МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ (ПРОФИЛЬНЫЙ) ЦЕНТР "ГРЕНАДА" ГОРОДА НЕВИННОМЫССКА

|  |  |
| --- | --- |
| Принятана заседании методического совета МБУ ДО ДОО «Гренада» г. НевинномысскаПротокол № \_\_\_ от -\_\_\_\_\_\_\_2023 г. | УТВЕРЖДАЮДиректор МБУ ДО ДОО «Гренада» г. Невинномысска\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.В. КимбергПриказ № \_\_ - од от -\_\_\_\_\_.2023  |

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Туристическо-краеведческой направленности

«Юный турист»

Уровень программы: стартовый

Возраст обучающихся: 12-17 лет

Состав группы: 10-15 человек

Срок реализации: 1 смена

*ID номер программы в Навигаторе*

Автор - составитель:

Лебедев Николай Николаевич

Заместитель директора школы по учебно-воспитательной работе

г. Невинномысск, 2023 г.

**1. ПАСПОРТ**

**дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Юный турист»**

**туристическо-краеведческой направленности**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование муниципалитета | Ставропольский край г. Невинномысск |
| Наименование организации | Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования детский оздоровительно-образовательный (профильный) центр «Гренада» города Невинномысска |
| Руководитель учреждения | Кимберг Сергей Владимирович |
| Контактные данные | +7 (988) 627-64-27 |
| ФИО автора (составителя) программы | Лебедев Николай Николаевич |
| Срок реализации программы | 1 смена (21 день) |
| Цель программы | Создание оптимальных условий для развития интереса к изучению истории и краеведения родного края, спортивной и туристско– краеведческой деятельности обучающихся, их жизненного самоопределения в современном обществе. |
| Задачи программы | **личностные**1. Формирование системы знаний, умений и навыков по прикладной физической и туристической подготовке.
2. Развитие интереса к историческому прошлому Отечества, родного города, героическому наследию и боевым традициям вооружённых сил.
3. Формирование потребности к профессиональному самоопределению, к определению своей роли в социуме.

**метапредметные**1. Развитие мотивации к познанию важнейших духовно-нравственных ценностей, отражающих специфику формирования и развития нашего общества и государства, национального самосознания.
2. Развитие морально-психологической закалки, формирование у молодых людей устойчивости в преодолении трудностей, способности действовать в экстремальных условиях.

**образовательные**1. Формирование моральных и нравственных качеств обучающихся.
2. Воспитание трудолюбия, терпения, аккуратности, настойчивости, умения доводить начатое дело до конца, чувство коллективизма и взаимопомощи.
3. Формирование положительного отношения к здоровому образу жизни, и потребности активного участия в спортивно-массовых мероприятиях и туристическо-краеведческих видах спорта.
4. Совершенствование ценностно-ориентированных качеств личности.
 |
| Ожидаемые результаты | При реализации программы полученные знания позволят, обучающимися лучше адаптироваться в условиях социальной среды города, а также в экстремальных условиях природной среды, значительно расширить кругозор и углубить знания об окружающем мире и своей Малой Родины.  |
| Адреса осуществления образовательной деятельности | 357022, Ставропольский край, Кочубеевский район, хутор Новозеленчукский, Лесная ул. МБУ ДО ДООЦ "Гренада" г. Невинномысск |
| Материально-техническая база | Помещение соответствующее требованиям СанПиН, учебные классы, спортивный инвентарь, туристическое снаряжение (веревки, системы, карабины и д.т.), необходимое для занятий, наглядные пособия. |

**Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик дополнительной**

**общеразвивающей программы» .**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Уникальным массовым движением обучающихся является детско-юношеский туризм, который по разнообразию и силе воздействия на личность ребенка в системе дополнительного образования смело можно поставить на первое место.

В туристских походах оживают и получают совершенно новое звучание многие знания, приобретенные на уроках природоведения, географии, биологии, ОБЖ; происходит духовное и физическое самосовершенствование, рост спортивного мастерства обучающихся. Привлекательность и главная отличительная особенность походов в том, что они доступны и полезны любому здоровому человеку, независимо от возраста и физического развития, предоставляют большую свободу в выборе маршрута в соответствии с эстетическими, познавательными и культурными потребностями участников путешествия.

Но с другой стороны туристские походы – не прогулочные маршруты по местным тропам и дорогам для нахаживания километров, они наполнены воспитывающим и обучающим содержанием.

**Отличительные особенности программы**, заключаются в следующем:

- программа обеспечена психолого-педагогическим сопровождением;

- наличие индивидуальных учебных планов, обеспечивающих освоение образовательной программы с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося.

- программа предполагает не только реализацию в очной форме обучения, но и дистанционном режиме с применением современных коммутативных технологий.

**Направленность программы** – туристско – краеведческая.

**Уровень:** стартовый.

**Актуальность** обусловлена тем, что программа направлена на адаптацию ребенка к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни; дает профориентационные знания по профессии спасатель, пожарный, высотник, промышленный альпинист, что может стать определяющим в выборе обучающимся своей будущей профессии.

Данная программа посредством изучения туристской деятельности, создает условия для развития ребенка, вводит подрастающее поколение в социальную среду, знакомит с ней, чем значительно ускоряет процесс воспитания

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» разработана в соответствии со следующими нормативно – правовыми документами:

- Конституция Российской Федерации;

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;

- Федеральный закон от 13 марта 1995 г. № 32-ФЗ «О днях воинской славы и памятных датах России» (с изменениями и дополнениями);

- Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ (ред. от 29.06.2015) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;

- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

**-** Указ Президента РФ от 7 мая 2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;

- Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы»;

- Основы государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025года (Распоряжение Правительства РФ от 29.11.2014 № 2403);

- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

- распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

- постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 года №1493 «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы»;

- письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- - Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования детского оздоровительно-образовательного (профильного) центра «Гренада» города Невинномысска (утвержден приказом \_\_\_\_\_\_\_\_\_, от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ г.).

Программы реализуется с учетом **социального заказа**, потребностей основных заказчиков – детей и их родителей, в соответствии с их интересами, национально-культурными традициями, с использованием ресурсов дополнительного образования.

Программы «Юный турист» имеет туристско – краеведческую направленность, предполагает организацию внешкольных занятий с детьми в учреждении дополнительного образования.

**Адресат программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Рисовашка» адресована учащимся 12-17 лет. Программа позволяет работать как с учащимися, имеющими физических специальную физическую подготовку, так и с учащимися, не имеющих таковой. Занятия проводятся в групповой форме, число обучающихся объединении 12-15человек.

**Объем и срок освоения программы**

лагерная смена (21 день).

**Формы обучения и виды занятий по программе**

Форма обучения – очная (с применением средств электронного обучения и дистанционных образовательных технологий). Основной формой организации образовательной деятельности занятие. Используются следующие виды занятий: занятие, направленное на изучение и закрепление нового материала; комбинированное занятие, практическое занятие; занятие по обобщению и систематизации знаний; занятие-мастерская, итоговое занятие.

В образовательном процессе используются следующие формы деятельности учащихся на занятии – групповые, фронтальные и индивидуальные.

**Цель программы** – создание оптимальных условий для развития интереса к изучению истории и краеведения родного края, спортивной и туристско – краеведческой деятельности обучающихся, их жизненного самоопределения в современном обществе.

**В процессе занятий решаются задачи:**

**Личностные**

1. Формирование системы знаний, умений и навыков по прикладной физической и туристической подготовке.

2. Развитие интереса к историческому прошлому Отечества, родного города, героическому наследию и боевым традициям вооружённых сил.

3. Формирование потребности к профессиональному самоопределению, к определению своей роли в социуме.

**Метапредметные**

1. Развитие мотивации к познанию важнейших духовно-нравственных ценностей, отражающих специфику формирования и развития нашего общества и государства, национального самосознания.

2. Развитие морально-психологической закалки, формирование у молодых людей устойчивости в преодолении трудностей, способности действовать в экстремальных условиях.

**Образовательные**

1. Формирование моральных и нравственных качеств обучающихся.

2. Воспитание трудолюбия, терпения, аккуратности, настойчивости, умения доводить начатое дело до конца, чувство коллективизма и взаимопомощи.

3. Формирование положительного отношения к здоровому образу жизни, и потребности активного участия в спортивно-массовых мероприятиях и туристическо-краеведческих видах спорта.

4. Совершенствование ценностно-ориентированных качеств личности.

**Содержание программы**

**Учебный план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Название темы** | **Количество часов** | **Формы аттестации/ контроля** |
| **всего** | **практика** | **теория.** |
| 1 | **РАЗДЕЛ 1.**Вводное занятие. | 1 | 0 | 1 | опрос, анкетирование |
| 2 | **РАЗДЕЛ 2. Первая помощь**Основы гигиены и первая доврачебная помощь. | 1 | 0,5 | 0,5 | Практические задания, тесты, опросы. |
| 3 | Возможные опасности в походе Меры безопасности. | 1 | 0,5 | 0,5 | Опрос |
| 4 | Основы туристской подготовки. | 1 | 0,5 | 0,5 | Опрос |
| 5 | Личное и групповое снаряжение | 1 | 0,5 | 0,5 | Практические задания |
| 6 | **РАЗДЕЛ 3. Туристический быт** Организация туристского быта. Выбор места для бивака | 1 | 0,5 | 0,5 | Практические задания |
| 7 | Питание в туристском походе. Приготовление пищи. | 1 | 0,5 | 0,5 | Практические задания, тесты. |
| 8 | Узлы, применяемые в туризме. | 1 | 0,5 | 0,5 | Поход |
| 9 | **РАЗДЕЛ 4.** [**Итоговое**](https://mankov.online/teach/control/stream/view/id/67451907) **занятие** | 1 | 0,5 | 0,5 | Опрос |
| **ИТОГО** | **9** | **4** | **5** |  |

**Содержание учебного плана**

**РАЗДЕЛ 1.Вводное занятие.**

**Теория.** Введение в образовательную программу: цель, задачи, содержание программы. Правила и техника безопасности на занятиях.

Расписание занятий, техника безопасности при работе в объединении. Форма проведения занятия: беседа.

**РАЗДЕЛ 2. Первая помощь**

**Теория.** Ознакомить обучающихся с опасностями природы и способами их предотвращения, профилактика предотвращения несчастных случаев, оказание доврачебной помощи.

**Практическая работа.** Формирование походной аптечки. Знакомство с лекарственными препаратами и их использование. Освоение способа перевязывания ран, наложение жгута. Обработка ран.

**РАЗДЕЛ 3. Туристический быт**

**Теория.** Ознакомить обучающихся с правилами выбора места для палаток и костра, обучить правилам разведения костра. Ознакомить с костровыми приспособлениями, варочной посудой, способами подвески котлов, кухонной принадлежности, видам узлов.

**Практическая работа.** Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра, вязание узлов

**РАЗДЕЛ 4.** [**Итоговое**](https://mankov.online/teach/control/stream/view/id/67451907) **занятие**

**Теория.** Подведение итогов и анализ работы за период.

**Практическая работа.** Организация условного полевого лагеря.

**Раздел II.**

**Организационно-педагогические условия.**

**Календарный учебный график**

**Календарно-учебный график**

Программа реализуется в круглогодичном режиме. Программа реализуется в течение 1 лагерной смены (21 день).

В 2023 уч. году количество учебных недель для реализации аудиторной нагрузки – 9 часов.

Программа рассчитана на 3 часа в неделю, 3 занятия по 1 академических часа, 9 часов за период

В связи с учебным планом и расписанием занятий по программе «Рисовашка» обучение начинается, вначале лагерной смены в соответствии с приказом о заезде детей и заканчивается последним днем лагерной смены в соответствии с календарным графиком смены.

Режим занятий по программе соответствует СанПиН 2.4.4.3172-14

**Уровень освоения программы.**

Содержание и материал программы соответствует стартовому уровню сложности, который предполагает использование и реализацию общедоступных универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

**Формы обучения** – очная форма и дистанционная формы. В рамках очной формы занятия реализуются на базе МБУ ДО ДООЦ «Гренада» города Невинномысска.

Виды и формы дистанционного и электронного образования, используемые при реализации программы:

видео по теме;•

электронная почта родителей и ребенка;

инструкционно - технологические карты;

цифровые и электронные ресурсы (тематические сайты, электронные• учебные книги и т.д.)

**Оценочные материалы**

Оценочные материалы представлены следующим пакетом диагностических методик, рассчитанные на оценку предметных знаний, способностей и качеств личности:

- Материалы входного контроля образовательных результатов (Приложение 1);

- Тестовые материалы для контрольного опроса учащихся на выявление уровня знаний теоретического материала для промежуточного и итогового контроля (Приложение 2);

-Итоговая диагностика в форме опросника (Приложение 3)

* **Планируемые результаты**

Результаты реализации программы соответствуют ее цели, задачами содержанию. К концу обучения по программе «Юный турист» учащиесяприобретут необходимый уровень компетенций. Основным результатом реализации программы являются следующие личностные, метапредметные и предметные результаты:

**Личностные**

1. Получение знании, умении и навыков по прикладной физической и туристической подготовке.

1. Увеличение развитие интереса к историческому прошлому Отечества, родного города, героическому наследию и боевым традициям вооружённых сил.
2. Сформирование потребности к профессиональному самоопределению, к определению своей роли в социуме.

**Метапредметные**

1.Развитие мотивации к познанию важнейших духовно-нравственных ценностей, отражающих специфику формирования и развития нашего общества и государства, национального самосознания.

1. Развитие морально-психологической закалки, формирование у молодых людей устойчивости в преодолении трудностей, способности действовать в экстремальных условиях.

**К концу обучения учащиеся будут знать:**

1. Краткую историю российского туризма и перспективами развития туризма в РХ;

Расширят и углубят свои знания в области истории, географии, биологии, литературы родного края, физической подготовке;

Познакомятся с проблемами экологии и охраны природы рх;

1. Научатся работать в команде;

разовьют силу, выносливость, координацию движений в соответствии с возрастными и физическими возможностями;

1. Как правильно распределять свои силы;
2. Какие профессии, требуют наличие туристских навыков;
3. Как творчески подходить к решению нестандартных ситуаций;

Уметь:

1. Оборудовать и разбивать лагерь
2. Вязать узлы
3. Организовывать походный быт
4. Оказывать первую доврачебную помощь

**Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение:**

Для успешной реализации программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение.

Место для занятий должно отвечать следующим требованиям:

- Должно быть оформлена в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами: столы и стулья для педагога и учащихся. Территория на которой будут проходить практические занятия должна быть обработана от насекомых и паразитов.

**Информационное обеспечение:**

Для успешной реализации программы необходимы дидактические пособия, презентации и видео материал.

**Кадровое обеспечение:**

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации.

**Формы аттестации и контроля**

Входной контроль - осуществляется в начале реализации программы.

Текущий контроль производится на каждом занятии. Педагог осуществляет пооперационный контроль правильности, полноты и последовательности выполнения операций, входящих в состав действия. Контроль по результату, который проводится после осуществления учебного действия.

Итоговый контроль в формах: практические работы; самостоятельные работы учащихся.

Формы отслеживания образовательных результатов: наблюдение, опрос (в т.ч. электронный), самостоятельная работа (в т.ч. в режиме видеоконференций), творческое задание

Формы фиксации образовательных результатов: журнал посещаемости, материалы наблюдений, аналитическая справка, грамота, видеоотчет, фотоотчет.

Форма промежуточной аттестации –активность на занятии.

**Оценочные материалы**

Оценочные материалы представлены следующим пакетом диагностических методик, рассчитанные на оценку предметных знаний, способностей и качеств личности:

- Входная диагностика образовательных результатов. Методика «5 рисунков»;

- Опрос учащихся на выявление уровня знаний теоретического материала для промежуточного и итогового контроля

-Итоговая диагностика в форме опросника и последующей выставки

**Методические материалы**

**Особенности организации образовательного процесса.**

Форма обучения – очная. При проведении учебных занятий используются следующие формы организации обучения (фронтальные, групповые, индивидуальные, работа в подгруппах): теоретические, практические, занятие, направленное на изучение и закрепление нового материала; комбинированное занятие, практическое занятие; занятие по обобщению и систематизации знаний; занятие-мастерская, итоговое занятие.

**Методы обучения,** применяемые в обучении изобразительной деятельностью по программе, можно классифицировать следующим образом:

*По источнику получения знаний:*

*-* словесные: рассказ, объяснение, беседа, дискуссия, рассказ, объяснение нового материала по темам программы;

* наглядные: демонстрация дидактических пособий по изучаемой теме, атрибутов, изучение и анализ формы предметов быта, видеофильмов, показ репродукций картин, наблюдение и др.;
* практические: выполнение работ по заданию педагога разбитие лагеря, выбор условного места для ночлега, оказание первой помощи при разных видах поражения, вязание определенных узлов

**Педагогические технологии**

Методологической основой программы является деятельностный подход, реализуемый в образовательном процессе посредством использования элементов педагогических технологий:

- личностно-ориентированные педагогические технологии (педагогика сотрудничества, гуманно-личностная технология): изучение и учёт психологических особенностей, возможностей и интересов учащихся, создание ситуаций успеха;

- технологии группового обучения: разделение учащихся на группы для решения конкретных, одинаковых или дифференцированных задач, позволяющее создавать условия для развития познавательной самостоятельности обучающихся, их коммуникативных, организаторских и творческих способностей, посредством взаимодействия в процессе выполнения групповых заданий и самостоятельной работы;

- информационно - коммуникационная технология (применение ИКТ способствует улучшению качества обучения, обеспечению гармоничного развития личности, ориентирующейся в информационном пространстве, приобщенной к информационно-коммуникационным возможностям современных технологий и обладающей информационной культурой, а также представить имеющийся опыт и выявить его результативность).

**Список литературы для педагога:**

1 «Регламент проведения соревнований по группе дисциплин «Дистанция – пешеходная», - Туристско-спортивный союз России, М.,2009г.

2 Григорьев Д.В., Степанов П.В. Программы внеурочной деятельности. Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение: пособие для учителей общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2011.

3. Куликов B.M., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. 2001 г. — 72 с, илл. Изд. второе, дополненное

4 Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. «Туризм и спортивное ориентирование» М., 2001г.

5. Ганопольский В.И. Уроки туризма: Пособие для учителей. Мн.,2002 г.

6. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. М., 2003 г.

7. Энциклопедия туриста. – М.: Большая Российская энциклопедия, 2006 г.

8. Н.Н.Устиновский Техника туристского многоборья. – М., 2002 г.

9. Алексеев А. А. Питание В туристском походе. - М.. ЦДЮТур МО РФ, 1996.

10. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. - М: ЦДЮТур МО РФ, 1994.

11. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., 1986

12. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. М., 1995

13. Правила соревнований по спортивному ориентированию. М., 1995

14. Кодыш Э.Н. и др. Туристские слёты и соревнования. М., 1984

15. Кошельников С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слётов и соревнований учащихся.

16. Организация краеведо-туристской деятельности старших дошкольников (Сост. Н. С. Голицына) - М: ЦДЮТ МО РФ, 1992.

17. Рыжавский Г. А. Биваки. - М: ЦДЮТур МО РФ, 1995.

18. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению (Составитель Ю. С. Константинов) - М: ЦДЮТур МО РФ, 1999.

19. Ткачев Г. С. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов. - Брянск, ЦДЮТ, 2000.

20. А.И.Кругов Ставропольский край в истории России. – Ставрополь, 1997.

21. Экологические проблемы Ставрополья /Материалы конференции/. – Ставрополь, 2004.

22. В. Гаазов. Путешествие по ожерелью Северного Кавказа. Ставрополь 2004 г.

**Для обучающихся и родителей:**

1. Бардин К.В. Азбука туризма. М., 1981

2. Штюрмер Ю.А. опасности в туризме, мнимые и действительные. М., 1981

3. Бубнов В.Г. и др. Основы медицинских знаний. Учебное пособие для учащихся 1-11кл. М., 1977

4. Клименко А.И. Карта и компас — мои друзья. М., Детская литература, 1975.

5. Энциклопедия туриста. - М: Большая Российская энциклопедия, 1993.

6. Куликов В. М. Походная туристская игротека. Сб. № 1 - М: ЦРИБ "Турист", 1991

7. Куликов В. М. Походная туристская игротека. Сб. № 2 - М: ЦРИБ "Турист", 1994

8. Энциклопедический словарь Ставропольского края. Гл.ред. В.А.Шаповалов. Ставрополь, 2006 г.

**Критерии оценки знаний, умений, навыков**

**ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ**

**для проверки знаний, обучающихся объединения**

**«Юный турист»**

1.Какие вы знаете виды туризма?

2. Перечислите возможные опасности в походе и основные причины возникновения аварийных ситуаций.

3. Значение гигиены при занятиях туризмом.

4. Назовите состав медицинской походной аптечки; ее хранение, транспортировка.

5. Какую нужно оказать помощь при пищевых отравлениях, желудочных заболеваниях.

6. Профилактика пищевых отравлений и желудочно-кишечных заболеваний.

7. Порядок оказания помощи при обмороке, тепловом и солнечном ударе.

8. Первая доврачебная помощь при порезах, ранах, нагноениях

9. Порядок обработки ран, наложения ватно-марлевой повязки, способы перевязывания.

10. Назовите порядок остановки сильного, кровотечения, порядок наложения жгута.

11. Правила оказания первой доврачебной помощи при ушибах, растяжениях, вывихах.

12. Правила первой доврачебной помощи при переломах. Порядок наложения шин из подручных предметов.

13. Порядок оказания первой помощи при потертостях, мозолях, опрелостях.

14.Порядок оказания помощи утопающему. Назовите приемы искусственного дыхания.

15. Назовите способы и порядок транспортировки пострадавшего.

16. Назовите перечень личного снаряжения и требования к нему.

17. Перечислите, что входит в групповое снаряжение.

18. Как правильно уложить вещи в рюкзаке? Как обеспечить его водонепроницаемость?

19. Предохранение палаток от намокания.

20. Назовите последовательность подготовки к походу цели и задачи походов.

21. Какие вы знаете туристские должности в походе?

22.. Водно-солевой режим в походе.

23. Техника безопасности при проведении походов.

24. Основные требования к месту привала и бивака.

25. Порядок работы по развертыванию и свертыванию лагеря.

26. Основные типы костров и их назначение. Выбор места для костра.

27. Меры безопасности при обращении с огнем и при заготовке дров. Экологические требования.

28. Что относятся к костровым принадлежностям?

29. Способы сушки личного снаряжения. Уход за снаряжением.

30. Ремонт снаряжения. Ремонтный набор и что в него входит?

31. Что входит в набор продуктов для приготовления пищи на костре и для перекуса?

32. Понятие о меню-раскладке. Суточные нормы продуктов на человека.

33. Как правильно выбрать место забора воды для приготовления пищи? Способы обеззараживания воды.

34. Назовите основные способы преодоления заболоченных участков.

35. Преодоление водных препятствий. Назовите способы переправ.

36. Как делятся узлы на группы по назначению?

37. Дайте определение топографической карты и ее содержания

38. Что называется масштабом карты?

39. Сколько метров на местности соответствует I см на карте масштаба 1: 50000?

40. Назовите основные группы условных топографических знаков.

41.Что изображают указанные условные топографические знаки? (Представляются по усмотрению проверяющего).

42. Как изображается рельеф местности на картах? Сущность горизонталей

43. Назовите градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта.

44. Типы компасов.

45. Дайте понятие об азимуте. Какие бывают азимуты?

46. Как определить азимут на карте и на местности?

47. Какие вы знаете способы ориентирования на местности?

48. Какие вы знаете способы измерения расстояний на местности?

49. Что такое спортивная карта? Чем она отличается от топографической карты?

50.Назовите виды и характер соревнований по спортивному ориентированию.

51. Дайте общегеографическую характеристику Ставропольского края: территория, границы, рельеф

52. Назовите основные реки и озера Ставропольского края.

53 Административное деление города и края. Назовите крупные города края.

54. Назовите основные отрасли промышленности и сельского хозяйства края.

55. Назовите наиболее яркие события Ставрополья.

56. Невинномысск в период Великой Отечественной войны.

57. Назовите туристские возможности Ставропольского края.

58. Дайте понятие об экологии. Заповеди юного туриста.