

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного
образования «Дворец творчества «Орион»
городского округа город Уфа
Республики Башкортостан

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «29» 08 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор  Ю.В.Почуева
Приказ № 102/1
от «31» 08 2022г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско – краеведческой направленности
объединение «Мир путешествий»**

Уровень освоения программы:
стартовый, базовый, продвинутый
Возраст обучающихся: 9 - 15 лет
Срок реализации программы: 3 года

Автор-составитель:
Костарева Анастасия Геннадьевна,
педагог дополнительного
образования

г. Уфа 2022г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы: туристско-краеведческая

Уровень программы: разноуровневая

Актуальность программы обусловлена тем, что воспитание молодого поколения в духе патриотизма — это первоочередная задача современного образования, тем самым помогает решать задачи, поставленные государством Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепция развития дополнительного образования, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года, одним из принципов реализации образовательной программы, является разноуровневость.

Отличительные особенности программы «Мир путешествий» разработана для создания условий по организации непрерывного обучения детей через разнообразные виды деятельности туристских навыков, правилам поведения в походах, оказанию первой медицинской помощи, знакомятся с историей, монументами и памятниками своего района и края. Приобщение к культуре родного края является не только связующим звеном для развития взаимопонимания между поколениями, но и даёт возможность для развития способностей личности. Многообразие окружающего мира объединяется понятием «наследие». Нынешнее поколение детей — это носители традиций, культуры, одновременно и хранители ценностей культуры. Благодаря знакомству с историческими памятниками формируется представление об истории и жизни своего края. Это в свою очередь позволяет оценить свою значимость во времени, определить своё место в жизненном пространстве, рассмотреть свои жизненные перспективы.

Современная школа должна создать условия для расширения социальной среды, в которой происходит формирование личности ребёнка. Поэтому в организации дополнительного образования Дворца творчества «Орион» в программе «Мир путешествий» особое значение имеют походы, как форма, позволяющая воспитывать детей в расширенном социальном и культурном пространстве, предоставляющая возможность получения нового опыта и обеспечивающая повышение культурного уровня обучающихся.

Программа предусматривает выездные и пешие походы по историческим местам природы Башкортостана, тренировки и наведения порядка на территории памятников, в пути следования и местах отдыха. Туризм, личность, труд – звенья одной цепи: это и познание, и повышение культурного уровня, и важное средство общения, и дружба, и укрепление здоровья обучающихся, и немало важно - любовь к своей малой родине, природе и истории.

Туризм – это и спорт. Главный это- грамотная организация, значительная пестрота состава участников, ведущая к разноплановости интересов. Поэтому при планировании и организации походов нужно учитывать возраст и интересы детей.

Однодневные походы планируются на каникулы: осенние, зимние и весенние, и проходят они выходные дни, а летом многодневные походы на 2 и более дня.

Цель - пропаганда туризма, укрепления здоровья и формирование стремления к здоровому образу жизни.

Задачи:

Обучающие:

- обучать навыкам туристско-краеведческой деятельности, оказания первой медицинской помощи, правилам поведения при вынужденной автономии;
- обучать двигательным действиям, и повышение функциональных возможностей организма;
- изучать культуру и природу России через туристские походы, посещение памятников истории.

Развивающие:

- развивать основные физические качества: координационные, ориентационно-пространственные, силовые; выносливость, гибкость и ловкость;
- способствовать развитию и тренировке психических процессов, моторико – двигательной и логической памяти обучающихся;
- обеспечить формирование правильной осанки, укрепление мышечного корсета;
- способствовать укреплению здоровья и совершенствованию физической подготовленности обучающихся;
- развить и обогатить культуру общения, интереса к коммуникационной деятельности, правил сотрудничества в коллективной деятельности;
- развить творческие способности обучающихся, через декоративно-прикладное творчество;
- развить умения наблюдать, анализировать, рассуждать, решать творческие задачи.

Воспитательные:

- способствовать формированию и развитию нравственно –коммуникативных качеств личности обучающихся;
- воспитывать личность обучающегося с установкой на здоровый образ жизни;
- воспитывать физически сильного, высокоморального, трудоспособного, толерантного гражданина современной России.

Адресат программы для учащихся 9-13 лет.

Объем программы, рассчитан на 3 года обучения. Общий объём программы 144 часа в год.

Форма обучения: очно-заочная

Уровень программы: разработана с учетом возрастных особенностей обучающихся, построена по нарастающей степени сложности стартовый (ознакомительный), базовый, (углубленный), продвинутый.

Особенности организации образовательного процесса: формы реализации основной программы-традиционная, также используется и дистанционные технологии.

Организационные формы обучения групповые, индивидуальные, в разновозрастных группах;

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа.

Организационные формы обучения групповые, индивидуальные, в разновозрастных группах;

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа.

1–й год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа, (4 часа в неделю, 16 часов в месяц, 114 часа в год);

2–й год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа, (4 часа в неделю, 16 часов в месяц, 114 часа в год);

3–й год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа, (4 часа в неделю, 16 часов в месяц, 114 часа в год);

Планируемые результаты:

Обучающиеся будут знать

Стартовый

1. знать виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм;
2. знать способы оказания первой медицинской помощи при кровотечении, переломах, вывихах, ранениях, ожогах, обморожениях;
3. знать топографические знаки;
4. знать и использовать простейших узлов и техника их вязания;
5. знать условные знаки;
6. знать, что входит в медицинскую аптечку.

Обучающиеся будут уметь:

1. уметь ориентироваться по местным признакам, компасу, карте, определять азимут, двигаться по компасу и карте;
2. уметь укладывать рюкзак, подгонка снаряжения;
3. уметь работать со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт;
4. уметь пользоваться карабином, жюмаром, восьмеркой;
5. уметь пользоваться обвязкой;
6. уметь оказывать первую помощь

Базовый

Обучающиеся будут знать

1. знать и использовать узлы и техника их вязания;
2. знать где можно развертывание и свертывание лагеря (бивака);
3. знать, как пользоваться самостраховкой;
4. знать условные знаки;

Обучающиеся будут уметь:

1. уметь развертывание и свертывание лагеря (бивака);
2. уметь пользоваться самостраховкой самому и надеть ее на других туристов;
3. уметь пользоваться условными знаками;
4. уметь собрать медицинскую аптечку;

Продвинутый:

Обучающиеся будут знать

1. знать, как соорудить временное убежище из подручного материала, уметь добывать пищу, воду, огонь, изготавливать оружие для охоты и рыбалки;
2. знать виды костра и где их можно разжигать в лесу костер;
3. знать, как составить маршрут, план - график движения.

Обучающиеся будут уметь:

1. уметь соорудить временное убежище из подручного материала, уметь добывать пищу, воду, огонь, изготавливать оружие для охоты и рыбалки;
2. уметь оказывать первую помощь;
3. уметь разжигать костер;
4. уметь двигаться по маршрут или план - графику движения.

Форма подведение итогов и оценка результатов: входной, промежуточный и итоговый контроль, итоговые занятия, конкурсы, викторины, игры, соревнования, квест-игры, тестирование, мониторинг, анкетирование, диагностика.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДЛЯ СТАРТОВОГО ГОДА

п/п	Содержание	Количество часов			Форма контроля /аттестация
		Практика	Теория	Всего	
1	Вводное занятие. Туристские путешествия, история развития туризма	2	2	4	Опрос
2	Личное и групповое туристское снаряжение	6	2	8	Практика
3	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	2	2	4	Опрос
4	Подготовка к походу, путешествию.	4	2	6	Опрос
5	Питание в туристском походе.	1	1	2	Опрос
6	Туристские должности в группе.	2	2	4	Опрос
7	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	10	6	16	Опрос
8	Понятие о топографической и спортивной карте.	6	4	10	Зачет
9	Условные знаки. Изучения узлов	14	4	18	Зачет
10	Ориентирование по горизонту, азимут.	6	2	8	Зачет
11	Компас. Работа с компасом.	6	4	10	Зачет
12	Измерение расстояний.	4	2	6	Зачет
13	Способы ориентирования. Действия в случае потери ориентировки	4	4	8	Зачет

14	Личная гигиена туристов	1	1	2	Опрос
15	Походная медицинская аптечка.	2	2	4	Зачет
16	Основные приемы оказания первой помощи.	4	2	6	Практика
17	Приемы транспортировки пострадавшего.	6	2	8	Практика
18	Предупреждение спортивных травм на тренировках.	2	2	4	Опрос
19	Общая физическая подготовка	12	4	16	Практика
	Всего	94	50	144	Викторина – игра

Примечание: распределение учебных часов по темам, содержание практических занятий, порядок изложения программного материала может быть изменен в зависимости от индивидуальных способностей учащихся.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие. Туристские путешествия, история развития туризма. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 час).

Стартовый: Знакомство с планами и работой объединения (положения, приказы, требования), правила внутреннего распорядка, правила техники безопасности во время занятий в кабинете, во время экскурсий, при проведении мероприятий. Безопасность на улице. Безопасный путь в школу. Где должны находиться или двигаться по улице пешеходы, а где транспортные средства. Выявление у обучающихся знание, умение, навыков. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Практические занятия (2 часа)

Стартовый: Опрос

2. Личное и групповое туристское снаряжение. (8 часов)

Теоретические занятия. (2 час).

Стартовый: Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневного и трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Хозяйственный набор. Особенности снаряжения для зимнего похода.

Практические занятия. (6 часов)

Стартовый: Укладка рюкзаков. подгонка личного и группового снаряжения.

3. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 час).

Стартовый: Привала ночлега в походе, выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация ночлегов в помещении. Правила купания.

Практические занятия. (2 часа)

Стартовый: Опрос «Определение мест лагеря», «Разжигание костра».

4. Подготовка к походу, путешествию. (6 часов)

Теоретические занятия. (2 час).

Стартовый: Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Практические занятия. (4 часа)

Стартовый: Составление плана и подготовка к походу выходного дня. Опрос «Подготовка к походу»

5. Питание в туристском походе 2 часа

Теоретические занятия. (1 час).

Стартовый: Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе.

Практические занятия. (1 час)

Стартовый: Составление меню и списка продуктов на поход выходного дня.

6. Туристские должности в группе. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 час).

Стартовый: Должности в группе постоянные и временные: руководитель, зам. Руководителя (командир), заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д. Временные должности. Распределение туристических должностей в группе. Временные должности: дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды). Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

Практические занятия. (2 часа)

Стартовый: Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов похода.

7. Правила движения в походе, преодоление препятствий. (16 часов)

Теоретические занятия. (6 часов).

Стартовый: Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Правила пользования карабином, жумаром, восьмеркой. Использование простейших узлов и техника их вязания (Простой или проводник, восьмерка, встречный проводник. Встречная восьмерка, прямой, академический)

Практические занятия. (10 часов)

Стартовый: Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Вязание узлов (на улице).

8. Понятие о топографической и спортивной карте. (10 часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Стартовый: Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт.

Практические занятия. (6 часов)

Стартовый: Работа с картами различного масштаба.

9. Условные знаки. Изучение узлов (18 часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Стартовый: Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Рассказ как называется узел и для чего он вяжется, куда применяется.

Практические занятия. (14 часов)

Стартовый: Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты. Вязание узлов: восьмерка, встречная восьмерка, проводник, встречный проводник, двойной проводник, шкотовый, брам-шкотовый, австрийский, академический, булень, казачий, казахский, штык и др.

10. Ориентирование по горизонту, азимут. (8 часов)

Теоретические занятия. (2 часа).

Стартовый: Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»).

Практические занятия. (6 часов)

Стартовый: Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте.

11. Компас, работа с компасом. (10 часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Стартовый: Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Движение по азимуту, его применение.

Практические занятия. (6 часов)

Стартовый: Ориентирование карты по компасу.

12. Измерение расстояний. (6 часов)

Теоретические занятия. (2 часа).

Стартовый: Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица перевода шагов в метры.

Практические занятия. (4 часа)

Стартовый: Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины.

13.Способы ориентирования, действия в случае потери ориентировки. (8 часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Стартовый: Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени.

Практические занятия. (4 часа)

Стартовый: Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде.

14. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. (2 часа)

Теоретические занятия. (1 час).

Стартовый: Соблюдение гигиенических требований в походе. Понятие о гигиене. Гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха в занятиях физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание). Гигиена обуви и одежды.

Практические занятия. (1 час)

Стартовый: Разучивание комплекса гимнастических упражнений. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

15.Походная медицинская аптечка. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 часа).

Стартовый: Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов: ампульные, таблеточные, порошковые, линименты, смазки. Различия в принципе действия.

Практические занятия. (2 часа)

Стартовый: Формирование походной медицинской аптечки (на 1,2 и 3 дня и личная аптечка).

16.Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. (6 часов)

Теоретические занятия. (2 часов).

Стартовый: Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика

заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков.

Практические занятия. (4 часа)

Стартовый: Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

17. Приемы транспортировки пострадавшего. (8 часов)

Теоретические занятия. (2 часов).

Стартовый: Способы транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь.

Практические занятия. (6 часов)

Стартовый: Изготовление носилок

18. Предупреждение спортивных травм на тренировках. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 часа).

Стартовый: Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.

Практические занятия. (2 часа)

Стартовый: Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля

19. Общая физическая подготовка. (16 часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Стартовый: Основная задача общей физической подготовки — развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов. Всесторонняя физическая подготовка — основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрутов туристских походов.

Практические занятия. (12 часов)

Стартовый: Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения со скакалкой. Подвижные игры и эстафеты. Гимнастические упражнения. Спортивные игры на воздухе.

Календарно-учебный стартового уровня (первый год обучения)

№	месяц	Форма занятий	Количество часов		Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
			Теория	Практика			
1.		Беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание	2 часа		Вводное занятие. Инструктаж по техника безопасности, по пожарной безопасности и правила дорожного движения.	Каб.	Опрос о ТБ и викторина

					Туристские путешествия, история развития туризма.		
2.		Практическое задание	2 часа		Туристские путешествия, история развития туризма.	Каб.	Творческая работа обучающихся
3.		Беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание	2 часа		Личное и групповое туристское снаряжение	Каб.	Отрос по понятиям,
4.		Беседа, просмотр иллюстрации.	2 часа		Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки.	Каб.	Отрос по понятиям,
5.		Беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание	2 часа		Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов. Как готовить личное снаряжение к походу.	Каб.	Викторина, практика
6.		Беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание.	2 часа		Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток. Походная посуда. Инвентарь, аптечка, оборудование для костра. Особенности снаряжения для зимнего похода.	Каб.	Практика
7.		Викторина, просмотр иллюстрации, практическое задание.	2 часа		Организация туристского быта. Привала ночлега.	Каб.	Викторина, творческая работа обучающихся
8.		беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание.	2 часа		Типы костров. Правила разведения костра, работы с инвентарем. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе. Правила купания.	Каб. или ПКиО Демского района	Коллективная работа обучающихся (поделка)
9.		беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание.	2 часа		Подготовка к походу, путешествию	Каб.	Отрос
10.		беседа, просмотр иллюстрации, игра.	2 часа		Составление плана подготовки похода. Изучение маршрутов походов.	Каб.	Отрос, практическое задание

11.		беседа, просмотр иллюстрации.	2 часа		Составление плана - графика движения похода.	Каб.	Игра, практическое задание
12.		беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание.	2 часа		Питание в туристском походе	Каб.	Опрос, практическое задание
13.		Беседа, просмотр иллюстрации,	2 часа		Туристские должности в группе.	Каб.	Опрос,
14.		Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Туристские должности в группе.	Каб.	Опрос,
15.		Беседа, просмотр иллюстрации, тренировка	2 часа		Правила движения в походе, преодоление препятствий	Каб. или ПКиО Дем-гора-на	Опрос, тренировка
16.		Беседа, игра, практика	2 часа		Меры безопасности при проведении занятий в помещении, или на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий, переходы.	Парк КиО Деского района	Игра – тренировка
17.		Беседа, игра, тренировка	2 часа		Меры безопасности при проведении занятий в помещении, или на улице.	Каб. или ПКиО Дем-гора-на	Игра – тренировка
18.		Беседа, просмотр иллюстрации, игра	2 часа		Организация самостраховки. Правила пользования туристическим снаряжением. Использование простейших узлов и техника их вязания.	Каб. или ПКиО Дем-гора-на	Опрос, настольная игра, тренировка
19.		Практика	2 часа		Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов.	Каб. или ПКиО Дем-горай-на	Тренировка

20.	Практика	2 часа		Отработка техники преодоления препятствий: естественных склонов, подъемов.	Каб. ПКиО Дем-го рай-на	Тренировка
21.	Практика	2 часа		Викторина «Я -турист»	Каб.	Викторина
22.	Практика	2 часа		Организация переправы по бревну с самостраховкой. Вязание узлов: восьмерка, проводник.	Каб. или в парке КиО Демского района	Тренировка
23.	Практика	2 часа		Вязание узлов: восьмерка, проводник, встречная восьмерка, австрийский	Каб.	Тренировка
24.	Беседа, практика	2 часа		Понятие о топографической и спортивной карте	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Опрос, практика
25.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Виды масштабов. Масштабы топографических карт.	Каб.	Опрос, практика
26.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба на карте.	Каб.	Практика
27.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба на карте.	Каб.	Опрос, практика
28.	Беседа	2 часа		Копирование на кальку участка топографической карты.	Каб.	Опрос, практика
29.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 ча		Условные знаки.	Каб.	Практическая часть

30.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Условные знаки. Понятие о местных предметах и топографических знаках	Каб. или ПКиО Дем-гора-на	Практическая часть
31.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.	Каб.	Практика
32.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Топографические диктанты, упражнения. Игры, мини-соревнования.	Каб. или ПКиО Дем-гора-на	Практика
33.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Вязание узлов: шкотовый, брам-шкотовый, двойной проводник	Каб.	Практика
34.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Вязание узлов: австрийский, академически, булень, казачий, казахский, штык и др.	Каб.	Практика
35.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Вязание узлов: австрийский, академически, булень, казачий, казахский, штык и др.	Каб.	Практика
36.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Вязание узлов: австрийский, академически, булень, казачий, казахский, штык и др.	Каб.	Практика
37.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Вязание узлов: австрийский, академически, булень, казачий, казахский, штык и др.	Каб.	Практика
38.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Ориентирование по горизонту, азимут.	Каб.	Практика
39.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Магнитное склонение. Азимутальный тренировочный треугольник.	Каб.	Практика

40.	Беседа, практика	2 часа		Упражнения на азимут. Упражнения на измерение азимута на карте.	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Практика
41.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Построение тренировочных азимутальных треугольников.	Каб.	Практика
42.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Типы компасов. Устройство компаса. Правила обращения с компасом.	Каб.	Опрос
43.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Компас, работа с компасом.	Каб. или ПКиО Дем-го рай-на	Опрос, практика
44.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Ориентирование по карте и компасу. Упражнения «Определение азимута на карте».	Каб.	Настольная – игра
45.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Движение по азимуту	Каб.	Практическая часть
46.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Движение по азимуту.	Каб.	Практическая часть
47.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Измерение расстояний.	Каб. или ПКиО Дем-го рай-на	Настольная игра
48.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Способы измерения расстояний на местности и на карте. Таблица перевода шагов в метры.	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Практическая часть
49.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Глазомерный способ измерения расстояния. Тренировка глазомера.	Каб.	Практическая часть
50.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Способы ориентирования, действия в случаи потери ориентировки	Каб.	Опрос, практика
51.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Виды и организация разведки в походе, опрос местных	Каб.	Практика оказание

				жителей.		первой помощи
52.		Беседа, просмотр иллюстрации	2 часа		Упражнения ориентирование по карте по заданному маршруту.	Каб. Практика оказание первой помощи
53.		Беседа, просмотр иллюстрации,	2 часа		Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде.	Каб. или ПКиО Дем-го рай-на Опрос
54.		Беседа, просмотр иллюстрации, практика	2 часа		Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	Каб. Игра-практика
55.		Беседа, просмотр иллюстрации, просмотр презентации	2 часа		Походная медицинская аптечка. Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки.	Каб. Беседа, игра – практика
56.		Беседа, просмотр иллюстрации, практика	2 часа		Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	Каб. Практическая часть
57.		Беседа, просмотр иллюстрации, просмотр презентации	2 часа		Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	Каб. Практика
58.		Беседа, просмотр иллюстрации, просмотр презентации	2 часа		Походный травматизм.	Каб. Практика
59.		Беседа, практическая часть	2 часа		Оказание первой помощи пострадавшему.	Каб. Практика
60.		Беседа, просмотр иллюстрации,	2 часа		Приемы транспортировки пострадавшего.	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на Практика
61.		Презентация	2 часа		Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.	Каб. или ПКиО Дем-го района Викторина
62.		Беседа, практика	2 часа		Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.	Каб. или ПКиО Дем-го района Практическая часть
63.		Беседа, практика,	2 часа		Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.	Каб. Или ПКи О Дем-го района Практическая часть
64.		Беседа, просмотр иллюстрации,	2 часа		Предупреждение спортивных травм на тренировках	Каб. Опрос, викторина

65.	Беседа, просмотр иллюстрации	2 ча		Предупреждение спортивных травм на тренировках	Каб.	Практическая часть
66.	Беседа, просмотр иллюстрации,	2 часа		Общая физическая подготовка. Обязанность (страховка)	Каб. или ПКиО Дем-го ран-на	Опрос, тренировка
67.	Беседа, практика	2 часа		Общая физическая подготовка. Подготовка к конкурсам. Обязанность (страховка)	Каб. или ПКиО Дем-го ран-на	Опрос, тренировка
68.	Беседа, практика	2 часа		Общая физическая подготовка. Обязанность (страховка) Подготовка к конкурсам	Каб. или ПКиО Дем-го ран-на	Опрос, тренировка
69.	Беседа, практика	2 часа		Общая физическая подготовка. Подготовка к конкурсам	Каб. или ПКиО Дем-го ран-на	Опрос, тренировка
70.	Беседа, практика	2 часа		Общая физическая подготовка. Прохождение дистанции	Каб. или парк КиО Демского района	Опрос, практика
71.	Беседа, практика	2 часа		Общая физическая подготовка. Прохождение дистанции	Каб. или ПКиО Дем-го ран-на	Практика
72.	Беседа, практика	2 часа		Подведения итогов. Итоговое занятие.	Каб. или ПКиО Дем-го ран-на	Практическое задание

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДЛЯ БАЗОВОГО ГОДА

п/п	Содержание	Количество часов			Форма контроля / аттестация
		Практика	Теория	Всего	
1	Вводное занятие. Туристские путешествия, история развития туризма	2	2	4	Опрос
2	Личное и групповое туристское снаряжение	6	2	8	Зачет
3	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	2	2	4	Тест
4	Подготовка к походу, путешествию.	4	2	6	Викторина
5	Питание в туристском походе.	1	1	2	Практика
6	Туристские должности в группе.	2	2	4	Опрос
7	Правила движения в	10	6	16	Опрос

	походе, преодоление препятствий.				
8	Понятие топографической спортивной карте.	6	4	10	Зачет
9	Условные знаки. Изучения узлов	14	4	18	Зачет
10	Ориентирование по горизонту, азимут.	6	2	8	Зачет
11	Компас. Работа с компасом.	6	4	10	Зачет
12	Измерение расстояний.	4	2	6	Зачет
13	Способы ориентирования. Действия в случае потери ориентировки	4	4	8	Зачет
14	Личная гигиена туристов	1	1	2	Опрос
15	Походная медицинская аптечка.	2	2	4	Зачет
16	Основные приемы оказания первой помощи.	4	2	6	Практика
17	Приемы транспортировки пострадавшего.	6	2	8	Практика
18	Предупреждение спортивных травм на тренировках.	2	2	4	Опрос
19	Общая физическая подготовка	12	4	16	Практика
	Всего	94	50	144	Викторина – игра

Примечание: распределение учебных часов по темам, содержание практических занятий, порядок изложения программного материала может быть изменен в зависимости от индивидуальных способностей учащихся.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие. Туристские путешествия, история развития туризма. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 час).

Базовый: Правила техники безопасности во время занятий в кабинете, во время экскурсий, при проведении мероприятий. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма.

Практические занятия (2 часа)

Базовый: Опрос

2. Личное и групповое туристское снаряжение. (8 часов)

Теоретические занятия. (2 час).

Базовый Понятие о личном и групповом снаряжении. Правила размещения предметов в рюкзаке личного и группового снаряжение, требования к нему.

Практические занятия. (6 часов)

Базовый: Викторина «Хозяйственный набор», «Особенности снаряжения для зимнего похода».

3. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 час).

Базовый: Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров. Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Уборка места лагеря перед уходом группы. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация ночлегов в помещении. Правила купания.

Практические занятия. (2 часа)

Базовый: Тест. «БИВАК», «Разжигание костра».

4. Подготовка к походу, путешествию. (6 часов)

Теоретические занятия. (2 час).

Базовый: Определение цели и района похода. Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные образовательные и другие учреждения, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.

Практические занятия. (4 часа)

Базовый: Изучение маршрутов походов. Викторина «Поход».

5. Питание в туристском походе 2 часа

Теоретические занятия. (1 час).

Базовый: Организация питания в 2-3-дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

Практические занятия. (1 час)

Базовый: Составление меню и списка продуктов для двух дневного похода.

6. Туристские должности в группе. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 час).

Базовый: Должности в группе постоянные и временные: руководитель, зам. Руководителя (командир), заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д. Временные должности: дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды). Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

Практические занятия. (2 часа)

Базовый: Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов похода.

7. Правила движения в походе, преодоление препятствий. (16 часов)

Теоретические занятия. (6 часов).

Базовый: Порядок движения группы на маршруте. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам. Дисциплина в походе и на занятиях — основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Использование простейших узлов и техника их вязания (Простой или проводник, восьмерка, встречный проводник. Встречная восьмерка, прямой, академический).

Практические занятия. (10 часов)

Базовый: Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности. Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов (на улице). Вязание узлов.

8. Понятие о топографической и спортивной карте. (10 часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Базовый: Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Практические занятия. (6 часов)

Базовый: Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты.

9. Условные знаки. Изучение узлов (18 часов)

Теоретические занятия. (4 часов).

Базовый: Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Рассказ как называется узел и для чего он вяжется, куда применяется.

Практические занятия. (14 часов)

Базовый: Топографические диктанты, игра «Идем в поход». Вязание узлов: восьмерка, встречная восьмерка, проводник, встречный проводник, двойной проводник, шкотовый, брам-шкотовый, австрийский, академический, булень, казачий, казахский, штык и др.

10. Ориентирование по горизонту, азимут. (8 часов)

Теоретические занятия. (2 часа).

Базовый: Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Измерение и построение углов (направлений) на карте.

Практические занятия. (6 часов)

Базовый: Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте.

11. Компас, работа с компасом. (10 часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Базовый: Ориентир, что может служить ориентиром. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.

Практические занятия. (6 часов)

Базовый: Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка) (на улице).

12. Измерение расстояний. (6 часов)

Теоретические занятия. (2 часа).

Базовый: Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица перевода шагов в метры.

Практические занятия. (4 часа)

Базовый: Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой.

13. Способы ориентирования, действия в случае потери ориентировки. (8 часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Базовый: Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.

Практические занятия. (4 часа)

Базовый: Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки.

14. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. (2 часа)

Теоретические занятия. (1 часов).

Базовый: Понятие о гигиене. Гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий. Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Практические занятия. (1 час)

Базовый: Разучивание комплекса гимнастических упражнений. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

15. Походная медицинская аптечка. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 часа).

Базовый: Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных походов. Перечень и назначение, показания и противопоказания

к применению лекарственных препаратов. Новейшие фармакологические препараты.

Практические занятия. (2 часа)

Базовый: Формирование походной медицинской аптечки (на 1,2 и 3 дня и личная аптечка).

16. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. (6 часов)

Теоретические занятия. (2 часов).

Базовый: Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца.

Практические занятия. (4 часа)

Базовый: Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

17. Приемы транспортировки пострадавшего. (8 часов)

Теоретические занятия. (2 часов).

Базовый: Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте.

Практические занятия. (6 часов)

Базовый: Изготовление носилок на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте.

18. Предупреждение спортивных травм на тренировках. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 часа).

Базовый: Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке. Дневник самоконтроля.

Практические занятия. (2 часа)

Базовый: Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля

19. Общая физическая подготовка. (16 часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Базовый: Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем физическом развитии спортсменов, в успешном овладении техникой и тактикой.

Практические занятия. (12 часов)

Базовый: Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения со скакалкой. Подвижные игры и эстафеты. Гимнастические упражнения. Спортивные игры на воздухе.

Календарно-учебный план базового уровня (второго год обучения)

№	Месяц	Форма занятий	Количество часов		Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
			Теория	Практика			
1	Сентябрь	Беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание		2 часа	Вводное занятие. Инструктаж по техника безопасности, по пожарной безопасности и правила дорожного движения.	Каб.	Опрос о ТБ и викторина
2	Сентябрь	Практическое задание		2 часа	История развития туризма в России.	Каб.	Творческая работа обучающихся
3	Сентябрь	Беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание		2 часа	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб.	Опрос по понятиям,
4	Сентябрь	Беседа, просмотр иллюстрации.		2 часа	Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему.	Каб.	Опрос по понятиям,
5	Сентябрь	Беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание		2 часа	Правила размещения предметов в рюкзаке.	Каб.	Викторина, практика
6	Сентябрь	Беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание		2 часа	Групповое снаряжение. Особенности снаряжения для зимнего похода».	Каб.	Практика

7	Сентябрь	Викторина, просмотр иллюстрации, практическое задание	.	2 часа	Викторина «Хозяйственный набор»	Каб.	Викторина, творческая работа обучающихся
8	Сентябрь	беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание.		2 часа	Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря	Каб. или ПКиО	Коллективная работа обучающихся (поделка)
9	Октябрь	беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание.		2 часа	Тест. «БИВАК», Разжигание костра».	Каб.	Отрос
10	Октябрь	беседа, просмотр иллюстрации, игра.		2 часа	Изучение и составление плана - маршрута похода.	Каб.	Отрос, практическое задание
11	Октябрь	беседа, просмотр иллюстрации.		2 часа	Составление плана - графика движения похода.	Каб.	Игра, практическое задание
12	Октябрь	беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание.		2 часа	Викторина «Поход».	Каб.	Опрос, практическое задание
13	Октябрь	Беседа, просмотр иллюстрации,		2 часа	Организация питания в походе. Составление меню на поход 1-3 дневные походы.	Каб.	Опрос,
14	Октябрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Туристские должности в группе.	Каб.	Опрос,
15	Октябрь	Беседа, просмотр иллюстрации, тренировка		2 часа	Выполнение обязанностей по должностям в походе.	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Опрос, тренировка
16	Октябрь	Беседа, игра, практика		2 часа	Меры безопасности в походе.	Парк КиО Деского района	Игра тренировка

17	Ноябрь	Беседа, игра, тренировка		2 часа	Использование простейших узлов в походе и техника их вязания .	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Игра тренировка	-
18	Ноябрь	Беседа, просмотр иллюстрации, игра		2 часа	Вязание узлов.	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Опрос, настольная игра, тренировка	
19	Ноябрь	Практика		2 часа	Отработка техники преодоления препятствий: естественных склонов, подъемов.	Каб. или ПКиО Дем-го рай-на	Тренировка	
20	Ноябрь	Практика		2 часа	Отработка техники заброс веревки.	Каб. ПКиО Дем-го рай-на	Тренировка	
21	Ноябрь	Практика		2 часа	Викторина «Я -турист»	Каб.	Викторина	
22	Ноябрь	Практика		2 часа	Организация переправы по бревну с самостраховкой. Вязание узлов: восьмерка, проводник,	Каб. или в парке КиО Демского района	Тренировка	
23	Ноябрь	Практика		2 часа	Вязание узлов: восьмерка, проводник, встречная восьмерка, австрийский	Каб.	Тренировка	

24	Ноябрь	Беседа, практика		2 часа	Свойства карт.	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Опрос, практика
25	Ноябрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Масштаб. Масштабы топографических карт.	Каб.	Опрос, практика
26	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба на карте.	Каб.	Практика
27	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Работа с картами различного расстояния на карте.	Каб.	Опрос, практика
28	Декабрь	Беседа		2 часа	Условные знаки. Копирование на кальку участка топографической карты.	Каб.	Опрос, практика
29	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Масштабные и немасштабные знаки	Каб.	Практическая часть
30	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Рассказ как называется узел и для чего он вяжется, куда применяется	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Практическая часть
31	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Вязание узлов.	Каб.	Практика
32	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Топографические диктанты, игра «Идем в поход».	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Практика
33	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Вязание узлов: шкотовый, брам-шкотовый, двойной проводник	Каб.	Практика

34	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Вязание узлов: австрийский, академически, булень, казачий, казахский, штык и др.	Каб.	Практика
35	Январь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Вязание узлов: австрийский, академически, булень, казачий, казахский, штык и др.	Каб.	Практика
36	Январь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Вязание узлов: австрийский, академически, булень, казачий, казахский, штык и др.	Каб.	Практика
37	Январь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Вязание узлов: австрийский, академически, булень, казачий, казахский, штык и др.	Каб.	Практика
38	Январь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Определение азимута.	Каб.	Практика
39	Январь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Азимутальный тренировочный треугольник.	Каб.	Практика
40	Февраль	Беседа, практика		2 часа	Упражнения на азимут. Упражнения на измерение азимута на карте.	Каб. или ПКЮ Дем-го ра-на	Практика
41	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Упражнения на измерение азимута на карте, азимутальных треугольников.	Каб.	Практика
42	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Компасов. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом.	Каб.	Опрос
43	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.	Каб. или ПКЮ Дем-го рай-на	Опрос, практика
44	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Ориентирование по карте и компасу. Упражнение «Определение азимута на карте».	Каб.	Настольная игра –

45	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Упражнения на засечки.	Каб.	Практическая часть
46	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Упражнения на засечки.	Каб.	Практическая часть
47	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Измерение расстояний. Средний шаг.	Каб. или ПКиО Дем-го рай-на	Настольная игра
48	Март	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Упражнения на прохождение отрезков различной длины	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Практическая часть
49	Март	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой.	Каб.	Практическая часть
50	Март	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Способы ориентирования. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте.	Каб.	Опрос, практика
51	Март	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.	Каб.	Практика оказание первой помощи
52	Март	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте.	Каб.	Практика оказание первой помощи
53	Март	Беседа, просмотр иллюстрации,		2 часа	Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту.	Каб. Или ПКиО Дем-го рай-на	Опрос
54	Март	Беседа, просмотр иллюстрации, практика		2 часа	Личная гигиена туриста. Понятие о гигиене. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.	Каб.	Игра- практика

55	Апрель	Беседа, просмотр иллюстрации, просмотр презентации		2 часа	Походная медицинская аптечка. Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки.	Каб.	Беседа, игра – практика
56	Апрель	Беседа, просмотр иллюстрации, практика		2 часа	Формирование походной медицинской аптечки (на 1,2 и 3 дня и личная аптечка).	Каб.	Практическая часть
57	Апрель	Беседа, просмотр иллюстрации, просмотр презентации		2 часа	Помощь при различных травмах.	Каб.	Практика
58	Апрель	Беседа, просмотр иллюстрации, просмотр презентации		2 часа	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	Каб.	Практика
59	Апрель	Беседа, практическая часть		2 часа	Оказание первой помощи пострадавшему.	Каб.	Практика
60	Апрель	Беседа, просмотр иллюстрации,		2 часа	Виды транспортировок пострадавшего.	Каб. или ПККиО Дем-го ра-на	Практика
61	Апрель	Презентация		2 часа	Изготовление носилок, на рюкзаке с палками для пострадавшего .	Каб. или ПККиО Дем-го района	Викторина
62	Апрель	Беседа, практика		2 часа	Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.	Каб. или ПККиО Дем-го района	Практическая часть
63	Апрель	Беседа, практика,		2 часа	Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.	Каб. Или ПККи О Дем-го района	Практическая часть

64	Май	Беседа, просмотр иллюстрации	,	2 часа	Предупреждение спортивных травм на тренировках	Каб.	Опрос, викторина
65	Май	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Предупреждение спортивных травм на тренировках	Каб.	Практическая часть
66	Май	Беседа, просмотр иллюстрации,		2 часа	Общая физическая подготовка. Обязка (страховка)	Каб. или ПККиО Дем-го ран-на	Опрос, тренировка
67	Май	Беседа, практика		2 часа	Общая физическая подготовка. Подготовка к конкурсам. Обязка (страховка)	Каб. или ПККиО Дем-го ран-на	Опрос, тренировка
68	Май	Беседа, практика		2 часа	Общая физическая подготовка. Обязка (страховка) Подготовка к конкурсам	Каб. или ПККиО Дем-го ран-на	Опрос, тренировка
69	Май	Беседа, практика		2 часа	Общая физическая подготовка. Подготовка к конкурсам	Каб. или ПККиО Дем-го ран-на	Опрос, тренировка
70	Май	Беседа, практика		2 часа	Общая физическая подготовка. Прохождение дистанции	Каб. или парк КиО Демского района	Опрос, практика
71	Май	Беседа, практика		2 часа	Общая физическая подготовка. Прохождение дистанции	Каб. или ПККиО Дем-го ран-на	Практика

72	Май		Беседа, практика	2 часа	Подведения итогов. Итоговое занятие.	Каб. или ПКиО Дем-го ран-на	Практическое задание
----	-----	--	------------------	--------	--------------------------------------	-----------------------------	----------------------

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДЛЯ ПРОДВИНУТОГО ГОДА

п/п	Содержание	Количество часов			Форма контроля / аттестация
		Практика	Теория	Всего	
1	Вводное занятие. Туристские путешествия, история развития туризма	2	2	4	Викторина, игра
2	Личное и групповое туристское снаряжение	6	2	8	Зачет
3	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	2	2	4	Тест, практика
4	Подготовка к походу, путешествию.	4	2	6	Викторина, практика
5	Питание в туристском походе.	1	1	2	Опрос, практика
6	Туристские должности в группе.	2	2	4	Опрос
7	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	10	6	16	Викторина, практика
8	Понятие о топографической и спортивной карте.	6	4	10	Контрольный зачет
9	Условные знаки. Изучения узлов	14	4	18	Контрольный зачет
10	Ориентирование по горизонту, азимут.	6	2	8	Контрольный зачет
11	Компас. Работа с компасом.	6	4	10	Контрольный зачет
12	Измерение расстояний.	4	2	6	Контрольный зачет
13	Способы ориентирования. Действия в случае потери ориентировки	4	4	8	Контрольный зачет
14	Личная гигиена туристов	1	1	2	Практика
15	Походная медицинская аптечка.	2	2	4	Контрольный зачет

16	Основные приемы оказания первой помощи.	4	2	6	Контрольный зачет
17	Приемы транспортировки пострадавшего.	6	2	8	Контрольный зачет
18	Предупреждение спортивных травм на тренировках.	2	2	4	Викторина
19	Общая физическая подготовка	12	4	16	Контрольный зачет
	Всего	94	50	144	Итоговая аттестация

Примечание: распределение учебных часов по темам, содержание практических занятий, порядок изложения программного материала может быть изменен в зависимости от индивидуальных способностей учащихся.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие. Туристские путешествия, история развития туризма. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 час).

Продвинутый: Туризм — средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

Практические занятия (2 часа)

Продвинутый: Викторина. Игра (Приложение)

2. Личное и групповое туристское снаряжение. (8 часов)

Теоретические занятия. (2 час).

Продвинутый Личное и групповое снаряжение, требования к нему.

Практические занятия. (6 часов)

Продвинутый: Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

3. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 час).

Продвинутый: Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих

предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация ночлегов в помещении. Правила купания.

Практические занятия. (2 часа)

Продвинутый: Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра. (Практика на местности)

4. Подготовка к походу, путешествию. (6 часов)

Теоретические занятия. (2 час).

Продвинутый Определение цели и района похода. Разработка маршрута, составление плана - графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения.

Практические занятия. (4 часа)

Продвинутый: Изучение маршрутов походов. Составление плана - графика движения в 1-3-дневном походе. Подготовка личного и общественного снаряжения. Викторина «Поход».

5. Питание в туристском походе 2 часа

Теоретические занятия. (1 час).

Продвинутый: Организация питания в 2-3-дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

Практические занятия. (1 час)

Продвинутый: Составление меню и списка продуктов для 3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре (на местности).

6. Туристские должности в группе. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 час).

Продвинутый: Постоянные должности в группе, распределение обязанностей. Тренировка по обязанностям.

Практические занятия. (2 часа)

Продвинутый: Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов похода.

7. Правила движения в походе, преодоление препятствий. (16 часов)

Теоретические занятия. (6 часов).

Продвинутый: Порядок движения группы на маршруте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

Практические занятия. (10 часов)

Продвинутый: Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой (на улице). Вязание узлов.

8. Понятие о топографической и спортивной карте. (10 часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Продвинутый Рамка топографической карты. Определение координат точки на карте. Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты. Масштабы спортивной карты. Способы и правила копирования карт. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Практические занятия. (6 часов)

Продвинутый: Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты.

9. Условные знаки. Изучение узлов (18 часов)

Теоретические занятия. (4 часов).

Продвинутый: Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонтали основные, утолщенные, полу-горизонтали. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу. Рассказ как называется узел и для чего он вяжется, куда применяется.

Практические занятия. (14 часов)

Продвинутый: Топографические диктанты, упражнения на запоминание

знаков, игры «Идем в поход», мини-соревнования. Вязание узлов: восьмерка, встречная восьмерка, проводник, встречный проводник, двойной проводник, шкотовый, брам-шкотовый, австрийский, академический, булень, казачий, казахский, штык и др.

10. Ориентирование по горизонту, азимут. (8 часов)

Теоретические занятия. (2 часа).

Продвинутый: Азимутальный тренировочный треугольник.

Практические занятия. (6 часов)

Продвинутый: Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

11. Компас, работа с компасом. (10 часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Продвинутый: Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

Практические занятия. (6 часов)

Продвинутый: Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки» и т.п.) (на улице)

12. Измерение расстояний. (6 часов)

Теоретические занятия. (2 часа).

Продвинутый: Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

Практические занятия. (4 часа)

Продвинутый: Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

13. Способы ориентирования, действия в случае потери ориентировки. (8

часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Продвинутый: Ориентирование с помощью карты в походе. Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути). Протокол движения. Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, выходе к ближайшему жилью.

Практические занятия. (4 часа)

Продвинутый Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по восстановлению местонахождения.

14. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. (2 часа)

Теоретические занятия. (1 часов).

Продвинутый: Понятие о гигиене. Гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

Практические занятия. (1 час)

Продвинутый: Разучивание комплекса гимнастических упражнений. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

15. Походная медицинская аптечка. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 часа).

Продвинутый: Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных походов. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства,

необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

Практические занятия. (2 часа)

Продвинутый: Формирование походной медицинской аптечки (на 1,2 и 3 дня и личная аптечка).

16. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. (6 часов)

Теоретические занятия. (2 часов).

Продвинутый: Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Практические занятия. (4 часа)

Продвинутый: Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

17. Приемы транспортировки пострадавшего. (8 часов)

Теоретические занятия. (2 часов).

Продвинутый: Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

Практические занятия. (6 часов)

Продвинутый: Изготовление носилок и разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

18. Предупреждение спортивных травм на тренировках. (4 часа)

Теоретические занятия. (2 часа).

Продвинутый: Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке. Дневник самоконтроля.

Практические занятия. (2 часа)

Продвинутый: Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля

19. Общая физическая подготовка. (16 часов)

Теоретические занятия. (4 часа).

Продвинутый: Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные индивидуальные занятия членов группы.

Практические занятия. (12 часов)

Продвинутый: Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения со скакалкой. Подвижные игры и эстафеты. Гимнастические упражнения. Спортивные игры на воздухе.

Календарно-учебный план продвинутого уровня (третьего год обучения)

№	Месяц	Форма занятий	Количество часов		Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
			Теория	Практика			
1	Сентябрь	Беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание		2 часа	Вводное занятие. Инструктаж по техника безопасности, по пожарной безопасности и правила дорожного движения.	Каб.	Опрос о ТБ и викторина
2	Сентябрь	Практическое задание		2 часа	История развития туризма в России.	Каб.	Творческая работа обучающихся
3	Сентябрь	Беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание		2 часа	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб.	Опрос по понятиям,
4	Сентябрь	Беседа, просмотр иллюстрации.		2 часа	Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему.	Каб.	Опрос по понятиям,

5	Сентябрь	Беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание		2 часа	Правила размещения предметов в рюкзаке.	Каб.	Викторина, практика
6	Сентябрь	Беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание	.	2 часа	Групповое снаряжение. Особенности снаряжения для зимнего похода».	Каб.	Практика
7	Сентябрь	Викторина, просмотр иллюстрации, практическое задание	.	2 часа	Викторина «Хозяйственный набор»	Каб.	Викторина, творческая работа обучающихся
8	Сентябрь	беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание.		2 часа	Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря	Каб. или ПКЮ	Коллективная работа обучающихся (поделка)
9	Октябрь	беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание.		2 часа	Тест. «БИВАК», Разжигание костра».	Каб.	Отрос
10	Октябрь	беседа, просмотр иллюстрации, игра.		2 часа	Изучение и составление плана - маршрута похода.	Каб.	Отрос, практическое задание
11	Октябрь	беседа, просмотр иллюстрации.		2 часа	Составление плана - графика движения похода.	Каб.	Игра, практическое задание
12	Октябрь	беседа, просмотр иллюстрации, практическое задание.		2 часа	Викторина «Поход».	Каб.	Опрос, практическое задание
13	Октябрь	Беседа, просмотр иллюстрации,		2 часа	Организация питания в походе. Составление меню на поход 1-3 дневные походы.	Каб.	Опрос,

14	Октябрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Туристские должности в группе.	Каб.	Опрос,
15	Октябрь	Беседа, просмотр иллюстрации, тренировка		2 часа	Выполнение обязанностей по должностям в походе.	Каб. или ПККиО Дем-го ра-на	Опрос, тренировка
16	Октябрь	Беседа, игра, практика		2 часа	Меры безопасности в походе.	Парк КиО Деского района	Игра тренировка –
17	Ноябрь	Беседа, игра, тренировка		2 часа	Использование простейших узлов в походе и техника их вязания .	Каб. или ПККиО Дем-го ра-на	Игра тренировка –
18	Ноябрь	Беседа, просмотр иллюстрации, игра		2 часа	Вязание узлов.	Каб. или ПККиО Дем-го ра-на	Опрос, настольная игра, тренировка
19	Ноябрь	Практика		2 часа	Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов.	Каб. или ПККиО Дем-го рай-на	Тренировка
20	Ноябрь	Практика		2 часа	Отработка техники заброс веревки.	Каб. ПККиО Дем-го рай-на	Тренировка
21	Ноябрь	Практика		2 часа	Викторина «Я -турист»	Каб.	Викторина

22	Ноябрь	Практика		2 часа	Организация переправы по бревну с самостраховкой. Вязание узлов: восьмерка, проводник,	Каб. или в парке КиО Демского района	Тренировка
23	Ноябрь	Практика		2 часа	Вязание узлов: восьмерка, проводник, встречная восьмерка, австрийский	Каб.	Тренировка
24	Ноябрь	Беседа, практика		2 часа	Свойства карт.	Каб. или ПККиО Дем-го ра-на	Опрос, практика
25	Ноябрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Масштаб. Масштабы топографических карт.	Каб.	Опрос, практика
26	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба на карте.	Каб.	Практика
27	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Работа с картами различного расстояния на карте.	Каб.	Опрос, практика
28	Декабрь	Беседа		2 часа	Условные знаки. Копирование на кальку участка топографической карты.	Каб.	Опрос, практика
29	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Масштабные и немасштабные знаки	Каб.	Практическая часть
30	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Рассказ как называется узел и для чего он вяжется, куда применяется	Каб. или ПККиО Дем-го-ра-на	Практическая часть
31	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Вязание узлов.	Каб.	Практика

32	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Топографические диктанты, игра «Идем в поход».	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Практика
33	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Вязание узлов: шкотовый, брам-шкотовый, двойной проводник	Каб.	Практика
34	Декабрь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Вязание узлов: австрийский, академически, булень, казачий, казахский, штык и др.	Каб.	Практика
35	Январь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Вязание узлов: австрийский, академически, булень, казачий, казахский, штык и др.	Каб.	Практика
36	Январь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Вязание узлов: австрийский, академически, булень, казачий, казахский, штык и др.	Каб.	Практика
37	Январь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Вязание узлов: австрийский, академически, булень, казачий, казахский, штык и др.	Каб.	Практика
38	Январь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Определение азимута.	Каб.	Практика
39	Январь	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Азимутальный тренировочный треугольник.	Каб.	Практика
40	Февраль	Беседа, практика		2 часа	Упражнения на азимут. Упражнения на измерение азимута на карте.	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Практика
41	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Упражнения на измерение азимута на карте, азимутальных треугольников.	Каб.	Практика
42	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Компасов. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом.	Каб.	Опрос

43	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.	Каб. или ПКиО Дем-го рай-на	Опрос, практика
44	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Ориентирование по карте и компасу. Упражнение «Определение азимута на карте».	Каб.	Настольная игра –
45	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Упражнения на засечки.	Каб.	Практическая часть
46	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Упражнения на засечки.	Каб.	Практическая часть
47	Февраль	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Измерение расстояний. Средний шаг.	Каб. или ПКиО Дем-го рай-на	Настольная игра
48	Март	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Упражнения на прохождение отрезков различной длины	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Практическая часть
49	Март	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой.	Каб.	Практическая часть
50	Март	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Способы ориентирования. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте.	Каб.	Опрос, практика
51	Март	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.	Каб.	Практика оказания первой помощи
52	Март	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте.	Каб.	Практика оказания первой помощи

53	Март	Беседа, просмотр иллюстрации,		2 часа	Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту.	Каб. Или ПКиО Дем-го рай-на	Опрос
54	Март	Беседа, просмотр иллюстрации, практика		2 часа	Личная гигиена туриста. Понятие о гигиене. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.	Каб.	Игра- практика
55	Апрель	Беседа, просмотр иллюстрации, просмотр презентации		2 часа	Походная медицинская аптечка. Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки.	Каб.	Беседа, игра – практика
56	Апрель	Беседа, просмотр иллюстрации, практика		2 часа	Формирование походной медицинской аптечки (на 1,2 и 3 дня и личная аптечка).	Каб.	Практическая часть
57	Апрель	Беседа, просмотр иллюстрации, просмотр презентации		2 часа	Помощь при различных травмах.	Каб.	Практика
58	Апрель	Беседа, просмотр иллюстрации, просмотр презентации		2 часа	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	Каб.	Практика
59	Апрель	Беседа, практическая часть		2 часа	Оказание первой помощи пострадавшему.	Каб.	Практика
60	Апрель	Беседа, просмотр иллюстрации,		2 часа	Виды транспортировок пострадавшего.	Каб. или ПКиО Дем-го ра-на	Практика
61	Апрель	Презентация		2 часа	Изготовление носилок, на рюкзаке с палками для пострадавшего .	Каб. или ПКиО Дем-го района	Викторина

62	Апрель	Беседа, практика		2 часа	Изготовление носилок, волокуш, изучение различных видов транспортировки пострадавшего.	Каб. или ПКиО Дем-го района	Практическая часть
63	Апрель	Беседа, практика,		2 часа	Изготовление носилок, волокуш, изучение различных видов транспортировки пострадавшего.	Каб. Или ПКи О Дем-го района	Практическая часть
64	Май	Беседа, просмотр иллюстрации	,	2 часа	Предупреждение спортивных травм на тренировках	Каб.	Опрос, викторина
65	Май	Беседа, просмотр иллюстрации		2 часа	Предупреждение спортивных травм на тренировках	Каб.	Практическая часть
66	Май	Беседа, просмотр иллюстрации,		2 часа	Общая физическая подготовка. (страховка) Обязка	Каб. или ПКиО Дем-го ран-на	Опрос, тренировка
67	Май	Беседа, практика		2 часа	Общая физическая подготовка. Подготовка к конкурсам. (страховка) Обязка	Каб. или ПКиО Дем-го ран-на	Опрос, тренировка
68	Май	Беседа, практика		2 часа	Общая физическая подготовка. (страховка) Подготовка к конкурсам Обязка	Каб. или ПКиО Дем-го ран-на	Опрос, тренировка
69	Май	Беседа, практика		2 часа	Общая физическая подготовка. Подготовка к конкурсам	Каб. или ПКиО Дем-го ран-на	Опрос, тренировка

70	Май	Беседа, практика		2 часа	Общая физическая подготовка. Прохождение дистанции	Каб. или парк КиО Демского района	Опрос, практика
71	Май	Беседа, практика		2 часа	Общая физическая подготовка. Прохождение дистанции	Каб. или ПККиО Дем-го ран-на	Практика
72	Май		Беседа, практика	2 часа	Подведения итогов. Итоговое занятие.	Каб. или ПККиО Дем-го ран-на	Практическое задание

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

1. Кабинет для проведения аудиторных занятий;
2. Спортивный зал;
3. Площадка для организации спортивно-туристских игр на открытом воздухе;
4. Подсобное помещение для хранения инвентаря;
5. Медицинская аптечка;
6. Палатки туристские;
7. Рюкзаки туристские;
8. Коврики туристские;
9. Компасы;
10. Топографические и спортивные карты местности;
11. Веревки, страховочные обвязки, страховочные карабины, жюмары, восьмерки и много другое;

Информационное обеспечение: видео, фото, интернет источники, картинки по туризму;

2.2. Форма аттестации/ контроля Приложение 1

Оценочные материалы Мониторинг для стартового, базового и продвинутого уровня. (Приложение 1)

Методические материалы:

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть, в процессе которой, в основном происходит освоение программного материала. Каждое учебное занятие является звеном системы занятий, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом. Важнейшим требованием современного учебного занятия является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся, с учетом их состояния здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств. Содержание программы основывается на следующих основных педагогических принципах образования: демократизации, гуманизации, детоцентризма, природосообразности, культуросообразности, педагогики сотрудничества, дифференциации и индивидуализации.

В зависимости от поставленных педагогических задач, занятия могут быть:

- вводное (введение в предмет, постановка учебных цели и задач, определение средств и методов достижения цели, инструктаж по ТБ)
- занятия – изучение нового материала;
- занятия – повторение, направленные на закрепление, совершенствование ранее освоенных навыков;
- комбинированное (сочетающее изучение, повторение, совершенствование ранее освоенных упражнений) – имеют наибольшее распространение в процессе обучения, -контрольное занятие - проводятся после прохождения части программного материала;

- соревнование, поход, экскурсия и т.д.

Основные принципы построения учебного занятия:

-постепенность в развитии природных данных обучающихся;

-строгая последовательность в изучении и овладении танцевальной лексикой и техническими приемами;

-систематичность, регулярность занятий;

-целенаправленность учебного процесса;

-проявление педагогической гибкости по отношению к обучающимся;

-принцип эмоционально;

-психологической комфортности (создание образовательной среды);

обеспечивающей снятие, по возможности, всех стрессообразующих факторов учебного процесса);

-принцип деятельности (новое знание вводится не в готовом виде, а через самостоятельное открытие);

-принцип интеграции разных видов деятельности (хореографии, музыки, спорта);

-принцип взаимосвязи и взаимопроникновения программных разделов;

-принцип совместной деятельности педагога, обучающегося и родителей

-принцип учета индивидуальных особенностей обучающихся.

Основные методы, используемые в учебно-воспитательном процессе.

1. Демонстрационные:

-показ;

-пример;

-видеоиллюстрация.

2. Вербальные:

-объяснение;

-беседа;

-рассказ;

-анализ;

-инструктаж.

3.Практические:

-упражнение;

-игра;

-творческая импровизация;

-взаимоконтроль;

-самоконтроль;

4.Стимулирующие:

-соревнование;

-конкурс;

-поощрение,

-показательные выступления,

- формы организации учебно-воспитательного процесса (групповая, индивидуальная, фронтальная, экскурсии, походы)

Структура учебного занятия

Занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной, заключительной.

Рабочие программы входит под темы:

Рабочая программа воспитания (написать цели и задачи)

Календарный план воспитательной работы для объединения «Мир путешествий»

№	Направление воспитательной деятельности	Название мероприятия	Сроки проведения	Форма проведения
1	Ключевые культурно-образовательные события	Знакомство с объединением «Мир путешествий»	август-сентябрь	Размещение рекламы в интернете
		Неделя безопасности	Сентябрь	Тематическая беседа
		День учителя	Октябрь	Тематическая беседа
		День народного единства	Ноябрь	Тематическая беседа

		День защитника Отечества	Февраль	Тематическая беседа
		Международный женский день, 8 марта	Март	Тематическая беседа
		День Победы	Май	Тематическая беседа
2	Работа с родителями	Родительское собрание «Знакомство с родителями»	Сентябрь	Родительское собрание, родительский комитет
		Родительское собрание «Подведение итогов за 1 полугодие»	сентябрь	Тематическая беседа
		Родительское собрание «Подведение итогов за год»	Декабрь	Тематическая беседа
		Походы выходного дня	В течение учебного года	Родительский комитет
3	Профориентация	Городской туристический слет «САЯХАТ»	Май	Конкурс
		«День земли»	22 марта	Тематическая беседа
4	Учебные занятия	Досуговое мероприятие Интерактивная игра «Мы туристы»	Октябрь	Осенние каникулы
		Досуговое мероприятие «Заповедная Россия»	Январь	Зимние каникулы
		Досуговое мероприятие Квест- игра «По следам опытных следопытов»	Апрель	Весенние каникулы

5	Детское объединение. Наставничество	Трехдневные походы	Май	Обучающее занятия
---	--	--------------------	-----	-------------------

2.

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно-правовая база:

1. Конституция РФ от 12.12.1993, поправка от 21.07.2014 N 11-ФКЗ
2. Конституция РБ от 24 декабря 1993 года N ВС-22/15
3. Конвенция ООН о правах ребенка принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года
4. Закон «Об образовании РФ» от 29.12.2012г. № 273 -ФЗ
5. Закон «Об образовании РБ» от 01 июля 2013 года N 696-з
6. Концепция развития дополнительного образования
7. Порядок организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительному образованию Приказ № 29 августа 2013 г. N 1008
8. ФЗ об основных гарантиях и правах ребенка в РФ
9. Приказ Министерство труда и социальной защиты РФ 08.09.2015
10. № 61311
11. Приказ Министерство образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008 г. Москва
12. Федеральный Закон РФ от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в РФ» (в редакции Федерального закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ) «Р внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся») (далее – 273-ФЗ);
13. Закон «Об образовании РБ» от 01 июля 2013 года N 696-з
14. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительством Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
15. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам».
16. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. «Об утверждении порядка применения организации, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательным программам».
17. Порядок организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам Приказ № 29 августа 2013 г. № 1008
18. Положение о порядке разработки, оформления и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы Приказ №27/1 от 10 февраля 2021 г.
19. 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».

20. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.

21. ФЗ об основных гарантиях и правах ребенка в РФ

22. Приказ Министерство труда и социальной защиты РФ 08.09.2015 № 61311

23. Санитарно-эпидемиологические требования от 29.12.2010 N 189 (ред. от 24.11.2015).

24. Письмо Министерство образования от 11.12.2006г. п.06-1844

2. Дополнительная:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.

2. Аппенянский А.И. Физическая подготовка туристов. М.: ЦРИБ «Турист», 1985.

3. Богатов С.Ф., Крюков О.Г. Спортивное ориентирование на местности. М., Воениздат, 1971.

4. Велитченко В.К. Физкультура без травм. М.: «Просвещение», 1993.

5. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование: Учебник. М.: ФиС, 1987

6. Гранильщиков Ю.В. и др. Горный туризм. М., Физкультура и спорт, 1966.

7. Инструкция по организации и проведению туристских походов, путешествий и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ: Сб. документов. Воспитательная работа в школе. М., Просвещение, 1977, с. 192.

8. Лахин А.Ф., Былинский В.И. Военная топография. М., Воениздат, 1963

9. Нурмиаа В. Спортивное ориентирование. М., Физкультура и спорт, 1967

10. Рощин А.Н. Ориентирование на местности. М., Недра, 1966.

11. Спутник туриста. М., Физкультура и спорт, 1969

12. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1972.

13. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1981.

14. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М.: ЦРИБ «Турист», 1983.

15. Иванов Е. Знакомьтесь - ориентирование, - В сб.: Сам выбирай туристский маршрут. М., Профиздат, 1968

16. Каледин С.В. Физическая подготовка юных спортсменов. М., Физкультура и спорт, 1968

17. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М.: Профиздат, 1987.

18. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. М.: Профиздат, 1990.

19. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.

Диагностический материал

**Пояснительная записка
Для Стартового, базового и продвинутого обучения
(1-го, 2-го и 3-го года обучения)**

С целью определения уровня усвоения образовательной программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно-воспитательного процесса проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения. Программа мониторинга включает три этапа: первичная диагностика, промежуточная и итоговая аттестация. Результаты педагогического мониторинга оценивается по бальной системе и фиксируется в сводных таблицах. Итоговое занятие проводится в конце или середине мая для первого или второго года обучения. Для третьего года обучения проводится квест – игра или экзамен, или итоговое занятие (на усмотрение педагога).

**Стартовый (первый) год обучения
Первичная диагностика (Сентябрь)**

Одним из способов оценивания детей в начале учебного года является тестирование с целью определения общего уровня развития обучающихся по туризму.

Качества	Вопросы
Предметные	Понимание роли и значения туризма в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
	владение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития туризма, спорта.
Метапредметные	Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
	Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
Личностные	учащихся к занятиям двигательной деятельностью
	умений использовать природные ценности для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей,

Цель: определение общего уровня развития, обучающегося к занятиям по туризму

Задачи:

- Определить общий уровень знаний по туризму у ребенка;
- Выявить творческие способности у ребенка;
- Определить мотивацию к занятиям через тесты у детей.
- Обучающимся предлагают ответить на вопросы теста.

№	Ф.И. обучающегося	Критерии		
		- Что такое туризм?	Что такое туристические узлы?	Если не соблюдать технику безопасности в походе что может произойти.
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Критерии оценивания в результате тестирования:

Уровень	Баллы
Низкий	0-1
Средний	2-3
Высокий	4-5

Содержание

Вопросы для обучающихся:

Обучающихся предлагают ответить на вопросы викторины:

Туризм и краеведение - предметы, связанные между собой, постигать которые начал первобытный человек, путешествовавший по Земле, меняя места стоянок, обогащая свои знания и умения, на основе имеющихся тех, которые знали и умели их предки. Традиции, обычаи, совершенствование своей жизнедеятельности, ведет к развитию человеческого разума, к изменению мировоззрения.

№	Ф.И.	Критерии
---	------	----------

обучающегося	Что такое туризм?	Какой из перечисленных видов не относится к туризму?	Какие вещи вы возьмете в поход?	Какое снаряжение относится к личному снаряжению?	Для чего предназначен компас?	Что такое бивак?	Какие предметы входят в состав ремонтного	Разводить костер необходимо.....	Какие птицы первые прилетают в марте

Критерии оценки

Уровни усвоения программы оцениваются по 3-х балльной системе:

Высокий – 3 балла

Средний – 2 балла

Низкий – 1 балл.

Промежуточная диагностика (Декабрь)

Цель: Выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки обучающихся программным требованиям.

Задачи:

- Определить уровень теоретической и практической подготовки обучающихся программным требованиям;
- Определить уровень практических умений в соответствии с данным этапом обучения;

Срок проведения: декабрь

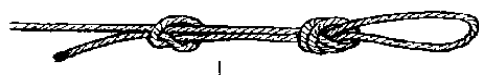
Форма проведения: викторина, беседа, игра

Содержание

Теоретическая часть:

Должны уметь пользоваться карабином, жюмаром, восьмеркой, вязать узлы, собрать рюкзак.

Практическая часть:



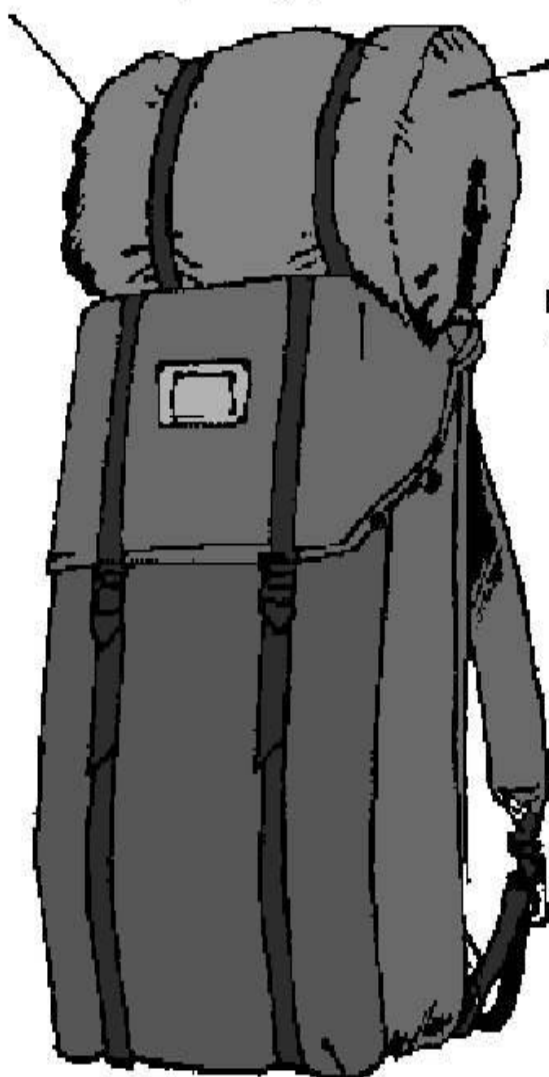
Инструкция по укладке рюкзака 35 л

Перевод со шведского - Rocker, правка рисунка - Гоблин

Спальный мешок пристёгнут ремешками к клапану рюкзака

Ц.И.А.Н. напоминает:

*Данные рекомендации не обязательны.
Приоритет - личный опыт.*



Водонепроницаемый чехол под цвет рюкзака

Внутренний карман:

- кружка;
- столовый прибор;
- консервный нож;
- гигиенические принадлежности;
- разные мелочи;
- растопка (топливо для горелки)

Перед укладкой в рюкзак имущество пакуется в пластиковый мешок



+ термос

Складной коврик (а.к.а. "пенка", а.к.а. "каремат") пристёгивается ремнями к рюкзаку. Может служить укрытием от дождя.

Игра по узлам. Кто быстрее свяжет узел или соберет рюкзак.

Критерии оценки

Уровни усвоения программы оцениваются по 3-х балльной системе:

Высокий – 3 балла

Средний – 2 балла

Низкий – 1 балл.

Итоговая диагностика (май)

Цель: Выявление уровня усвоения обучающимися программного материала, соответствие прогнозируемому результату образовательной программы.

Задачи:

- Определить степень усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемым результатом первого года обучения;
- Определить уровень знаний, практических умений в соответствии с данным этапом обучения;
- **Срок проведения:** конец апреля – начало май
- **Форма проведения:** итоговое занятие

Содержание

Теоретическая и практическая часть:

Конспект занятия «Туризмом мы живем и дышим»

Критерии оценки

Уровни усвоения программы оцениваются по 3-х балльной системе:

Высокий – 3 балла

Средний – 2 балла

Низкий – 1 балл.

Базовый (второй) год обучения

Первичная диагностика (Сентябрь)

Качества	Вопросы
Предметные	Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий туризмом с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
	Обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
Метапредметные	Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решения и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

	Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
Личностные	Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
	Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения в природе.

Цель: определение общего уровня развития, обучающегося к занятиям по туризму

Задачи:

- Определить общий уровень знаний по туризму у ребенка;
- Выявить творческие способности у ребенка;
- Определить мотивацию к занятиям через тесты у детей.

Содержание

Вопросы для обучающихся:

Тест №1

1. Должны ли туристы беспрекословно подчиняться руководителю?
 - А. – Да, всегда.
 - Б. – Иногда.
 - В. – Нет, не должны.
2. Может ли турист без разрешения уйти из лагеря?
 - А.– Да, всегда.
 - Б.– Иногда.
 - В.– Нет, не может
3. Что такое контрольное время?
 - А.– Время, которое даётся туристу, для того чтобы отлучиться куда-нибудь с указанием причины и места назначения.
 - Б.– Время, за которое ищут туриста, когда он потеряется.
 - В.– Время, за которое турист должен сообщить о своём выходе из лагеря.
4. Может ли турист в одиночку отлучаться куда-либо?
 - А.– Да, всегда.
 - Б.– Нет, чаще всего группой по 2-3 человека.
 - В.– Нет, не может.
5. Может ли турист вмешиваться в жизнь местных жителей, если, по его мнению, они что-то делают не так?
 - А.– Да, всегда.

Б.– Иногда.

В.– Нет, не должен.

6. Могут ли туристы взять с собой в поход и применять «вторую» обувь?

А.– Да, всегда.

Б.– Иногда.

В.– Нет, не должны.

Критерии оценки

Уровни усвоения программы оцениваются по 3-х балльной системе:

Высокий – 3 балла

Средний – 2 балла

Низкий – 1 балл.

Промежуточная диагностика (Декабрь)

Цель: Выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки обучающихся программным требованиям.

Задачи:

- Определить уровень теоретической и практической подготовки обучающихся программным требованиям;
- Определить уровень практических умений в соответствии с данным этапом обучения;

Срок проведения: декабрь

Форма проведения: викторина, беседа, игра

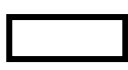









Содержание

Теоретическая часть:

сигнал бедствия

Практическая часть:

№ п/п	Значение сигнала	Символ - сигнал	Из чего можно выложить (все подходит для всех)
1.	Нужен врач – серьёзные телесные повреждения	I	Из яркой фольги
2.	Нужны медикаменты	II	Из сигнальной ленты
3.	Не имеем возможности для передвижения	X	Из снятых вещей
4.	Нужна пища и вода	Г	Из веток на белом снегу

			
5.	Требуются огнестрельное оружие и боеприпасы		белыми полосками бумаги на траве
6.	Требуется карта и компас		Яркой краской
7.	Нужна сигнальная лампа с батареей и радиостанция		Яркой атласной лентой
8.	Укажите направление следования		Скотчем с яркими вставками
9.	Следую в этом направлении		Вырезать на дереве, лечь и показать своими телами
10.	Судно серьёзно повреждено		Выложить дёрном, оставив след вскопанной землёй
11.	Здесь можно безопасно совершить посадку		Выложить камнями
12.	Требуется топливо и масло		Выложить бинтом на траве, закрепив края и сгибы
13.	Всё в порядке		Выложить верёвкой или поясами
14.	Нет		Вытоптать на снегу
15.	Пытаемся взлететь		Разорвать яркую одежду и выложить на открытой местности
16.	Да		Из скрученной бумаги (сухой травы, ярких цветов)
17.	Не понял		Выложить лыжами и лыжными палками на снегу
18.	Мы нашли всех людей		Нарисовать на бумаге и показать

Придумайте и выложите сигнал бедствия, указанный руководителем (или доставшийся по жребью), который должен быть виден для вертолёт с воздуха.

Критерии оценки

Уровни усвоения программы оцениваются по 3-х балльной системе:

Высокий – 3 балла

Средний – 2 балла

Низкий – 1 балл.

Итоговая диагностика (май)

Цель: Выявление уровня усвоения обучающимися программного материала, соответствие прогнозируемому результату образовательной программы.

Задачи:

- Определить степень усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемым результатом первого года обучения;

- Определить уровень знаний, практических умений в соответствии с данным этапом обучения;

- **Срок проведения:** конец апреля – начало мая

- **Форма проведения:** итоговое занятие

Содержание

Теоретическая и практическая часть:

Конспект занятия «Туристическая викторина»

Критерии оценки

Уровни усвоения программы оцениваются по 3-х балльной системе:

Высокий – 3 балла

Средний – 2 балла

Низкий – 1 балл.

Продвинутый (третий) год обучения

Качества	Вопросы
Предметные	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим;
	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
Метапредметные	Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.
	Работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
Личностные	Готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию

Первичная диагностика (Сентябрь)

Цель: определение общего уровня развития, обучающегося к занятиям по туризму

Задачи:

- Определить общий уровень знаний по туризму у ребенка;
- Выявить творческие способности у ребенка;
- Определить мотивацию к занятиям через тесты у детей.

Содержание

Вопросы для обучающихся:

I. Кто в группе отвечает за питание?

1. Руководитель.
2. Завхоз
3. Реммастер
4. Медик
5. Хронометрист

II. Кто в группе контролирует время (ходовое)?

1. Реммастер
2. Руководитель
3. Медик
4. Хронометрист
5. Завхоз

III. Кто в группе отвечает за ремонт и подготовку снаряжения?

1. Реммастер
2. Медик
3. Завхоз
4. Хронометрист
5. Руководитель

IV. Кто отвечает в группе за доврачебную медицинскую помощь?

1. Руководитель
2. Медик
3. Завхоз
4. Хронометрист
5. Фотограф

V. Кто в походе отвечает за жизнь и безопасность?

1. Руководитель
2. Завхоз
3. Медик
4. Хронометрист
5. Реммастер

VI. Кем является каждый идущий в поход?

1. Руководителем
2. Завхозом
3. Групповиком
4. Участником
5. Фотографом

VII. Чем обязан заниматься завхоз?

1. Во время подготовки к походу?
2. В походе?
3. После похода?
 - а) Закупать продукты.
 - б) Следить за дежурными.
 - в) Расфасовывать продукты.
 - г) Стирать мешочки от продуктов.
 - д) Распределять продукты и снаряжение.
 - е) Закупать продукты в походе.
 - ж) Составлять график дежурств.

VIII. Чем обязан заниматься хронометрист?

1. Перед походом?
2. В походе?
3. После похода?
 - а) Фиксировать ходовое время.
 - б) Подготовить блокнот, карандаш и часы.
 - в) Фиксировать все контрольные пункты, азимуты движения и т.д.
 - г) Составить таблицу хронометража и отдать руководителю для отчета.
 - д) Забывать записывать ходовое время.
 - е) Фиксировать пройденные километры.

IX. Каковы обязанности руководителя группы?

1. Во время подготовки к походу?
2. В походе?
3. После похода?
 - а) Оформить отчет о походе.
 - б) Организовать подготовку к походу.
 - в) Закупать продукты.
 - г) Пройти всестороннюю подготовку до начала похода.
 - д) Делать отметки о прохождении маршрута в контрольных пунктах.
 - е) Помогать попавшим в беду.

X. Кто и за что отвечает в походе?

1. Хронометрист?
2. Завхоз?
3. Реммастер?
4. Медик?
 - а) Приобретает и хранит ремонтный инструмент.
 - б) Фиксирует прохождение контрольных пунктов.
 - в) Составляет меню.
 - д) Фиксирует время в пути.
 - г) Руководит ремонтом.
 - е) Приобретает и хранит медаптечку.
 - ж) Распределяет продукты и снаряжение
 - з) Следит за выполнением санитарных правил

Критерии оценки

Уровни усвоения программы оцениваются по 3-х балльной системе:

Высокий – 3 балла

Средний – 2 балла

Низкий – 1 балл.

Промежуточная диагностика (Декабрь)

Цель: Выявление соответствие уровня теоретической и практической подготовки обучающихся программным требованиям.

Задачи:

- Определить уровень теоретической и практической подготовки обучающихся программным требованиям;
















- Определить уровень практических умений в соответствии с данным этапом обучения;

Срок проведения: декабрь

Форма проведения: Игра «Вставь слово»

Содержание: Перевести литературный отрывок на язык топографических знаков.

Теоретическая часть:

« Знаете ли вы, например, какое наслаждение выехать весной до зари?... Вы едете – едете мимо  , с  направо, через  ...  едва начинает дымиться... Но вот вы отъехали версты четыре... Край неба алеет; в  просыпаются, неловко перелетывают галки, воробьи чирикают около темных скирд. Светлеет воздух, видней  , яснее небо, белеют тучки, зеленеют  ... Заря разгорается, вот уже золотые полосы протянулись по небу, в  клубятся пары... Свежо, весело, любо! Далеко видно кругом. Вон за рощей  ; вон подальше другая с белой  вон на  ; за ним  , куда вы едете... Вы взобрались на гору...  Какой вид!  вьется верст на десять, тускло синева сквозь туман, за ней водянисто-зеленые  Как вольно дышит грудь..., как крепнет весь человек, охваченный свежим дыханием весны!»

Игра топографические знаки.

Критерии оценки

Уровни усвоения программы оцениваются по 3-х балльной системе:

Высокий – 3 балла

Средний – 2 балла

Низкий – 1 балл.

Итоговая диагностика (май)

Цель: Выявление уровня условий обучающихся программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи:

- Определить степень усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемым результатом первого года обучения;
- Определить уровень знаний, практических умений в соответствии с данным этапом обучения;
- **Срок проведения:** конец апреля – начало май
- **Форма проведения:** итоговое занятие

Содержание

Теоретическая и практическая часть:

Конспект занятия «Своя игра»

Критерии оценки

Уровни усвоения программы оцениваются по 3-х балльной системе:

Высокий – 3 балла

Средний – 2 балла

Низкий – 1 балл.