

4. Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Школа юного туриста».

1. Вводное занятие.

Вводное занятие. Цели и задачи работы объединения «Школа безопасности». Техника безопасности на занятиях объединения.

2. Туристическая подготовка.

Туризм в современном мире. Снаряжение туриста. Рюкзак. Палатки. Костры. Пища в походных условиях. Топография. Виды условных знаков. Масштабность условных знаков. Определение расстояния на карте и на местности. Компас. Виды ориентирования. Ориентирование по природным признакам. Определение сторон света, используя компас и карту. Определение положения относительно окружающих предметов. Азимут. Определение нужного направления движения по карте и компасу. Знакомство с узлами: «Встречный», «Брамшкотовый», «Академический», «Простой проводник», «Срединный австрийский проводник», «Двойной проводник», «Заячьи уши», «Удавка», «Стремя», «Булинь», «Схватывающий». Страхочные системы.

3. Медицинская подготовка.

Аптечка. Оценка состояния пострадавшего. Транспортировка пострадавшего. Кровотечения. Повязки: виды, наложение.

4. Гражданская оборона и действия в чрезвычайных ситуациях.

Характеристика основных ЧС. Оружие массового поражения. Индивидуальные средства защиты от оружия массового поражения. Действия в условиях применения оружия массового поражения и в районах стихийных бедствий. Терроризм – угроза обществу. Меры борьбы с терроризмом.

5. Противопожарная подготовка.

Правила пожарной безопасности в жилище. Правила пожарной безопасности в лесу. Тушение пожаров.

6. Психологическая подготовка.

Конфликты, ссоры, взаимоотношения. Тренинг «Пути выхода из конфликтной ситуации».

5. Ресурсное обеспечение дополнительной общеразвивающей программы «Школа безопасности».

Информационно-методическое обеспечение включает в себя:

- Дидактические игры, пособия, материалы по тематике;
- Методическая продукция по разделам программы;
- Методические рекомендации по организации программы «Школа безопасности»;
- Разработки из опыта педагога (сценарии, игры и т.д.).

Применяемые технологии и средства обучения и воспитания.

В образовательном процессе используются элементы педагогических технологий: технология развивающего обучения; коллективного взаимообучения; модульного обучения, личностно-ориентированная технология, технология дифференцированного обучения, проблемно-поисковая технология, ИКТ, игровые технологии, здоровьесберегающие технологии.

В процессе реализации дополнительной общеразвивающей программы «Школа безопасности» используются средства обучения: визуальные (карты, планы местности, рисунки, иллюстрации, книги, схемы, натуральные модели, и т.п.); аудиальные (песни, стихи, рассказы); аудиовизуальные (фильмы, видеоматериалы).

Материально-техническое обеспечение.

Занятия по дополнительной общеразвивающей программе «Школа безопасности» на базе школы.

Перечень оборудования (инструменты, материалы и приспособления).

Наименование оборудования (инструментов, материалов и приспособлений)	Количество
Медицинская аптечка	1
Шины Крамера	1 комплект
Противогаз ГП-5	25
Ватно-марлевые повязка	25
Веревки Ø 10 мм. Дл. 60 м.	1
Веревки Ø 10 мм. Дл. 20 м.	4
Репшнур Ø 6 мм. Дл. 20 м.	2
Жумар	4
Восьмерка	4
Карабин	29
Ролик	2
Страховочная система	6

Перечень технических средств обучения.

Наименование технических средств обучения	Количество
Компьютер	1
Проектор	1
Интерактивная доска	1
Ксерокс	1

6. Список литературы.

1. «Маршрутная книжка туриста» - федерация туризма, 1988 г. Москва.
2. Можейко И.В. Государственная символика России. М. 2003.
3. «ОБЖ 5-11 класс». Министерство образования РФ.
4. «Основы безопасности жизнедеятельности» - издательский дом «Равновесие».
5. Смирнов А.Т. учебник ОБЖ 10 класс М. 2008.
6. «Тропой туриста» - методическое пособие. Минхаиров Ф.Ф. Арск, 2001 г.
7. «Турист на дистанции» - Минхаиров Ф.Ф. 2004 год. Изд. «Школа»
8. «Узлы, применяемые в туристской практике» - Казань, 1982г.
9. Энциклопедия школьника «Чрезвычайные ситуации». - Шойгу С.К. 2006 г. ООО ПКФ «Монтажспецстрой».

Календарный учебный график 2025-2026

Образовательная программа	Дополнительная общеразвивающая программа «Школа безопасности» Туристско-краеведческой направленности	
Начало учебного года	С 01 сентября 2025 года	
Учебные периоды	1-ый период (1-ое полугодие) с 01 сентября по 30 декабря 2025 года 2-ой период (2-ое полугодие) с 12 января по 31 мая 2026 года	
Продолжительность учебного года	36 недель	
Количество учебных недель по полугодиям	первое учебное полугодие	второе учебное полугодие
	17	19
Продолжительность учебной недели. Комплектование групп	Продолжительность учебной недели – 6 дней. Занятия проводятся всем составом объединения	
Режим занятий	Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МОУ ДО ДЮЦ с 14.00 по 20.00 часов. Продолжительность занятий – 45 минут	
Учебная нагрузка в неделю	1 раз в неделю по 1 часу	
Праздничные дни	Согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ праздничные дни в первом полугодии: 04.11.2025; во втором полугодии: с 31.12.2025 по 11.01.2026, 23.02.2026, 08.03.2026, 01.05.2026, 09.05.2026	
Промежуточная аттестация	по графику (согласно положению о промежуточной аттестации обучающихся)	
Окончание учебного года	31 мая 2026 года	
Каникулы в учреждении	<u>Осенние</u> – нет <u>Зимние</u> – продолжительность каникул определяется количеством праздничных дней, согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ. <u>Весенние</u> – нет <u>Летние</u> – с 01 июня по 31 августа 2026 года. В летнее время – реализация досуговых образовательных программ. Учебно-тренировочные сборы по графику.	
Учеба в период каникул	<u>В период школьных каникул</u> занятия проводятся в соответствии с учебным планом.	

Промежуточная аттестация.

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ ДЛЯ ЗАЧЁТА.

Проверка знаний обучающихся после освоения программы «Школа безопасности».

1. Понятие о туризме. Какие вы знаете виды туризма?
2. Назовите возможные опасности в походе.
3. Общие гигиенические требования в походе.
4. Назовите назначение и состав медицинской походной аптечки.
5. Правила оказания первой помощи при отравлениях и желудочно-кишечных заболеваниях.
6. Назовите признаки отморожения и правила оказания доврачебной помощи.
7. Как избежать ожогов, тепловых и солнечных ударов?
8. Правила оказания первой помощи при ожогах, тепловом и солнечном ударе.
9. Первая доврачебная помощь при порезах, ранениях острыми предметами, при появлении гнойных ран.
10. Как остановить кровотечение из раны?
11. Назовите признаки ушибов, растяжений и правила оказания первой помощи.
12. Признаки вывихов, переломов и правила оказания доврачебной помощи. Порядок наложения шин.
13. Назовите причины возникновения потертостей, наминов, мозолей. Порядок оказания первой помощи.
14. Назовите способы и правила транспортировки пострадавшего.
15. Что входит в перечень личного снаряжения? Требования к одежде и обуви.
16. Перечислите, что входит в групповое снаряжение.
17. Как правильно уложить вещи в рюкзак и обеспечить его влагонепроницаемость?
18. Порядок установки палаток различных типов и размещение в них вещей, предохранение палаток от намокания.
19. Цели походов. Классификация походов по степеням.
20. Назовите туристские должности в группе. Постоянные и временные должности.
21. Правильная организация движения группы на маршруте. Режим и темп движения, привалы, питьевой режим.
22. Выбор места для ночлега (бивуака). Основные требования к месту бивуака.
23. Дайте общую характеристику к естественным препятствиям. Преодоление рек, заболоченных участков.

24. Требования безопасности: на транспорте, при преодолении препятствий.
25. Какие вы знаете узлы, применяемые в туризме. Назовите группы по назначению.
26. Основные типы костров и их назначение.
27. Выбор места для костра. Меры безопасности при обращении с огнем. Экологические требования.
28. Что относится к костровым приспособлениям. Варочная посуда. Способы подвески котлов.
29. Способы сушки личного снаряжения. Уход за снаряжением.
30. Ремонт снаряжения. Ремонтный набор и что в него входит?
31. Набор продуктов для приготовления пищи на костре. Перекус. Упаковка и хранения продуктов.
32. Суточные нормы продуктов на человека. Понятие о меню-раскладке.
33. Как правильно выбрать место забора воды для приготовления пищи.
34. Назовите способы обеззараживания воды.
35. Понятие о топографической карте, её значение для туристов.
36. Содержание топографической карты.
37. Понятие о масштабе. Виды масштабов.
38. Какой из двух масштабов крупнее: а) 1 : 50000 или б) 1 : 25000
39. Назовите способы измерения расстояний на карте. Работа с численным и линейным масштабами.
40. Сколько метров на местности соответствует 1 см на карте масштаба 1 : 25000?
41. Назовите виды условных знаков и их общие свойства.
42. Как делятся условные топонимы по группам? Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.
43. Что изображают представленные топонимы? (По усмотрению проверяющего).
44. Назовите способы изображения рельефа на картах. Сущность горизонталей.
45. Назовите типичные формы рельефа и их изображения на топокартах.
46. Назовите градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта.
47. Понятие об азимуте. Азимут истинный (географический) и магнитный.
48. Определение истинного азимута на местности.
49. Определение магнитного азимута на местности.
50. Компас. Типы компасов и их назначение.
51. Какие вы знаете способы ориентирования на местности?
52. Какие вы знаете способы измерения расстояний на местности?
53. Назначение спортивной карты и её отличие от топокарты.
54. Назовите виды соревнований по спортивному ориентированию
55. Правила поведения в лесу и на водоёмах.
56. Наблюдения в походе. Признаки изменения погоды.