

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»
2022-2023 учебный год

1 год обучения

	Тема	Количество часов			Формы текущего контроля
		Всего	Теория	Практика	
1. Вводное занятие.					
1.1	Введение в программу. Анкетирование.	2	1	1	Опрос
1.2	Правила безопасности	1	1		Опрос
Всего		3	2	1	
2. Основы туристской подготовки					
2.1	Туристские путешествия, история развития туризма	1	1		Опрос
2.2	История развития движения «Школа безопасности». Его цели и задачи	1	1		Опрос
2.3	Личное и групповое снаряжение	3	1	2	Тестирование
2.4	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	6	3	3	Тестирование
2.5	Подготовка к походу, путешествию	3	2	1	Опрос
2.6	Питание в туристском походе	3	1	2	Опрос
2.7	Туристские должности в группе	3	2	1	Тестирование
2.8	Правила движения в походе, преодоление препятствий	3	1	2	Опрос, наблюдение
2.9	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий	3	3		Опрос
2.10	Подведение итогов туристского похода	1	1		Наблюдение
Всего		27	16	11	
3.Автономное существование					
3.1	Понятие об автономном существовании человека	1	1		Опрос
3.2	Сигналы бедствия	6	3	3	Тестирование
3.3	Жилище	3	2	1	
3.4	Добывание огня	6	1	5	Наблюдение
3.5	Добывание пищи и воды	5	3	2	Наблюдение
Всего		21	10	11	
4.Топография и ориентирование					
4.1	Понятие о топографической КАРТЕ	6	3	3	Опрос
4.2	Условные знаки	3	2	1	Тестирование

4.3	Ориентирование по горизонту, азимут	6	3	3	Наблюдение
4.4	Компас, работа с компасом	3	1	2	Наблюдение
4.5	Измерение расстояний	6	3	3	Наблюдение
4.6	Способы ориентирования	3	1	2	Тестирование
4.7	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки	9	3	6	Наблюдение, поход.
Всего		36	16	20	
5. Краеведение					
5.1	Урал, его природные особенности	9	3	6	Опрос
5.2	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	15	3	12	Опрос
5.3	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	6	3	3	Наблюдение
Всего		30	9	21	
1. Основы гигиены и первая помощь					
6.1	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	10	8	2	Опрос
6.2	Походная аптечка	7	4	3	Опрос
6.3	Основные приемы оказания первой помощи	12	6	6	Наблюдение
6.4	Приемы транспортировки пострадавшего	11	3	8	Наблюдение
Всего		40	21	19	
2. Физическая подготовка					
7.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	3	3	-	Опрос
7.2	Предупреждение спортивных травм на тренировках	2	2	-	Опрос
7.3	Общая физическая подготовка	30	1	29	Наблюдение
Всего		35	6	29	
Участие в мероприятиях учреждения		30	-	30	Соревнования
ИТОГО		222	80	142	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575815

Владелец Якимова Наталья Викторовна

Действителен с 21.03.2022 по 21.03.2023