

Управление по образованию и науке администрации г. Сочи
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
станция юных техников г. Сочи

Принята на заседании
педагогического/методического совета
МБУ ДО СЮТ г. Сочи
Протокол № 7 от "25" мая 2020г.

Утверждаю
Директор МБУ ДО СЮТ г. Сочи
Е.А. Полуян
Приказ № 28/1 от «25» мая 2020г



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТЕХНИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Юный спасатель»

Уровень программы: ознакомительный
Срок реализации программы: 1 год (72 часа)
Возрастная категория: от 11 до 16 лет
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированная
Программа реализуется на бюджетной основе (ПФДО)
ID номер программы в Навигаторе: 19840

Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования
Герасимов Сергей Витальевич

г. Сочи, 2020

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1.1. Пояснительная записка программы

1.1.1. Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Основная направленность программы – техническая. Это обусловлено тем, что содержание программы прежде всего предусматривает формирование компетентностей, характерных для технической направленности (изучение средств связи, форм и видов индивидуальной и коллективной защиты от вредных воздействий окружающей среды и пр., т.е. подготовка к профессии спасателя). Вместе с тем, программа формирует компетентности, характерные для программ физкультурно-спортивной направленности (комплекс физических упражнений и тренировок, необходимых для туристической деятельности), туристско-краеведческой направленности (знание особенностей местного горного ландшафта, топографии, горная подготовка и пр.) и социально-педагогической направленности (психологическая подготовка).

Приоритетным направлением данной программы является приобретение необходимых знаний, умений и навыков учащимися для выживания и обеспечения личной безопасности не только в горах, но и в городе.

Очень важный акцент ставится на всестороннее гармоничное развитие личности, в том числе и физическое.

Программа построена по принципу от «простого к сложному» и углубления теоретических знаний и практических умений на каждом последующем этапе обучения. Каждая тема, включенная в программу, содержит теоретическую и практическую части.

Нормативно-правовой основой данной программы послужили следующие федеральные, региональные и муниципальные правовые акты:

- Конституция Российской Федерации;
- Конвенция о правах ребенка;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (утв. Распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» от 29 мая 2015 г. № 996-р.
- Приказ министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими

образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Методической основой данной программы послужили «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» от 18. 11. 2015 г. Министерства образования и науки РФ (Москва, 2015), а также методические рекомендации И.А. Рыбалева «Проектирование и экспертирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: требования и возможность вариативности» (Краснодар, 2019).

1.1.2. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность.

Актуальность. Профессия «Спасатель» в нашей стране является одной из самых престижных, а для нашего города еще и достаточно востребованной из-за сложных и многообразных географических ландшафтов, встречающихся на территории города Сочи. Наш город является курортом Всероссийского масштаба, с развитой туристской инфраструктурой, где большое скопление людей в течение года приводит к большому количеству чрезвычайных ситуаций.

Новизна программы заключается в разработке занятий дополнительного образования, направленных на формирование у обучающихся комплексных представлений о тактико-специальной подготовке спасателя и способах индивидуальной и коллективной защиты, краеведческих и туристических компетентностей и пр.

Педагогическая целесообразность. Многие школьники с восхищением и благоговением относятся к профессии «Спасатель» и многие из них мечтают работать спасателями. Однако в школе и других учреждениях дополнительного образования в Сочи, нет подобных дисциплин и «курсов», которые бы давали детям соответствующие навыки. Вместе с тем, предпрофессиональная подготовка по профессии спасателя (в том числе и в рамках программы JuniorSkills) поможет ребятам сделать свой профессиональный выбор.

1.1.3. Отличительные особенности данной дополнительной общеобразовательной программы от уже существующих программ.

Программа «Юный спасатель» составлена на основе типовой программы первоначальной подготовки спасателей МЧС России.

Отличительной особенностью данной образовательной программы является ее комплексное содержание, объединяющее разные дидактические направленности (техническую, физкультурно-спортивную, оздоровительную, социально-педагогическую) дополнительного образования. И вновь отметим

факт отсутствия подобного рода программ на местном уровне, с одной стороны, и потребность заказчика в данных услугах (желание родителей отдавать детей на соответствующее направление), с другой.

Также, от существующей типовой программы настоящая программа отличается учетом возрастных и психофизических особенностей обучающихся, а также оптимальным набором и соотношением времени и применяемых средств.

Предусмотрено *сетевое взаимодействие с партнерами* (Южный региональный поисково-спасательный отряд и Центр подготовки спасателей в поселке Красная Поляна).

1.1.4. Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная программа «Юный спасатель» предполагает возможность участие детей как одновозрастных так и разновозрастных групп.

Программа предусматривает занятия с обучающимися 11-16 лет.

Предполагаемый состав группы – разновозрастная.

Уровень образования – 6-10 классы.

Обучающихся в группе – до 15 человек.

В программе предусмотрено участие детей с особыми образовательными потребностями: детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья; талантливых (одарённых, мотивированных) детей; детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Дети с ОВЗ и инвалидностью принимаются после собеседования родителей (законных представителей) с педагогом-психологом. Собеседование проводится с целью установления уровня трудностей у ребенка и выстраивания индивидуального образовательного маршрута или рекомендации родителям обучаться в другой образовательной организации с более подходящими условиями для данной нозологии и уровня трудностей у ребенка.

1.1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы.

Уровень программы – ознакомительный. К освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный спасатель» допускаются учащиеся в возрасте от 11 до 16 лет без предъявления требований к уровню образования. Объем учебного курса – 72 часа. Срок реализации – один учебный год.

В случае успешного обучения по данной программе и изъявления желания обучаться по данному направлению, учащийся может продолжить обучение по программе «Юный спасатель» базового уровня.

1.1.6. Формы обучения.

Форма обучения – очная.

1.1.7. Режим занятий

Режим занятий соответствует нормам СанПиН: один раз в неделю по два академических часа.

1.1.8. Особенности организации образовательного процесса

Формы проведения занятий – групповая. Нагрузка подбирается индивидуально с учетом возрастных, психических и физических возможностей обучающегося. Предусмотрены формы организации образовательного процесса:

- лекционная (получение нового материала);
- самостоятельная (обучающиеся выполняют индивидуальные задания в течение части занятия или одного-двух занятий);
- проектная деятельность (получение новых знаний, реализация индивидуальных и групповых проектов);
- соревнования (практическое участие детей в разнообразных мероприятиях технической и социально-культурной направленности).

1.2. Цель и задачи программы

1.2.1. Цель программы.

Создание условий для предпрофильной профессиональной подготовки учащихся школ города Сочи, получение начальных знаний и навыков для освоения профессии «Спасатель» и апробация программы профессиональной подготовки спасателей МЧС РФ на учащихся 6-10 классов.

Практика работы показывает, что знания и навыки, приобретенные на занятиях, очень помогают ребятам в период прохождения службы, многим из них дают ориентацию в выборе профессии. А также первоначальные знания и умения ориентирования, оказанию первой помощи и выживания в природной среде.

1.2.2. Задачи программы

Личностные:

1. Сформировать самостоятельно мыслящего, физически сильного и здорового гражданина, умеющего принимать решения и адекватно действовать в различных ситуациях;
2. Оказать помощь в становлении личности подростка, обретение им жизненных приоритетов;
3. Сформировать ответственные отношения к работе в группе, а также понимания необходимости коллективной работы не только в экстремальной ситуации, но и в обыденной жизни;
3. Воспитать коммуникативные навыки, умения адекватно вести себя в стрессовой ситуации.
4. Развивать разумное отношение к окружающему миру;
5. Дать знания, умения и навыки, необходимые для выживания в экстремальных полевых условиях.

Метапредметные:

1. Развивать качества, необходимые для продуктивной учебно-исследовательской деятельности: наблюдательность, анализ и синтез ситуаций, коммуникативные качества, критическое отношение к полученным результатам.

2. Сформировать психологическую готовность обучающихся к восприятию проблемной ситуации как задачи деятельности;

3. Развивать эрудицию, сформировать понимание основных законов физики и механики;

4. Сформировать мотивацию личности к получению знаний, саморазвитию и самореализации.

Образовательные:

1. Раскрыть необходимость безопасной жизнедеятельности личности в современных условиях;

2. Способствовать углублению и расширению имеющихся у обучающихся знаний о естественных науках в целом и приобретению общих и специальных навыков;

3. Пропагандировать профессию «Спасатель» среди школьников города и дать им возможность получения данной специальности.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1. Учебный план

Таблица 1

№ п/п	Предметы обучения	Количество часов			Форма контроля
		всего	Теорет. занятия	Практ. занятия	
1.	Вводное занятие инструктаж по технике безопасности	2	2		текущий
2.	Раздел 1. Подготовка по первой помощи	19	9	10	
3.	Общие основы анатомии и физиологии человека. Основы гигиенических знаний.		1		текущий
4.	Основы первой помощи.		1		текущий
5.	Средства оказания первой помощи.		1	1	текущий
6.	Первая помощь при ранениях.		1	1	текущий
7.	Первая помощь при вывихах и переломах костей.		1	2	текущий
8.	Первая помощь при ожогах и отморожениях.		1	2	текущий
9.	Основы сердечно-легочной реанимации.		1	2	текущий
10.	Транспортировка пострадавших.			2	текущий
11.	Зачет.		1	1	зачет
12.	Раздел 2. Противопожарная подготовка	7	4	3	
13.	Общие сведения о процессе горения, пожаре и его развитии.		1		Текущий
14.	Разведка пожара. Тушение пожара.		1	1	Текущий
15.	Общие сведения о пожарных машинах общего назначения, пожарное оборудование средства тушения пожара.		1	1	текущий
16.	Спасение людей на пожарах и самоспасение.			1	Текущий
17.	Зачет.		1		Зачет
18.	Раздел 3. Психологическая подготовка	10	10		
19.	Морально-психологические основы профессионального статуса спасателя в современном обществе.		2		текущий
20.	Профессионально-важные качества		2		текущий

21.	Психологическая подготовка спасателя к действиям в чрезвычайных ситуациях.		2		текущий
22.	Методы управления психическим состоянием. Основы саморегуляции и психологической реабилитации.		2		текущий
23.	Зачет.		2		Зачет
24.	Раздел 4. Специальная (техническая) подготовка.	4	2	1	
25.	Технические средства и оборудование, применяемые при ведении поисково-спасательных работ.		1	1	текущий
26.	Зачет.		1		Зачет
27.	Раздел 5. Физическая подготовка.	30	6	24	
28.	Правила личной гигиены.		1		текущий
29.	Гимнастика.		1	4	текущий
30.	Преодоление препятствий.		2	4	текущий
31.	Легкая атлетика, бег, прыжки.		0	4	текущий
32.	Спортивные и подвижные игры.		1	4	текущий
33.	Плавание.		0	6	текущий
34.	Зачет.		1	2	Итоговый Зачет
		72	33	39	

1.3.2. Содержание учебного плана

Вводное занятие (2 ч.).

Теория. Правила внутреннего распорядка работы секции, инструктаж по технике безопасности.

Практика. Не предусмотрено.

Раздел 1. Подготовка по первой помощи (19 ч.).

Теория. Основы первой помощи.

Виды медицинской помощи. Обязанности спасателя по оказанию первой медицинской помощи.

Общие основы анатомии и физиологии человека.

Понятие об анатомии и физиологии человека. Понятие об органах, системах организма. Скелет и его функции. Кости головы, конечностей, таза, позвоночник, грудная клетка, суставы верхних и нижних конечностей. Мышечная система, сухожилия. Органы кровообращения. Понятие о

кровообращении. Количество крови в организме человека, ее свертываемость. Значение своевременной остановки кровотечения. Органы кровообращения: сердце, сосуды, их строение. Работа сердца. Главнейшие артерии верхних и нижних конечностей, сонная артерия. Определение мест прижатия важнейших артерий.

Основы гигиенических знаний.

Личная гигиена и ее значение в сохранении здоровья. Гигиена одежды, обуви, снаряжения. Меры защиты продуктов питания от порчи, загрязнения, заражения. Требования, предъявляемые к качеству воды, потребность ее для организма.

Средства оказания первой помощи.

Назначение, состав и правила пользования аптечкой первой помощи. Виды перевязочного материала. Средства остановки кровотечения.

Практические занятия.

Комплектование аптечки первой помощи.

Теория. Первая помощь при ранениях.

Общее понятие о закрытых и открытых повреждениях. Понятие о ране, степень опасности ранения (кровотечение, загрязнение раны). Правила обращения со стерильным материалом. Понятие об антисептике. Первичная повязка. Особенности наложения повязок зимой.

Практические занятия. Наложение повязки на голову и шею, на глаза, лоб, ухо, волосистую часть головы. Повязки на верхние и нижние конечности. Повязка на верхние конечности: область плечевого сустава, плеча, локтевого сустава, кисти, пальцев. Повязка на нижние конечности: среднюю часть бедра, коленный сустав, голень, голеностопный сустав, стопу.

Теория. Первая помощь при вывихах и переломах костей.

Причины, признаки и оказание первой медицинской помощи при ушибах, растяжениях и вывихах. Ушибы мягких тканей в сочетании с переломами костей. Понятия о переломах. Виды и признаки переломов, транспортных шин, подручных средств.

Практические занятия. Способы оказания первой медицинской помощи при вывихах, переломах конечностей, ребер, костей черепа, позвоночника и таза. Способы транспортировки при различных переломах.

Теория. Первая помощь при ожогах и отморожениях.

Ожоги, виды и классификация. Отморожение, виды и классификация. Профилактика ожогов и отморожений. Первая медицинская помощь при ожогах. Первая медицинская помощь при отморожениях. Общее охлаждение, особенности оказания первой медицинской помощи при нем.

Основы сердечно-легочной реанимации.

Понятие о клинической и биологической смерти. Признаки наступления клинической и биологической смерти, методы их определения.

Искусственное дыхание, непрямой массаж сердца. Способы и методика их проведения.

Практические занятия. Отработка приемов СЛР.

Теория. *Транспортировка пострадавших.*

Практические занятия. Носилки, их виды, ляжки, их использование. Вынос пострадавших с использованием подручных средств, на руках, спине. Переноска пострадавших одним и двумя учащимися.

Зачет. Проведение учебных соревнований по оказанию медицинской помощи и транспортировки пострадавшего.

Раздел 2. Противопожарная подготовка (7 ч.).

Теория. *Общие сведения о процессе горения, пожаре и его развитии.*

Общие сведения о процессе горения, пожаре и его развитии. Общее понятие о пожаре и краткая характеристика явлений, происходящих на пожаре. Способы прекращения горения. Классификация основных огнетушащих средств, общие сведения о них: виды, краткая характеристика, области и условия применения.

Разведка пожара. Тушение пожара.

Роль и общие обязанности спасателей при выполнении основной задачи на пожаре. Понятие о разведке пожара. Меры безопасности при ведении разведки пожара и спасении людей. Понятие о локализации и ликвидации пожара. Особенности работы в задымленных помещениях и меры безопасности. Меры безопасности при тушении пожара и разборке конструкций. Способы прокладки рукавных линий.

Общие сведения о пожарных машинах общего назначения, пожарное оборудование средства тушения пожара.

Назначение автоцистерн пожарных, рукавных автомобилей, автомобилей пенного и порошкового пожаротушения. Назначение пожарных мотопомп. Назначение пожарных рукавов, рукавного оборудования и стволов. Средства и способы защиты от высоких температур и теплового излучения: теплозащитные, теплоотражательные костюмы, их эксплуатация. Назначение, виды, область применения огнетушителей.

Практические занятия. Тушение пожаров различными огнетушителями (занятие проводится в пожарной части МЧС РФ).

Теория. *Спасение людей на пожарах и самоспасение.*

Практические занятия. Отработка приемов и способов спасения людей на пожаре. Вязка одинарной и двойной спасательной петли без надевания и с надеванием ее на пострадавшего. Спасение пострадавшего с этажей учебной башни. Самоспасение с этажей учебной башни с помощью спасательной веревки, лестниц. Меры безопасности. Команды. Сигналы управления (занятие проводится в поисково-спасательном отряде).

Зачет. Проведение учебных соревнований по использованию приемов спасения на пожарах.

Раздел 3. Психологическая подготовка (10 ч.).

Теория. *Морально-психологические основы профессионального статуса спасателя в современном обществе.*

Спасение людей - смыслообразующая основа жизни спасателя, доминирующий мотив профессии. Профессиональное становление спасателя. Роль морального фактора в чрезвычайных ситуациях.

История спасательного дела в России, профессиональные традиции. Демонстрация документальных кинофильмов.

Проведение тестирования с целью выявления особенностей мотивации поведения обучаемых.

Профессионально-важные качества спасателя.

Понятие о профессионально-важных качествах, их роль в обеспечении успешной деятельности спасателя. Психологические особенности спасателя, требуемые для профессиональной деятельности: личностные характеристики: эмоциональная устойчивость в экстремальных условиях, стиль взаимоотношений в группе, дисциплинированность, настойчивость и целеустремленность; статистические и динамические характеристики психических процессов: зрительного и слухового восприятия, пространственного представления, пространственной ориентировки, внимания, памяти, мышления;

Проведение тестирования обучаемых с целью выявления степени развития необходимых профессионально-важных качеств, умений и навыков. Беседа и обсуждение результатов тестирования в рамках индивидуальной психологической консультации. Ознакомление обучаемых с их индивидуальными особенностями, рекомендации по их коррекции и учету.

Психологическая подготовка к действиям в чрезвычайных ситуациях.

Методы психологической подготовки к действиям в чрезвычайных ситуациях, создание моделей чрезвычайных ситуаций, проведение тренировок в экстремальных погодных и климатических условиях, на учебно-тренировочных базах, преодоление преград в специальном снаряжении, тренировки по решению задач с применением видеокomпьютерных имитаторов, принятие решений в условиях неопределенности, дефицита времени, внезапного изменения обстановки.

Методы управления психическим состоянием.

Понятие о физических и психологических резервах организма, условиях их мобилизации. Управление состоянием, сохранение здоровья.

Методы управления состоянием. Аутогенная тренировка, техника ее проведения. Дыхательные и физические упражнения. Приемы психической саморегуляции.

Основы саморегуляции и психологической реабилитации.

Стресс, напряжение, утомление, переутомление, нервный срыв, депрессия. Методики восстановления. Отдых. Лечение. Профилактические мероприятия: питание, аутогенная тренировка, активный отдых, функциональный покой, функциональная музыка. Основы восстановления

работоспособности. Обучение упражнениям для проведения аутогенной тренировки. Освоение методик проведения тренировки. Освоение методик определения состояния человека. Формирование практических навыков по быстрому восстановлению, снятию усталости и боли.

Практические занятия. Не предусмотрены.

Зачет. Проверка знаний полученных на занятиях.

Раздел 4. Специальная (техническая) подготовка (4 ч.).

Теория. *Технические средства и оборудование, применяемые при ведении поисково-спасательных работ.*

Назначение комплектов технических средств, аварийно-спасательных инструментов (механизированных, немеханизированных, электрических, пневматических гидравлических, специальных) и оборудования. Назначение механизмов: грузоподъемных, транспортных, блокировочных и других. Приспособления других видов модификации.

Практические занятия. Техника безопасности при работе с различным инструментом.

Зачет. Проверка знаний полученных на занятиях.

Раздел 10. Физическая подготовка (30 ч.).

Теория. *Правила личной гигиены.* Одежда для занятий физической культурой. Закаливание организма. Замеры пульса ведение дневника самоконтроля.

Практические занятия. *Гимнастика.* Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: на перекладине, брусках. Размахивание в упоре, упражнение на брусках, упражнение через козла, коня. Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: на брусках, перекладине, в прыжках, в лазанье по канату, упражнения с тяжестями, игры и комбинированные эстафеты. Игры и комбинированные эстафеты. Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: в прыжках, упражнения с тяжестями, игры и комбинированные эстафеты. Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: упражнение (комплексное силовое упражнение).

Теория. *Преодоление препятствий.* Правила преодоления препятствий, группировка при падении

Практические занятия. Прыжки безопорные, опорные и в глубину. Перелезание через забор с опорой на грудь, «зацепом», «силой». Техника бега на короткие дистанции, старт, финиш. Бег на 100 м. Передвижение по узкой опоре, преодоление пролома в стене, техника бега на различных участках пересеченной местности. Кросс 1000 м. Разучивание приемов и действий при выполнении специального контрольного упражнения. Передвижение по узкой опоре, преодоление пролома в стене, техника бега на различных участках пересеченной местности. Кросс на 1500 м. Тренировка в выполнении специального контрольного упражнения. Тренировка в беге по пересеченной местности. Кросс на 2000 м.

Теория. Легкая атлетика, бег, прыжки.

История легкой атлетики, правило бега и прыжков.

Практические занятия. Кросс по парку, прыжки в длину и высоту.

Теория. Спортивные и подвижные игры.

История игр, правила.

Практические занятия. Проведение игр в спортивном зале и на открытых площадках.

Теория. Плавание. Правила поведения на воде, история плавания, стили плавания, средства спасения на воде.

Практические занятия. Проверка в умении плавать на дистанцию 25 м. Плавание на 50- 100 м. Для не умеющих плавать подготовительные упражнения для освоения с водой. Тренировка в плавании брасом и вольным стилем. Плавание одними ногами с доской в руках. Для не умеющих плавать обучение плаванию брасом и кролем без выноса рук. Плавание на скорость четыре раза по 25 м. Для слабо плавающих спокойное проплывание на дистанцию 25- 50 м. Прыжки в воду вниз ногами с высоты до 3 м и вниз головой с высоты до 1 м. Изучение приемов освобождения от захватов утопающего. Способы транспортирования и приемы оказания первой помощи пострадавшему на берегу.

Тренировка в плавании на скорость на 50 м.

Зачет. Проверка знаний полученных на занятиях, участие в соревнованиях.

1.4. Планируемые результаты

1) Предметные

Подготовка по первой помощи - знать содержание и объем первой медицинской помощи пострадавшим, порядок транспортировки пострадавших, правила личной и общественной гигиены; уметь оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим в различных чрезвычайных ситуациях.

Противопожарная подготовка - знать общие обязанности спасателей при выполнении задачи на пожаре; общие сведения о процессе горения, пожаре и его развитии; общие сведения об основных огнетушащих веществах; общие сведения о пожарно-техническом оборудовании; меры безопасности; уметь правильно действовать при обнаружении пожара, применять средства пожаротушения, умело использовать ручной механизированный и немеханизированный инструмент, спасти людей с помощью лестниц, веревки и проводить самоспасение при ведении спасательных работ.

Психологическая подготовка - знать психологические требования к профессии спасателя, свои индивидуально-психологические особенности, особенности психологического воздействия обстановки при чрезвычайных

ситуациях, методы и приемы управления собственным состоянием; уметь учитывать свои индивидуальные психологические особенности, контролировать свое психическое состояние и применять приемы управления им, развивать способности к быстрой внутренней мобилизации, поддержанию эффективного внутригруппового взаимодействия.

Специальная (техническая) подготовка - знать назначение, технических средств и оборудования, применяемых при ведении ПСР, правила их хранения, приборов наблюдения, поиска пострадавших, разведки.

Физическая подготовка - развивать и совершенствовать основные физические качества: силу, выносливость, преодоление препятствий, выработать способность переносить длительные физические и психологические напряжения, воспитывать смелость, решительность, находчивость, чувство коллективизма и товарищеской взаимопомощи.

Воспитанники принимают участие в районных и городских соревнованиях по ориентированию и спортивному туризму, в соревнованиях «Школа безопасности», итоговом лагере «Юный спасатель», выполняют разрядные нормативы 3-2 юношеских разрядов по ориентированию и скалолазанию, совершают поход 1 категории сложности по пешеходному туризму, воспитанники принимают участие в городских и краевых соревнованиях по ориентированию и спортивному туризму, в краевых соревнованиях «Школа безопасности», итоговом краевом лагере «Юный спасатель».

2) Личностные.

Реализация программы также предусматривает:

1. Физическое воспитание и дополнительное образование средствами туризма и основ безопасности.

2. Формирование разносторонне развитой личности посредством привлечения обучающихся к занятиям различными видами спортивной деятельности и участие в совершении спортивных походов в различных видах спортивного туризма.

3. Развитие самостоятельности, социальная и личностная адаптация воспитанников через создание благоприятных условий для проявления инициативности, творческого потенциала, ответственности, целеустремленности, самовыражения, самоутверждения и самореализации личности в достижении общественно ценных и личностно-значимых целей.

4. Способствование личностному, профессиональному росту, жизненному самоопределению воспитанников через создание условий для осуществления «профессиональных проб» в сфере деятельности профессии «Спасатель».

5. Взаимодействие секций и кружков с Южным региональным поисково-спасательным отрядом и Центром подготовки спасателей в Красной поляне.

3) Метапредметные.

По итогам курса оздоровление воспитанников, самоутверждение в жизни, подготовка к выбору профессии.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

2.1. Календарно-учебный график

Таблица 2

№	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.		Вводное занятие инструктаж по технике безопасности.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	теоретическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
2.		Общие основы анатомии и физиологии человека. Основы гигиенических знаний. Основы первой помощи.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	теоретическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
3.		Средства оказания первой помощи.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
4.		Первая помощь при ранениях.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
5.		Первая помощь при вывихах и переломах костей.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
6.		Первая помощь при вывихах и переломах костей.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
7.		Первая помощь при вывихах и переломах костей.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
8.		Первая помощь при ожогах и отморожениях.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
9.		Основы сердечно-легочной реанимации.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
10.		Основы сердечно-легочной реанимации.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
11.		Транспортировка пострадавших.	2	16.20-17.05	практическое	ул. Гагарина,	Зачет

		Зачет		17.15-18.00		д.71	
12.		Общие сведения о процессе горения, пожаре и его развитии.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	теоретическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
13.		Разведка пожара. Тушение пожара.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
14.		Общие сведения о пожарных машинах общего назначения, пожарное оборудование средства тушения пожара.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
15.		Спасение людей на пожарах и самоспасение. Зачет	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Зачет
16.		Морально-психологические основы профессионального статуса спасателя в современном обществе.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	теоретическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
17.		Профессионально-важные качества спасателя.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	теоретическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
18.		Психологическая подготовка спасателя к действиям в чрезвычайных ситуациях.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	теоретическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
19.		Методы управления психическим состоянием. Основы саморегуляции и психологической реабилитации. Зачет	2	16.20-17.05 17.15-18.00	теоретическое	ул. Гагарина, д.71	Зачет
20.		Технические средства и оборудование, применяемые при ведении поисково-спасательных работ.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий

21.		Технические средства и оборудование, применяемые при ведении поисково-спасательных работ. Зачет.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Зачет
22.		Правила личной гигиены. Гимнастика.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
23.		Правила личной гигиены. Гимнастика.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
24.		Правила личной гигиены. Гимнастика. Зачет	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Зачет
25.		Преодоление препятствий.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
26.		Преодоление препятствий.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
27.		Преодоление препятствий. Зачет	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Практическое	ул. Гагарина, д.71	Зачет
28.		Легкая атлетика, бег, прыжки.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
29.		Легкая атлетика, бег, прыжки.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
30.		Легкая атлетика, бег, прыжки. Зачет	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Практическое	ул. Гагарина, д.71	Зачет
31.		Спортивные и подвижные игры.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
32.		Спортивные и подвижные игры.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
33.		Спортивные и подвижные игры. Зачет	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Зачет
34.		Плавание.	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Практическое	ул. Гагарина, д.71	Текущий
35.		Плавание.	2		Практическое	ул.	Текущий

				16.20-17.05 17.15-18.00	ское	Гагарина, д.71	
36.		Плавание.Зачет	2	16.20-17.05 17.15-18.00	Теоретическое, практическое	ул. Гагарина, д.71	Зачет

2.2. Условия реализации программы

Все практические занятия основываются на теоретических знаниях, приобретенных учащимися в ходе обучения, и запланированы на различных учебных полигонах города, где проводят свои тренировки спасатели.

Предполагается проведение теоретических и практических занятий на базе Южного регионального поисково-спасательного отряда и Центра подготовки спасателей в поселке Красная Поляна с использованием хорошей материальной базы и современных компьютерных технологий.

Прием желающих заниматься в туристском объединении «Юный спасатель» проводится на добровольной основе в начале учебного года и также возможен внеплановый набор в середине года. При наборе воспитанников в объединение первого года занятий следует комплектовать группу с превышением минимального состава объединения с учетом естественного отсева занимающихся. Кроме того, не все воспитанники, по тем или иным причинам, будут иметь возможность участвовать в учебных, учебно-тренировочных, квалификационных, спортивных и зачетных мероприятиях, спортивно-туристских соревнованиях, туристских походах.

Члены объединения должны пройти медицинский осмотр. Повторное медицинское обследование проводится не реже двух раз в год.

2.2.1. Материально-техническое обеспечение

Все практические занятия основываются на теоретических знаниях, приобретенных учащимися в ходе обучения, и запланированы на различных учебных полигонах города, где проводят свои тренировки спасатели.

Предполагается проведение теоретических и практических занятий в том числе на базе Южного регионального поисково-спасательного отряда и Центра подготовки спасателей в поселке Красная Поляна с использованием хорошей материальной базы и современных компьютерных технологий.

Для успешной реализации программы необходимы:

- Специально оборудованные учебные классы (желательно в спасательном отряде).
- Спортивный зал и площадка.
- Наглядные пособия, тренажеры, муляжи, учебные плакаты.

- Кино- и видеоматериалы, диафильмы, слайды, фотографии и другие подобные материалы.
- Разработки электронных занятий по темам: «Топографические знаки».
- Туристское снаряжение: **репшнуры**, веревки альпинистские, карабины, коврики туристские, компаса, медаптечка, техаптечка, рюкзаки, палатки, котелки для приготовления пищи, спальные мешки, групповой тент, костровой набор, закладные элементы, спусковые устройства, каски.

2.1.1. Информационное обеспечение:

- оформление информационных стендов;
- банк данных (разработки уроков, игр, беседы для учащихся, лекции и беседы для родителей, разработки мероприятий);
- диагностические материалы.

2.3. Формы контроля и аттестации

1. Текущий контроль знаний на каждом занятии методами опроса, беседы и п.
2. Тестирование обучающихся после завершения каждого раздела программы.
3. Выполнение персональных заданий.
4. Контрольное прохождение отдельных этапов и всей дистанции по спортивному туризму (группа дисциплин «пешеходная», «горная», «комбинированная»).
5. Сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке.
6. Участие в массовых мероприятиях, проводимых, согласно плану учебно-массовых мероприятий Центра или других, интересующих объединение учреждений и организаций.
7. В конце учебного года участие в итоговом туристском лагере и совершение спортивных походов.

2.4. Оценочные материалы

Оценочными материалами служат нормативы на выполнение индивидуальных и групповых практических заданий и участие в мероприятиях различной направленности и различного масштаба.

Таблица 3

№	Виды контроля	Цель организации контроля	Формы организации контроля
1	Предварительный (входной)	Выявление базового уровня имеющих	Теоретическое и практическое тестирование

	контроль.	знаний и умений учащихся, определение области их познавательных интересов.	с последующим анализом.
2	Текущий контроль.	Проверка усвоения материала (предыдущего и изучаемого).	Тесты, викторины, эстафеты, творческие и проектные работы.
3	Тематический контроль.	Выявление уровня знаний, умений и навыков учащихся по итогам изучения отдельных блоков и разделов программы по мере их прохождения.	Участие и проведение игр, соревнований, походов, экскурсий, акций, трудовые десанты по специальной физической, военно-прикладной и туристско-краеведческой подготовке, как на практических и учебно-тренировочных выходах, так и на тематических заездах, соревнованиях, конкурсах (согласно плану МБУ ДО СЮТ г. Сочи и других учреждений, и организаций города и края). Тесты, Анкеты, проектные и исследовательские работы.
4.	Итоговый контроль по программе.	Контроль знаний, умений и навыков по итогам каждого года и всей программы в целом.	Участие в соревнованиях по различным видам спорта, в учебно-тренировочных сборах, в итоговых городских соревнованиях «Школа безопасности» и «Юный спасатель», в спортивных походах различной степени и категории сложности.

Для оценки уровня освоения программы и диагностики качеств личности ребенка можно использовать тетради успеха «Мои достижения». В них ребенок сам заполняет уровень своих достижений, приобретенные знания, умения, эмоциональное состояние, характер выполненных действий, состояние здоровья, отношения со сверстниками. Этим стимулируется становление самосознания, саморазвития, устанавливается способность к рефлексии.

2.4.1. Творческая тетрадь «Мои достижения»

Ф.И.О. _____
 Объединение _____ Группа _____
 Я умею: _____
 Я хочу: _____
 Рекомендации: _____

Таблица «Мои достижения»

Тема, раздел	Что мною сделано?	Мои успехи и достижения?	Над чем надо работать

2.4.2. Карта «Лестница успешности»

Лестница успешности – этап формирования положительной самооценки обучающихся. Регулярное отслеживание уровня достижений обучающихся может стать основой стимулирования, поощрения его за труд, стремление к победе.

В ней по уровням зафиксированы традиционные конкурсы, проводимые в объединении «Юный спасатель» (схема 1), на муниципальном, краевом, Всероссийском, международном уровне, в которых ребенок может принять участие и получить соответствующую оценку своей деятельности.

Схема 1

		Всероссийский конкурс	
		Краевой конкурс	Грамота за III место в конкурсе «Февральские окна»
		Муниципальный конкурс	
Конкурс ОО	Грамота за I место в конкурсе «Искры творчества»	Грамота за II место в конкурсе «Мир моими глазами»	

2.4.3. Портфолио

Портфолио – это накопительная оценка, которая вводится с целью объективного фиксирования индивидуальных учебных достижений обучающегося. Создавая портфолио у ребенка повышается интерес к продолжению занятий по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, развивается способность к самоанализу, повышается самооценка.

Схема 2

Портфолио документов	Грамоты Дипломы Свидетельства Сертификаты
Портфолио работ	Творческая книжка Тетрадь успеха «Мои достижения» Фотографии Творческие проекты Творческие композиции Эссе
Портфолио отзывов	Рецензии на работы Оценка творческого проекта Оценка творческой композиции Отзыв о выступлении

Организованная система контроля оценки образовательных результатов в системе дополнительного образования дает возможность определить степень освоения ребенком программы, выявить наиболее способных и одаренных обучающихся, проследить развитие личностных качеств и оказать им своевременную помощь и поддержку.

2.5. Методические рекомендации по проведению занятий

Для проведения занятий по темам программы педагог в первую очередь должен быть аттестованным спасателем. И во всех темах программы желательно привлечения узких специалистов: медиков, пожарных, спасателей и т.п.

Медицинская подготовка.

В начале каждого занятия руководитель объясняет и показывает последовательность выполнения приема по оказанию первой медицинской помощи подручными средствами, а затем отрабатывает их с обучаемыми практически. Для практической отработки приемов все обучаемые

разбиваются на две подгруппы и поочередно их выполняют. На практическое выполнение приемов отводится не менее 70% учебного времени. Занятия должны обеспечиваться учебным имуществом на менее чем на 50% обучаемых. Полученные на занятиях по медицинской подготовке знания и практические навыки совершенствуются в ходе занятий по другим видам подготовки.

Противопожарная подготовка.

Занятия по пожарной тактике, первичным средствам пожаротушения проводятся в специально оборудованном классе, а по пожарным машинам – в парке. Обучаемые знакомятся с общими сведениями о процессе горения, пожаре и его развитии, с огнетушащими веществами, используемыми в первичных средствах пожаротушения, а также с пожарной техникой.

Психологическая подготовка.

В рамках программы проводится тестирование, на основе которого делаются выводы об индивидуально-психологических особенностях учащихся.

К проведению занятий желательно привлекать профессиональных психологов.

Специальная (техническая) подготовка.

Изучение технических средств, применяемых при ведении ПСР, проводится в оборудованных технических классах, на учебных площадках или на образцах.

Изучение компаса.

Навыки, полученные на занятиях по топографии, совершенствуются на других занятиях в полевых условиях.

Тактико-специальная подготовка.

Обучение проводится на оборудованных площадках учебных полигонах, на объектах экономики или на макете местности.

На практических занятиях должна создаваться сложная обстановка, с использованием имитационных средств, которая позволяла бы вызывать у обучаемых физическое и умственное напряжение, проявление инициативы.

2.6. Формы занятий

Основными формами обучения спасателя являются теоретические и практические занятия.

Теоретические занятия (лекция, рассказ) имеют целью дать систематизированные основы знаний о Единой государственной системе предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), структуре, задачах ПСФ, обязанности спасателя, требования безопасности при ведении ПСР.

Практические занятия проводятся с целью формирования практических навыков, углубления теоретических знаний по подготовке и применению аварийно-технических средств, инструментов, оборудования, приборов, оказанию пострадавшим первой медицинской помощи, отработке приемов и способов ведения ПСР в различных ЧС.

На занятии руководитель показывает обучаемым на местности, макетах, приемы и способы действий, которые подлежат отработке, после чего проводит тренировки.

В ходе тренировок руководитель занятия переходит к выполнению следующего приема или способа действий только после того, как убедится, что предыдущий прием или способ действий обучаемыми понят правильно и выполняется четко и умело.

Горная подготовка.

Подготовка обучаемых для действий в горной местности и пещерах должна разделяться на два этапа:

- подготовка в учебном классе;
- проведение учебных сборов в горной местности.

В практике обучения широко использовать различные подводящие и имитационные упражнения (привыкание к крутизне, глубине, равновесию, управление веревкой при совместном движении, удержании сорвавшегося и т.д.).

Вопросы безопасности должны проходить через всю программу обучения и постоянно находиться в поле зрения руководителя занятий.

Физическая подготовка.

Руководитель занятий должен добиваться высокой эффективности проводимого занятия, применяя при этом поточный метод с максимальным использованием оборудования и инвентаря, требовать качественного выполнения изучаемых упражнений.

Нагрузки на занятиях и тренировках необходимо повышать постепенно, с учетом уровня физического развития обучаемых, продолжительность занятия - 1 час, плавание, лыжная подготовка - 2 часа.

По мере усвоения программы, рекомендуется проводить комплексные занятия, включая в их содержание изученные упражнения, приемы и действия из различных тем. При этом упражнения должны выполняться всей группой одновременно или потоком, в быстром темпе с частой сменой мест тренировки.

Для повышения активности обучаемых следует использовать метод состязаний, а также проводить подвижные игры и эстафеты.

Для выработки силы и силовой выносливости в содержание занятий включать упражнения с тяжестями (ящиками с песком, гирями и др.), на наклонных досках.

В ходе занятий у обучаемых необходимо вырабатывать чувство смелости и решительности. Со слабоуспевающими организуются дополнительные занятия.

В ходе всех занятий обучающиеся готовятся к сдаче зачетов по каждой теме.

2.7. Методические особенности реализации программы

При реализации данной программы педагог может использовать различные технологии обучения, применяемые современной педагогикой.

При составлении календарно-тематического планирования следует предусматривать на отдельных занятиях чередование теоретических бесед по темам из разных разделов программы. Разделы тематического плана вовсе не обязательно изучать в той строгой последовательности, как они изложены. Кроме того, на вторую половину каждого занятия следует планировать практическую работу самих занимающихся.

Надо добиваться, чтобы практические занятия были всегда тесно связаны с прохождением теории каждого раздела программы, чтобы собственный опыт практических действий ребят дополнял и закреплял рассказ педагога.

Для привития устойчивого интереса к занятиям в объединении, руководитель должен ставить перед обучающимися цели. Краткосрочные – на конец месяца, квартала, долгосрочные – на конец годичного цикла и всего курса обучения.

Теоретические занятия проводятся в будние дни. Практические занятия, а именно экскурсии, походы и сборы проводятся в выходные дни и в каникулярное время.

Теоретические занятия (проводятся в классном помещении) – это лекции, беседы, диспуты, работа с литературой и документами, просмотр видеоматериалов и т. д. Практические занятия – это игры, эстафеты, акции, трудовые десанты, выполнение творческих заданий, экскурсии, соревнования, конкурсы, встречи с интересными людьми, походы, сборы и т.д.

Усвоение материала программы и участие в походах, соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, путешествиях и экспедициях позволит обучающимся подготовиться и сдать нормы на значок «Турист России», а также выполнить разрядные требования по различным видам спорта и туризма.

При наборе воспитанников в объединение следует комплектовать группу в количественном составе 15 человек. Члены объединения должны пройти медицинский осмотр. Повторное медицинское обследование проводится не реже двух раз в год во врачебно-физкультурном диспансере.

Необходимо проводить собрания для родителей подробно рассказывать им о плане занятий и мероприятиях, об условиях их проведения, о личном снаряжении, дальнейших занятиях в объединении. Желательно проводить такие встречи в неформальной обстановке, а иногда на природе.

Для занятий объединения, проводимых мероприятий и походов следует пользоваться снаряжением и оборудованием, рекомендованным Министерством Образования России в «Типовом перечне снаряжения и оборудования...» (приложение к приказу Министерства образования Российской Федерации от 28 апреля 1995г. № 223).

В программе используются такие технологии обучения как игровые, развивающего обучения, личностно-ориентированного подхода, групповой деятельности и дифференцированного обучения.

2.8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

2.8.1. Для учащихся

1. Волович В.Г. С природой один на один (адаптация и выживание в экстремальных условиях). М., Воениздат, 1989.
2. Комплект плакатов по топографии.
3. Петровский В.И. Первая медицинская помощь. Популярная энциклопедия. М.: Большая Российская энциклопедия, 1994.
4. Справочник спасателя. М.: МЧС России, 2017.
5. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. Учебное пособие. Изд.3-е. М., 2018.
6. Условные знаки топографических карт.
7. Учебник спасателя. М.: МЧС России. М., 2017.
8. Учебно-методическое пособие по выполнению приемов и способов спасения и самоспасения пострадавших (пораженных) в очагах поражения. М., 2018.
9. Школа альпинизма. М.: Физкультура и Спорт, 1989.

2.8.2. Для педагога

1. Айдаралиев А.А., Максимов А.Л. Адаптация человека к экстремальным условиям. М., 2015.
2. Андреева Г.М. Социальная психология. Изд. 6-е. М.: Наука, 2015.
3. Андреева Г.М. Социальная психология. М., Изд-ва МГУ, 1980.
4. Байковский Ю.В. Основы спортивной тренировки в горных видах спорта. М., 2013.
5. Бахарев В.Д. Аутотренинг. М.: Знание, 1992.
6. Башкирцев В.И., Гофштейн А.И., Мартынов А.И. Временные правила безопасности в промальпе. М.: МЧС России; 2001 г.
7. Винокуров В.К. Безопасность в альпинизме. М.: ФиС, 1983.
8. Волович В.Г. На грани риска (Выживание в экстремальных условиях). М.: Мысль, 1986.
9. Волович В.Г. С природой один на один (адаптация и выживание в экстремальных условиях). М.: Воениздат, 1989.
10. ГОСТ Р 22.9.01-95. Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Аварийно-спасательный инструмент и оборудование. Общие технические требования.
11. Гофштейн А.И. Мартынов А.И. Промальп в ответах на вопросы. М., 2005.
12. Захаров П.П. Начальная подготовка альпинистов. Ч.1-2. Изд.2-е; М., 2013.
13. Кино- и видеофильмы, рекомендуемые для просмотра в ходе психологической подготовки к действиям в чрезвычайных ситуациях.
14. Комплект плакатов по топографии.

15. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. Учебное пособие. Изд.3-е. М., 2018.
16. Максимов М.Т. Защита от сильнодействующих ядовитых веществ. М.: Энергоатомиздат. 1993.
17. Маринов Б. Проблемы безопасности в горах. М.: ФиС, 1981.
18. Мартынов А.И. Промышленный альпинизм. М.: СпортАкадемПресс, 2001.
19. Мартынов А.И., Мартынов И.А. Безопасность и надежность в альпинизме. Изд.3-е. М., 2019.
20. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.
21. Наставление по радиосвязи. Часть II. М., 1988.
22. Петровский В.И. Первая медицинская помощь. Популярная энциклопедия. М.: Большая Российская энциклопедия, 1994.
23. Постановление Правительства Российской Федерации от 13.09.1996 г. № 1094 «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
24. Потапов В.Ф. Обучение населения приемам оказания медицинской помощи. М.: Медицина, 1983.
25. Приемы психической саморегуляции. Практическое пособие. М.: ПАВС, 1992.
26. Рыбалева И.А. Проектирование и экспертирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: требования и возможность вариативности. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2019.
27. Сборник нормативных требований по физической подготовке и спорту. М., 2018.
28. Справочник спасателя, книга 2. ВНИИ ГОЧС. М., 1995.
29. Справочник спасателя, книга 7. ВНИИ ГОЧС.М., 1995.
30. Туркевич М. ПСР в горах. М.: МЧС России, 2000.
31. Условные знаки топографических карт.
32. Учебник "Пожарно-техническая подготовка". М.: Воениздат, 1984.
33. Учебник санитарного инструктора. М., 1996.
34. Учебник спасателя. М.: МЧС России. М., 2017.
35. Учебно-методическое пособие по выполнению приемов и способов спасения и самоспасения пострадавших (пораженных) в очагах поражения. М., 2018.
36. Школа альпинизма. М.: Физкультура и Спорт, 1989.