



Департамент образования и науки города Москвы
Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования города Москвы
«МОСКОВСКИЙ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР
ЭКОЛОГИИ, КРАЕВЕДЕНИЯ И ТУРИЗМА»

«Утверждаю»
Директор ГБОУ ДО МДЮЦ ЭКТ
Д.В. Моргун
2025 г.

**Основная программа профессионального обучения
по профессиям рабочих и должностям служащих
33.023 Инструктор-проводник по пешеходному туризму и трекингу
по профессии «Инструктор-проводник по пешеходному туризму и трекингу»**

Объем: 226 ч.

Форма обучения: очная, очно-заочная.

Рекомендована к утверждению на
заседании педагогического совета
Протокол № 2 от «24» сентября 2025 г.

Разработчик программы: Е.В. Маркотенко

Москва, 2025 г.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Основная цель программы: обеспечить теоретическую и практическую подготовку обучающихся к деятельности инструктора-проводника по пешеходному туризму и трекингу по подготовке, сопровождению, обслуживанию и обеспечению безопасности туристов при организации и прохождении некатегорированных и категорированных туристских маршрутов в природной среде.

Учебной целью программы является получение компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности по подготовке, сопровождению, обслуживанию и обеспечению безопасности туристов при организации и прохождении некатегорированных и категорированных туристских маршрутов в природной среде.

Задачи:

- сформировать профессиональную компетентность инструктора-проводника, развить средствами программы профессионального обучения, необходимых для успешной работы в сфере будущей профессии;
- научить осознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности;
- сформировать навыки речевой профессиональной культуры, основанные на знании и практическом использовании в профессиональной деятельности терминов и понятий туризма и трекинга;
- научить соблюдать правила по технике безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся;
- овладеть системой практических умений и навыков, входящих в содержание программы, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности занимающегося пешеходным туризмом и трекингом;
- обеспечить общую и профессионально-прикладную подготовленность, определяющую психофизическую готовность обучающегося к будущей профессии средствами туризма и трекинга.

1.2. Содержание программы профессионального обучения по программе подготовки по профессиям рабочих и должностям служащих разрабатывалось с учетом профстандарта: 33.023 (инструктор-проводник).

1.3. Настоящая программа предназначена для подготовки специалистов по профилю деятельности инструктор-проводник по пешеходному туризму и трекингу.

1.4. Требования к слушателям: работники и специалисты спортивных организаций и туристских (туристических, историко-краеведческих) агентств различных организационно-правовых форм и ведомственной принадлежности, организаций дополнительного образования детей и взрослых и оздоровительных лагерей, занимающие (планирующие занимать) должность инструктора-проводника по пешеходному туризму и трекингу, имеющих среднее профессиональное образование (высшее образование) по профилю деятельности, походный опыт (пешеходные походы 1-3 й категории сложности). Медицинские ограничения регламентированы Перечнем медицинских противопоказаний Минздрава России. Прохождение обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров (обследований) осуществляется в установленном законодательством Российской Федерации порядке.

1.5. Программа профессиональной подготовки по профессиям рабочих и должностям служащих направлена на достижение основной цели профессиональной деятельности: формирование профессиональных компетенций, необходимых для выполнения профессиональной деятельности по сопровождению туристов при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

1.6. Требования к результатам освоения программы.

Виды деятельности	Трудовые функции (Профессиональные компетенции)	Практический опыт	Умения	Знания
1	2	3	4	
ВД 1. Деятельность по подготовке, сопровождению, обслуживанию и обеспечению безопасности туристов при прохождении туристских маршрутов	ТФ 1.1. Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	Поход 1-3й категории сложности	Планировать и составлять план маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Анализировать и оценивать физико-географические особенности района при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Анализировать и оценивать потенциальные опасности и риски при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Анализировать и оценивать социально-культурные особенности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Анализировать и оценивать особенности состава группы (пол, возраст, уровень физической и технической подготовленности) при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Анализировать и оценивать	Физико-географические особенности района путешествия. Погодно-климатические условия района путешествия. Флора и фауна района путешествия. Характер и особенности рельефа района путешествия. Особенности водных ресурсов: реки, ручьи, озера. Социально-культурные особенности района маршрута. Традиции, нормы и правила поведения, принятые в районе путешествия. Базовые принципы составления краткосрочного локального прогноза погоды на основе анализа доступных метеорологических данных и собственных наблюдений за погодой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Правила безопасности при использовании различных видов

			технические особенности маршрута (общая протяженность, техническая сложность, уровень автономности) при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Составлять краткосрочные локальные прогнозы погоды на основе анализа доступных метеорологических данных и собственных наблюдений за погодой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Подбирать необходимое личное и общественное снаряжение с учетом специфики предполагаемого маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.	личного, группового страховочного и специального туристского снаряжения при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Методы налаживания быта, организации питьевого режима и питания клиентов во время прохождения пеших путешествий в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Методы разбиения бивуаков в лесной и горной местности. Общие принципы охраны природы при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
	ТФ 1.2. Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.	Поход 1-3-й категории сложности	Основные способы проведения пешеходных маршрутов в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Мониторинг, анализ и оценка различных видов опасностей и	Обеспечивать безопасность, профилактику и минимизацию опасностей и рисков, возможных на всех этапах прохождения маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

			рисков при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы обеспечения безопасности. Основные способы ориентирования в лесной горной местности как с использованием специальных технических средств (карты, компасы, спутниковые навигационные системы), так и без использования специальных технических средств (по солнцу, луне и звездам, а также местным признакам и явлениям природы.) Основные способы организации быта, питьевого режима и питания в пешеходных путешествиях в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы организации бивуаков в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы приготовления	Передвигаться в лесной и горной местности по тропам и без троп при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Передвигаться по простым горным травянистым, осыпным и снежным склонам, не требующим применения альпинистской страховки, при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Переправляться через лесные и горные реки. Ориентироваться в лесной и горной местности с использованием топографических карт и компаса, без применения карт и компаса, в условиях плохой видимости при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Пользоваться спутниковыми навигационными системами. Готовить пищу в походных условиях. Налаживать бивуаки в лесной и горной местности. Поддерживать коммуникацию с клиентом или группой при занятиях
--	--	--	--	--

			пищи, способы добычи воды, ее очистки и обеззараживания в походных условиях при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Номера контактных телефонов территориальных органов МЧС России или спасательных служб в районе прохождения маршрута. Основные способы поддержания коммуникации с клиентом или группой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы разрешения конфликтных ситуаций.	пешеходным туризмом и трекингом.
	ТФ 1.3. Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.	Поход 1-3й категории сложности	Основные принципы организации и техники проведения спасательных работ своими силами с использованием подручных средств при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы организации коммуникации и взаимодействия со службами спасения и	Проводить спасательные работы своими силами с использованием подручных средств при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Взаимодействовать со службами спасения и группами, находящимися в районе, при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

			группами, находящимися в районе, при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы применения средств связи: рации, телефона, а также спутниковых навигационных систем. Основные способы оказания первой помощи при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы организации транспортировки пострадавших подручными средствами на простом горном рельефе (горные тропы, простые травянистые, осыпные и снежные склоны) при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы организации аварийных бивуаков в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.	Использовать основные невербальные сигналы при работе с вертолетом при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Пользоваться техническими средствами связи: рациями, телефонами, а также спутниковыми навигационными системами при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Оказывать первую помощь при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Транспортировать пострадавшего своими силами с использованием подручных средств на простом горном рельефе (горные тропы, простые травянистые, осыпные и снежные склоны) при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Создавать аварийные бивуаки в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
--	--	--	---	--

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование модулей и тем	Всего часов	В том числе				Форма контроля
			Лекции	Практ. занятия (внеаудиторные)	Самостоятельная работа	Промеж. и итог. контроль	
1	Модуль 1. «Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом»	58	24	18	15	1	
1.1.	Развитие туризма на современном этапе. История туризма	2	2				
1.2.	Основные руководящие материалы по туризму	6	2		3	1	тест
1.3	Основы туристской (экскурсионной) деятельности	14	6	6	2		
1.4	Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	10	2	6	2		
1.5	Ориентирование на местности, особенности ориентирования в различных условиях.	6	2	2	2		
1.6	Обслуживание на маршрутах	4	2	2			
1.7	Охрана природы в походе.	4	2	2			
1.8	Категорирование туристских маршрутов и определяющих их сложность, препятствий	2	2				
1.9	Разрядные требования в туризме	2	2				
1.10.	Отчет о походе	8	2		6		
2	Модуль 2. «Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом»	24	8	14	2		

2.1.	Особенности сопровождения и обеспечения безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	16	4	10	2		
2.2	Психология у правления туристскими группами	8	4	4			
3	Модуль 3. «Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях пешеходным туризмом и трекингом»	8	4	4			
3.1.	Действия инструктора-проводника в аварийных и экстремальных ситуациях при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	8	4	4			
4	Модуль 4. «Оказание первой помощи в условиях дикой природы, отдаленных районах»	16	8	7		1	
4.1	Особенности алгоритма действий на месте происшествия в условиях дикой природы и удаленных районах	2	1	1			
4.2	Вторичный (полный) осмотр пострадавшего	1		1			
4.3	Особенности базовой сердечно-легочной реанимации	2	1	1			
4.4	Особенности остановки кровотечения. Ведение ран.	2	1	1			
4.5	Способы иммобилизации при травме	2	1	1			
4.6	Синдром длительного сдавливания (краш-синдром)	1		1			
4.7	Синдром подвешенного состояния	1		1			
4.8	Поражение молнией	1	1				
4.9	Влияние на пострадавшего низких температур	1	1				
4.10	Влияние большой высоты	1	1				
4.11	Аптечка первой помощи (групповая/личная)	2	1			1	зачет
5	Модуль 5. «Инструкторская практика»	112		104		8	

5.1	Поход выходного дня.	32		32			Квалификационный экзамен 1-я часть
5.2	Категорийный поход.	80		72		8*	
Итоговая аттестация		8				8	Квалификационный экзамен 2-я часть
Итого:		226	44	147	17	18	

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

- 3.1. Для реализации программы предусмотрены *очная, очно-заочная, заочная* формы обучения.
- 3.2. Календарные сроки реализации программы устанавливаются ГБОУДО МДЮЦ ЭКТ в соответствии с потребностями слушателей на основании плана-графика, который может быть скорректирован с учетом запроса обучающихся, погодных условий и др.
- 3.3. Срок освоения программы по очной, очно-заочной форме обучения с применением дистанционных образовательных технологий составляет 226 часов.

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин, модулей и тем	Всего часов/ в т.ч. СР	Учебные недели в нагрузках в часах																										
			апрель					май				июнь				июль						август				сентябрь			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	
1.	Модуль 1. «Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом»	58	6	6	6	6	4	6	6	6	6	4										2							
2.	Модуль 2. «Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом»	24													6						2				6	6	4		
3.	Модуль 3. «Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях пешеходным туризмом и трекингом»	8														6					2								
4.	Модуль 4. «Оказание первой помощи в условиях дикой природы, отдаленных районах»	16					8	8																					
5.	Модуль 5. «Инструкторская практика»	112										2	14						16	40	40								
6.	Итоговая аттестация	8																									2	6	
Итого		226	36 (28+8)					32 (24+8)				20				68						46				24			

4. УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

Наименование дисциплин (модулей, разделов) и тем	Количество часов	Содержание обучения, наименование практических работ
Модуль 1. «Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом»		
1.1. Развитие туризма на современном этапе. История туризма.	Лекция (2 ч.)	Роль спортивно-оздоровительного туризма в формировании духовного и физического облика гражданина. Задачи туризма на современном этапе. Значение туризма для укрепления здоровья и физического развития, воспитания волевых и моральных качеств. Истоки зарождения туристского движения (1917-1936 гг.). Роль добровольного общества пролетарского туризма и экскурсий (ОПТЭ). Центральное туристско-экскурсионное управление (1936-1962 гг.), советы по туризму и экскурсиям (1962-1990 гг.). Создание федераций туризма (1976 г.). Виды спортивного туризма. Туризм на современном этапе. Развитие коммерческого активного туризма в стране и за рубежом.
1.2. Основные руководящие материалы по туризму	Лекция (2 ч.)	Федеральный закон N 132-ФЗ "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации" ГОСТ Р 50681-2010 «Туристские услуги. Проектирование туристских услуг». Федеральная программа развития физической культуры и формирования здорового образа жизни населения Российской Федерации. Правила проведения соревнований спортивных туристских походов и путешествий. Кодекс путешественника. Положение о туристско-спортивных маршрутно-квалификационных комиссиях России. Всероссийская классификация маршрутов. Положение о подготовке кадров. Основные нормативные документы и законодательные акты, регламентирующие организацию детского туризма.
	Самостоятельная работа (3 ч.)	Самостоятельная работа. Изучение нормативной документации по туризму.
	Контрольное мероприятие (1 ч.)	Промежуточный контроль. Тест.

1.3. Основы туристской (экскурсионной) деятельности	Лекции (2 ч.)	Современный рынок услуг в области активного и приключенческого туризма. Профессиональный путь инструктора-проводника по пешеходному туризму и трекингу в нем. Развитие личного бренда.
	Лекция (2 ч.)	Основы техники и тактики туризма. Подбор необходимого личного и общественного снаряжения с учетом специфики предполагаемого маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Нюансы и опыт коммерческого использования. Система хранения и учета. Проверка личного и общественного снаряжения перед выходом на маршрут.
	Лекция (2 ч.)	Методы разбиения бивуаков в лесной и горной местности. Методы налаживания быта, организации питьевого режима и питания клиентов во время прохождения пеших путешествий в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы приготовления пищи, способы добычи воды, ее очистки и обеззараживания в походных условиях при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие. Подготовка снаряжения при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Планирование питания и питьевого режима на маршруте при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: составление походной раскладки продуктов и меню питания, питьевого режима с учетом предпочтений клиентов и специфики приготовления пищи и водообеспечения в походных условиях при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: экскурсионная работа. Приемы и принципы грамотной подачи материала при проведении экскурсии. Подготовка и поиск материала. Особенности проведения (в условиях похода/трекинга, работа с детскими группами, работа на религиозных объектах, в музеях и др.)
	Самостоятельная работа (2 ч.)	Самостоятельная работа: провести обзор личного, группового и специального

		снаряжения для пешеходного похода 1-3 к.с. в горной местности.
1.4. Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	Лекции (2 ч.)	Основы техники и тактики туризма. Понятие стратегии и тактики пешего похода. Планирование пешего похода: выбор вида маршрута. Районы походов, их подробный физико-географический обзор. Возможные маршруты различных категорий сложности. Физико-географические особенности района путешествия. Погодно-климатические условия района путешествия. Оценка рисков предполагаемого маршрута, включая оценку погодно-климатических условий при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Флора и фауна района путешествия. Особенности водных ресурсов: реки, ручьи, озера. Социально-культурные особенности района маршрута. Традиции, нормы и правила поведения, принятые в районе путешествия. Характер и особенности рельефа района путешествия. Базовые принципы составления краткосрочного локального прогноза погоды на основе анализа доступных метеорологических данных и собственных наблюдений за погодой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Краеведческая деятельность и наблюдения в походе.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие. Составление подробного плана маршрута. Планирование запасных вариантов прохождения маршрута.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: анализ и оценка технических и погодных особенностей маршрута (общая протяженность, техническая сложность, уровень автономности) при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Составление краткосрочных локальных прогнозов погоды на основе анализа доступных метеорологических данных и собственных наблюдений за погодой.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: составление краткосрочных локальных прогнозов погоды на основе анализа доступных метеорологических данных и собственных

		наблюдений за погодой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
	Самостоятельная работа (2 ч.)	Самостоятельная работа: Разработка продукта «пешеходный маршрут повышенной сложности в природной среде» в соответствии с ГОСТ Р 50681-2010.
1.5. Ориентирование на местности, особенности ориентирования в различных условиях.	Лекция (2 ч.)	Основные способы ориентирования в лесной горной местности как с использованием специальных технических средств (карты, компасы, спутниковые навигационные системы), так и без использования специальных технических средств. Значение топографии и ориентирования для туристов. Азимут и движение по нему. Обход препятствий. Действия при потере ориентировки. Использование спутникового навигатора для ориентирования в походе.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: определение истинных и магнитных азимутов, определение сторон горизонта по местным предметам. Выбор и описание по карте оптимального пути, определение характеристик рек.
	Самостоятельная работа (2 ч.)	Самостоятельная работа: изучение обязанностей направляющих при проведении УТП.
1.6. Обслуживание на маршрутах	Лекция (2 ч.)	Организация обслуживания на туристском маршруте, возможные подходы и сложившаяся практика. Пути и возможные способы масштабирования туристского бизнеса. Встреча и проводы пребывающих. Коммуникация с группой. Организация трансферов, размещения в отелях/приютах, питания в непоходный период, экскурсионного сопровождения и досуга туристов. Решение спорных ситуаций. Ситуации расторжения договоров и снятия участников с маршрутов. Финансовое взаимодействие с проводящей организацией и ее партнерами.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие. Разработка маршрутов. Особенности организации обслуживания на туристском маршруте.
1.7. Охрана природы в походе	Лекция (2 ч.)	Общие принципы охраны природы при занятиях пешеходным туризмом и

		трекингом. Основные способы соблюдения экологической безопасности и минимизации негативного воздействия на природу при проведении путешествий в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: принятие мер по минимизации негативного воздействия на природу при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
1.8. Категорирование туристских маршрутов и определяющих их сложность, препятствий	Лекция (2 ч.)	Классификация пешеходных маршрутов. Принципы, требования и технология классификации. Основные показатели, определяющие категорию сложности маршрута: вид, разнообразие, трудность и количество, нормативная продолжительность и протяжённость. Примеры классификации маршрутов 1-2-3 к.сл.
1.9. Разрядные требования в туризме	Лекция (2 ч.)	Разрядные требования и нормативы по спортивному туризму. Порядок оформления разрядов. Нормативы на значки «Юный турист России», «Турист России».
1.10. Отчет о походе	Лекция (2 ч.)	Подведение итогов похода, разбор похода. Подготовка отчёта о походе (алгоритм составления отчета), защита маршрута в МКК.
	Самостоятельная работа (6 ч.)	Самостоятельная работа: подготовка отчета о походе.
Модуль 2. «Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом»		
2.1. Особенности сопровождения и обеспечения безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	Лекция (2 ч.)	Основные способы проведения пешеходных маршрутов в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Техника движения, естественные препятствия и способы их преодоления. Обеспечение безопасности, профилактика и минимизация опасностей и рисков, возможных на всех этапах прохождения маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Личная гигиена в походе. Гигиенические требования к обуви, одежде, снаряжению. Сопровождение регистрации туристских групп и туристов в территориальных органах Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации

		последствий стихийных бедствий (далее - МЧС России) или в службах спасения. Основные способы обеспечения безопасности. Номера контактных телефонов территориальных органов МЧС России или спасательных служб в районе прохождения маршрута. Получение разрешений на посещение пограничной зоны и ООПТ.
	Лекция (2 ч.)	Действия в экстремальных условиях. Основы выживания в природной среде. План действий при возникновении чрезвычайной ситуации или несчастном случае в группе при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Действие участника, отставшего от группы. Устройство укрытий и организация отдыха. Добывание пищи, разведение костра. Действия при ограниченном наборе снаряжения и продуктов питания. Причины травматизма и анализ несчастных случаев в простых путешествиях. Обеспечение безопасности. Планирование безопасного прохождения маршрута. Профилактика травматизма в путешествиях. План действий при несчастном случае.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: мониторинг, анализ и оценка различных видов опасностей и рисков при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: техника движения, естественные препятствия и способы их преодоления. Планирование связи на маршруте; проверка исправности средств связи.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: проведение инструктажа клиентов по правилам безопасности перед выходом на маршрут при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: правила безопасности при использовании различных видов личного, группового страховочного и специального туристского снаряжения при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Разработка плана действий при возникновении чрезвычайной ситуации или несчастном случае в группе при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: анализ и оценка потенциальных опасностей и рисков, эвакуация туристов при возникновении чрезвычайных ситуаций во время занятий пешеходным туризмом и трекингом.
	Самостоятельная работа (2 ч.)	Самостоятельная работа. Изучение содержание инструктажей по технике безопасности, подбор их в соответствии с условиями похода.
2.2. Психология управления туристскими группами	Лекция (2 ч.)	Мотивация и поведение человека. Терпимость, коммуникабельность. Роль руководителя туристской группы. Оценка ситуации. Методы комплектования туристской группы. Стереотипы поведения и роли участников. Анализ и оценка особенностей состава группы (пол, возраст, уровень физической и технической подготовленности) при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Взаимоотношения в туристской группе. Основные способы разрешения конфликтных ситуаций. Основные способы поддержания коммуникации с клиентом или группой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
	Лекция (2 ч.)	Руководитель пешего похода, его ответственность, права и обязанности. Роль руководителя группы на всех этапах подготовки и проведения пешего похода. Принципы управления группой, зависимость метода управления от опыта участников и руководителя. Моральная, административная и юридическая ответственность руководителя и участников группы.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: анализ и оценка особенностей состава группы при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: включенное наблюдение, решение ситуативных управленческих задач в условиях похода.
Модуль 3. «Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях пешеходным туризмом и трекингом»		
3.1. Действия инструктора-проводника в аварийных и экстремальных	Лекция (2 ч.)	Основные принципы организации и техники проведения спасательных работ своими силами с использованием подручных средств при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

ситуациях при занятиях пешеходным туризмом и трекингом		Создание системы коммуникации внутри группы, группы и базового лагеря, группы и службы спасения до начала путешествия при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы организации транспортировки пострадавших подручными средствами на простом горном рельефе (горные тропы, простые травянистые, осыпные и снежные склоны) при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
	Лекция (2 ч.)	Основные способы организации аварийных бивуаков в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы организации коммуникации и взаимодействия со службами спасения и группами, находящимися в районе, при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Основные способы применения средств связи: рации, телефона, а также спутниковых навигационных систем. Регистрация группы в аварийно-спасательных службах до начала путешествия при занятиях пешеходным туризмом и трекингом
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: основные способы организации транспортировки пострадавших подручными средствами на простом горном рельефе (горные тропы, простые травянистые, осыпные и снежные склоны) при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Отработка действий руководителей и участников группы в экстремальных ситуациях (решение ситуативных задач по теме в малых группах). Использование основных невербальных сигналов при работе с вертолетом при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
	Практическое занятие (2 ч.)	Практическое занятие: вызов помощи при возникновении аварийной ситуации или несчастном случае при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Коммуникация и взаимодействие со службой спасения и другими группами, находящимися в районе, при занятиях пешеходным туризмом и трекингом

Модуль 4. «Оказание первой помощи в условиях дикой природы, отдаленных районах»		
4.1. Особенности алгоритма действий на месте происшествия в условиях дикой природы и удаленных районах	Лекция (1 ч.)	Введение. Юридические аспекты оказания первой помощи. Правила и порядок осмотра места происшествия. Алгоритм действий на месте происшествия в условиях дикой природы и удаленных районах. Оценка риска опасности. Обеспечение безопасности, экстренное перемещение пострадавшего, извлечение пострадавшего из труднодоступных мест. Особенности вызова экстренных служб (МЧС). Оценка жизни угрожающих состояний.
	Практическое занятие (1 ч.)	Практическое занятие. Особенности оценки дыхания пострадавшего в состоянии гипотермии. Оказание первой помощи.
4.2. Вторичный (полный) осмотр пострадавшего	Практическое занятие (1 ч.)	Практическое занятие. Вторичный (полный) осмотр пострадавшего. Опрос пострадавшего и присутствующих о случившемся. Проверка сознания и дыхания пострадавшего. Обзорный осмотр пострадавшего на предмет сильных кровотечений. Оценка состояния пострадавшего.
4.3. Особенности базовой сердечно-легочной реанимации	Лекция (1 ч.)	Понятие «реанимация», причины остановки сердца, понятие о клинической смерти, ее признаки. Базовая СЛР: проведение компрессий и искусственных вдохов. В ограниченном пространстве в затрудненных условиях. Особенности базовой сердечно-легочной реанимации в случаях погребения под снегом в результате схождения лавин и в случаях, не связанных с лавинами.
	Практическое занятие (1 ч.)	Практическое занятие. Работа в малых группах, отработка СЛР. Оказание первой помощи пострадавшему, контроль его состояния (сознание, дыхание, кровообращение), оказание психологической поддержки при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.
4.4. Особенности остановки кровотечения. Ведение ран.	Лекция (1 ч.)	Наложение кровоостанавливающего жгута, турникета, импровизированной закрутки. Применение местных гемостатических средств. Противошоковые меры. Ведение ран.
	Практическое занятие (1 ч.)	Практическое занятие. Наложение асептических повязок (защищающих раны

		от проникновения инфекции), используя базовые медицинские материалы, импровизированные повязки из имеющегося снаряжения.
4.5. Способы иммобилизации при травме	Лекция (1 ч.)	Способы иммобилизации при травме: головы; шеи; позвоночника; грудной клетки; конечностей; костей таза. Особенности наложение иммобилизирующих повязок и шин на некоторые части тела: кисти рук, пальцы, локтевой сустав, предплечье, плечевой сустав, голень и голеностопный сустав, бедра, коленного суставов. Особенности перемещения в устойчивое боковое положение при подозрении на травму позвоночника. Поворот в паре. Поворот в тройке.
	Практическое занятие (1 ч.)	Практическое занятие. Наложение иммобилизирующих повязок и шин, ограничивающих движения той или иной части тела, используя стандартный материал, а также материал для закрепления повязки (бинт, марля, косынка, пластырь и др.). Наложение иммобилизирующих импровизированных повязок и шин из имеющегося снаряжения.
4.6. Синдром длительного сдавливания (краш-синдром)	Практическое занятие (1 ч.)	Практическое занятие. Причины, механизм возникновения и развитие краш-синдрома. Признаки краш-синдрома. Специфика оказания первой помощи краш-синдроме.
4.7. Синдром подвешенного состояния	Практическое занятие (1 ч.)	Практическое занятие: Причины, механизм возникновения и развитие синдрома подвешенного состояния. Признаки синдрома подвешенного состояния. Способы предотвращения синдрома подвешенного состояния. Специфика оказания первой помощи при синдроме подвешенного состояния. Синдром рециркуляции при синдроме подвешенного состояния. Оказание первой помощи при синдроме подвешенного состояния.
4.8. Поражение молнией	Лекция (1 ч.)	Причины, признаки, опасность поражения молнией. Профилактика повреждений вследствие удара молнии: стратегия поведения; укрытие; поза человека в грозу; коллективная безопасность. Молнии в условиях горной местности и в условиях водной среды.

		Первая помощь при поражении молнией.
4.9. Влияние на пострадавшего низких температур	Лекция (1 ч.)	Гипотермия: особенности при утоплении и попадании в лавину. Термоизоляция и согревание. Афтердроп-эффект. Холодовые травмы: траншейная стопа, ознобление («вечная мерзлота»). Травмы глаз (отморожение роговицы, смёрзшиеся ресницы, снежная слепота). Первая помощь при гипотермии и холодовых травмах.
4.10. Влияние большой высоты	Лекция (1 ч.)	Проблемы со здоровьем, связанные с влиянием большой высоты Высотная болезнь, горная болезнь, высотный отек головного мозга и высотный отек легких. Факторы риска. Причины и признаки. Профилактика. Первая помощь при болезнях, связанных с влиянием большой высоты.
4.11. Аптечка первой помощи	Лекция (1 ч.)	Состав походной аптечки. Формирование аптечки первой помощи до начала путешествия при занятиях пешеходным туризмом и трекингом. Групповая/личная аптечка. Перевязочные и вспомогательные материалы. Требования к упаковке.
	Контрольное мероприятие (1 ч.)	Промежуточная аттестация в форме зачета. Решение ситуационных задач. Обсуждение, исправление ошибок.
Модуль 5. «Инструкторская практика»		
5.1. Поход выходного дня	Практические занятия (32 ч.)	Практические (внеаудиторные) занятия. Учебно-тренировочный поход. Прохождение на местности спланированного, оформленного в соответствии с нормативными документами похода. Отработка походных навыков.
5.2. Категорийный поход	Практические занятия (72 ч.)	Практические (внеаудиторные) занятия. Поход 1й (2й, 3й) категории сложности. Прохождение на местности спланированного, оформленного в соответствии с нормативными документами.
	Контрольное мероприятие* (8 ч.)	Итоговая аттестация в форме квалификационного экзамена, 1-я часть.
Итоговая аттестация	Контрольное мероприятие (8 ч.)	Итоговая аттестация в форме квалификационного экзамена, 2-я часть

5. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ, КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

5.1. На первом занятии по программе проводится входное контрольное тестирование в форме опроса (беседы) для проверки исходного уровня знаний, предусмотрены контрольные тестирования по итогам завершения темы «Основные руководящие материалы по туризму». По итогам освоения модуля 4. «Оказание первой помощи в условиях дикой природы, отдаленных районах» проводится зачет. По завершении курса для оценки достигнутых результатов проводится квалификационный экзамен. *Допускается возможность проведения практической части квалификационного экзамена в условиях ПВД, практического занятия на местности.

Примеры тестовых вопросов к тесту

Тема	Инструкция к заданию Вопрос	Варианты ответа	Правильный вариант
Тема 1.2.	Маршрутно-квалификационная комиссия осуществляет:	1. Классификацию и категорирование туристских маршрутов 2. Рассмотрение маршрутных документов и оценку соответствия квалификации и подготовленности спортивных туристских групп к прохождению заявленных маршрутов при выпуске групп на маршруты 3. Контроль за группами при прохождении маршрутов 4. Рассмотрение отчетных материалов и определение сложности и трудности пройденных маршрутов и препятствий 5. Зачет прохождения маршрута участникам и руководителю туристской группы 6. Все вышеперечисленное	6
	Сколько сопровождающих	1. Один 2. Два	2

	работников требуется для группы из 12 обучающихся, следующей до места похода железнодорожным транспортом?	3. Три 4. Любое количество, установленное локальным актом образовательной организации	
	Группа педагогов прошла маршрут протяженностью 80 км. Определите сложность этого маршрута	1. 1й категории 2. Некатегорийный 3. 3й степени	2

5.2. Оценивание: зачёт / незачёт. Зачет, если правильных ответов более 60%.

Квалификационный экзамен проходит в соответствии с локальным актом ГБОУДО МДЮЦ ЭКТ.

6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

6.1. Материально-технические условия реализации программы.

Для реализации программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- мультимедийное оборудование (компьютер, с выходом в Интернет);
- мебель (стулья, офисные столы, тумба и др.);
- для внеаудиторных занятий туристское снаряжение индивидуальное и групповое (палатки, веревки, карабины, рюкзаки, тенты, костровое оборудование и др.).

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Основные источники

1. Арсентьев В.М. Безопасность проведения туристских походов // В сборнике: Образование в области безопасности жизнедеятельности и новых технологий: проблемы и перспективы развития // Сборник статей II Всероссийской научно-практической конференции. – Чита: ЗГУ, 2017. – С. 36-39.
2. Баканов М.В., Титлов А.Ю. Морально-психологическая подготовка в туристских группах разного возраста // Современные здоровьесберегающие технологии. – 2018. – № 1. – С. 8-15.
3. Веселова Н.Ю. Организация туристской деятельности. – М.: Дашков и К, Ай Пи Эр Медиа, 2019. – 255 с.
4. Константинов Ю.С., Дрогов И.А. О системе повышения квалификации специалистов детско-юношеского туризма // Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. – 2017. – № S1 (126). – С. 103-109.

5. Черепанова И.О. Тематическое планирование занятий по подготовке к туристскому походу // В сборнике: Колпинские чтения: детско-юношеский туристско-краеведческий форум // Материалы II межрегиональной (с международным участием) научно-практической конференции. – СПб: РГПУ им. А.И. Герцена, 2020. – С. 229-232.
6. Шаяхметова Г.М. Программа туристского палаточного лагеря «Батыр» (методическое пособие для организаторов детских туристских палаточных лагерей, руководителей туристских походов, педагогов дополнительного образования, методистов) // Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. – 2017. – № 2 (123). – С. 164-191.

Дополнительные источники

1. Алешин В. М., Серебrenиков А. В. Туристская топография. – М.: Профиздат, 1985. – 159 с.
2. Апатенкова А.Е. Проектирование воспитательного процесса в туристской экспедиции // Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. – 2014. № 4 (113). – С. 163-178.
3. Булашев А.Я., Топорков А.Н. Психологическая тактика руководителя туристской группы // Слобожанский научно-спортивный вестник. – 2010. – № 4 (24). – С. 63-68.
4. Буянов В.М., Нестеренко Ю.А. Первая медицинская помощь. – Я.: Медицина, 2000. – 224 с.
5. Волков Н.Н. Спортивные походы в горах. – М.: ФиС, 1974. – 97 с.
6. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я, Булатов В.Г. Туризм и спортивное ориентирование (учебник для институтов и техникумов физической культуры). – М.: ФиС, 1987. – 240 с.
7. Линчевский Э.Э. Психологический климат туристской группы. – М.: ФиС, 1981. – 48 с.
8. Логвинов В.С., Семиреков В.А., Тарасов А.Е., Шеманаев В.К. Некоторые проблемы формирования управленческой компетенции инструктора-проводника спортивно-оздоровительного туризма (руководителя туристского похода) // Сибирский педагогический журнал. – 2015. – № 2. – С. 185-190.
9. Лукоянов П. И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. – М.: Центр ДЮТ РФ, 1998. – 141с.
10. Нечаев М.П. Предупреждение и разрешение конфликтов в туристическом походе // Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. – 2015. – № 3 (116). – С. 75-82.
11. Остапец А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2001.- 97 с.
12. Школа жизни – окружающий мир. (Опыт программирования деятельности учреждения дополнительного образования). / Ред. Алиева Л.В. – М., 2004. – 154 с.

Интернет-ресурсы:

1. Сайт МЧС России: <https://www.mchs.gov.ru> (Дата обращения – 28.03.2022).
2. Сайт Федерации спортивного туризма в России: <https://tssr.ru> (Дата обращения – 28.03.2022).
3. Сайт ГБОУДО МДЮЦ ЭКТ: <https://mducekt.mskobr.ru/#/> (Дата обращения – 28.03.2022).