

Министерство образования Калининградской области

государственное автономное учреждение Калининградской области
дополнительного образования «Калининградский областной детско-
юношеский центр экологии, краеведения и туризма»

Рассмотрена на заседании
методического совета
от «15» сентября 2025 г.
Протокол № 14 М

«Утверждаю»
Директор ГАУКОДО КОДЮЦЭКТ
И.Ф. Каплуцевич
«15» сентября 2026 г.



Дополнительная профессиональная программа
(повышения квалификации)

**«Методика подготовки обучающихся к соревнованиям
«Школа безопасности»»**

Разработчик (и) программы:

Хромцов А.В., государственное автономное учреждение Калининградской
области дополнительного образования «Калининградский областной детско-
юношеский центр экологии, краеведения и туризма», методист

Калининград
2026 г.

Раздел 1. Характеристика программы

1.1. Цель реализации программы - повышение квалификации педагогических работников образовательных учреждений в сфере туристкой и краеведческой деятельности.

1.2. Планируемые результаты обучения:
учитель

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
А/03.6 Развивающая деятельность	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни; формирование системы регуляции поведения и деятельности обучающихся.	Законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; закономерности формирования детско-взрослых сообществ, их социально-психологические особенности и закономерности развития детских и подростковых сообществ.	Формировать детско-взрослые сообщества; владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья.

Педагог дополнительного образования

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
А/02.6 Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы	Планирование подготовки, организация и проведение досуговых мероприятий.	Основные направления досуговой деятельности, особенности организации и проведения досуговых мероприятий; методы и формы организации деятельности и общения, техники и приемы вовлечения обучающихся в деятельность и общение при организации и проведении досуговых	Контролировать соблюдение обучающимися требований охраны труда, анализировать и устранять (минимизировать) возможные риски для жизни и здоровья обучающихся при проведении досуговых мероприятий; понимать мотивы поведения, учитывать и развивать интересы

		мероприятий; требования обеспечения безопасности жизни и здоровья обучающихся; нормативные правовые акты в области защиты прав и законных интересов ребенка, включая Конвенцию о правах ребенка 1989 года; особенности одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, специфика инклюзивного подхода в образовании (в зависимости от направленности образовательной программы и контингента обучающихся).	обучающихся при проведении досуговых мероприятий.
--	--	--	--

1.3. Категория слушателей:

учителя физической культуры, ОБЗР, педагоги дополнительного образования, педагоги, курирующие специализированные кадетские классы «Юный спасатель».

1.4. Формы обучения – очно-заочная.

1.5. Срок освоения программы: 36 часов

Раздел 2.1. Содержание программы

№ п/п	Название разделов (модулей) и тем	Всего часов	Виды учебных занятий, учебных работ		Самос- стоя- тель- ная рабо- та, час	Форма контро- ля
			Теорети- ческие занятия	Практи- ческие занятия		
1.	Входной контроль	1	0	0	1	тест
2	Модуль 1. Теоретические основы	6	5	0	1	

	организации соревнований «Школа безопасности»					
2.1	Всероссийское детско-юношеское общественное движение «Школа безопасности» (ВДЮОД «Школа безопасности»).	1	1	0	0	
2.2	Спортивный туризм. Общие понятия.	2	2	0	0	
2.3	Уровни соревнований «Школа безопасности». Виды испытаний.	1	1	0	0	
2.4	Принципы подготовки обучающихся к соревнованиям «Школа безопасности»	1	1	0	0	
2.5	Промежуточная аттестация	1			1	Тест
3	Модуль 2. Практические основы подготовки к соревнованиям «Школа безопасности»	8	4	3	1	
3.1	Этика спортивного судьи. Общие принципы судейства соревнований.	1	1	0	0	
3.2	Судейство соревнований «Кросс-эстафета», ПСР на воде, пожарная эстафета.	2	1	1	0	
3.3	Судейство соревнований по спортивному туризму (маршрут выживания, клайбинг-контеcт, полоса препятствий)	4	2	2	0	
3.4	Промежуточная аттестация	1	0	0	1	Тест
4	Модуль 3. Технические приемы спортивного туризма	21	5	15	1	
4.1	Снаряжение и экипировка спортсмена. Основы туризма.	2	1	1		
4.2	Методика прохождения этапов соревнований	6	1	5		
4.3	Методика прохождения этапов соревнований в связках и группах.	6	1	5		
4.4	Организация перилл, понятие о самонаведении этапов	4	1	3		
4.5	Элементы испытаний этапа: «маршрут выживания».	2	1	1		
5.	Итоговая аттестация	1	0	0	1	тест
ИТОГО:		36	14	18	4	

Раздел 2.2. Рабочая программа

1. Входной контроль (самостоятельная работа 1 ч.)

Входное тестирование. Описание входного тестирования представлено в разделе «Форма аттестации и оценочные материалы».

2. Модуль 1. Теоретические основы организации соревнований «Школа безопасности» (лекции 5 ч., самостоятельная работа 1 ч.).

2.1. Всероссийское детско-юношеское общественное движение «Школа безопасности» (ВДЮОД «Школа безопасности»). (лекция - 1 ч.). Содержание лекции: история ВДЮОД «Школа безопасности». «Школа безопасности» в России. Соревнования «Школа безопасности» в Калининградской области. Нормативно-правовые аспекты реализации программ «Школа безопасности». Положение и условия о соревнованиях «Школа безопасности»

2.2. Спортивный туризм. Общие понятия. (лекция – 2 ч.). Содержание лекции: Спортивный туризм – как вид спорта. История спортивного туризма в России и мире.

Классификация и виды «спортивного туризма». Правила вида спорта «спортивный туризм»

2.3. Уровни соревнований «Школа безопасности». Виды испытаний. (лекция – 1 ч.). Содержание лекции: соревнования школа безопасности школьного, муниципального, регионального, межрегионального и Всероссийского уровня.

Виды испытаний, правила допуска участников, регламент проведения отдельных видов испытаний соревнований «Школа безопасности».

2.4. Принципы подготовки обучающихся к соревнованиям «Школа безопасности» (лекция – 1 ч.) Содержание лекции: подготовка спортсмена туриста. Участие в соревнованиях различного уровня.

Компетенции руководителя команды (тренера), навыки и умения участников соревнований.

2.5. Промежуточная аттестация (самостоятельная работа – 1 ч.) Промежуточное тестирование. Описание промежуточного тестирования представлено в разделе «Форма аттестации и оценочные материалы».

3 Модуль 2. Практические основы подготовки к соревнованиям «Школа безопасности» (лекции 4 ч, практическое занятие 3 ч., самостоятельная работа 1 ч.).

3.1. Этика спортивного судьи. Общие принципы судейства соревнований (лекция 1 ч.). Понятие спортивного судьи. Этика судьи. Судейские категории по различным видам спорта. Судьи соревнований «Школа безопасности»

3.2. Судейство соревнований «Кросс-эстафета», ПСР на воде, «Пожарная эстафета» (лекция 1 ч., практика 1 ч.). Методика оценивания и судейства соревнований в видах испытаний «Кросс-эстафета», ПСР на воде, «Пожарная эстафета».

3.3. Судейство соревнований по спортивному туризму («Маршрут выживания, «Клайбинг-контест», «Полоса препятствий») (лекция 2 ч., практическое занятие 2 ч.). Методика оценивания и судейства соревнований в видах испытаний «Маршрут выживания, «Клайбинг-контест», «Полоса препятствий»).

3.4. Промежуточная аттестация (самостоятельная работа – 1 ч.) Промежуточное тестирование. Описание промежуточного тестирования представлено в разделе «Форма аттестации и оценочные материалы».

4. Модуль 3. Технические приемы спортивного туризма (лекция 5 ч., практическое занятие 15 ч., самостоятельная работа 1 ч)

4.1. Снаряжение и экипировка спортсмена. Основы туризма. (лекция 1 ч., практическое занятие 1 ч.). Страховочная система, разрешенное и запрещенное оборудование спортсмена туриста. Веревки, карабины, ФСУ и иное оборудование туриста.

4.2. Методика прохождения этапов соревнований. (лекция 1 ч., практическое занятие 5 ч.). Этапы соревнований: параллельные перила, навесная переправа, вертикальный и горизонтальный маятник. Техника прохождения личных дистанций. Самостраховка участника, судейская страховка.

4.3. Методика прохождения этапов соревнований в связках и группах (лекция 1 ч, практическое занятие 5 ч.). Командная страховка при прохождении различных этапов дистанции спортивного туризма. Сопровождение участников. Принцип организации работы группы, связки участников на соревнованиях.

4.4. Организация перилл, понятие о самонаведении этапов (лекция 1 ч, практическое занятие 3 ч). Способы наведения перилл. Стационарное наведение, самонаведение этапов.

4.5. Элементы испытаний этапа: «Маршрут выживания» (лекция 1 ч., практическое занятие 1 ч.). Технология подготовки к маршруту выживания. Основы выживания в природной среде. Особенности проведения маршрута.

5. Итоговая аттестация (самостоятельная работа 1 ч.)

Итоговое тестирование. Описание Итогового тестирования представлено в разделе «Форма аттестации и оценочные материалы».

Входной контроль

Форма: тестирование

Описание, требования к выполнению:

Входной контроль включает 15 заданий, в том числе с выбором одного правильного ответа - 6, с множественным выбором правильных ответов - 6, на установление соответствия - 1, на установление последовательности - 2. Время выполнения: 1 ч.

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ; 0 баллов – неправильный ответ. 12 - 15 баллов – высокий уровень,
7 - 11 баллов – средний уровень,
0 - 6 баллов – низкий уровень. Оценка не предусмотрена
(тестирование проводится с целью определения уровня владения материалом).

Примеры заданий:

1. ВКС в спортивном туризме это - ?

А. всероссийские командные соревнования;

Б. верхняя командная страховка;

В. выбор командного старта;

2. КЛ в спортивном туризме это -?

А. контрольная линия;

Б. командное лидирование;

В. комплект липучек;

3. Участок естественного и/или искусственного рельефа от старта до финиша с комплексом судейского оборудования это -?

А. дистанция;

Б. маршрут;

В. этап

4. Какие виды испытаний входят в соревнования «Школа безопасности»?:

А. полоса препятствий (спортивный туризм);

Б. легкая атлетика (кросс 1 км);

В. клайбинг-контеcт;

Г. пауэрлифтинг;

5. Комплекс мер, способствующих транспортировке участника, не имеющего возможности двигаться на этапе самостоятельно, посредством веревки это - ?:

А. страховка;

Б. сопровождение

В. лидирование;

Г. самостраховка;

Промежуточная аттестация

Форма: тестирование

Описание, требования к выполнению:

Промежуточный контроль включает 15 заданий, в том числе с выбором одного правильного ответа - 6, с множественным выбором правильных ответов - 6, на установление соответствия - 1, на установление последовательности - 2. Время выполнения: 1 ч.

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ; 0 баллов – неправильный ответ. 12 - 15 баллов – высокий уровень, 7

- 11 баллов – средний уровень, 0 - 6 баллов – низкий уровень. Оценка не предусмотрена
(тестирование проводится с целью определения уровня владения материалом).

Примеры заданий:

1. Какие из видов испытаний не входят в программу соревнований «Школа безопасности»?

А. полоса препятствий (спортивный туризм);

Б. КТМ (контрольно-туристский маршрут)

В. Велоспорт

2. Для организации перил можно использовать?

А. Вербки диаметром не менее 10 мм;

Б. Слеклайны;

В. Любые веревки, имеющие сертификат соответствия;

3. При организации перил навесной переправы необходимо использовать?

А. Одинарную веревку диаметром не менее 10 мм.;

Б. Сдвоенную веревку;

В. Диаметр веревки и кол-во не регламентировано;

4. что из перечисленного не является зажимом для работы на веревке?

А. Жумар;

Б. Кроль;

В. «Восьмерка»;

5. В случае потери участником на дистанции перчаток, каски предусмотрены санкции?

А. Предупреждение;

Б. Снятие с дистанции;

В. Штрафные санкции не предусмотрены;

Итоговая аттестация

Форма: тестирование

Описание, требования к выполнению:

Итоговый контроль включает 15 заданий, в том числе с выбором одного правильного ответа - 6, с множественным выбором правильных ответов - 6, на установление соответствия - 1, на установление последовательности - 2. Время выполнения: 1 ч.

Критерии оценивания:

1 балл – правильный ответ; 0 баллов – неправильный ответ. 12 - 15 баллов – высокий уровень, 7

- 11 баллов – средний уровень, 0 - 6 баллов – низкий уровень. Оценка не предусмотрена

(тестирование проводится с целью определения уровня владения материалом).

Примеры заданий:

1. Какие из видов испытаний не входят в программу соревнований «Школа безопасности»?

А. полоса препятствий (спортивный туризм);

Б. КТМ (контрольно-туристский маршрут)

В. Велоспорт

2. Для организации перил можно использовать?

А. Вербки диаметром не менее 10 мм;

Б. Слеклайны;

В. Любые веревки, имеющие сертификат соответствия;

3. При организации перил навесной переправы необходимо использовать?

А. Одинарную веревку диаметром не менее 10 мм.;

Б. Сдвоенную веревку;

В. Диаметр веревки и кол-во не регламентировано;

4. что из перечисленного не является зажимом для работы на веревке?

А. Жумар;

Б. Кроль;

В. «Восьмерка»;

5. В случае потери участником на дистанции перчаток, каски предусмотрены санкции?

А. Предупреждение;

Б. Снятие с дистанции;

В. Штрафные санкции не предусмотрены;

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1. Организационно-методическое и информационное обеспечение программы

Нормативные документы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 31 июля 2025 года) (редакция, действующая с 1 сентября 2025 года) URL: <https://docs.cntd.ru/document/902389617> (дата обращения: 03.09.2025);
2. Федеральный закон от 21 ноября 2011 года N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (с изменениями на 23 июля 2025 года) (редакция, действующая с 1 сентября 2025 года) URL: <https://docs.cntd.ru/document/902312609> (дата обращения: 03.09.2025);
3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309 О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/50542> (дата обращения: 09.12.2025);
4. Постановление Правительства Российской Федерации от 24 декабря 2021 года N 2464
5. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 октября 2023 года № 1678 «Правила применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» URL: <https://docs.cntd.ru/document/1303362603?ysclid=miydv71czu823426837> (дата обращения: 09.12.2025);
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным. URL: <https://docs.cntd.ru/document/351746582?ysclid=mf55enf37u893627955> (дата обращения: 04.09.2025).
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 года № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования». URL: <https://docs.cntd.ru/document/603340708> (дата обращения: 04.09.2025).
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 года № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования». URL: <https://docs.cntd.ru/document/607175842> (дата обращения: 05.09.2025).
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 года № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования. URL: <https://goo.su/9xcJG> (дата обращения: 05.09.2025).
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23.11.2022 года № 1014 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования». URL: <https://goo.su/V6zoX> (дата обращения: 05.09.2024).
11. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 марта 2025 года № 266 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» URL: <https://docs.cntd.ru/document/1312587284?ysclid=miye353f2h996683055> (дата обращения: 09.12.2025);
12. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 года N 761н «Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих». Раздел "Квалификационные характеристики должностей работников образования" URL: <https://docs.cntd.ru/document/902233423?ysclid=miyea4zrd3719991705> (дата обращения: 09.12.2025);
13. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 3 мая 2024 года № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи» URL:

<https://docs.cntd.ru/document/1306088802?ysclid=mf2b8mvyvm687301279> (дата обращения: 03.09.2025);

14. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 30 апреля 2025

15. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 24 мая 2024 года № 261н «Об утверждении требований к комплектации аптечки для оказания первой помощи с применением медицинских изделий в организациях, осуществляющих образовательную деятельность» URL: <https://docs.cntd.ru/document/1306088801#64S0IJ> (дата обращения: 03.09.2025)

16. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 года N 544н Об утверждении профессионального стандарта "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)" URL: <https://docs.cntd.ru/document/499053710?ysclid=mjbfp98ldi977023830> (дата обращения: 18.12.2025);

17. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 года N 652н Об утверждении профессионального стандарта Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" URL: <https://docs.cntd.ru/document/726730634> (дата обращения: 18.12.2025)

18. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 15 декабря 2022 года N Р-303 «О внесении изменений в Концепцию создания единой федеральной системы научно-методического сопровождения педагогических работников и управленческих кадров, утвержденную распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 16 декабря 2020 г. N Р-174» URL: <https://docs.cntd.ru/document/1300312617?ysclid=miydmj2gtz284305821> (дата обращения: 09.12.2025)

4.2. Литература

Список основной литературы:

1. Методические рекомендации по обеспечению питанием при проведении туристских походов и массовых туристских мероприятий с обучающимися в условия природной среды.

2. Методические рекомендации по организации экскурсий для обучающихся, включая экскурсии по историко-культурной, научно-образовательной и патриотической тематике от 10.06.2022 г.

3. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися. Направлены письмом Минобрнауки от 12.11.2015 № 09-3173

4. Рекомендации по организации туристских походов с обучающимися

5. Правила вида спорта «Спортивное ориентирование» <https://rufso.ru/wp-content/uploads/2017/07/pravila-orient.pdf>

6. Правила вида спорта «Спортивный туризм» https://tssr.ru/files/materials/2619/regplay_2021.pdf

Дополнительная:

1. Волович В.Г. Академия выживания. - М., «Толк», 2010.

2. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В. Туризм и спортивное ориентирование. – М., Издательский центр «Академия», 2001.

3. Говорухин А.М., Куприн А.М., Коваленко А.Н., Гамезо М.В. Справочник по военной топографии. - М., Военное издательство МО СССР, 1980.

4. Дарман П. Учебник выживания в экстремальных ситуациях. – М., «Яуза», 2001.

5. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. - М. ФиС, 1985.

6. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования среди учащихся. - М., ЦДЮТиК, 2002.
7. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований. – Калининград, КОДЦЭОТ, 2002.
8. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности»/Учебно-метод. пособие. - М.: ВЛАДОС, 2000.
9. Новиков Г.А. Меры безопасности в туристском путешествии/ Методические указания. – Минск, Белорусский республиканский совет по туризму и экскурсиям, 1972.
10. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. - М., ООО «Издательство Аристель», «Издательство АСТ», 2002.
11. Правила организации и проведения соревнований обучающихся Российской Федерации «Школа безопасности». - М., 2018г. Утверждены МЧС РФ 20 декабря 2018г. № 2-4-38.
12. Шибаетов А.В. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени. – М., Центр детско-юношеского туризма, 1996.
13. Штюмер Ю.А. Карманный справочник туриста. - М., Профиздат, 1982.

Электронные ресурсы:

1. Федерация спортивного ориентирования России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rufso.ru/>. – Дата доступа: 01.09.2024.
2. Федерация спортивного туризма России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://tssr.ru/> - Дата доступа: 01.09.2024.
3. Федеральный центр организационно методического обеспечения физического воспитания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://xn--b1atfb1adk.xn--p1ai/> Дата доступа: 01.09.2024.

4.3. Материально-технические условия реализации программы

Технические средства обучения

Программа реализуется в аудиториях, оснащенных необходимыми техническими средствами, включающими компьютерное и мультимедийное оборудование с подключением к сети Интернет для воспроизведения видео- и аудиоматериалов, слайдовых презентаций. Также потребуется магнитная доска или флипчарт, учебно-методический комплекс и дидактические материалы.

Для проведения практических занятий необходимо наличие специального туристского снаряжения, оборудования для постановки дистанций по спортивному ориентированию и спортивному туризму, картографический материал.

Для реализации занятий в дистанционном формате преподавателю и слушателям требуется персональный компьютер/ноутбук/планшет с установленной операционной системой Windows, имеющий стабильное подключение к интернету, веб-камера для трансляции изображения, микрофон, колонки или встроенный динамик для воспроизведения звука материалов курса.

Кадровое обеспечение программы

Реализация модуля обеспечивается педагогическими кадрами ГАУКОДО КОДЮЦЭКТ и приглашенными специалистами, среди которых сотрудники ГУ МЧС России по Калининградской области, представители КРОО «Федерация спортивного туризма Калининградской области».

