


Управление образования администрации Анжеро-Судженского городского округа
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Анжеро-Судженского городского округа
«Станция юных туристов»

Принято
на заседании педагогического совета
МБУ ДО «СЮТур»
Протокол № 4 от 30.05.2024г.

Утверждаю
Директор МБУ ДО «СЮТур»
Приказ № 260 от 30.05.2024г.
Е.Д. Цымбал



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«Оздоровительно-познавательный туризм»
(базовый уровень)

Возраст учащихся: 7 - 11 лет
Срок реализации: 3 года
Разработчик: Мигонькина Зиля
Раисовна, педагог дополнительного
образования

Содержание

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик программы»	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	6
1.3. Содержание программы	7
Учебный план 1 год обучения	7
Содержание учебного плана 1 год обучения	8
Учебный план 2 год обучения	15
Содержание учебного плана 2 год обучения	16
Учебный план 3 год обучения	24
Содержание учебного плана 3 год обучения	25
1.4. Планируемые результаты	33
Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»	35
2.1. Календарный учебный график	35
2.2. Условия реализации программы	36
2.3. Формы аттестации учащихся	37
2.4. Оценочные материалы	38
2.5. Методическое обеспечение программы	41
2.6. Воспитательная работа	45
Список литературы для педагогов	49
Список литературы для учащихся	50
Список специальной литературы для педагогов	
Приложения	

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Оздоровительно-познавательный туризм» (24/25) относится к программам *туристско-краеведческой направленности*.

Данная программа имеет базовый уровень освоения содержания программы.

Туристско-краеведческая направленность является своеобразной образовательно-воспитательной средой, в которой осуществляется формирование увлечённых активной деятельностью в сфере физической культуры, спорта и туризма учащихся, с учётом их индивидуальных способностей, мотивов, интересов и ценностных ориентаций.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми актами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2023);
- Федеральным законом от 24.07.1998 N 124-ФЗ (ред. от 28.04.2023) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Государственной программой Российской Федерации «Развитие образования», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;
- Распоряжением правительства РФ № 678-р от 31.03.2022 г. «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Распоряжением Правительства РФ от 20.09.2019 N 2129-р (ред. от 07.02.2022) «Об утверждении Стратегии развития туризма в Российской Федерации на период до 2035 года»;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г. № 996-р.;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 06.12.2019 № 56722 с изм. от 2.02.2021 № 38);
- Приказом Минпросвещения РФ от 27 июля 2022г № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Минтруда России от 22.09.2021 N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 N 66403)
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы));
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказом Министерства образования Кузбасса от 13. 01. 2023 г. № 102 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Кемеровской области - Кузбассе»;
- Уставом МБУ ДО «СЮТур»;
- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Анжеро-Судженского городского округа «Станция юных туристов».

Актуальность данной программы определена Стратегией развития воспитания в Российской Федерации и логично вытекает из самой сути туристско-краеведческой деятельности. В системе дополнительного образования туристско-краеведческая деятельность является одним из важнейших средств воспитания учащегося. В настоящее время наблюдается повышенный

интерес к изучению родного края. Изучение краеведения является одним из основных источников обогащения учащихся знаниями о родном крае, воспитания любви к нему, формирования гражданских позиций. В процессе подготовки молодого человека «новой формации», умеющего жить в современных социально-экономических условиях: компетентного, мобильного, с высокой культурой общения, готового к принятию решений, умеющего эффективно взаимодействовать с членами туристской группы происходит развитие таких важных качеств как гражданственность, патриотизм, трудолюбие; любовь к родному краю, любовь к природе, развитие познавательных навыков и творческих способностей.

Новизна программы заключается в том, что в ней представлено содержание оздоровительно-познавательной деятельности туристско-краеведческого характера с учащимися начальных классов.

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что туристско-краеведческая деятельность позволяет в комплексе решать образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи, развивая ребенка в целом: интеллектуально, нравственно и физически. Она обогащает систему образовательного процесса, приводит в соответствие с современными требованиями к нему, как образовательному учреждению – звену системы непрерывного образования.

Данная программа является модифицированной и составлена на основе типовой программы дополнительного образования детей «Оздоровительно-познавательный туризм», рекомендованной Государственным комитетом РФ по физической культуре и М.: «Советский спорт», 2003.

Отличительные особенности данной дополнительной общеразвивающей программы «Оздоровительно-познавательный туризм» от других программ туристско-краеведческой направленности в том, что особый акцент в программе сделан на использование индивидуализированной подготовки организма ребёнка к физическим нагрузкам, основанной на строгом дозировании по объёму, величине, продолжительности и напряженности в соответствии с полом и возрастом, а также уровнем функционального и биологического индивидуального развития учащихся.

Адресат программы:

– пол и возраст учащихся, участвующих в реализации данной программы: совместное обучение мальчиков и девочек от 7 до 11 лет, проявляющих интерес к естествознанию, физической культуре, туризму и краеведению;

– характеристики данной возрастной группы учащихся: возраст младших школьников 7-8 лет - это возраст ещё относительно спокойного и равномерного физического развития. Увеличение роста и веса, мышечной силы и выносливости, жизненной ёмкости лёгких идёт довольно равномерно и пропорционально. Происходит функциональное совершенствование мозга - развивается аналитико-синтетическая функция коры; заметно развивается вторая сигнальная система, но при этом первая сигнальная система ещё сохраняет своё относительное преобладание. Постепенно изменяется соотношение процессов возбуждения и торможения: процесс торможения становится всё более сильным, хотя по-прежнему преобладает процесс возбуждения, и дети 9-11 лет в высокой степени возбудимы и импульсивны. Они испытывают большую потребность в движениях, которую необходимо, по возможности, удовлетворять - разрешать побегать и порезвиться. Характерная особенность детей этого возрастного периода - ярко выраженная эмоциональность восприятия, они воспринимают те объекты, которые вызывают непосредственный эмоциональный отклик, эмоциональное отношение. Наглядное, яркое, живое воспринимается лучше, отчётливее. В связи с возрастным относительным преобладанием деятельности первой сигнальной системы, более развита наглядно-образная память, чем словесно-логическая. Дети быстрее запоминают и прочнее сохраняют в памяти конкретные сведения, события, лица, предметы, факты, чем определения, описания, объяснения. Младшие школьники, как правило, отличаются бодростью, жизнерадостностью. Они общительны, отзывчивы, доверчивы, справедливы. Следует помнить, что группа сверстников играет в детстве и отрочестве очень важную роль, особенно для развития идентификаций и формирования установок. Это важный этап начала формирования коллективных отношений.

– *условия набора в кружковые объединения:* не требуется наличие специальной подготовки учащихся и педагогической диагностики, набор в группы свободный и осуществляется на основе личного желания учащихся, заявления родителей (законных представителей

несовершеннолетних).

– *условия формирования групп*: группы могут быть одновозрастные и разновозрастные. Дополнительный набор в группы допускается на основе собеседования или успешного прохождения вступительных испытаний в форме тестирования.

– *состав группы обучающихся*: постоянный;

– *количество детей в группе*: 1-ый год обучения - от 7 до 12 человек; 2-ой год обучения – от 7 до 10 человек; 3-ий год обучения – от 7 до 10 человек.

• объединения первого года обучения могут формироваться как из вновь зачисляемых учащихся, так и из учащихся, не имеющих по каким-то причинам возможности продолжить занятия в объединениях второго и последующих годов обучения по другим программам туристско-краеведческой направленности, но желающих заниматься избранным видом деятельности;

• приём учащихся в объединения второго и третьего года обучения, минуя первый (и второй) год обучения возможен в случае успешного прохождения вступительных испытаний в форме тестирования (приложение 1), в соответствии с требованиями дополнительной общеразвивающей программы. Количество учащихся, зачисляемых на второй (и последующие) год обучения по итогам успешного прохождения тестирования не должен превышать 30% от основного состава учащихся, занимающихся по данной программе.

Объём программы, срок освоения программы:

– объём программы: 648 часов: 1-ый год обучения – 216 часа, 2-ой год обучения – 216 часа; 3-ий год обучения – 216 часов;

– срок освоения программы: 3 года обучения (по 9 месяцев):

– режим занятий: 3 раза в неделю по 2 академических часа (2 часа по 45 минут, перерыв между часами по 10 минут)

1-ый год обучения – по 6 академических часов в неделю;

2-ой год обучения – по 6 академических часов в неделю;

3-ий год обучения – по 6 академических часов в неделю.

учебный курс составляет по 36 учебных недель в год с учебной нагрузкой в неделю 6 часов.

В период каникул педагог может менять план и режим занятий, ориентируясь на интересы детей и рамки программы. Учитывая специфику работы туристского объединения, каждый педагог вправе устанавливать режим занятий, ориентируясь на реальные возможности и потребности детей. Продолжительность занятий на местности может составлять 4 часа, учебно-тренировочные маршруты, сборы, соревнования и другие туристско-краеведческие выездные мероприятия – до 8 часов в день.

Форма обучения – очная (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 2).

Особенности организации образовательного процесса: традиционная модель.

Занятия, проводятся с полным составом объединения, с применением групповой и дифференцированной форм организации учебно-познавательной деятельности. Программа рассчитана на 3 года обучения и состоит из нескольких взаимосвязанных тематических блоков, которые ежегодно повторяются с дополнением и усложнением первоначально полученных знаний и умений. Содержание программы построено в форме своеобразного «образовательного маршрута» - путешествия в окружающую среду с элементами её познания. «Образовательный маршрут» предполагает реализацию принципов дифференциации и личностно-ориентированной деятельности при соответствующей уровню подготовленности детей педагогической поддержке.

основная форма организации обучения: учебное занятие;

организационные формы обучения: практические и теоретические учебные занятия;

виды занятий: практическое занятие, тематические задания по подгруппам;

формы организации познавательной деятельности на учебном занятии: фронтальная, коллективная, групповая, индивидуальная.

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности по соответствующим инструктажам и наличии медицинской справки-допуска обучающихся к занятиям.

В программе список использованной и рекомендуемой литературы, оформлен в соответствии с правилами библиографического списка (ГОСТ Р 7.0.100-2018)

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: развитие двигательной, функциональной и познавательной активности учащихся, психофизическое оздоровление их организма через вовлечение учащихся в туристско-познавательную деятельность.

Программа предполагает решение **основных задач:**

Образовательные:

- обучить основам туристско-бытовых и санитарно-гигиенических навыков;
- формировать физкультурно-туристские знания, умения и навыки;
- создавать условия для активного отдыха и оздоровления детей на занятиях в условиях природной среды;
- вовлекать учащихся в исследовательскую деятельность средствами туризма и краеведения.

Развивающие:

- развивать творческую и исполнительскую активность учащихся в процессе освоения местного краеведческого материала;
- способствовать развитию социальной адаптации детей через туристскую деятельность;
- способствовать развитию функциональных возможностей организма детей, укреплению их здоровья.

Воспитательные:

- способствовать формированию потребности в здоровом образе жизни;
- воспитывать у учащихся волевые качества: целеустремленность, настойчивость и инициативу, решительность и смелость, выдержку и самообладание;

способствовать созданию устойчивого интереса к занятиям туристско-краеведческой направленности.

1.3. Содержание программы
Учебный план 1 года обучения
с часовой нагрузкой в неделю – 6 часов

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	собеседование
2.	Введение	4	2	2	собеседование, выполнение практических заданий
2.1	Познавательная роль туризма	2	1	1	
2.2	Правила поведения юных туристов	2	1	1	
3.	Туристско-бытовые навыки юного туриста	32	12	20	собеседование, тестирование, выполнение практических заданий
3.1	Основы безопасности в природной среде	2	1	1	
3.2	Основы безопасности дома, в школе, в музее	2	1	1	
3.3	Личное снаряжение и уход за ним	4	2	2	
3.4	Личная гигиена туриста	2	1	1	
3.5	Питьевой режим на туристской прогулке	2	1	1	
3.6	Групповое снаряжение и уход за ним	4	1	3	
3.7	Индивидуальный и групповой ремонтный набор	2	1	1	
3.8	Организация биваков и охрана природы	4	1	3	
3.9	Типы костров	2	1	1	
3.10	Установка палаток	6	1	5	
3.11	Туристская группа в походном строю	2	1	1	
4.	Основы топографии	20	6	14	тестирование, выполнение практических заданий
4.1	Школьный двор, микрорайон и его ближайшее окружение	2	1	1	
4.2	План местности	4	1	3	
4.3	Условные топографические знаки	4	1	3	
4.4	Компас и его устройство	2	1	1	
4.5	Ориентирование по компасу	4	1	3	
4.6	Ориентирование по плану-карте	4	1	3	
5.	Туристское и экскурсионное ориентирование	12	3	9	тестирование, выполнение практических заданий
5.1	Ориентирование на местности	4	1	3	
5.2	Виды туристского ориентирования	2	1	1	
5.3	Способы отметки на КП	2	1	1	
5.4	Экскурсионное ориентирование	4	-	4	
6.	В гостях у доктора Айболита	18	4	14	собеседование, тестирование, выполнение практических заданий
6.1	Оказание первой помощи	6	1	5	
6.2	Обработка ранок, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок	4	1	3	
6.3	Индивидуальная и групповая медицинская аптечки	4	1	3	
6.4	Способы транспортировки пострадавшего	4	1	3	
7.	Основы краеведения	24	4	20	собеседование, тестирование, выполнение практических заданий
7.1	Родословие	6	1	5	
7.2	Земляки	6	1	5	
7.3	Природное наследие	12	2	10	
8.	Спортивно-оздоровительный туризм	26	4	22	выполнение практических заданий, тестирование, соревнования
8.1	Пешеходный туризм	6	1	5	
8.2	Полоса препятствий пешеходного туризма	12	2	10	
8.3	Туристские узлы и их применение	8	1	7	
9.	Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка	40	2	38	выполнение нормативов, соревнования
10.	Экскурсии, соревнования, однодневные походы	36	-	36	наблюдение, выполнение практических заданий
11.	Итоговое занятие	2	-	2	
	Итого за период обучения	216	39	177	

Содержание учебного плана 1 год обучения

1. Вводное занятие

Теория: знакомство с учебным планом работы на год. Знакомство детей с помещениями и территорией, где будут проходить занятия (учебный кабинеты, спортивные залы, территория Станции юных туристов). Правила поведения и меры безопасности во время занятий в учебном кабинете, спортивном зале, на местности, во дворе. Инструктажи по технике безопасности. Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов.

Контроль: собеседование.

2. Введение

Образовательная задача для учащихся: познакомятся с туризмом, знаменитыми русскими путешественниками, правилами юных туристов, проблемами охраны природы.

2.1. Познавательная роль туризма

Теория: Туризм - средство познания своего края. Знаменитые русские путешественники и исследователи, их роль в развитии туризма. Рассказы воспитанников о наиболее ярких впечатлениях, полученных летом в путешествиях, поездках или на экскурсиях.

Практика: Рисование или аппликация на тему «Как я отдыхал летом...».

Оформление стенгазеты из фотографий и рисунков.

Контроль: собеседование, выполнение практических заданий

2.2. Правила поведения юных туристов

Теория: Проблемы охраны природной среды (зеленой зоны) в микрорайоне и ближайшем окружении. Знакомство с кодексом чести юного туриста. Подготовка к участию в туристских прогулках, экскурсиях, состязаниях, играх и соревнованиях. Выполнение «туристских обязанностей». Наблюдение за красотой окружающего мира, знакомство со своим микрорайоном (населенным пунктом), парком (лесом) или рекой. Соблюдение правил культурного поведения в местах туристских прогулок и экскурсий. Правила поведения участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр. Их права и обязанности.

Капитан команды, его права и обязанности, его участие в распределении обязанностей среди участников команды.

Практика: Беседа о правилах безопасного поведения в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, в парке, в лесу.

Прогулка на берег пруда или озера с целью закрепления знаний о правилах поведения в природе и выявления навыков наблюдательности, внимания занимающихся.

Контроль: собеседование, выполнение практических заданий

3. Туристско-бытовые навыки юного туриста

Образовательная задача для учащихся: будут знать основы безопасности в природной среде, дома, в школе, в музее, туристское снаряжение, требования к организации биваков и установок палаток, основные типы туристских костров.

3.1. Основы безопасности в природной среде

Теория: Правила поведения на туристской прогулке, экскурсии в лес, к реке (водоёму), взаимопомощь в туристской группе. Правила перехода улиц в населенных пунктах, правила передвижения в туристской группе. Правила поведения юных туристов во время различных природных явлений. Правила разведения и поддержания туристского костра, а также его тушения при оставлении места бивака. Правила сбора лекарственных и дикорастущих (цветов), грибов и ягод. Правила личной безопасности при встрече в природной среде с представителями живого мира. Выполнение требований руководителя туристской (экскурсионной) группы. Соблюдение тишины во время туристских прогулок, учебных экскурсий. Элементарные правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях в природной среде.

Практика: Игра «Как правильно вести себя», действия при встрече с представителями животного мира, во время различных природных явлений.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.2. Основы безопасности дома, в школе, в музее

Теория: Беседа о правилах поведения дома, в школе. Правила обращения с колюще-режущими

предметами, электроприборами, предметами бытовой химии и медикаментами. Проверка выключения электроприборов при уходе из класса, дома или другого помещения. Правила противопожарной безопасности и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях в школе, действия в случае объявления тревоги. Знание телефонов аварийных служб 01, 02, 03, 04, службы спасения. Правила эвакуации из помещения (класс, школа) при возникновении опасности, оказание помощи младшим и престарелым.

Практика: Игра «Как правильно (быстро, безопасно) среагировать...», действия в аварийной ситуации дома или в школе. Правила движения по микрорайону, по улице.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.3. Личное снаряжение и уход за ним

Теория: Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки (экскурсии) в зимнее время (межсезонье). Требования к обуви и к одежде для туристских мероприятий зимой. Личная посуда туриста. Специальное туристское снаряжение для соревнований и требования к нему. Укладка рюкзака для зимней прогулки. Подбор личного снаряжения в соответствии с погодными условиями (зима и межсезонье). Уход за личным снаряжением и его своевременный ремонт.

Практика: Игра «Собери рюкзачок для зимней туристской прогулки» (правильная, в том числе с точки зрения гигиены, его укладка). Упаковка продуктов для перекуса.

Прогулка по парку или лесу в зимнее время для подготовки к участию в туристских мероприятиях.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.4. Личная гигиена туриста

Теория: Соблюдение правил личной гигиены на туристских прогулках при организации перекусов в зимнее время (межсезонье). Личная гигиена при занятиях физкультурой и туризмом. Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения. Организация простейших наблюдений за состоянием самочувствия и здоровья. Обязанности санитара туристской группы по контролю над соблюдением правил личной гигиены юными туристами.

Практика: Личная гигиена на зимнем привале при организации перекуса. Работа санитара в туристской группе. Организация чтения и обсуждения книг о правилах личной гигиены.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.5. Питьевой режим на туристской прогулке

Теория: Питьевой режим во время туристской прогулки и экскурсии. Питьевой режим при занятии физическими упражнениями и оздоровительным туризмом. Способы обеззараживания воды для питья и приготовления пищи. Способы использования снега для приготовления пищи на зимней прогулке.

Практика: Транспортировка воды и горячего чая для питья в зимнее время во время туристских прогулок и экскурсий. Использование снега для приготовления пищи в зимних условиях. Упражнения на выносливость.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.6. Групповое снаряжение и уход за ним

Теория: Костровое и кухонное снаряжение, требования к нему. Снаряжение и оборудование для наблюдений за природой. Фотоаппарат в туристской группе, правила их хранения и использования в походе, на экскурсии.

Практика: Упаковка группового снаряжения. Распределение группового снаряжения перед туристской прогулкой в зимний парк (лес). Завхоз туристской группы по снаряжению и его обязанности. Проверка группового снаряжения до выхода в лес и его использование во время туристской прогулки.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.7. Индивидуальный и групповой ремонтный набор

Теория: Состав ремонтного набора. Назначение предметов ремонтного набора и правила обращения с ними при ремонте снаряжения. Обязанности ремонтного мастера группы и завхоза группы по организации своевременного ремонта группового снаряжения. Правила ремонта личного и группового снаряжения во время прогулки или экскурсии в межсезонье или зимой.

Практика: Игра-соревнование «Самый качественный ремонт» (способы штопки, наложения заплат, заклеивания, пришивания пуговиц).

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.8. Организации биваков и охрана природы

Теория: Требования к охране природы при организации привалов и биваков. Утилизация бытовых отходов и мусора в зимнем туристском походе, на экскурсии. Устройство и оборудование бивака на берегу водоема. Охрана природы в туристском походе или на экскурсии.

Практика: Игра «Выбор места бивака на туристской прогулке».

Занятия на местности: Планировка и организация бивака на местности. Организация бивачных работ во время туристской прогулки. Разбивка лагеря.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.9. Типы костров

Теория: Основные типы и назначение туристских костров: «шалаш», «колодец», «таежный». Определение места для костра. Соблюдение правил пожарной безопасности при разведении и поддержании костра. Заготовка дров (охрана природы и правила сбора валежника, сухостоя). Растопка для костра, ее заготовка и хранение. Разведение костров. Обязанности кострового туристской группы. Упаковка спичек и сухого горючего.

Практика: Определение видов костров по карточкам. Выкладывание костров-макетов.

Занятия на местности: Участие в заготовке хвороста в лесу для костра. Оборудование и обустройство костра во время прогулки. Участие кострового в заготовке растопки. Сооружения костра для обогрева и сушки.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.10. Установка палаток

Теория: Палатки для туризма и отдыха и их устройство. Кольшки, стойки к палатке. Тенты для защиты группы от дождя и ветра. Выбор площадок для установки палатки. Требования к установке палатки и тента на поляне (биваке). Установка и снятие палаток. Снятие палатки и ее упаковка для транспортировки.

Практика: Проверка комплектации палаток перед выходом. Установка палаток в спортивном зале. Снятие и упаковка палаток.

Занятия на местности: Установка и снятие палаток на местности, защита палаток от дождя.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.11. Туристская группа в походном строю

Теория: Строй туристской группы во время туристской прогулки: направляющий и замыкающий туристской группы, порядок смены направляющего. Организация отдыха и привалов на прогулках. Ритм и темп движения туристской группы в походе. Взаимопомощь в туристской группе. Распорядок дня на туристской прогулке.

Практика: **Занятия на местности:** Построение в колонну, организация движения группы во время прогулки в лесу. Работа направляющего и замыкающего. Туристская прогулка по парку (лесу).

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

4. Основы топографии

Образовательная задача для учащихся: познакомятся с особенностями школьного двора, микрорайона, с видами изображения рельефа на схемах и планах, условными топографическими знаками, с компасом. Научатся ориентироваться по компасу и плану, определять стороны горизонта по компасу.

4.1. Школьный двор, микрорайон и его ближайшее окружение

Теория: Представления занимающихся о своей школе и школьном дворе, микрорайоне школы и его ближайшем окружении; о назначении различных комнат, кабинетов в здании школы и сооружений школьного двора; о назначении различных помещений в микрорайоне школы (дома): магазины, аптеки, службы быта и пр.

Практика: Составление плана-схемы микрорайона школы и его вычерчивание условными знаками с указанием назначения сооружений. Чтение плана школьного двора и школы.

Занятия на местности: Экскурсия по территории микрорайона и ближайшему окружению с выяснением назначения различных сооружений (торговые, культурно-досуговые, обслуживающие и пр.) и нанесением их на план местности.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.2. План местности

Теория: Схема и план местности. Топографическая карта. История развития способов изображения земной поверхности на топографических картах. Масштабы планов местности и карт. Изображение рельефа на схемах и планах. Горизонтالي. Рельеф и его изображение на картах.

Практика: Формирование умений читать рельеф по спортивной или простейшей топографической карте.

Занятие на местности: Измерение расстояний на местности, в парке, на лесной опушке, берегу реки. Знакомство с изображением форм рельефа на местности и их изображение на картах.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.3. Условные топографические знаки

Теория: Способы изображения на рисунках и планах водных объектов, сооружений, растительности и пр. Простейшие условные знаки. Знакомство с изображением местности на спортивных картах школьного двора (ближайшего парка, леса). Обязанности топографа туристской группы.

Практика: Рисовка условных знаков планов местности. Топографический диктант, кроссворд. Формирование навыков чтения легенды маршрута туристской прогулки, выполненной условными знаками плана местности.

Занятие на местности: Овладение навыком составления легенды и движения группы по легенде, выполненной условными знаками.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.4. Компас и его устройство

Теория: Знакомство с компасом - прибором для определения сторон горизонта. Направления С, З, Ю и В на циферблате компаса. Устройство компаса и его работа. История компаса. Штурман в туристской группе.

Практика: Обсуждение отрывков из книг, кинофильмов или мультфильмов, герои которых пользуются компасом. Проведение опыта с намагниченной иглой. Знакомство с компасом для ориентирования на местности и правилами работы с ним.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.5. Ориентирование по компасу

Теория: Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование компаса. Определение направлений при помощи компаса С, З, Ю и В. Знакомство с правилами работы с компасом. Контрольный пункт и «призма КП», направление на КП по компасу.

Практика: Определение направлений С, З, Ю, В на КП, установленных в зале, классе.

Занятия на местности: Определение направлений С, З, Ю, В на КП, установленных в школьном дворе. Определение направлений С, З, Ю, В на удаленные предметы во время туристской прогулки.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.6. Ориентирование по плану

Теория: Овладение навыками чтения плана местности. Ориентирование плана по сторонам горизонта. Ориентирование плана по предметам и линейным ориентирам на местности. Движение по плану (карте). Ориентирование по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам.

Практика: Формирование умений и навыков движения по плану школы (школьного двора).

Занятия на местности: Формирование умений и навыков движения по плану в школьном дворе, на местности с использованием дорожно-тропиночной сети. Ориентирование по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях леса или микрорайона школы.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

5. Туристское и экскурсионное ориентирование

Образовательная задача для учащихся: научатся ориентироваться по легенде, делать отметки на КП, определять виды туристского и экскурсионного ориентирования.

5.1. Ориентирование на местности

Теория: Формирование умений и навыков отслеживания пройденного расстояния на открытой местности временем движения, парами шагов.

Практика: Ориентирование по легенде с использованием расстояний и направлений сторон горизонта в школьном дворе.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

5.2. Виды туристского ориентирования

Теория: Виды туристского ориентирования. Элементарные способы изображения легенды КП и их назначение.

Практика: Выбор оптимального пути (его рисование на карте) до нужного КП по линейным ориентирам (дорожкам, тропам). Чтение легенды и движение по ней на местности.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

5.3. Способы отметки на КП

Теория: Способы отметки на КП: компостерные, карандашные, прокол иголкой.

Практика: Обучение отметке на КП.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

5.4. Экскурсионное ориентирование

Практика: Занятия на местности: Экскурсионное ориентирование по обозначенному маршруту. Выявление по маршруту памятников истории, архитектуры, искусства, природы и т. п. в ближнем окружении микрорайона, школы (населенного пункта) по их описанию.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

6. В гостях у доктора Айболита

Образовательная задача для учащихся: будут знать, как оказывать первую помощь при ранах, при пищевых отравлениях, обморожениях и т.д. Научатся правилам наложения повязок, упаковки аптечки и способам транспортировки пострадавшего.

6.1. Оказание первой помощи

Теория: Оказание первой помощи при простейших ранках и порезах, мозолях. Характеристика ран и травм. Первая необходимая помощь. Способы обработки ран и мозолей. Профилактика мозолей и личная гигиена. Виды и причины ожогов и обморожений, признаки. Профилактика обморожений защита организма от мороза. Правила обработки ран и наложения повязок, действия по оказанию помощи. Профилактика от укусов клещей и других насекомых. Профилактика пищевых отравлений. Признаки. Оказание необходимой помощи. Причины теплового и солнечного удара. Необходимая помощь. Признаки заболевания.

Практика: Определение вида травм и повреждений по описанию. Правила и способы обработки ранок, ссадин, мозолей.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

6.2. Обработка ранок, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок

Теория: Правила наложения повязок и требования к материалам для обработки ран, мозолей и наложения повязок.

Практика: Игра «Айболит»: необходимая доврачебная обработка и наложение повязок.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

6.3. Индивидуальная и групповая медицинская аптечка

Теория: Работа санитаря группы (участника туристской прогулки) по комплектованию групповой (индивидуальной) медицинской аптечки для туристской прогулки. Состав индивидуальной и групповой аптечки. Назначение медикаментов, витаминов и перевязочных материалов, их упаковка и требования к хранению и использованию, сроки хранения медикаментов и их маркировка. Обязанности санитаря (медика) группы на экскурсии и прогулке.

Практика: Упаковка и маркировка аптечки. Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки. Игра «Лучший знахарь» (назначение медикаментов и народных средств).

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

6.4. Способы транспортировки пострадавшего

Теория: Организация транспортировки пострадавшего при различных травмах: вывихах, тепловом ударе, отравлении и др. Правила транспортировки пострадавшего по лестницам, склонам (спуски и подъемы) при различных травмах. Способы транспортировки пострадавшего.

Практика: Изготовление средства для транспортировки пострадавшего в условиях школы,

класса. Изготовление транспортных средств из курток, ветровок.

Занятия на местности: Изготовление транспортных средств из курток, штормовок во время туристской прогулки. Транспортировка пострадавшего на пересеченном рельефе на руках, с помощью простейших транспортных средств (носилок и штормовок, курток). Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

7. Основы краеведения

Образовательная задача для учащихся: будут знать своих родственников близких и дальних, земляков своего населенного пункта, природное наследие Кузбасса.

7.1. Родословие

Теория: Ближайшие родственники семьи воспитанников (родословные.) Семейные (родословные) традиции и праздники (бабушек и дедушек). География родни. Мой дом.

Практика: Составление совместно с родителями генеалогического дерева своей семьи.

Контроль: собеседование, выполнение практических заданий

7.2. Земляки

Теория: Изучение истории школы («Моя школа» и «Мои учителя»), своего населенного пункта (микрорайона школы). Интересные люди школы, населенного пункта (микрорайона школы). Знаменитые люди и ветераны войн населенного пункта (микрорайона, школы). Краеведческие должности: юный историк-краевед, краевед-летописец, юный краевед-фотограф. Правила общения с ветеранами. Подготовка вопросов. Ведение беседы.

Практика: Встреча с интересными людьми (слушание рассказа об их туристской жизни в школьные годы); встреча с ветеранами труда и войн. Составление рассказа о впечатлениях от встреч с интересными людьми.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

7.3. Природное наследие

Теория: Изменения в природе. Растения и животные родного края. Фауна и флора населенного пункта, микрорайона, парка, ближайшего леса. Правила отбора природных материалов для изготовления поделок, сувениров, картин. Правила поведения и наблюдения за природой во время экскурсий. Краеведческие наблюдения и их выполнение на зимней экскурсии. Ведение дневника краеведческих наблюдений. Подведение итогов экскурсии.

Практика: Ведение дневников наблюдений (впечатлений) совместно с родителями и под руководством педагога. Рисование на темы: «Лес просыпается», «Весенняя капель»; аппликации «Осенняя сказка» и т. п. Изготовление поделок из собранных в зимнем лесу природных материалов. Рисунки о том, что увидели на туристской прогулке, экскурсии в лес или к реке.

Занятия на местности: Экскурсии в лес или на берег реки (водоема). Выполнение краеведческих заданий (составление каталога растений, сбор образцов листы различных пород деревьев, сбор отпечатков (рисунков) следов животных и птиц, сбор лекарственных растений на берегу реки).

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

8. Спортивно-оздоровительный туризм

Образовательная задача для учащихся: познакомятся с естественными и искусственными препятствиями и способами и техническими приемами их преодоления, с туристскими узлами, их свойствами и назначением.

8.1. Пешеходный туризм

Теория: Естественные и искусственные препятствия. Способы преодоления естественных препятствий без снаряжения. Организация движения группы по пересеченной и залесной местности, преодоление простых водных преград, преодоление крутых склонов, движение вдоль шоссе и по дорогам (тропам), спуски и подъёмы. Соблюдение правил безопасности при преодолении препятствий.

Практика: Техника передвижения: спуски, подъёмы по пересеченной и залесной местности.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

8.2. Полоса препятствий пешеходного туризма

Теория: Технические приемы преодоления препятствия. Правила безопасного преодоления

препятствия. Оказание взаимовыручки и взаимопомощи. Ознакомление с различными вариантами переправы. Переправа через канавы, завалы. Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям). Преодоление оврагов, песчаных склонов. Обход преград и препятствий.

Практика: Прохождение переправы через условное болото по наведенным кладям (жердям). Прохождение переправы через условное болото по кочкам и через ручей (овраг) по качающемуся бревну 3-4 м. Переправа через овраг с использованием «маятника».

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий, соревнования

8.3. Туристские узлы и их применение

Теория: Основные туристские узлы: «прямой», «проводник простой». Их свойства, назначение и использование.

Практика: Вязание узлов по названию и по их назначению. Маркировка верёвки для транспортировки.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий, соревнования

9. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка

Образовательная задача для учащихся: будут уметь выполнять физические упражнения.

Теория: Основная цель утренней физической зарядки. Соблюдение личной гигиены при занятиях физическими упражнениями. Навыки расслабления мышц после занятий физическими упражнениями.

Практика: Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры и эстафеты. Подвижные игры. Гимнастические упражнения. Упражнения на развитие гибкости, быстроты, силы.

Контроль: выполнение нормативов, соревнования

10. Экскурсии, соревнования, однодневные походы

Образовательная задача для учащихся: научатся участвовать в тематических экскурсиях по улицам микрорайона, города и т.д., в соревнованиях и в однодневных походах.

Практика: Проведение учебных тематических экскурсий по улицам микрорайона, города, к историческим и памятным местам города, в краеведческий музей и т.п.

Организация и проведение соревнований с целью закрепления теоретических знаний и отработки туристских умений.

Режим походного дня, объективные и субъективные причины необходимости его соблюдения.

Контроль: наблюдение, выполнение практических заданий

11. Итоговое занятие

Практика: подведение итогов за весь период обучения по программе в игровой и соревновательной форме, выявление «лучших из лучших» в разных «номинациях» (топограф, санитар, лидер, спортсмен, краевед и т.п.), награждение значками и грамотами.

**Учебный план 2 года обучения
с часовой нагрузкой в неделю – 6 часов**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	собеседование
2.	Введение	4	2	2	собеседование, выполнение практических заданий
2.1	История отечественного туризма	2	1	1	
2.2	Правила поведения юных туристов	2	1	1	
3.	Туристско-бытовые навыки юного туриста	34	12	22	собеседование, тестирование, выполнение практических заданий
3.1	Основы безопасности в природной среде	2	1	1	
3.2	Основы безопасности на улице и в микрорайоне	2	1	1	
3.3	Личное снаряжение и уход за ним	2	1	1	
3.4	Личная гигиена туриста	2	1	1	
3.5	Питьевой и солевой режим на туристской прогулке	2	1	1	
3.6	Групповое снаряжение и уход за ним	4	1	3	
3.7	Ремонтный набор	2	1	1	
3.8	Организация биваков и охрана природы	4	1	3	
3.9	Туристские костры	2	1	1	
3.10	Палатки и укрытия	4	1	3	
3.11	Туристская группа в походе	2	1	1	
3.12	Питание туристской группы	6	1	5	
4.	Основы топографии	22	6	16	тестирование, выполнение практических заданий
4.1	Микрорайон и город (район)	4	1	3	
4.2	Топографическая карта	4	1	3	
4.3	Условные топографические знаки	4	1	3	
4.4	Компас и его устройство	2	1	1	
4.5	Ориентирование по компасу, азимут	4	1	3	
4.6	Ориентирование по компасу и карте	4	1	3	
5.	Туристское и экскурсионное ориентирование	12	3	9	собеседование тестирование, выполнение практических заданий
5.1	Ориентирование на местности	4	1	3	
5.2	Виды туристского ориентирования	2	1	1	
5.3	Способы отметки на КП	2	1	1	
5.4	Экскурсионное ориентирование	4	-	4	
6.	В гостях у доктора Айболита	20	5	15	собеседование, тестирование, выполнение практических заданий
6.1	Оказание первой помощи	4	1	3	
6.2	Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок, жгутов и шин	6	1	5	
6.3	Измерение температуры тела, пульса	2	1	1	
6.4	Медицинская аптечка	4	1	3	
6.5	Способы транспортировки пострадавшего	4	1	3	
7.	Основы краеведения	12	3	9	собеседование, тестирование, выполнение практических заданий
7.1	Родословие	2	1	1	
7.2	Земляки	4	1	3	
7.3	Природное наследие	6	1	5	
8.	Спортивно-оздоровительный туризм	32	4	28	выполнение практических заданий, тестирование, соревнования
8.1	Пешеходный туризм	10	1	9	
8.2	Полоса препятствий пешеходного туризма	12	2	10	
8.3	Туристские узлы и их применение	10	1	9	
9.	Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка	40	2	38	выполнение нормативов, соревнования
10.	Экскурсии, соревнования, однодневные походы	36	-	36	наблюдение, выполнение практических заданий
11.	Итоговое занятие	2	-	2	
Итого за период обучения		216	39	177	

Содержание учебного плана 2 года обучения

1. Вводное занятие

Теория: знакомство с учебным планом работы на год. Знакомство детей с помещениями и территорией, где будут проходить занятия (учебный кабинет, спортивные залы, территория Станции юных туристов). Правила поведения и меры безопасности во время занятий в учебном кабинете, спортивном зале, на местности, во дворе. Инструктажи по технике безопасности. Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов.

Контроль: собеседование.

2. Введение

Образовательная задача для учащихся: познакомятся с историей отечественного туризма, с правилами поведения юных туристов и достопримечательностями своего района (города).

2.1. История отечественного туризма

Теория: Отечественные мореплаватели, путешественники и исследователи. Туристы и путешественники родного края. Знакомство с туристами - старшеклассниками своей школы (учреждения дополнительного образования) и их деятельностью (вечер, встреча). Подведение итогов общественно полезных дел туристской группы (объединения) за прошедший год. Рассказы воспитанников о наиболее ярких впечатлениях, полученных летом от оздоровительных туристских прогулок, экскурсий, походов. Подведение итогов 1-го года занятий, выяснение основных знаний, умений и навыков, полученных за год занятий. Постановка целей и задач на новый год занятий. Уточнение интересов и положений, занимающихся на новый год.

Практика: Оформление выставки (экспозиции) из творческих работ (фотографий, рисунков, рассказов, поделок, и пр.) занимающихся, информирующих о занятиях в объединении в течение года занятий и летнего отдыха.

Контроль: собеседование, выполнение практических заданий

2.2. Правила поведения юных туристов

Теория: Знакомство с историей и традициями общественно полезных дел своего учреждения, выполняемых юными туристами на экскурсиях и туристских прогулках. Охрана природной среды (зелёной зоны) в своём микрорайоне и городе, активное участие юных туристов в её улучшении. Кодекс чести юного туриста. Правила хорошего тона, взаимоотношения между мальчиками и девочками в туристской группе. Подготовка и участие в туристических прогулках, экскурсиях, походах, в спортивно-оздоровительных состязаниях, играх и соревнованиях. Совместное оформление результатов мероприятий. Обсуждение работы друг друга и коллектива (команды) в целом. Знакомство с достопримечательностями нашего района (города), активное участие в охране памятников истории, природы культуры и архитектуры. Выполнение полученных заданий. Укрепление своего здоровья. Соблюдение правил культурного поведения в местах туристских прогулок и экскурсий.

Практика: Туристская прогулка в лес, на лужайку с целью закрепления знаний и навыков наблюдательности, вежливости, отзывчивости, доброты, внимания. Ролевые игры по правилам взаимоотношений между мальчиками и девочками; по правилам хорошего тона; правилам поведения участников спортивно - туристских состязаний, соревнований и пр. Права и обязанности участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр. Спортивное и неспортивное поведение.

Контроль: собеседование, выполнение практических заданий

3. Туристско-бытовые навыки юного туриста

Образовательная задача для учащихся: будут знать основные правила безопасного нахождения в лесу, парке или на берегу реки, на улице. Познакомятся с личным и групповым снаряжением туриста, узнают, что входит в состав ремонтного набора туриста, с понятием «бивак», «охрана природы», с туристским питанием. Научатся раскладывать различные туристские костры, собирать палатки.

3.1. Основы безопасности в природной среде

Теория: Поведение юных туристов в парке, лесу, на берегу реки. Взаимопомощь и

доброжелательность во взаимоотношениях в туристской группе. Правила поведения у водоёмов и при организации купания в них. Поведение во время различных природных явлений. Правила пожарной безопасности при обращении на природе с огнём (костром), действия при обнаружении не затушенных костров (сильного задымления) в лесу. Безопасность при сборе лекарственных растений, цветов, грибов, ягод. Безопасность при разведении костров. Необходимость выполнения требований старших, руководителя туристской (экскурсионной) группы; необходимость соблюдения тишины на привале и во время движения группы. Требования безопасности при выполнении природоохранных мероприятий (утилизация мусора, бытовых отходов).

Практика: Игра «Как правильно вести себя», действия при встрече с представителями животного мира, во время различных природных явлений.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.2. Основы безопасности на улице и в микрорайоне

Характеристика помещений и сооружений, где будут проходить учебные занятия на местности и оздоровительные тренировки. Правила безопасного поведения на учебно-тренировочном полигоне, в парке (лесу). Порядок и правила использования снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов при физических упражнениях на местности. Правила безопасности на улице, в своём населённом пункте; необходимость знания названий улиц, домашнего адреса, телефонов и пр. Правила безопасности при переходе улиц и дорог, при движении пешеходов в городе (населённом пункте). Правила безопасности пользования общественным транспортом (автобус, трамвай, троллейбус, метро) и поведения в нём. Пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях. Значение телефонов аварийных служб.

Практика: Игра «Что делать в случае потери ориентировки в городе, на улице, в микрорайоне?». Действия в аварийной ситуации на улице, экскурсии, в туристской прогулке, походе. **Занятия на местности:** Организация движения туристской группы по микрорайону, по улице; правила перехода улиц и дорог пешеходами.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.3. Личное снаряжение и уход за ним

Теория: Личное снаряжение юного туриста для участия в однодневном походе, экскурсии, соревнованиях. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезоном года и погодными условиями. Особенности личного снаряжения для походов летних, зимних и в межсезонье и требования к нему. Практичность, удобство и пр. Личная аптечка и ремонтный набор. Требования к упаковке продуктов для перекуса. Укладка рюкзака для туристского однодневного похода, размещение снаряжения в рюкзаке. Подгон и регулировка рюкзака для похода. Уход за личным снаряжением и его своевременный ремонт. Предметы личной гигиены юного туриста (полотенце, мыло, зубная щётка в футляре, зубная паста и пр.).

Практика: Упаковка рюкзака для похода. Игра- сбор для туристского похода в целях выяснения и корректировки умений готовиться к участию воспитанников в туристских мероприятиях. Ремонт личного снаряжения, знание назначения предметов личного ремонтного набора и правил обращения (работы) с ними.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.4. Личная гигиена туриста

Теория: Соблюдение правил личной гигиены на туристических прогулках и походах, при организации перекусов. Личная гигиена при занятиях физической культурой, спортом и туризмом. Организация простейших наблюдений за состоянием своего самочувствия и здоровья. Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения. Способы закаливания организма. Простейшие приёмы самомассажа и его значение для восстановления работоспособности и нормализации самочувствия. Обязанности санитара и медика туристской группы.

Практика: Простейшие приёмы самомассажа и их выполнения после физических упражнений. Упаковка личного снаряжения. Личная гигиена на привале, при организации перекуса, приготовлении пищи и её приёме. Работа санитара в туристской группе.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.5. Питьевого и солевой режим на туристской прогулке

Теория: Питьевого и солевой режим на туристской прогулке, его значение для работы организма. Занятия туризмом и спортом, его значение в жизни детей и подростков.

Практика: Способы обеззараживания воды для питья и приготовления пищи. Добыча воды из снега в зимнем походе. Соблюдение питьевого режима во время туристского однодневного похода (на тренировках).

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.6. Групповое снаряжение и уход за ним

Теория: Снаряжение для наблюдения за природой и выполнение краеведческих заданий. Фотоаппараты в туристской группе. Аптечка и ремонтный набор. Маршрутные документы и туристские схемы и карты. Сушка и ремонт снаряжения. Обязанности юного фотографа, кострового, шеф-повара, реммастера туристской группы. Обязанности заведующего снаряжением группы. Распределение снаряжения между участниками похода, прогулки.

Практика: Упаковка и распределение группового снаряжения между участниками туристской прогулки, однодневного похода. Выполнение завхозом по снаряжению своих обязанностей в период подготовки, во время туристского мероприятия и по его завершении. Использование группового снаряжения во время туристской прогулки, похода. Распределение группового снаряжения, упаковка рюкзачков для совершения похода.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.7. Ремонтный набор

Теория: Состав ремонтного набора. Назначение предметов ремонтного набора и правила обращения с ним. Обязанности ремонтного мастера группы. Организация ремонта группового снаряжения рем.мастером среди членов туристской группы.

Практика: Игра - состязание «Как отремонтировать личное снаряжение?» (выбор способов штопки, наложение заплат, заклеивание, пришивание пуговиц или ремонта молнии, пришивание лямок или тесёмок).

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

3.8. Организация биваков и охрана природы

Теория: Понятие «бивак», «охрана природы». Требования к бивакам в зимнем походе (дрова, источники воды, безопасность, эстетичность, экология). Устройство и оборудование бивака в зимнем походе: кострище, место для приема пищи, для отдыха, для гигиены и умывания, для забора воды (снега) и мытья посуды. Охрана природы в туристском походе или на экскурсии. Правила (экологические) заготовки дров для костра (печки) в зимнем лесу. Уборка места бивака туристской группой. Пищевые отходы. Правила чистки кострового снаряжения.

Практика: Игра в спортивном зале «Организация походного бивака туристской группы». Распределение и выполнение должностных обязанностей между членами туристской группы.

Занятие на местности: Планировка и организация бивака на местности (осенью и зимой). Организация бивачных работ. Разбивка лагеря в зимнем походе (на прогулке). Устройство костровища и разведение костра костровым из заготовленного топлива и растопки. Участие кострового в разведение костра в зимнем походе, заготовке растопки.

Природоохранные мероприятия, очистка мусора на близкорасположенной территории к биваку и его утилизации.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.9. Туристские костры

Теория: Основные типы туристских костров: «шалаш», «колодец», «таёжный», «звездный». Их назначение и применение. Костры в лесу, на опушке, у реки; летом, в межсезонье и зимой. Выбор места для костра и его устройство. Соблюдение правил пожарной безопасности. Заготовка дров, их разделка и соблюдение безопасности. Заготовка растопки для костра и её хранение. Разведение костров. Обязанности кострового туристской группы. Упаковка спичек и сухого горючего.

Практика: Выкладывание типов костров в учебной комнате. **Занятия на местности:** Заготовка растопки и хвороста для костра. Приготовление пищи на костре. Устройство костра для обогрева в зимних условиях. Заготовка и разделка дров для костра. Организация дежурства

при поддержании костра.

Соблюдение правил безопасности при работе кострового.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.10. Палатки и укрытия

Теория: Устройство палаток и их назначение. Выбор площадки для установки палатки. Способы установки палаток (стойки и кольшки, стойки и местные опоры, подвешивание). Требования для установки палатки на поляне (биваке). Установка палатки.

Практика: Установка палатки в учебной комнате. Проверка комплектации палатки перед выходом. **Занятия на местности:** Установка и снятие палатки. Изготовление простейших укрытий от дождя, ветра в лесу, у реки (из подручных средств, шалаша, навеса, ветрозащитной стенки).

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.11. Туристская группа в походе

Теория: Маршрут туристской группы. Туристская группа на зимней туристской прогулке. Скорость движения, темп и ритм. Интервал между туристами в группе. Техника передвижения юных туристов в походе. Направляющий, замыкающий туристской группы. Организация привалов. Взаимопомощь в туристской группе. Преодоление естественных препятствий. Движение по склонам, в лесу, преодоление водных преград. Разведка пути движения и требования к знаниям и умениям юных разведчиков. Распорядок походного дня однодневного похода. Штурман туристской группы. Разведчики маршрута (пути) движения туристской группы.

Практика: занятия на местности: Движение в походной колонне, преодоление естественных препятствий в туристском однодневном походе (на прогулке). Работа направляющего и замыкающего, разведчиков и штурмана. Туристский учебный поход.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.12. Питание туристской группы

Теория: Основные продукты питания для приготовления пищи в походе. Примерное меню туристской группы. Хранение продуктов. Приготовление туристских блюд. Распределение продуктов в туристской группе. Завхоз по питанию туристской группы. Дежурные повара, их обязанности и организация дежурства.

Практика: Составление меню для однодневного туристского похода с расчетом требуемых продуктов. **Занятие на местности.** Приготовление пищи в полевых условиях на костре.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

4. Основы топографии

Образовательная задача для учащихся: расширят знания о своем микрорайоне и школе, научатся составлять планы-схемы микрорайона школы и его рисование в условных знаках, читать рельеф по карте, определять основные топографические знаки, азимуты по карте или компасу.

4.1. Микрорайон и город (район)

Теория: Формирование представлений о микрорайоне своей школы и своём городе (районе); экскурсионные объекты города (района). План, карта своего микрорайона, города (района).

Практика: Составление плана - схемы микрорайона школы и его рисование в условных знаках. Чтение плана - схемы микрорайона школы, города (района). **Занятия на местности:** Экскурсионное ориентирование по плану - схеме района (города) с поиском и прохождением в определенной последовательности (по определенному маршруту) через экскурсионные объекты (памятники, сооружения, интересные природные объекты и пр.).

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.2. Топографическая карта

Теория: План местности, топографическая карта. Рельеф и его изображение. Горизонтали. Сетка карты. Определение высоты по карте (абсолютная высота). Простейшие приёмы зарисовки (с элементами съёмки) местности в туристском походе.

Практика: Чтение рельефа по карте. Определение высоты по карте (абсолютная высота).

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.3. Условные топографические знаки

Теория: Способы изображения на планах и картах различных природных и искусственных объектов и сооружений. Условные знаки. Юный топограф и юный штурман туристской группы.
Практика: Рисовка условных основных знаков топографических карт. Топографический диктант, кроссворды. Чтение карт. Сбор карты (мозаика) по образцу. **Занятия на местности:** Составление движения легенды группы из набора условных знаков. Движение по карте с использованием форм рельефа, линейных ориентиров.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.4. Компас и его устройство

Теория: Устройство компаса и его работа. История компаса. Виды компасов. Азимут (0, 90, 180, 270). Обязанности штурмана группы.

Практика: Ориентирование карты по компасу. Определение азимутов (0,90,180,270) по карте и компасу, транспортиру.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.5. Ориентирование по компасу, азимут

Теория: Ориентирование компаса. Азимут (0,90,180,270). Магнитный азимут. Определение азимута на предметы с помощью компаса. Правила работы с компасом.

Практика: **Занятия на местности:** Определение азимутов (0,90,180,270) на КП, установленных в парке, лесу, на поляне. Определение азимутов на удалённые предметы во время туристской прогулки (похода). Движение по азимутам (0,90,180,270). Игра «Найди клад» с использованием компаса.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.6. Ориентирование по компасу и карте

Теория: Чтение топографической карты. Ориентирование карты по компасу. Ориентирование карты по предметам и линейным ориентирам на местности. Движение по карте и при помощи компаса. Измерение расстояний по карте.

Практика: Работы с картой и компасом. Измерение расстояний. Чтение карты. **Занятия на местности:** Движения на местности по карте.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

5. Туристское и экскурсионное ориентирование

Образовательная задача для учащихся: будут знать виды туристского ориентирования, способы отметки на маркированной трассе. Уметь находить объекты по плану микрорайона с использованием легенды маршрута движения.

5.1. Ориентирование на местности

Теория: Ориентирование в лесу, у реки, в поле, в горах. Ориентирование по звездному небу, солнцу. Измерение расстояний на местности временем движения, парами шагов и пр. Ориентирование по линейным ориентирам и рельефу, по описанию (легенде) и по компасу (азимут). Выбор оптимального пути движения. Определения «тормозящих» (рубежных) объектов на пути при движении во время ориентирования на местности. Ориентирование в лесных массивах. Границы полигонов. Действия в аварийной ситуации.

Практика: **Занятия на местности:** Ориентирование по легенде, по азимутам с использованием расстояний в парке. Ориентирование по рельефу в парке, лесном массиве. Определения «тормозящих» (рубежных) объектов на пути при движении во время ориентирования. Ориентирование в лесных массивах. Границы полигонов. Формирование навыка ориентирования в границах полигона (между дорог, тропинок, просек). Действие в аварийной ситуации.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

5.2. Виды туристского ориентирования

Теория: Простейшие правила соревнований по туристскому ориентированию. Права и обязанности участников соревнований.

Практика: Чтение легенды КП. Выбор оптимального пути из различных вариантов движений

на КП. **Занятия на местности.** Прохождение маршрута по ориентированию по легенде.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

5.3. Способы отметки на КП

Теория: Способы отметки на КП на маркированной трассе.

Практика: Занятия на местности: Игра-соревнование «Отметься на КП» на пересеченной местности.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

5.4. Экскурсионное ориентирование

Практика: Занятия на местности: Памятники истории, архитектуры, искусства и т. п. в микрорайоне школы, городе (районе). Поиск объектов по плану микрорайона с использованием легенды маршрута движения звеньями (по 2-3 воспитанника под руководством старшего школьника) с соблюдением правил перехода улиц пешеходами.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

6. В гостях у доктора Айболита

Образовательная задача для учащихся: расширят знания о характеристиках травм, правилах обработки, приборах измерения температуры тела, составе медицинской аптечки для туристской прогулки, сопровождении пострадавшего при транспортировке.

6.1. Оказание первой помощи

Теория: Оказание первой помощи: при ранах, порезах, ссадинах, ушибах, мозолях, растяжениях, вывихах. Характеристика травм. Необходимая помощь. Способы обработки. Профилактика. Характеристика травм. Виды переломов. Необходимая помощь при переломе конечностей. Способы обработки. Профилактика. Наложение жгута и шины. Транспортировка пострадавшего. Необходимая помощь при укусах змей, животных. Правила обработки ран и наложения повязок, действия по оказанию помощи.

Практика: Определение вида травм и повреждений по описанию. Составление алгоритма действий по оказанию первой помощи при травмах и повреждениях.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

6.2. Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок, жгутов и шин

Теория: Правила и способы обработки ран, ссадин, наложение жгутов и шин. Правила наложения повязок и требования к ним. Требования к материалам для обработки ран и наложения повязок.

Практика: Игра «Айболит» (необходимая доврачебная обработка и наложение простых повязок на конечности)

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

6.3. Измерение температуры тела, пульса

Теория: Приборы для измерения температуры тела. Способы измерения пульса. Основные показатели состояния здоровья и самочувствия юных туристов.

Практика: Измерение температуры тела и пульса до занятий физическими упражнениями и по их окончании. Ведение дневника наблюдения за состоянием здоровья и самочувствием (личного и туристской группы в целом) в течение года и в туристском походе (на прогулке).

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

6.4. Медицинская аптечка

Теория: Состав медицинской аптечки для туристской прогулки (индивидуальной и групповой). Назначение медикаментов, их упаковка и требования к хранению и использованию. Обязанности санитара (медика) группы. Средства народной медицины, использование лекарственных трав и растений в походе, на прогулке, способы применения.

Практика: Упаковка и маркировка аптечки. Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки. Использование лекарственных трав и растений для заварки чаев и настоев.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

6.5. Способы транспортировки пострадавшего.

Теория: Организация транспортировки пострадавшего при различных травмах.

Сопровождение пострадавшего. Взаимопомощь при транспортировке.

Практика: *Занятия на местности:* Изготовление транспортных средств из курток, штормовок. Транспортировка пострадавшего на пересеченном рельефе. Взаимопомощь при транспортировке пострадавшего.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

7. Основы краеведения

Образовательная задача для учащихся: углубят знания о своей семье, профессиях членов семьи, о ветеранах и знаменитых людях города, о памятниках природы родного края.

7.1. Родословие

Теория: Профессии членов семьи воспитанников. Профессия и сфера профессиональной деятельности бабушек, дедушек и других ближайших родственников (династии и родословная).

Практика: Составление совместно с родителями генеалогического профессионального дерева своей семьи. Рисование на тему «Профессия папы (мамы)». Составление совместно с родителями рассказов о профессиях и работе родителей, старших братьев или сестёр.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

7.2. Земляки

Теория: Изучение истории школы, истории своего района (города). Интересные люди города, охраняющие и сохраняющие природу, памятники истории и культуры. Знаменитые люди города, ветераны войн и труда. Краеведческие должности: историк-краевед, краевед-летописец, краевед-фотограф.

Практика: Встреча с интересными людьми города (района), чьи профессии связаны с охраной и сохранением природной среды, объектов истории, культуры и архитектуры. Выяснение особенностей и специфики деятельности людей тех профессий, которые связаны с изучением и преобразованием родного края.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

7.3. Природное наследие

Теория: Памятники природы родного края. Редкие и исчезающие растения и животные родного края. Сезонные изменения в жизни фауны и флоры. Фауна и флора леса, луга, берега реки. Голоса птиц и животных, следы их жизнедеятельности в лесах, парках и других закрытых пространствах (по сезонам года). Оказание помощи братьям меньшим (изготовление скворечников, кормушек). Правила поведения в природе и наблюдения за ней во время экскурсии к реке. Подведение итогов экскурсии. Краеведческие задания и их выполнение на экскурсии. Краеведческие должности.

Практика: Ведение дневников наблюдений (впечатлений) за природой. Рисование на темы: «Зимний лес». Рисунки о том, что увидели на туристской прогулке, экскурсии, в походе. Обсуждение рисунков, поделок и защита работ их авторами. Защита выполнения краеведческого задания с демонстрацией рисунков, фотографий.

Занятия на местности: *Экскурсии* в парк (лес) и наблюдение за поведением птиц, животных. Выполнение краеведческих заданий (сбор сведений о поведении и мест обитания редких растений и животных родного края). Развешивание скворечников и кормушек. Сбор лекарственных растений по маршруту группы. *Экскурсия в музей (на выставку).* *Экскурсия* в школьный (городской) музей для знакомства с миром профессии (школы, предприятия, города). Соблюдение правил поведения и культуры общения в культурно-зрелищных учреждениях, музеях. Выполнение полученных заданий (поиск ответов на поставленные вопросы). Оформление газеты-отчета об экскурсии.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

8. Спортивно-оздоровительный туризм

Образовательная задача для учащихся: получают знания о безопасном преодолении препятствий, о технических и тактических способах преодоления препятствий, о туристских узлах их назначении.

8.1. Пешеходный туризм

Теория: Способы безопасного преодоления препятствий с туристским рюкзаком. Организация движения группы в однодневном походе по пересеченной и залесной местности,

преодоление водных преград, крутых склонов, движение по шоссе, спуски и подъемы. Переправа через условное болото с наведением кладей (жерди). Переправа через условное болото по кочкам. Переправа через канавы, завалы. Оказание взаимопомощи. Способы преодоления простых естественных препятствий.

Практика: *Занятия на местности.* Передвижения: спуски, подъемы по пересеченной местности. Преодоление естественных препятствий: канав, завалов, оврагов и др. Переправа через условное болото с наведением кладей (жерди). Переправа через условное болото по кочкам.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий, соревнования

7.2. Полоса препятствий пешеходного туризма

Теория: Технические и тактические основы преодоления препятствий. Соблюдение правил безопасности при преодолении этапов дистанции полосы препятствий. Оказание взаимовыручки и взаимопомощи. Личное, лично-командное, командное прохождение полосы препятствий.

Практика: *Занятия на местности:* Переправа через болото по кочкам: по гати с наведением кладей (жердей); переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; «мышеловка». Преодоление оврага (канавы) с помощью «маятника», переправа по бревну с наведенными перилами, переправа по качающемуся бревну.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий, соревнования

7.3. Туристские узлы и их применение

Теория: Основные туристские узлы: «прямой», «проводник простой», «булинь». Свойства, назначение и применение узлов в походах и на соревнованиях.

Практика: Завязывание узлов по названию и по их назначению. Крепление верёвки к опоре.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий, соревнования

9. Общая физическая подготовка и оздоровление организма

Образовательная задача для учащихся: будут уметь выполнять различные физические упражнения, совершать бег с препятствиями или в колонне.

Теория: Развитие общей и специальной выносливости, кроссовая подготовка. Обучение основам техники бега. Бег с препятствиями и по пересеченной местности. Развитие функциональных возможностей, занимающихся (гимнастика, спортивные игры). Развитие силы. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

Практика: Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Подвижные игры. Спортивные эстафеты. Гимнастические упражнения. *Занятия на местности:* Бег в колонне по одному по пересеченной местности, бег «серпантином», прыжки в длину и высоту. Бег с препятствиями.

Контроль: выполнение нормативов, соревнования

10. Экскурсии, соревнования, однодневные походы

Образовательная задача для учащихся: закрепят знания о туристских навыках в условиях природной среды на экскурсиях или в однодневных походах.

Практика: Проведение учебных тематических экскурсий по улицам микрорайона, города, к историческим и памятным местам города, в краеведческий музей и т.п.

Организация и проведение соревнований с целью закрепления теоретических знаний и отработки туристских умений. *Занятия на местности:* Закрепление теоретических знаний, отработка туристских умений в условиях природной среды на экскурсиях, в однодневных походах, а также посредством участия в соревнованиях, как в зале, так и на спортивной площадке школы, микрорайона.

Контроль: наблюдение, выполнение практических заданий.

12. Итоговое занятие

Практика: подведение итогов за весь период обучения по программе в игровой и соревновательной форме, выявление «лучших из лучших» в разных «номинациях» (топограф, санитар, лидер, спортсмен, краевед и т.п.), награждение значками и грамотами.

**Учебный план 3 года обучения
с часовой нагрузкой в неделю – 6 часов**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	собеседование
2.	Введение	4	2	2	собеселование выполнение практических заданий
2.1	История отечественного спорта и туризма	2	1	1	
2.2	Правила поведения юных туристов	2	1	1	
3.	Туристско-бытовые навыки юного туриста	36	11	25	собеселование тестирование, выполнение практических заданий
3.1	Основы безопасности в природной среде	2	1	1	
3.2	Основы безопасности на улице, в микрорайоне, городе	2	1	1	
3.3	Личное снаряжение юного туриста и уход за ним	4	1	3	
3.4	Личная гигиена туристов	4	1	3	
3.5	Групповое снаряжение и уход за ним	4	1	3	
3.6	Ремонтный набор	2	1	1	
3.7	Организация биваков и охрана природы	4	1	3	
3.8	Типы костров	2	1	1	
3.9	Палатки и укрытия	4	1	3	
3.10	Туристская группа в походном строю	4	1	3	
3.11	Питание туристской группы	4	1	3	
4.	Основы топографии	18	5	13	тестирование, выполнение практических заданий
4.1	Город (район), родной край	2	1	1	
4.2	Топографическая карта	4	1	3	
4.3	Условные топографические знаки	4	1	3	
4.4	Ориентирование по компасу, движение по азимуту	4	1	3	
4.5	Ориентирование по компасу и карте	4	1	3	
5.	Туристское и экскурсионное ориентирование	12	4	8	собеселование тестирование, выполнение практических заданий
5.1	Ориентирование на местности	6	2	4	
5.2	Виды туристского ориентирования	2	1	1	
5.3	Экскурсионное ориентирование	4	1	3	
6.	В гостях у доктора Айболита	20	5	15	собеселование тестирование, выполнение практических заданий
6.1	Оказание первой помощи	6	1	5	
6.2	Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок, компрессов, жгутов и шин	4	1	3	
6.3	Измерение температуры тела, пульса, артериального давления	2	1	1	
6.4	Медицинская аптечка	4	1	3	
6.5	Способы транспортировки пострадавшего	4	1	3	
7.	Основы краеведения	16	4	12	собеселование, тестирование, выполнение практических заданий
7.1	Родословие	4	1	3	
7.2	Земляки	4	1	3	
7.3	Природное наследие	8	2	6	
8.	Спортивно-оздоровительный туризм	30	3	27	выполнение практических заданий. тестирование. соревнования
8.1	Пешеходный туризм	10	1	9	
8.2	Полоса препятствий пешеходного туризма	10	1	9	
8.3	Туристские узлы и их применение	10	1	9	
9.	Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка	40	2	38	выполнение нормативов, соревнования
10.	Экскурсии, соревнования, однодневные походы	36	-	36	наблюдение
11.	Итоговое занятие	2	-	2	
Итого за период обучения		216	38	178	

Содержание учебного плана 3 года обучения

1. Вводное занятие

Теория: знакомство с учебным планом работы на год. Знакомство детей с помещениями и территорией, где будут проходить занятия (учебный кабинеты, спортивные залы, территория Станции юных туристов). Правила поведения и меры безопасности во время занятий в учебном кабинете, спортивном зале, на местности, во дворе. Инструктажи по технике безопасности. Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов.

Контроль: собеседование.

2. Введение

Образовательная задача для учащихся: расширят знания об истории отечественного туризма и разрядных требованиях юных туристов-спортсменов, о правилах поведения в транспорте, при переходе улиц, во время экскурсий и прогулок.

2.1. История отечественного спорта и туризма

Теория: Спортивный туризм в России. Зарождение, виды, спортивного туризма. Разрядные требования юных туристов-спортсменов. Знакомство со взрослыми спортсменами туристами своего края, города (района) и их туристской деятельностью. Подведение итогов 2-го года занятий, выявление знаний, умений и навыков, полученных за два года занятий. Постановка целей и задач на новый годовой цикл.

Практика: Знакомство воспитанников с материалами (фотографиями, картами, схемами и др.) предполагаемого района проведения летнего похода.

Контроль: собеседование, выполнение практических заданий

2.2. Правила поведения юных туристов

Теория: Основные законы и правила поведения юных туристов. Права и обязанности юных туристов, их выполнение в процессе занятий туризмом и краеведением. Общественно полезные дела юных туристов на экскурсиях, во время оздоровительно-туристских прогулок. Правила поведения в общественном транспорте. Правила перехода улиц, дорог. Охрана природной среды (зеленой зоны) в ближайшем окружении микрорайона школы и дома, своего города и активное, посильное участие в ее улучшении. Знакомство с достопримечательностями своего района (города), активное участие в охране памятников истории, природы, культуры и архитектуры.

Практика: Подготовка и участие в туристских прогулках, экскурсиях, походах, в спортивно-оздоровительных состязаниях, играх и соревнованиях. Совместное оформление результатов мероприятий. Обсуждение работы друг друга и коллектива (команды) в целом.

Контроль: собеседование, выполнение практических заданий

3. Туристско-бытовые навыки юного туриста

Образовательная задача для учащихся: научатся действовать в аварийных ситуациях во время экскурсий и прогулок по микрорайону города, подгонять и регулировать туристское снаряжение, составлять перечень группового туристского снаряжения, изготавливать укрытия при сезонных изменениях, выбирать место для бивака, упаковывать и распределять запасы продуктов между участниками похода.

3.1. Основы безопасности в природной среде

Теория: Основные правила безопасного поведения юных туристов на туристской прогулке, экскурсии, в походе, у реки, у водоема. Взаимопомощь в туристской походной группе. Правила обеспечения безопасности при разведении костров, обращении с пилой и топором при заготовке и разделке дров. Необходимость выполнения требований руководителя туристской (экскурсионной) группы и соблюдения тишины на привале и во время движения группы. Правила безопасности при организации коллективных игр, в лесу или парке.

Практика: Действия в аварийных ситуациях, при потере ориентировки.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.2. Основы безопасности на улице, в микрорайоне, городе

Теория: Правила безопасности в городской среде, на улице, во дворе. Правила безопасности при пользовании общественным транспортом. Беседа о правилах поведения в общественных

помещениях и учреждениях, музеях. Безопасность дома и в школе. Правила обращения с колюще-режущими предметами, спичками, медикаментами. Правила противопожарной безопасности и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях. Телефоны аварийных служб. Правила поведения на экскурсии в музее при отставании от группы, при потере ориентировки.

Практика: Игра «Что делать в случае... (потери в незнакомом районе, на улице, в помещении)?», действия в аварийной ситуации во время экскурсии в музей, в школе. Ориентирование по планам парков, схемам городских улиц.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.3. Личное снаряжение и уход за ним

Теория: Личное снаряжение для однодневного похода и требования ухода за ним. Требования к одежде. Личная посуда, средства гигиены, туристский коврик, рюкзачок для туристских прогулок. Личное снаряжение для летних, зимних походов и походов в межсезонье. Личная медицинская аптечка и ремонтный набор. Сбор юного туриста в поход и упаковка личного снаряжения. Требования к упаковке продуктов для перекуса и групповых продуктов, выданных для транспортировки на время похода. Укладка и упаковка рюкзака для туристского похода, размещение снаряжения. Выбор, подгонка и регулировка рюкзака. Подбор личного снаряжения в соответствии с погодно-климатическими условиями. Уход за личным снаряжением и его своевременный ремонт. Снаряжение для участия в туристских соревнованиях.

Практика: Игра «Собери рюкзак к туристскому походу» (правильная, в том числе и с точки зрения гигиены, его укладка и упаковка, регулировка рюкзака). Подгон и регулировка туристского походного рюкзака для транспортировки груза в зависимости от его объема. Сбор группы в туристский однодневный мини-поход в межсезонье (зимой) в лес (к реке) Ремонт личного снаряжения (наложение заплаток, пришивание пуговиц).

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.4. Личная гигиена туриста

Теория: Соблюдение правил личной гигиены в туристских походах, при приеме пищи в полевых условиях, перекусах во время прогулок или экскурсий. Соблюдение личной гигиены при занятиях физической культурой, спортом и туризмом. Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения юного туриста. Обязанности санитара и медика туристской группы. Организация наблюдения за самочувствием и состоянием здоровья: пульс, температура тела, артериальное давление и способы их измерения. Приемы самомассажа. Обувь и одежда юного туриста и уход за ними в походе. Соблюдение правил личной гигиены при выполнении физических упражнений, обязательный прием контрастного душа после занятий.

Практика: Комплекс упражнений утренней гимнастики. Овладение умениями и навыками самомассажа. Измерение и фиксация пульса, температуры тела, давления до выполнения физических упражнений и после их завершения через 5-10 минут. Гигиена упаковки личного снаряжения для однодневного (двухдневного) туристского похода. Личная гигиена на привале, при организации перекуса (приема пищи), приготовления пищи. Работа санитара (медика) во время проведения туристского похода, на соревнованиях. Утренний и вечерний туалет юного туриста.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.5. Групповое снаряжение и уход за ним

Теория: Проверка комплектности группового снаряжения при подготовке к туристскому походу. Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Работа заведующего снаряжением группы при подготовке похода, вовремя и по завершении похода со снаряжением и организация работы участников туристской группы. Весовые характеристики группового снаряжения, выбор снаряжения для похода в зависимости от сезона года и количественного состава туристской группы.

Практика: Проверка комплектности и упаковка группового снаряжения. Распределение группового снаряжения между участниками туристского похода.

Работа завхоза туристской группы по снаряжению в период подготовки и проведения похода и по его окончании. Использование группового снаряжения во время туристского похода. Составление перечня необходимого группового снаряжения для туристского похода: зимнего

однодневного и летнего.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.6. Ремонтный набор

Теория: Перечень снаряжения и инструментов ремонтного набора. Назначение предметов и инструментов и правила обращения с ними. Обязанности ремонтного мастера группы. Организация ремонта группового снаряжения.

Практика: Игра-соревнование «Качественный ремонт снаряжения» (проверка прочности и надежности штопки, наложения заплат, заклеивания, пришивания пуговиц, ремонта лыж, пришивания тесемок или лямок и др.).

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

3.7. Организация биваков и охрана природы

Теория: Биваки и лагеря для ночлега юных туристов и охрана природы при их организации. Устройство и оборудование бивака. Охрана природы в туристском походе или на экскурсии.

Разведение костра в зимнем и летнем походе, заготовка растопки и дров. Дежурные и их обязанности, деятельность туристской группы при устройстве бивака и разбивке лагеря.

Практика: Распределение обязанностей и их выполнение при организации лагеря туристской группы. **Занятия на местности:** Выбор места и его планировка при организации бивака.

Организация бивачных работ. Устройство костровища и разведение костра костровым из заготовленного топлива и растопки. Установка палаток. Устройство и оборудование кухни, места для приема пищи, для пищевых и бытовых отходов, отдыха и игр, забора воды, умывания, организации купания, распилки и колки дров.

Контроль: собеседование, выполнение практических заданий

3.8. Типы костров

Теория: Основные типы туристских костров и их назначение, применение. Дрова для костра и их заготовка, разделка и хранение. Соблюдение правил пожарной безопасности. Разведение костров в зимних условиях и при дождливой погоде. Поддержание костра в туристском походе. Обязанности кострового туристской группы. Упаковка и хранение спичек, сухого горючего, растопки для костра.

Практика: **Занятия на местности:** Заготовка растопки и хвороста для костра. Приготовление пищи на костре. Устройство и разведение костра для обогрева в зимних условиях. Растопка туристского костра.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.9. Палатки и укрытия

Теория: Выбор площадок для установки палатки на берегу реки, в лесу и на опушке. Требования к установке палатки на поляне в зимнем походе. Правила ухода за палатками.

Практика: Проверка комплектации палатки перед выходом. Установка палаток. **Занятия на местности:** Установка и снятие палаток. Изготовления укрытия (игра «Строительство снежной крепости») на зимней прогулке.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.10. Туристская группа в походном строю

Теория: Строй туристской группы в зимнем и летнем туристском походе на пересеченной местности и в лесу. Организация взаимопомощи при преодолении естественных препятствий. Ритм и темп движения туристской группы на маршруте зимой и летом. Движение туристской группы по тропам, дорогам и вдоль шоссе. Работа штурмана во время движения. График движения группы, режим движения и отдыха туристской группы. Движение туристской группы в лесу по азимуту.

Практика: **Занятия на местности:** Организация движения группы по пересеченной местности в лесу в зимнем походе. Работа направляющего и замыкающего. Организация привалов. Взаимопомощь в походе.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

3.11. Питание туристской группы

Теория: Продукты питания для приготовления пищи в походе, их подготовка, упаковка и хранение. Составление меню туристской группы для однодневного похода. Хранение

продуктов в походе и их транспортировка. Рецепты приготовления туристских блюд. Распределение продуктов среди участников похода. Обязанности завхоза по питанию. Дежурные повара, их обязанности и организация дежурства.

Практика: Составление меню на однодневный туристский поход. Расфасовка, упаковка и распределение запаса продуктов между участниками похода. **Занятия на местности:** Работа завхоза по питанию и дежурных повара в туристском походе. Приготовление пищи в походных полевых условиях на костре.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

4. Основы топографии

Образовательная задача для учащихся: будут уметь ориентироваться по карте района, делать зарисовки схем, планов естественных препятствий на маршруте условными знаками и в масштабе, заполнять топографический диктант, измерять расстояние и азимуты по карте.

4.1. Город, родной край

Теория: Представления учащихся о своем городе, родном крае; экскурсионные объекты города, родного края.

Практика: Составление плана-схемы и экскурсионных объектов своего города, родного края.

Занятия на местности: Экскурсионное ориентирование по карте района (города) с поиском и прохождением по выбору (за определенное время) через экскурсионные объекты с их описанием по определенному плану.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.2. Топографическая карта

Теория: Топографическая карта. Масштабы карт. Изображение рельефа. Горизонтالي. Магнитные меридианы. Сетка карты. Определение высот на карте и местности. Простейшие способы съемки участка местности (маршрута) на туристской прогулке.

Практика: Отработка навыков чтения рельефа по карте. Измерение расстояний по карте, перевод их в масштаб. Определение высоты на карте. Правила работы с простейшими приборами для съемки местности. Составление схемы, плана местности в масштабе.

Занятия на местности. Съемка местности, маршрута группы. Рисовка схем, планов естественных препятствий на маршруте условными знаками и в масштабе.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.3. Условные топографические знаки

Теория: Условные знаки топографических карт: масштабные и немасштабные. Обязанности топографа и штурмана группы.

Практика: Рисовка условных знаков и топографических карт. Топографический диктант, кроссворды. Чтение топографических карт. Сбор карты (мозаика, пазлы) по образцу и без образца на время. **Занятия на местности:** Рисовка нитки движения группы в условных знаках. Определение точки стояния (местонахождения) группы (участника).

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.4. Ориентирование по компасу, движение по азимуту

Теория: Компас в туристском походе. Ориентирование компаса. Азимут. Определение азимутов с помощью компаса на местности. Правила работы с компасом.

Практика: **Занятия на местности:** Определение азимутов на КП, установленных в лесу, на поляне. Отработка навыков движения по азимуту во время похода. Движение по азимутам (игра «Кладоискатели»).

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

4.5. Ориентирование по компасу и карте

Теория: Ориентирование топографической карты по компасу. Ориентирование карты по предметам, объектам, звездам и линейным ориентирам на местности. Движение по карте и при помощи компаса. Измерение расстояний по карте. Измерение азимутов по карте.

Практика: Работа с картой и компасом. Измерение расстояний и азимутов по карте. Чтение маршрута движения группы по карте. **Занятия на местности:** Работа с картой и компасом на местности.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

5. Туристское и экскурсионное ориентирование

Образовательная задача для учащихся: будут уметь ориентироваться по карте, двигаться по азимуту между троп и дорожек, действовать в аварийной ситуации при выходе за карту.

5.1. Ориентирование на местности

Теория: Снаряжение для туристского ориентирования. Планкарта. Ориентирование в лесу, поле. Ориентирование по звездному небу, солнцу. Определение пройденного расстояния временем движения, парами шагов и др. Ориентирование по линейным ориентирам и рельефу, по описанию (легенде) и по азимуту. Определение точки стояния на местности по карте. Выбор вариантов пути движения до КП и определение оптимального маршрута движения. Разведчик туристской группы. Штурман группы.

Практика: Ориентирование по карте. Ориентирование по легенде, по азимутам. Ориентирование по рельефу в лесном массиве. Границы полигонов. Действия в аварийной ситуации при выходе за карту. Использование линейных ориентиров, троп, дорожек и рельефа для передвижения при ориентировании на местности. Движение по азимуту между троп и дорожек.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

5.2. Виды туристского ориентирования

Теория: Виды туристского ориентирования и их отличия. Правила соревнований по туристскому ориентированию.

Практика: *Занятия на местности:* прохождение маршрута по ориентированию в заданном направлении, по выбору.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

5.3. Экскурсионное ориентирование

Практика: Поиск обозначенных на карте КП экскурсионных объектов (памятники истории, архитектуры и т. д.) в микрорайоне, городе за определенное время звеном в 2-3 воспитанника под руководством старшего школьника с соблюдением правил перехода улиц.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий

6. В гостях у доктора Айболита

Образовательная задача для учащихся: научатся определять виды травм и повреждений, оказывать первую помощь при травмах и повреждениях, измерять температуру тела и пульса, собирать медицинскую туристскую аптечку, изготавливать волокуши для транспортировки пострадавшего.

6.1. Оказание первой помощи

Теория: Оказание первой помощи: при ранах, порезах, ссадинах, ушибах, мозолях, растяжениях, вывихах, переломе конечности. Характеристика травм. Необходимая помощь. Способы обработки. Наложение жгута и шины. Открытый и закрытый перелом. Способы транспортировки пострадавшего. Профилактика и защита глаз от попадания посторонних предметов, химических жидкостей, газов. Способы обработки и промывания глаз. Причины ожогов и обморожений. Виды ожогов и обморожений, признаки. Профилактика пищевых отравлений. Сроки хранения пищи и продуктов. Ядовитые растения, ягоды и грибы. Признаки отравления. Промывание желудка и оказание первой помощи. Причины теплового и солнечного удара. Признаки заболевания. Оказание необходимой помощи. Профилактические мероприятия юных туристов в походе и на соревнованиях, на экскурсии. Правила обработки ран и наложения повязок, оказание помощи, необходимость обращения к врачу. Профилактические мероприятия. Средства защиты от кровососущих насекомых.

Практика: Определение вида травм и повреждений по описанию. Оказание первой помощи при травмах и повреждениях.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

6.2. Правила обработки ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок, компрессов, жгутов и шин

Теория: Правила и способы обработки ран, ссадин, наложение жгутов и шин. Правила наложения повязок, требования к материалам для обработки ран.

Практика: Наложение повязок, шин, обработка ран. Определение травм и оказание необходимой первой помощи по карточкам.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

6.3. Измерение температуры тела, пульса, артериального давления

Теория: Простейшие приборы и способы измерения температуры тела, пульса, давления. Основные показатели состояния здоровья и самочувствия юных туристов. Необходимость контроля при занятиях физическими упражнениями.

Практика: Измерение температуры тела, пульса и давления до занятий физическими упражнениями и по их окончании. Ведение дневника наблюдений за состоянием здоровья в походе, при занятиях физическими упражнениями.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

6.4. Медицинская аптечка

Теория: Состав медицинской аптечки для туристской прогулки. Назначение медикаментов, их упаковка и требования к хранению и использованию. Обязанности санитара группы. Средства народной медицины, способы применения лекарственных трав и растений.

Практика: Упаковка и маркировка медицинской аптечки. Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки. Использование лекарственных трав для заварки чаев и настоев.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

6.5. Способы транспортировки пострадавшего

Теория: Организация транспортировки пострадавшего при различных травмах в зимних условиях. Изготовление волокуши для транспортировки пострадавшего в зимних условиях.

Практика: Способы транспортировки пострадавшего. Простейшие средства для транспортировки пострадавшего в условиях похода. Изготовление транспортных средств из курток, штормовок, спецполотна. Изготовление волокуш.

Занятия на местности: Изготовление транспортных средств из курток, штормовок. Изготовление волокуши. Транспортировка пострадавшего на волокуше и на носилках. Взаимопомощь при транспортировке пострадавшего на волокуше.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

7. Основы краеведения

Образовательная задача для учащихся: будут знать традиции своего народа, своей семьи, имена людей в честь которых названы улицы нашего города, лекарственные растения родного края и правила их сбора.

7.1. Родословие

Теория: Традиции и обряды, народные праздники и гуляния родного края, города. Народные игры наших предков и правила организации их проведения.

Практика: Рассказы об играх на местности, в которые играли бабушки, дедушки и родители воспитанников.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

7.2. Земляки

Теория: Изучение истории школы, истории своего района (города). Имена людей, в честь которых названы улицы, учреждения и другие объекты города (населенного пункта). Памятники знаменитым людям родного края, основателям города (населенного пункта). Краеведческие должности: юный историк-краевед, юный краевед-летописец, юный краевед-фотограф.

Практика: Сбор информации об улицах своего города, носящих имена знаменитых земляков; о памятниках знаменитым землякам своего города; об основателях города (населенного пункта).

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

7.3. Природное наследие

Теория: Памятники природы родного края. Лекарственные растения родного края. Правила сбора лекарственных растений и их применение. Оказание помощи братьям меньшим

(изготовление скворечников, кормушек, выявление и огораживание муравейников). Правила поведения на природе и наблюдение за ней во время экскурсий и в походе. Краеведческие задания и их выполнение на экскурсии и в походе. Краеведческие должности.

Практика: Ведение дневников наблюдений (впечатлений) за природой. Сбор лекарственных растений родного края. Изготовление поделок, сувениров из природных материалов. Изготовление кормушек, скворечников (совместно с родителями, старшеклассниками).

Занятия на местности: Экскурсии в зимний и весенний лес и наблюдение за поведением птиц, животных, сезонными изменениями в природе. Выполнение краеведческих заданий (сбор сведений о местах произрастания лекарственных растений родного края). Развешивание скворечников и кормушек. Сбор лекарственных растений по маршруту группы. Подкормка зимующих птиц. Экскурсия в историко-краеведческий городской музей.

Контроль: собеседование, тестирование, выполнение практических заданий

8. Спортивно-оздоровительный туризм

Образовательная задача для учащихся: будут уметь преодолевать препятствия, делать спуски и подъемы, переправляться по бревну, преодолевать овраги (канавы) с помощью «маятника», вязать туристские узлы, устанавливать палатки.

8.1. Пешеходный туризм

Теория: Техника и тактика индивидуального и группового преодоления естественных препятствий (без специального снаряжения). Движение группы по заболоченной, сильно пересеченной местности; преодоление водных преград, крутых склонов; движение по шоссе, спуски и подъемы. Переправа через условное болото по кочкам. Переправа через овраги, канавы, завалы. Переправа через ручей (овраг) по бревну с помощью «маятника».

Практика: **Занятия на местности:** Отработка индивидуальной и групповой техники и тактики передвижения (спуски, подъемы). Отработка практических умений и навыков преодоления препятствий (канав, завалов, оврагов и др.). Переправа через заболоченные участки по жердям. Переправа через условное болото по кочкам.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий, соревнования

8.2. Полоса препятствий пешеходного туризма

Теория: Понятие «техническое препятствие» (этап); способы преодоления препятствия (этапа); правила безопасного преодоления препятствия (этапа). Контрольные линии на этапах. Заступы. Командное прохождение полосы препятствий. Работа в связках (парами). Лидирующий и замыкающий участники команды и тактика работы всей команды на дистанции. Виды туристских соревнований: эстафеты, командные, личные.

Практика: **Занятия на местности:** Переправа через болото по кочкам, по жердям. Подъем, спуск по склону. Переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; «мышеловка»; туристские узлы; установка и снятие палатки; преодоление оврага (канавы) с помощью «маятника», переправа по бревну с наведенными перилами, по качающемуся бревну.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий, соревнования

8.3. Туристские узлы и их применение

Теория: Основные туристские узлы (булинь, прямой, академический, проводник), их назначение и свойства. Схватывающие узлы, для связывания веревки одинакового диаметра, для связывания веревки разного диаметра, для крепления веревки па опоре; проводники и др.

Практика: Завязывание узлов по их названию и назначению. Узлы, применяемые для крепления веревки к опоре, для осуществления самостраховки и страховки.

Контроль: тестирование, выполнение практических заданий, соревнования

8.4. Пешеходные прогулки

Практика: **Занятия на местности:** Соблюдение правил движения в группе, темпа движения на маршруте и отдыха на больших и малых привалах. Наблюдение окружающих объектов природной (растительный и животный мир) и искусственной среды. Самостоятельное составление легенды маршрута движения группы с указанием хронометража. Организация бивака на большом привале. Заготовка в игровой форме хвороста и валежника для костра. Оборудование кострища и разведение костра. Участие в приготовлении пищи.

Контроль: выполнение практических заданий

9. Общая физическая подготовка и оздоровление организма

Образовательная задача для учащихся: будут уметь выполнять физические и гимнастические упражнения, совершать бег в колонне по одному по пересеченной местности, прыжки в длину и высоту.

Теория: Комплекс физических упражнений. Развитие функциональных возможностей, занимающихся (гимнастика, спортивные игры). Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

Практика: Упражнения с предметами. Упражнения с короткой и длинной скакалкой. Подвижные игры и эстафеты. Спортивные игры. Гимнастические упражнения. Различные игры и игровые упражнения, выполняемые в быстром темпе. Упражнения для развития ловкости и прыгучести.

Занятия на местности. Бег в колонне по одному по пересеченной местности, бег по лестнице, бег «серпантинном», прыжки в длину и высоту. Бег с препятствиями. Спортивные (в том числе народные) игры.

Контроль: выполнение нормативов, соревнования

10. Экскурсии, соревнования, однодневные походы

Образовательная задача для учащихся: будут участвовать в тематических экскурсиях, однодневных походах и соревнованиях.

Практика: Проведение учебных тематических экскурсий по улицам микрорайона, города, к историческим и памятным местам города, в краеведческий музей и т.п. Организация и проведение походов и соревнований с целью закрепления теоретических знаний и отработки туристских умений.

11. Итоговое занятие

Практика: подведение итогов за весь период обучения по программе в игровой и соревновательной форме, выявление «лучших из лучших» в разных «номинациях» (топограф, санитар, лидер, спортсмен, краевед и т.п.), награждение значками и грамотами по итогам всего периода обучения.

1.4. Планируемые результаты

Требования к знаниям и умениям, которые приобретут учащиеся в процессе занятий по программе

К концу **первого года** обучения дети будут:

знать:

- правила безопасного поведения во время похода, экскурсии;
- виды костров, их назначение, правила безопасного пользования при приготовлении пищи на костре;
- перечень должностных обязанностей в туристской группе;
- устройство и назначение компаса;
- простейшие условные топографические знаки;
- растения и животных родного края;
- состав личного снаряжения юного туриста;
- правила оказания первой помощи при царапине, мозоли, обморожении и солнечном ударе;

уметь:

- одеваться для туристской прогулки в зависимости от погоды;
- соблюдать правила дорожного движения; безопасного поведения в быту;
- выполнять несколько комплексов физических упражнений на развитие силы, гибкости, ловкости;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия (кочки, бревно, маятник, жерди);
- завязывать узлы: прямой, проводник.

К концу **второго года** обучения дети будут:

знать:

- правила безопасного поведения в природной среде (в лесу, у водоёма) в весенне-осенний, зимний и летний периоды;
- правила передвижения туристской группы по населённому пункту, по пересечённой местности;
- состав личного и группового туристского снаряжения;
- способы ориентирования (по компасу, карте, местным признакам);
- как выбрать место для привала, ночлега;
- способы преодоления естественных препятствий;

уметь:

- ориентироваться в незнакомой местности при помощи карты, компаса, по местным предметам, солнцу, часам;
- пользоваться топографической картой, определять основные топографические знаки, ходить по азимуту;
- преодолевать естественные препятствия в пути, вязать узлы;
- делать пешие переходы с грузом, оказывать первую доврачебную помощь;
- выбирать место для привала, ставить палатку.

К концу **третьего года** обучения дети будут:

знать:

- правила оказания первой помощи требования к перевязочным материалам и походной медицинской аптечке;
- требования к выбору места для туристского бивака;
- как составить меню в однодневный и двухдневный поход;
- как распределять туристские обязанности во время похода;

уметь:

- составлять план путешествия и разрабатывать маршрут;
- определять место для привала и ночлега туристской группы;
- фиксировать наблюдения, проводить простейшие исследования, обрабатывать и коллекционировать собранные материалы;
- выполнять краеведческие задания, различать растения и животных родного края;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия (овраги, ручьи, высокотравье,

бурелом и т.п.);

- ориентироваться в незнакомой местности при помощи карты, компаса, по местным предметам, солнцу, часам;
- оказывать первую помощь при порезах, ссадинах, ушибах, обморожениях, кровотечениях, солнечных и тепловых ударах.

Компетенции и личностные качества, которые будут формироваться и развиваться у учащихся в результате занятий по программе:

1. Здоровьесберегающие компетенции — умение переключаться с одного вида деятельности на другой, умение радоваться результатам, как своего труда, так и результатам сверстников, удивляться новому (проявление эмоций), умение бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих;
2. Учебно-познавательные компетенции - умение применять полученные знания, организовывать своё рабочее место, умение ориентироваться в стандартной ситуации, понимать инструкции и алгоритмы действия, планирования, умение доводить дело до конца;
3. Информационные компетенции - умение получать информацию, используя различные источники (ТВ, ИКТ, дополнительная литература), умение задавать вопросы, искать на них ответы, умение оценивать и сравнивать;
4. Социально-коммуникативные компетенции - умение выслушать другого человека (сверстника, взрослого), рассказывать о происходящих событиях, вести диалог со сверстниками, умение спокойно отстаивать своё мнение, соотносить свои желания с интересами других людей.

Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график определяет чередование образовательной деятельности и плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Туристы-проводники 1» (24/25) реализуется в течение всего календарного года. Непрерывность освоения учащимися образовательной программы в каникулярный период обеспечивается МБУ ДО «СЮТур» в соответствии п. 8 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. № 629)

Начало учебного года – 1 сентября (если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день).

Окончание учебного года – 31 мая.

Продолжительность учебного года – 36 учебных недель.

Продолжительность обучения: 1 полугодие - 16 недель, 2 полугодие - 20 недель

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 3 академических часа (3 часа по 45 минут, перерыв между часами 10 минут). В период каникул педагог может менять план и режим занятий, ориентируясь на интересы детей и рамки программы. Учитывая специфику работы туристского объединения, каждый педагог вправе устанавливать режим занятий, ориентируясь на реальные возможности и потребности детей. Продолжительность занятий на местности может составлять 4 часа, учебно-тренировочные маршруты, сборы, соревнования и другие туристско-краеведческие выездные мероприятия – до 8 часов в день.

Перерыв для отдыха (каникулы): зимние: (не менее 7 дней), летние: июнь, июль, август (не менее 30 дней).

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Кол-во учебных дней	Сроки проведения аттестации	Режим занятий
1 год обучения	1 сентября	31 мая	36	216	108	май	3 раза в неделю по 2 часа
2 год обучения	1 сентября	31 мая	36	216	108	май	3 раза в неделю по 2 часа
3 год обучения	1 сентября	31 мая	36	216	108	май	3 раза в неделю по 2 часа
ИТОГО:			108	648	324		

**Сроки и объём реализации программы – 3 года, 648 часов,
по 216 часа за 1 учебный год**

месяц	неделя/количество часов			
	1	2	3	4
сентябрь	9 часов	9 часов	9 часов	9 часов
октябрь	9 часов	9 часов	9 часов	9 часов
ноябрь	9 часов	9 часов	9 часов	9 часов
декабрь	9 часов	9 часов	9 часов	9 часов
январь	9 часов	9 часов	9 часов	9 часов
февраль	9 часов	9 часов	9 часов	9 часов
март	9 часов	9 часов	9 часов	9 часов
апрель	9 часов	9 часов	9 часов	9 часов
май	9 часов	9 часов	9 часов	9 часов

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение

Требования к помещению для занятий: кабинет для проведения занятий по программе призван создавать оптимальную организацию образовательного процесса с набором необходимого оборудования, материалов и дидактических средств. Учебный кабинет для проведения занятий, оформленный в соответствии с профилем проводимого занятия с мебелью, используемой в качестве рабочих мест в расчете на количество учащихся, соответствует санитарно-гигиеническим нормам по воздушно-тепловому режиму и уровню освещенности кабинета; спортплощадка или спортивный зал используются для проведения практических занятий. Допускается наличие дополнительного помещения для хранения специального оборудования и инвентаря.

Оборудование: количество рабочих столов и стульев в расчете на количество учащихся, учебные пособия и оборудование размещаются и хранятся по разделам программы. Дидактический и раздаточный материал хранятся отдельно. Все пособия систематизируются по темам. Аудио и видео аппаратура, компьютер с возможностью выхода в Интернет.

Материально-техническое обеспечение

Перечень учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря

№ п/п	Перечень учебного оборудования	Количество единиц
1.	Учебный кабинет с набором стандартной мебели	1 шт.
2.	Спортивный зал	1 шт.
3.	Аудио и видеоаппаратура	1 компл.
4.	Компьютер с выходом в Интернет	1 компл.
5.	Медицинская аптечка первой помощи	1 компл.
№ п/п	Наименование туристского снаряжения	Количество единиц
1.	Рюкзаки	12 шт.
2.	Спальники	12 шт.
3.	Ковры туристские	12 шт.
4.	Палатки 3-х, 4-х местные	4 шт.
5.	Репшнур	10 шт.
6.	Котлы / кастрюли	2 компл.
7.	Костровые принадлежности	2 компл.
8.	Пила двуручная	1 шт.
9.	Топор	2 шт.
10.	Тент	1 шт.
11.	Фонарь	4 шт.
12.	Верёвка основная	2 x 20 м
13.	Компас	6 шт.
14.	Карабины	28-40 шт.
15.	Жумары	7-10 шт.
16.	Страховочные системы	7-10 компл.
17.	Спусковые устройства	7-10 шт.
18.	Походная медицинская аптечка	1 компл.
№ п/п	Наименование спортивного инвентаря	Количество единиц
1.	Мяч волейбольный	2 шт.
2.	Мяч футбольный	2 шт.
3.	Скакалка	6 шт.
4.	Гантели 1-2 кг	3 компл.
5.	Лавочка гимнастическая	2 шт.
6.	Маты гимнастические	8 шт.
7.	Обручи	6 шт.
8.	Кегли	6 шт.

Информационное обеспечение Видеозаписи (видеоролики) в сети Интернет и в облачных хранилищах

1. Инструктаж перед походом
<https://cloud.mail.ru/home/Видеоуроки%20Туристская%20подготовка/Инструктаж%20перед%20походом.mp4?weblink=5Ca8%2F4jRtGcVnJ>
2. Подготовка к выходу на природу (выбор одежды и снаряжения)
<https://cloud.mail.ru/home/Видеоуроки%20Туристская%20подготовка/подготовка%20к%20выходу%20на%20природу.mp4?weblink=2enH%2F2Bpj9XqAN>
3. Правила безопасного поведения детей на природе
<https://cloud.mail.ru/home/Видеоуроки%20Безопасность%201-4%20классы/Правила%20безопасного%20поведения%20детей%20на%20природе.mp4?weblink=2FSt%2F3oRdnmгYu>
6. Первая помощь (урок по первой помощи для 1-4 классов)
<https://71.mchs.gov.ru/deyatelnost/napravleniya-deyatelnosti/nauchis-spat-zhizn/videoroliki/obuchayushchie-videoroliki/urok-po-pervoy-pomoshchi-1-4-klass>
4. Видеоуроки «Безопасность 1-4 классы»: <https://cloud.mail.ru/public/НаEd/3wopiGWqN>

Дидактический материал

(плакаты, наглядные пособия по туризму, краеведению, первой помощи, безопасности):

- плакаты по туризму: <https://tyr-zo.narod.ru/met/plakat/plakat.html>
- презентации по оказанию первой помощи: <https://cloud.mail.ru/public/4AgT/2Lr9YNo3U>
- презентации и тесты по краеведению: <https://cloud.mail.ru/public/yYzd/LidMZZZ6R>
- интерактивная игра «Путешествуй безопасно»:
<http://xn----8sbccoadqo9bjcbjwjedog4h.xn--p1ai/>

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогическими работниками, имеющими среднее профессиональное или высшее образование, имеющими опыт работы и обладающими знаниями, практическими умениями по профилю программы.

2.3. Формы аттестации

Освоение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, в том числе отдельной части или всего объема учебного предмета предусматривает входную диагностику, текущий контроль, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся, проводимые в формах, определенных учебным планом.

Входная диагностика осуществляется в начале освоения программы в форме собеседования, анкетирования.

Текущий контроль осуществляется в течении образовательного процесса и в следующих формах: педагогическое наблюдение, опрос, самостоятельная работа, тестирование, практические задания.

Промежуточная аттестация предусматривает проверку теоретических знаний и практических умений и осуществляется в следующих формах: письменная и устная проверка обучающихся на один или систему вопросов (заданий), тесты, контрольные вопросы, собеседование, контрольные задания, практические задания.

Способы проверки результатов выполнения программы: тестирование, практические задания.

Итоговая аттестация предназначена для выпускников дополнительной общеразвивающей программы и проводится по окончании срока обучения по программе.

Формы подведения итогов реализации программы:

Формой подведения итогов реализации программы является участие обучающихся в однодневных и многодневных мероприятиях (поход, путешествия, экскурсия, экскурсионные поездки, экспедиция, лагерь, слет, соревнования, учебные сборы и т.п.) и выполнение нормативов на туристские значки («Первый поход», «Юный путешественник 1-6 ступени», «Турист России») и (или) спортивные разряды. Реализация программы предполагает организацию различных форм деятельности с учащимися как в сетке часов, так и вне сетки часов программы в соответствии с требованиями «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами РФ», «Правилами организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ», Письмом Мин. общего и проф. образования РФ от 07.12.1998г. №654/19-15 «Об организации учебно - тематических экскурсий и дальних экскурсионных поездок учащихся образовательных учреждений России.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитический материал по итогам проведения диагностики, пополнения портфолио.

Обучающимся, отсутствовавшим по уважительной причине в период аттестации или не выполнившим предложенные задания в рамках аттестации, предоставляется дополнительная возможность пройти аттестацию в установленные краткие сроки. Последствия получения неудовлетворительного результата аттестации могут включать в себя проведение дополнительной работы с учащимися по отдельным разделам или темам программы, либо иную корректировку образовательной деятельности в отношении учащегося.

Педагогические работники в рамках работы с родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся имеют возможность довести до их сведения результаты промежуточной аттестации обучающихся и прокомментировать их в устной форме.

2.4. Оценочные материалы

Цель: Отслеживание процесса и результатов совместной работы педагогов и учащихся, оценка целесообразности и эффективности используемых средств и методов обучения в ходе реализации программы. Диагностический материал по отслеживанию качества усвоения знаний и умений в учебном процессе представлен в виде баллов.

Критерии оценки и обработки результатов теоретических знаний учащихся

Отслеживание теоретических знаний учащихся проводится по тестам и контрольным вопросам (Приложение 1) и три раза в течение учебного года с интервалом между диагностированием не менее 3 месяцев.

Для каждого года обучения предлагается по 12 вопросов, составленных согласно темам программы, пропорционально количеству часов, содержащихся в данных темах.

Каждый вопрос оценивается по трёхбалльной системе:

2 балла – если на вопрос ответили в полном объёме

1 балл – если на вопрос ответили, но не в полном объёме

0 баллов – если на вопрос совсем не ответили.

Максимальная сумма баллов, набранных за выполнение всех тестов, составит 24 балла, или **100%**.

По результатам, проведенного тестирования, можно судить о выполнении теоретического блока учебной программы:

100% - 75% - программный материал усвоен в допустимом объёме и на хорошем уровне;

74% - 50% - программный материал усвоен на удовлетворительном уровне;

ниже 50% - программный материал усвоен не на удовлетворительном уровне.

Результаты тестирования сводятся в таблицу 1, содержащие сведения о выполнении заданий каждым учащимся и усредненные данные по выполнению учебной программы всем кружковым объединением.

Результаты диагностики теоретических знаний учащихся

Таблица 1

№	Фамилия, Имя учащегося	Количество баллов по разделам программы					Сумма баллов	%
1.								
2.								

Средний процент усвоение программы в кружковом объединении

Сравнение ответов учащихся в начале, середине и конце учебного года позволит сделать вывод о базовых знаниях детей на начало учебного года и об усвоении ими учебной программы в целом и отдельных её тем в частности, а также об эффективности применяемых педагогических методов и форм работы.

Результаты стартового, промежуточного и итогового мониторинга теоретических знаний учащихся

Таблица 2

№ п/п	Фамилия, Имя учащегося	Старт-тест		Промежуточный тест		Итог - тест		% усвоения программы
		баллы	%	баллы	%	баллы	%	
1								
2								

Средний процент усвоение программы в кружковом объединении

Критерии оценки и обработки результатов физической подготовки учащихся

Отслеживание физического развития учащихся в процессе обучения производится два раза: в начале и в конце учебного года по возрастным оценочным нормативам для девочек и мальчиков, принятым в общеобразовательной школе, согласно нормативам ГТО (Приложение 2).

За выполнение теста, соответствующего его возрасту, учащийся получает определённое количество **баллов**:

«отлично» - 20 б; «хорошо» - 10б; «удовлетворительно» - 5 б; «неудовлетворительно» - 2б.

Содержание предлагаемых тестов:

Тест 1 - бег на 30.

Тест 2 - прыжки в длину с места толчком двумя ногами.

Тест 3 - поднимание туловища из положения лежа на спине количество раз (за 30 сек- для учащихся 7 лет, за 1 мин. - для учащихся 8-9 лет, количество раз – для 10-11 лет))

Тест 4 – а) бросок набивного мяча (1кг) двумя руками из-за головы, м - (для учащихся 7 лет); б) отжимания в упоре лежа на полу (количество раз) – для учащихся 8-11 лет.

Тест 5 - наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)

Максимальная сумма баллов, набранных за выполнение пяти тестов, составит 100 баллов, или 100%.

Результаты аттестации сводятся в таблицы, содержащие сведения о выполнении тестов каждым учащимся и усредненные данные по группе учащихся и по всем группам туристского объединения (таблицы 3 и 4).

По результатам аттестации можно отследить изменение физического развития каждого учащегося и всей группы на протяжении всех лет обучения.

**Протокол результатов
диагностирования физического развития учащихся**

Таблица 3

№	Ф.И учащихся	Количество баллов за каждый тест					Сумма баллов	%
		Тест 1	Тест 2	Тест 3	Тест 4	Тест 5		
1								
2								
3								
Средний процент по группе								

**Критерии оценки и обработки результатов практических навыков учащихся
(туристская техника)**

Проверка усвоения практических навыков по туристской технике осуществляется два раза в год в начале первого учебного полугодия и в конце второго учебного полугодия на специальной контрольной дистанции.

Дистанция не должна быть сложной, но обязательно должна включать все основные виды препятствий (Приложение 3).

Судейство осуществляется по бесштрафной системе.

Освоение туристской техники отслеживается путем сравнения времени прохождения учащимся контрольной дистанции с эталонным временем. За эталонное время принимаем результат прохождения дистанции подготовленным воспитанником соответствующего возраста и пола. Если принять освоение технических приемов подготовленным спортсменом за стопроцентное, то процент освоения технических приемов учащимся можно определить по формуле:

$$П = Tэ : Tо \times 100,$$

где **Tэ** – эталонное время, сек.

Tо – время обучающегося, сек.

Результаты аттестации сводятся в таблицы, содержащие сведения о времени прохождения каждым обучающимся контрольной дистанции и проценте освоения им технических навыков и усредненные данные по группам обучающихся и по всем группам туристского объединения (таблицы 5 и 6).

**Протокол результатов мониторинга
практических умений учащихся кружкового объединения № _____**

Таблица 5

№	Фамилия, Имя учащегося	СТАРТ-ТЕСТ		ИТОГ-ТЕСТ		% освоения практ. части программы
		T ₀ , сек	П, %	T ₀ , сек	П, %	
1.						
2.						
3.						
Эталонное время Tэ -		сек		Средний процент по группе		

**Результаты стартового (итогового) тестирования
практических умений кружковых объединений по годам обучения**

Таблица 6

Группа № _____ 1 года обучения			Группа № _____ 2 года обучения			Группа № _____ 3 года обучения			ИТОГО	
Кол-во детей	Среднее время T ₀	%	Кол-во детей	Среднее время T ₀	%	Кол-во детей	Среднее время T ₀	%	Общее кол-во детей	%

2.5. Методическое обеспечение программы

Образовательные и учебные форматы

(используемые в программе формы, методы, приемы и педагогические технологии)

Методы организации учебного процесса: в процессе усвоения программного материала используются различные методы работы, обеспечивающие сознательное и прочное усвоение материала учащимися, с учётом их возрастных особенностей:

- методы практико-ориентированной деятельности: тренировки, упражнения на отработку умений и формированию навыков;
- словесные методы: объяснение, рассказ, беседа, сообщения;
- наглядные методы: работа с плакатами, схемами, планами, демонстрация фото- и видеоматериалов;
- практические методы: составление памяток, выполнение практических заданий;
- игровые методы: дидактические и развивающие игры, тренинги.

Используемые образовательные технологии:

технология коллективной творческой деятельности; здоровьесберегающие технологии; личностно-ориентированные технологии; социально-игровые педагогические технологии; информационно коммуникативные технологии; игровая технология.

Данная программа предусматривает проведение практических занятий, которые составляют большую часть программы, что обусловлено практико-ориентированной основой дополнительного образования. Практические занятия на местности прогулки, экскурсии, однодневные походы (на участке, стадионе, в парке), а также в помещении (в спортивном зале, игровых комнатах). Особое внимание в программе уделяется вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, проведении каждого занятия, старта, похода.

Ведущие теоретические идеи, на которых базируется программа

В основу данной программы легли идеи таких известных отечественных исследователей и составителей программ, как А. А. Остапец-Свешников, М. И. Богатев, О. И. Мотков, они разработали концепцию детско-юношеского туризма «Школа жизни - окружающий мир», которая предполагает активное участие в туристско-краеведческой оздоровительно-познавательной деятельности детей и их родителей.

Учащиеся 1 и 2-годов обучения года непосредственно знакомятся с окружающим их миром - своей семьёй, своим классом, своей школой, своим микрорайоном (населенным пунктом), ближайшей зеленой зоной (парком, лесом, рекой); у них формируются начальные навыки здорового образа жизни и безопасного поведения в окружающем мире.

Учащиеся 3 года обучения расширяют зону познания окружающего мира и знакомятся с достопримечательностями микрорайона школы, с зелёными массивами своего района: они закрепляют и совершенствуют навыки здорового образа жизни, охраны окружающей природной среды и безопасности жизнедеятельности.

Формы подведения итогов реализации программы:

Реализация программы предполагает участие обучающихся в однодневных и многодневных мероприятиях (поход, путешествия, экскурсия, экскурсионные поездки, экспедиция, слёт, соревнования, учебные сборы и т.п.) и выполнение нормативов на туристские значки («Первый поход», «Юный путешественник 1-6 ступеней) и(или) спортивные разряды.

Учебно-методический комплекс (УМК) для педагога и учащихся

№ п/п	Название раздела (темы) учебно плана	Вид методической продукции	Название методического материала
1.	Вводное занятие	видеопрезентация	Общее понятие о безопасности. https://cloud.mail.ru/public/5tYd/2Ugu6K3e1
2.	Введение	лекционный материал	https://cloud.mail.ru/public/wvSg/W1cWWG94
2.1	Познавательная роль туризма		
2.2	Правила поведения юных туристов		
3.	Туристско-бытовые навыки юного туриста	методические рекомендации видеопрезентации	<p>«Организация и проведение практических занятий по туризму» Правила безопасного поведения детей на природе https://cloud.mail.ru/home/Видеоуроки%20Безопасность%201-4%20классы/Правила%20безопасного%20поведения%20детей%20на%20природе.mp4?weblink=2FSt%2F3oRdnmrYu</p> <p>«Безопасность в доме» https://cloud.mail.ru/public/ERz9/ct4caFSqt</p> <p>Видеоуроки «Туристская подготовка»: https://cloud.mail.ru/public/4q4N/4uQvtgJKU</p> <p>«Безопасность на водоёмах» https://cloud.mail.ru/public/4zoc/5YMTuYqUi</p> <p>«Инструктаж перед походом» https://cloud.mail.ru/public/5Ca8/4jRtGcVnJ</p> <p>Памятка «Укладка рюкзака» https://cloud.mail.ru/public/ELKi/fSBWFixLN</p> <p>Плакат «Виды туристского снаряжения» https://cloud.mail.ru/public/5249/VqMQ55pD3</p> <p>Схема «Укладка рюкзака» https://cloud.mail.ru/public/M4kn/SHMB4fYsX</p> <p>Карточки «собираемся в поход»: https://cloud.mail.ru/public/L2wR/UmaZPGsxt https://cloud.mail.ru/public/qS12/37NHFEQZh</p> <p>«Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях» https://cloud.mail.ru/public/4GwA/2yPD2VrE6</p> <p>«Погодные условия и безопасность человека» https://cloud.mail.ru/public/3bgT/5wfJodnm1</p> <p>«Ядовитые растения, грибы, ягоды. Меры безопасности» https://cloud.mail.ru/public/5gK2/DKZVTm1Bh</p> <p>«Определение места для бивака и организация бивачных работ» https://cloud.mail.ru/public/3ugw/4WPQwNRQi</p> <p>«Укусы насекомых и защита от них. Профилактика клещевого энцефалита» https://cloud.mail.ru/public/44se/3mFeqs5wC</p> <p>«Подготовка к выходу на природу» https://cloud.mail.ru/public/2enH/2Bpj9XqAN</p> <p>Правила безопасного поведения детей на природе. https://cloud.mail.ru/public/2FSt/3oRdnmrYu</p> <p>«Туристское снаряжение» https://cloud.mail.ru/public/ST57/WLnTCu6dR</p> <p>Памятка «Укладка рюкзака» https://cloud.mail.ru/public/ELKi/fSBWFixLN</p> <p>Плакат «Виды туристского снаряжения» https://cloud.mail.ru/public/5249/VqMQ55pD3</p> <p>Схема «Укладка рюкзака» https://cloud.mail.ru/public/M4kn/SHMB4fYsX</p> <p>Карточки «собираемся в поход»: https://cloud.mail.ru/public/L2wR/UmaZPGsxt https://cloud.mail.ru/public/qS12/37NHFEQZh</p> <p>«Краткий справочник юного туристёнка» Тест «Весёлый турист»</p>
3.1	Основы безопасности в природной среде		
3.2	Основы безопасности дома, в школе, в музее		
3.3	Личное снаряжение и уход за ним		
3.4	Личная гигиена туриста		
3.5	Питьевой режим на туристской прогулке		
3.6	Групповое снаряжение и уход за ним		
3.7	Индивидуальный и групповой ремонтный набор		
3.8	Организация биваков и охрана природы	наглядный материал	
3.9	Типы костров		
3.10	Установка палаток		
3.11	Туристская группа в походном строю	<p>Дидактический материал</p> <p>Видеопрезентации</p> <p>учебное пособие</p> <p>наглядное пособие</p> <p>справочное пособие</p>	

		<p>игры, упражнения, тестовые задания</p> <p>презентация лекционный материал</p> <p>Кроссворд, игра-викторина (заполни пропуски)</p>	<p>https://cloud.mail.ru/public/XTmR/3UnCZ3LYu Олимпиада - Весёлый турист https://olimp.znv.ru/501 Кроссворд «Туристское снаряжение» https://learningapps.org/watch?v=pc3z4kdpj18 Кроссворд туриста https://learningapps.org/3266340 Упражнение «Пазлы» - «Туристское снаряжение» https://learningapps.org/view15026043 сборник онлайн-упражнений «Мы – туристы» https://learningapps.org/14987469 Питание в туристском походе https://cloud.mail.ru/public/q8eD/iKPUuc2T8 «Питание в походе» https://cloud.mail.ru/public/JJqL/UbDmjVLMG Туристские костры (наглядный материал) https://cloud.mail.ru/public/wvSg/W1cWWG694 Виды костров https://cloud.mail.ru/public/mx2C/Km99L2dPM «Туристские костры» https://learningapps.org/view14780460 Туристские костры https://learningapps.org/view18688087</p>
4.	Основы топографии		
4.1	Школьный двор, микрорайон и его ближайшее окружение	презентации	«Топография и ориентирование» https://cloud.mail.ru/public/tApk/aXXzZyGSQ презентация «Компас, его устройство» https://cloud.mail.ru/public/i1bh/c3crKSK6i
4.2	План местности		Стороны горизонта https://cloud.mail.ru/public/gRpi/2uLycmUNC
4.3	Условные топографические знаки	видеоролики	видеоурок Компас https://cloud.mail.ru/public/4kn6/56QqNFILe
4.4	Компас и его устройство	учебное пособие	«Топография и картография» https://cloud.mail.ru/public/WKHV/s4z2KTqgh
4.5	Ориентирование по компасу	Демонстрационные материалы (наглядные пособия)	Игры и упражнения «Занимательная топография и ориентирование» https://cloud.mail.ru/public/cjsz/FthoUJmtV
4.6	Ориентирование по плану-карте	дидактические игры и упражнения	набор карточек «Топографические знаки» Викторина «Топознаки» https://learningapps.org/display?v=patctr8tv17 Упражнение «Топография и ориентирование» https://learningapps.org/14981835 Упражнение «Топография и топонимы» https://learningapps.org/view14882240
5.	Туристское и экскурсионное ориентирование	дидактические игры и упражнения	Сборник «Дидактические игры и упражнения к разделам «Топография, дворовое и экскурсионное ориентирование» https://cloud.mail.ru/public/E1Vx/Te7oRFQHN
5.1	Ориентирование на местности		Ориентирование по местным признакам https://www.youtube.com/watch?v=0K_CXqG8Irw
5.2	Виды туристского ориентирования	видеопрезентации	Человек и природа. ориентирование на местности https://cloud.mail.ru/public/4YFw/4SkQzjvUG
5.3	Способы отметки на КП		
5.4	Экскурсионное ориентирование		
6.	В гостях у доктора Айболита	видеоурок	Урок по первой помощи для 1-4 классов https://71.mchs.gov.ru/deyatelnost/napravleniya-deyatelnosti/nauchis-spasat-zhizn/videoroliki/obuchayushchie-videoroliki/urok-po-pervoy-pomoshchi-1-4-klass
6.1	Оказание первой помощи		Алгоритм оказания первой помощи, 10 базовых правил https://cloud.mail.ru/public/Mcdh/6pAji6q4
6.2	Обработка ранок, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок	презентация	Пособие для детей и подростков https://cloud.mail.ru/public/JSBs/GNcepo7TJ
6.3	Индивидуальная и групповая медицинская аптечки	учебное пособие	Учебное пособие «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ» https://cloud.mail.ru/public/RXtg/JMcRZX9La
6.4	Способы транспортировки пострадавшего	презентация	Способы транспортировки пострадавшего https://cloud.mail.ru/public/4AgT/2Lr9YNo3U/Транспортировка%20пострадавшего.ppt Личная гигиена и оказание первой помощи в

		<p>видеопрезентация</p> <p>тесты, игры-упражнения</p>	<p>природных условиях https://cloud.mail.ru/home/Видеоуроки%20Туристская%20подготовка/Личная%20гигиена%20и%20оказание%20первой%20медицинской%20помощи%20в%20природных%20условиях.mp4?weblink=3bHq%2FereCnxWMh Тесты «Первая помощь» https://cloud.mail.ru/public/EsQA/GKgtz11DE Игра-викторина «Оказание первой помощи» https://learningapps.org/view30233500</p>
7.	Основы краеведения	<p>сборник электронных материалов в облачном хранилище</p> <p>презентации демонстрационные материалы (наглядные пособия)</p> <p>викторина презентация</p> <p>методическая разработка игры-путешествия</p>	<p>КРАЕВЕДЕНИЕ ЮНОГО ТУРИСТА https://cloud.mail.ru/public/yYzd/LidMZZZ6R презентации и тесты по краеведению: https://cloud.mail.ru/public/yYzd/LidMZZZ6R Карты Кемеровской области Природа родного края. Флора и фауна Кемеровской области Лекционный материал «Памятники природы и заказники Кузбасса» https://cloud.mail.ru/public/52VM/dewSMwZCZ Викторина Памятники природы Кузбасса https://cloud.mail.ru/public/f6JL/rytPg9W8m Презентация «Кемеровская область – Кузбасс» (символика, география) https://cloud.mail.ru/public/6hJk/oo1d1AnRY Метод. разработка «Кузбасс на зелёной волне» https://cloud.mail.ru/public/bV1w/nRNm2wRLk</p>
7.1	Родословие		
7.2	Земляки		
7.3	Природное наследие		
8.	Спортивно-оздоровительный туризм	<p>справочное пособие наглядное пособие-стенд</p> <p>сборник электронных материалов в облачном хранилище</p> <p>дидактические игры, тестовые задания, онлайн-игры-упражнения</p>	<p>«Узлы простые и сложные» стенд «Туристские узлы» УМК «СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ ТЕХНИКА ПРЕОДОЛЕНИЯ ПРЕПЯТСТВИЙ» https://cloud.mail.ru/public/iV98/FNJvoVF6f https://cloud.mail.ru/public/1ws8/ph8eT1v3V Туристские узлы https://cloud.mail.ru/public/zwuX/6Mnc8tfKJ онлайн-приложение (пазлы) Туристские узлы https://learningapps.org/view15081259 онлайн-упражнение «Туристский узелок» https://learningapps.org/view15083574 онлайн-упражнение (найди пару) «Туристские узлы -2» https://learningapps.org/view15146592</p>
8.1	Пешеходный туризм		
8.2	Полоса препятствий пешеходного туризма		
8.3	Туристские узлы и их применение		
9.	Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка	<p>видеопрезентации</p> <p>сборник видеороликов</p> <p>электронный пособие</p> <p>учебные и методические материалы</p>	<p>Особенности физического развития в подростковом возрасте https://cloud.mail.ru/public/5jKj/4S1Uf2ENT Здоровый образ жизни. профилактика переутомления https://cloud.mail.ru/public/5rDu/51PcKSoJu Основы здорового образа жизни. режим дня. Закаливание https://cloud.mail.ru/public/4Uwt/2urs5sBGA Сборник «ЗАРЯДКА» https://cloud.mail.ru/public/32P7/4KSmgCSN9 Физкультурные минутки http://kidportal.ru/fizkulturnie-minutki/ разработка «Физминутки» https://cloud.mail.ru/public/43YF/31zF8dusn Дидактические игры и упражнения, «Весёлые старты» https://cloud.mail.ru/public/662i/QAQyyeBQS Упражнения на развитие координации и гибкости https://cloud.mail.ru/public/wbJj/ieHkTQ61V Упражнения на развитие ловкости https://cloud.mail.ru/public/j2cV/WB44C7K1a</p>

2.6. Воспитательная работа

Реализация воспитательной работы с учащимися проходит как в учебном процессе, так и во внеучебное время. Воспитание, наряду с обучением, является неотъемлемой частью педагогического процесса в творческом объединении. Важнейшим элементом воспитательной работы является повседневный личный пример педагога и его роль в четкой организации всего образовательного процесса, своевременном проведении учебных занятий и всех запланированных мероприятий.

2.6.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания

Цель воспитания: формирование воспитательного пространства возможностей для активной социализации в обществе, приобретения обучающимися опыта творческого взаимодействия, организации интересной, событийно насыщенной жизни, личностного самораскрытия, развития коллектива.

Задачи воспитания:

- 1) использовать воспитательный потенциал занятий для развития познавательного интереса обучающихся, создания ситуаций успеха, развития наставничества;
- 2) использовать в воспитании детей возможности учебно-тренировочного занятия, поддерживать использование индивидуальных форм работы с обучающимися;
- 3) развивать культуру здорового образа жизни посредством участия в спортивно – массовых мероприятиях и реализацию их воспитательных возможностей;
- 4) организовать работу с семьями обучающихся, их родителями или законными представителями, направленную на совместное решение проблем личностного развития детей;
- 5) организовывать профориентационную работу с обучающимися, обращая особое внимание на склонности ребёнка и его стремления;
- 6) формировать активную гражданскую позицию, потребность в усвоении социокультурных ценностей общества, привитие любви к родному краю и расширение кругозора.

Основные целевые ориентиры воспитания в программе определяются в соответствии с приоритетами, заданными «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года» и направлены на воспитание, формирование:

- активное познание окружающего мира, расширение кругозора, развитие познавательного интереса обучающихся;
- приобщение к здоровому образу жизни, сохранение и укрепление здоровья; физическое развитие организма, волевых качеств личности, воспитание характера;
- формирование умения общаться, а в условиях похода – жить в коллективе, сочетать свои интересы и желания с интересами и желаниями других, развитие чувства коллективизма;
- воспитание самостоятельности и ответственности;
- формирование навыков сотрудничества, умения ладить, находить оптимальные/компромиссные, рациональные решения проблем;
- приобщение к различным формам культурного досуга, развитие навыков организации коллективной творческой деятельности, самоуправления, лидерских качеств личности;
- развитие целеустремленности и инициативности, потребности в самовоспитании и самосовершенствовании.

2.6.2. Формы и методы воспитания

Решение задач информирования детей, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на таких формах организации учебного процесса туристско-краеведческой направленности как, учебное занятие, походы, экскурсии, экспедиции, работа группы в КТД, работа с родителями и т.д.

Учебное занятие – основная форма работы с обучающимися в системе дополнительного образования. На любом учебном занятии решаются 3 задачи: обучения, воспитания и развития личности. Занятия туристско-краеведческой деятельностью обладают уникальными возможностями воспитания.

Задача: использовать воспитательный потенциал занятий по программе для развития познавательного интереса обучающихся, создания ситуаций успеха, развития наставничества. Актуальные формы и методы воспитательной деятельности на учебном занятии: беседа, дискуссия, дискурсия, диспут, игра, взаимообучение (в парах, микрогруппах), проект.

Походы, экскурсии, экспедиции являются основными и традиционными формами туристско-краеведческой деятельности. В походах и экспедициях наиболее полно проявляются не только усвоенные на занятиях знания, умения и навыки, но и воспитывается, закаляется характер человека, проявляются качества личности, корректируются и закрепляются межличностные отношения.

Задача: использовать воспитательные возможности похода (экскурсии, экспедиции, учебно-тренировочного похода) для активного познания окружающего мира, воспитания любви к своему краю, его истории, культуре, природе, потребности и опыта сохранения национального достояния, формирования навыков сотрудничества, воспитания характера.

Актуальные формы воспитательной деятельности: поход, слет, учебно-тренировочный сбор, соревнование, беседа у костра (огонек), вечер песни, коллективное творческое дело, экскурсия и др.

Коллективное Творческое Дело определяется как социальная деятельность всего коллектива детского объединения.

Для решения воспитательных задач воспитательная деятельность не должна ограничиваться только занятиями. Должна быть и внеучебная жизнь детского объединения, которая будет способствовать формированию коллектива, что важно для туристско-краеведческой деятельности.

Задача: развивать социально направленную активность обучающихся, самоуправление средствами организации коллективной творческой деятельности, создавать условия для позитивного самоутверждения, воспитания самостоятельности и ответственности, формирования товарищеских отношений.

Актуальные формы воспитательной деятельности: сбор, диалоговые формы: беседа, дискуссия, диспут (как дискуссия на нравственные темы), игра, конкурс, турнир, соревнование (спортивное, интеллектуальное, творческое); акция, экскурсия, выставка (вернисаж, галерея) фотографий, интересных находок в походах и экспедициях и др., встреча (общение с интересными людьми), вечер, праздник, фестиваль, «живая газета», «живой журнал» и другие формы работы, целесообразные для решения задач воспитания.

«Работа с родителями»

Семья является одним из самых сильных факторов влияния на воспитание личности ребенка, поэтому педагогу дополнительного образования важно профессионально грамотно выстраивать работу с ней.

Задача: обеспечить активное сотрудничество с родителями обучающихся для эффективного решения образовательных и воспитательных задач.

Актуальные формы воспитательной деятельности: родительское собрание, участие родителей (законных представителей) совместно с несовершеннолетними обучающимися в работе туристско-краеведческих объединений, индивидуальные беседы.

Все эти формы ориентированы на вовлечение обучающихся в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализации, обретения социально и личностно значимых знаний, и опыта личностного развития, укрепления товарищеских отношений в коллективе.

Методы оценки результативности реализации программы в части воспитания: педагогическое наблюдение, оценка творческих и исследовательских работ и проектов экспертным сообществом (педагоги, родители, другие обучающиеся, приглашённые внешние эксперты и др.) и отзывы, интервью, материалы рефлексии.

2.6.3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на базе образовательных учреждений.

Результат воспитания – это те изменения в личностном развитии детей, развитии коллектива, которые взрослые (родители или педагоги) выявили в процессе воспитательной деятельности.

Возможные методы диагностики: опрос (беседа, анкетирование, интервьюирование), педагогическое наблюдение, огоньки личностного роста, коллективный анализ, а также использование диагностических методик.

Целью проведения мониторинга будет оценка состояния и результативности функционирования воспитательной системы кружка, успешности воспитательного процесса в ней и уровня развития детского коллектива.

Анализ результатов воспитания по программе может осуществляться по направлениям:

1. Оценка уровня воспитанности, социализации и саморазвития обучающихся.

Критерий: динамика личностного развития обучающихся. Для определения динамики развития необходимо сравнение результатов, поэтому одни и те же методики используются два и более раз.

Возможные диагностические методики для оценки *уровня воспитанности*: диагностика уровня воспитанности по методике М.И. Шиловой; уровень воспитанности учащихся по методике Н.П. Капустина; методика «Уровни воспитанности школьников» (Н.Е. Щурковой)

Возможные диагностические методики для оценки *социализации* обучающихся: методика изучения нравственной позиции личности «Цветик-семицветик» (Н.П. Царева), опросник Н. Е. Щурковой «Мои социальные роли», методика «Изучения уровня социализированности личности обучающегося (М.И. Рожков), **«Диагностика развития общения со сверстниками» (Орлова И.А., Холмогорова В.М.)**, методика изучения ценностей (Е. Б. Фанталова), **оценка учащимися своей позиции в коллективе** методика «Мишень» (А. Н. Лутошкин).

Возможные диагностические методики для оценки *саморазвития* обучающихся: тест-опросник Т.Д. Дубовицкой «Выявление направленности и уровня развития внутренней мотивации учебной деятельности учащихся», опросник «Мотивация к участию в социально-значимой деятельности», изучение самооценки с помощью опросника Г. Н. Казанцевой, методика исследования самооценки Т. Дембо- С. Я. Рубинштейн в модификации А. М.

Прихожан, профессиональное самоопределение «Дифференциально-диагностический опросник» (Е. А. Климов), диагностика мотивационной сферы учащихся М. Р. Гинзбург «Изучение учебной мотивации».

2. Оценка уровня развития коллектива

Для оценки развития межличностных отношений можно использовать: социометрию (Дж. Морено); проективную методику исследования межличностных отношений Р. Жилия; методика Ивашкина В.С. «Исследование взаимоотношений в группе учащихся», методика Фридмана Л.М. «Исследование отношений учащегося с классом», определение индекса групповой сплоченности К. Сишора и другие методики.

3. Оценка жизнедеятельности коллектива

Для оценки эмоционального отношения к событиям, делам коллектива может быть использована методика А. Н. Лутошкина «Эмоциональная цветопись», для выявления мотивов участия подростков в делах коллектива может быть использован модифицированный вариант методики О. В. Лишина, для определения стадии развития коллектива может быть использована методика М. Г. Казакиной и другие методики.

4. Удовлетворенность родителей (законных представителей) деятельностью детского коллектива и степень их включенности в воспитательный процесс возможная модификация методики «Удовлетворенность родителей жизнедеятельностью классного коллектива» (А.А. Андреев).

Анализ результатов воспитания по программе предусматривает получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем.

Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	Всемирный день туризма	сентябрь	праздник	Фото- и видеоматериалы Информация на сайте
2	Всероссийская акция «#ВместеЯрче»	сентябрь	акция	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
3	Всероссийская неделя безопасности дорожного движения	сентябрь	презентация, викторина, игры	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
4	День памяти жертв политических репрессий	октябрь	беседы, видеоролики	Фото- и видеоматериалы Информация на сайте
5	День народного единства	ноябрь	оформление стенда проведение занятий	Фото- и видеоматериалы Информация на сайте
6	Акция ко Дню матери	ноябрь	праздник	Выставка поделок
7	День Конституции Российской Федерации, Всероссийская акция «Мы – граждане России!»	декабрь	беседы, викторины, видеоролики	Фото- и видеоматериалы Информация на сайте
8	«Новый год к нам мчится»	декабрь	Праздник, квиз «Новый год»	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
9	Акция «Украшь ёлку»	декабрь	выставка	Выставка поделок
10	День рождения Кемеровской области-Кузбасс	январь	выставка	Выставка рисунков и фотографий природы
11	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества	февраль	Уроки мужества. Оформление стенда	Фото- и видеоматериалы Информация на сайте
12	«Есть такая профессия – Родину защищать»	февраль	конкурс рисунков	Выставка рисунков
13	Городской конкурс художественно-изобразительного творчества «Калейдоскоп «Школа безопасности»	март	выставка	Выставка поделок Фото- и видеоматериалы Информация на сайте
14	Весенняя неделя добра	март	акция	Фото- и видеоматериалы Информация на сайте
15	Всемирный день здоровья	апрель	соревнования, веселые старты	Фото- и видеоматериалы Информация на сайте
16	«Невероятные краски космоса!»	апрель	выставка	Выставка рисунков
17	Всемирный день Земли	апрель	презентации, викторина, видео	Фото- и видеоматериалы Информация на сайте
18	Всероссийская акция "Георгиевская ленточка"	апрель-май	акция, раздача ленточек	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей
19	Праздник весны и труда	май	конкурс рисунков на асфальте «Цветущий май». Всероссийская акция «Зеленая весна»	Фото- и видеоматериалы Информация на сайте
20	День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941 - 1945 годов	май	Оформление, конкурс рисунков, митинг	Фото- и видеоматериалы Выставка рисунков Информация на сайте

Список литературы для педагогов

1. Арустамов, Э.А. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для бакалавров/ Э.А. Арустамов. – М.: Дашков и К, 2016. - 448 с.
2. Биржаков, М.Б. Введение в туризм/ М.Б. Биржаков. – СПб.: НП «Издательство «Невский Фонд», 2014. 544 с.
3. Дробот, А. Н. Система дополнительного образования для детей и подростков // Народное образование. - 2014. № 3. С. 222-229.
4. Занько, Н.Г. Безопасность жизнедеятельности/ Н.Г. Занько. – СПб.: Лань, 2016. - 696 с.
5. Зимнякова, И.Ю. Формирование коммуникативных и регулятивных универсальных учебных действий в процессе группового взаимодействия младших школьников //Наука и образование: новое время. 2015.№ 1 (6). с. 532-534.
6. Каркошкина, Т.Н. Формирование опыта нравственного поведения у школьников 1-4 классы: праздники, игры, викторины, классные часы. М.: Учитель, 2017. 98с.
7. Колесова, С.В. Развитие позитивного мышления младших школьников в игре // Начальная школа: журнал . 2016 .№10 .С. 23-27.
8. Крутецкая, В.А. Правила поведения и безопасности/ В.А. Крутецкая. – СПб. Литера, 2016. 32с.
9. Лавлинскова, Е.Ю. Правила дорожного движения. 1-4 классы. Современные формы работы. Интерактивные приложения/ Е.Ю. Лавлинская. – М.: Учитель, 2017.
10. Маринченко, А.В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие/ А.В. Маринченко. – М.: Дашков и К, 2015. 360 с.
11. Михайлова, Л. Краеведение во внеурочное время. Школьное творческое объединение "Турист-историк, геоэколог"// Народное образование. 2003. N 3. С. 214-217.
12. Моткова, Ю.Ю. Средства эффективной организации образовательного процесса// Начальная школа: журнал .2015 №5. С. 30-32.
13. Патрикеев, А. Ю. Летние подвижные игры для детей/ А.Ю. Патрикеев. – М.: Феникс, 2014. - 224 с.
14. Романова, Е.А. Занятия по правилам дорожного движения/ Е.А. Романова. – М.: ТЦ Сфера, 2013. - 64 с.
15. Ситник, Б. А. Летние забавы. Энциклопедия подвижных игр. М.: Суфлер, Феникс, 2013. - 567 с.
16. Соколова, О.В. Правила поведения в опасных ситуациях/ О.В. Соколова. – СПб. Литера, 2016. - 64с.
17. Удалова, Т. А. Работа с детьми разных образовательных потребностей// Дополнительное образование и воспитание. 2014. № 8. С. 19-21.
18. Усик, Л.И. Развитие познавательной активности младших школьников // Начальная школа: журнал. 2016. №6. С. 6-9.
19. Ушакова, О.Д. Правила дорожного движения и безопасности для младших школьников/ О.Д. Ушакова. – СПб. Литера, 2017. 48с.
20. Федотов, Ю.Н. Теория и методика спортивного туризма: Учебник/ Ю.Н. Федотов. – М.: «Советский спорт», 2014. - 424 с.
21. Шорыгина, Т. А. Беседы о бытовых электроприборах/ Т.А. Шорыгина.–М.: Сфера, 2016.- 64с.
22. Шорыгина, Т. А. Беседы о правилах пожарной безопасности/Т.А. Шорыгина. – М.: Сфера, 2016.64с.
23. Шорыгина, Т. А. Беседы о тайге и ее обитателях/ Т.А. Шорыгина. – М.: Сфера, 2017.96с.

Список литературы для учащихся

1. Александрова, О. Птицы и насекомые/ О. Александрова. – М.: Стрекоза-Пресс, 2013. -141 с.
2. Ананьева, Е. Растения и животные: вопросы и ответы/ Е. Ананьева. – М.: ОлмаМедиаГрупп, 2013.
3. Афонькин, С. Ю. Ядовитые растения и животные/ С.Ю. Афонькин. – М.: Тимошка, 2013.
4. Афонькин, С. Ю. Растения из Красной книги Росси/С.Ю. Афонькин. – М.: Балтийская книжная компания, 2013. -783 с.
5. Буланова, С. Птицы в стихах и загадках/ С. Буланова. – М.: Эксмо, 2014. -10с.
6. Буренко, Л. Города-герои России. Листая истории славные страницы. Классные часы, уроки мужества, викторины, конкурсы/Л. Буренко. – М.: Учитель, 2016. -212с.
7. Грин, Т. Насекомые. Полная энциклопедия/Т. Грин. – М.: Эксмо, 2015. -256с.
8. Иванова, Л. Мир растений/ Л. Иванова. – М.: Росмэн, 2015. -64с.
9. Кордемский, Б. Затейные задачи/ Б. Кордемский. – СПб.: Амфора, 2015. - 224с.
10. Малахова, М. Праздники в начальной школе. Сценарии, литературные игры, викторины, конкурсы/ М. Малахова. – М.: Учитель, 2016. -144с.
11. Микалко, Майкл Рисовый штурм и еще 21 способ мыслить нестандартно/ Майкл Микалко. – Издательство: Манн, Иванов и Фербер, 2015.416с.
12. Первушина, Е. Исторические загадки барона Мюнхгаузена/ Е. Первушина. – М.: Пальмира, 2016. -232с.
13. Перельман, Я. Веселые задачи/ Я. Перельман. – Изд.: Харвест, Аванта+, 2017.- 288с.
14. Смирнов, Е.И. Школьные праздники/ Е.И. Смирнов. – М.: Типография Т-ва И.Д. Сытина, 2014. -280с.
15. Смирнова, А. Домашние животные/ А. Смирнова. – М.: Астрель, 2015. 96с.
16. Сосновский, Е. Загадки о животных/ Е. Сосновский. – М.: Робинс, 2017. 16с.
17. Спивак, К. 777 лучших загадок про животных и растения/ К. Спивак. – Ростов-на Дону.: Владис, 2014.
18. Степанов, В. Загадки о животных/ В. Степанов. – М.: С-Трейд, 2016.48с.
19. Травина, И.В. Удивительные растения/ И.В. Травина. – М.: Росмэн, 2015.48с.
20. Травина, И.В. Чудеса родной природы/ И.В. Травина. – М.: Росмэн, 2015.36с.

Список специальной литературы для педагогов

1. Алексеев, А.Л. Питание в туристском походе: учеб, пособие/А.Л. Алексеев. -М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996. - 30 с.
2. Алешин, В.М. Туристская топография: учеб, пособие/ В.М. Алешин. -М.: Профиздат, 1985.
3. Антропов, К. Узлы.: учеб, пособие/К. Антропов. -М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994.
4. Бардин, К.В. Азбука туризма: учеб, пособие/ К.В. Бардин. - М.: Просвещение, 1981.
5. Варламов, В.Т. Основы безопасности в пешем походе: учеб, пособие/ В.Т. Варламов. - М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
6. Ганиченко, Л.Г. Котелок над костром: учеб, пособие/ Л.Г. Ганиченко. - М.: ИД «Вокруг света», 1994.
7. Ганопольский, В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода: учеб, пособие/В.И. Ганопольский. - М.: ЦРИБ «Турист», 1986.
8. Кодыш, Э.Н. Туристские слеты и соревнования: учеб, пособие/ Э.Н. Кодыш. - М.: Профиздат, 1984.
9. Куликов, В.М. Топография и ориентирование в туристском путешествии: учеб, пособие / В.М. Куликов. - М.: ЦДЮТур Минобразования России, 1997.
10. Штюмер, Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные: учеб. пособие/Ю.А. Штюмер. - М.: ФиС, 1983.
11. Штюмер, Ю.А. Профилактика туристского травматизма: учеб. пособие /Ю.А. Штюмер. - М.: ЦРИБ Турист», 1992.
12. Шибяев, А. В. Переправа: программированные задания/А.В. Шибяев - М.: ЦДЮТур МО РФ», 1997.

Приложения

Приложение 1

Контрольные вопросы и тесты для учащихся 1 года обучения

Раздел Введение

1. Допиши предложение:













- А) В здоровом теле – здоровый
- Б) В походе семеро одного
- В) Чистота – залог

Раздел Туристско-бытовые навыки юного туриста

2. Если ты увидел в лесу непогашенный костер, то надо:

- А) пройти мимо
- Б) подкинуть в костер дров
- В) затушить

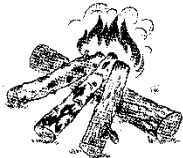
3. Выбери для туристской прогулки 5 предметов личного снаряжения:

<u>А)</u> 	Б) 	В) 	<u>Г)</u> 	Д) 	<u>Е)</u> 
Ж) 	З) 	<u>И)</u> 	К) 	<u>Л)</u> 	М) 

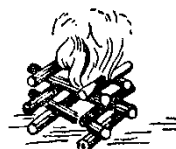
4. Выбери туристский костер, который называется «Колодец»



А)



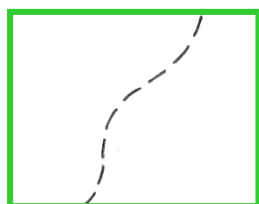
Б)



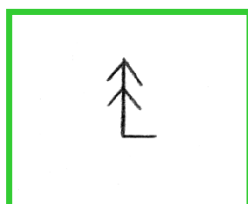
В)

Раздел Основы топографии

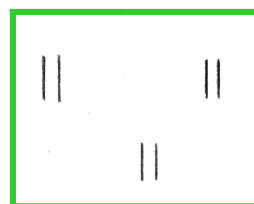
5. Выбери топографический знак, который обозначает «Луг»



А)

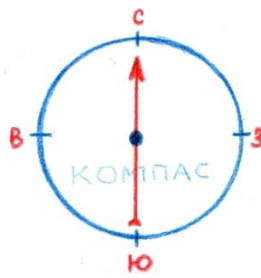


Б)

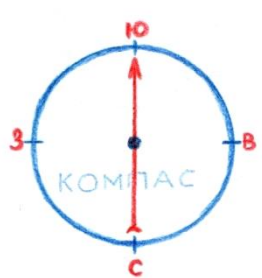


В)

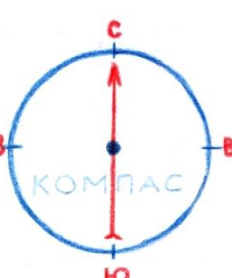
6. Выбери, на каком рисунке стороны горизонта расположены правильно



А)






Б)



В)

7. Выбери предметы, которые помогут, если Вы заблудились в лесу:

А) 	Б) 	В) 	Г) 	Д) 
Е) 	Ж) 	З) 	И) 	К) 

Раздел В гостях у доктора Айболита

8. Если вы поранились, то:








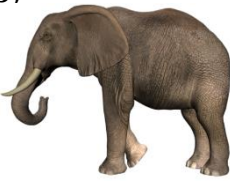


А) ранку надо залить йодом

Б) промыть ранку в ручье или реке











В) смазать йодом поверхность кожи вокруг ранки и края ранки

Раздел Основы краеведения

9. Выбери животных, которые обитают в лесах Кемеровской области:

А) 	Б) 	В) 	Г) 	Д) 
Е) 	Ж) 	З) 	И) 	К) 

10. Выбери растения, которые произрастают в лесах Кемеровской области:









А)  Кипарис	Б)  <u>Кедр</u> сибирский	В)  Дуб	Г)  <u>Береза</u>	Д)  <u>Ель</u>
Е)  Пальма	Ж)  Красное дерево	З)  <u>Акация</u>	И)  <u>Пихта</u>	К)  Баобаб

Раздел Спортивно-оздоровительный туризм

11. Выберите вид туризма, который называется «Водный туризм»:

 <p>А)</p>	 <p>Для туризма и охоты</p> <p>Б)</p>	 <p>В)</p>
 <p>Г)</p>	 <p>Д)</p>	 <p>Е)</p>

12. Выбери препятствия, которые могут встретиться в походе

 <p>А)</p> <p>река</p>	 <p>Б)</p> <p>поляна</p>	 <p>В)</p> <p>озеро</p>	 <p>Г)</p> <p>болото</p>
 <p>Д)</p> <p>смешанный лес</p>	 <p>Е)</p> <p>скала</p>	 <p>Ж)</p> <p>пашня</p>	 <p>З)</p> <p>березовая роща</p>









Контрольные вопросы и тесты
для учащихся 2 года обучения

Раздел Туристско-бытовые навыки юного туриста






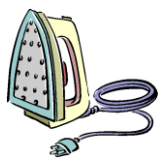



1. Перед уходом с лесной поляны надо:

- А) подложить в костёр все оставшиеся дрова
- Б) разбросать по поляне остатки горящих головешек
- В) обильно залить костёр водой**

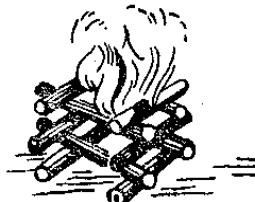
2. Выбери продукты, необходимые для приготовления супа «Борщ»:

<p>А)</p>  <p>картофель</p>	<p>Б)</p>  <p>колбаса</p>	<p>В)</p>  <p>МОРКОВЬ</p>	<p>Г)</p>  <p>огурец</p>	<p>Д)</p>  <p>СВЕКЛА</p>
<p>Е)</p>  <p>ТУШЕНКА</p>	<p>Ж)</p>  <p>ЛУК</p>	<p>З)</p>  <p>рыба</p>	<p>И)</p>  <p>КАПУСТА</p>	<p>К)</p>  <p>кабачки</p>

3. Выбери для туристской прогулки 6 предметов группового снаряжения:

<p>А)</p> 	<p>Б)</p> 	<p>В)</p> 	<p>Г)</p> 	<p>Д)</p> 	<p>Е)</p> 
<p>Ж)</p> 	<p>З)</p> 	<p>И)</p> 	<p>К)</p> 	<p>Л)</p> 	<p>М)</p> 

4. Подпиши названия костров



А) _____



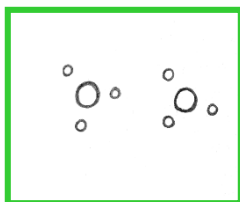
Б) _____



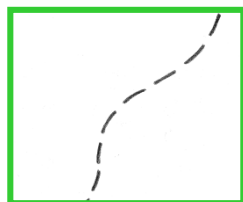
В) _____

Раздел Основы топографии

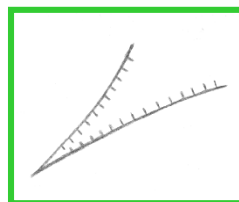
5. Подпиши названия топографических знаков



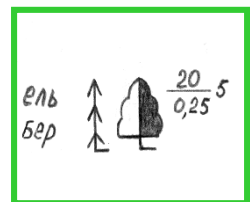
а) _____



б) _____

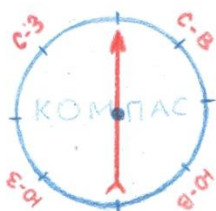


в) _____

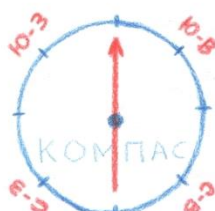


г) _____

6. На каком рисунке стороны горизонта расположены правильно?



А)



Б)



В)

Раздел Туристское и экскурсионное ориентирование

7. Сколько нужно сделать обычных шагов, чтобы пройти расстояние 5 метров?

А) 3 шага

Б) 10 шагов

В) 20 шагов

Раздел В гостях у доктора Айболита

8. Что необходимо сделать при ушибе?

А) сильно, до покраснения, растереть место ушиба и приложить грелку



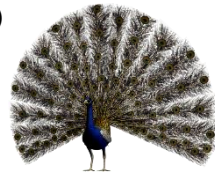







Б) приложить холод и обеспечить покой

9. Выбери, что входит в состав медицинской аптечки для туристской прогулки:









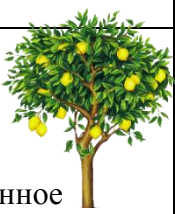

<p>А)</p>  <p><u>бинты</u></p>	<p>Б)</p>  <p>тонометр</p>	<p>В)</p>  <p><u>ЖГУТ</u></p>	<p>Г)</p>  <p>фонендоскоп</p>	<p>Д)</p>  <p><u>Перекись водорода</u></p>
<p>Е)</p>  <p><u>Йод</u></p>	<p>Ж)</p>  <p>шприц</p>	<p>З)</p>  <p>Бумажные салфетки</p>	<p>И)</p>  <p><u>Уголь активированный</u></p>	<p>К)</p>  <p><u>Пластырь бактерицидный</u></p>

Раздел Основы краеведения

10. Выбери, какие птицы обитают в родном крае:

<p>А)</p>  <p>пеликан</p>	<p>Б)</p>  <p><u>глухарь</u></p>	<p>В)</p>  <p>павлин</p>	<p>Г)</p>  <p><u>ласточка</u></p>	<p>Д)</p>  <p>колибри</p>
<p>Е)</p>  <p><u>снегирь</u></p>	<p>Ж)</p>  <p>пингвин</p>	<p>З)</p>  <p><u>сокол</u></p>	<p>И)</p>  <p><u>тетерев</u></p>	<p>К)</p>  <p>фламинго</p>

11. Выбери, какие растения произрастают в родном крае:

<p>А)</p>  <p><u>костяника</u></p>	<p>Б)</p>  <p>черешня</p>	<p>В)</p>  <p><u>черника</u></p>	<p>Г)</p>  <p><u>клюква</u></p>	<p>Д)</p>  <p>финиковая пальма</p>
<p>Е)</p>  <p>альча</p>	<p>Ж)</p>  <p><u>шиповник</u></p>	<p>З)</p>  <p>инжир</p>	<p>И)</p>  <p>лимонное дерево</p>	<p>К)</p>  <p>гранат</p>

Раздел Спортивно-оздоровительный туризм

12. Чтобы закрепить веревку за дерево используют узел:

- А) прямой
- Б) проводник-восьмерка
- В) академический
- Г) булинь**

Контрольные вопросы и тесты
для учащихся 3 года обучения

Раздел Введение

1. Если ваш товарищ стал отставать от туристской группы, то его надо:











- А) подождать и идти чуть медленнее, но всем вместе**
- Б) надо оставить ему компас и карту, а самим продолжать путь

Раздел Туристско-бытовые навыки юного туриста

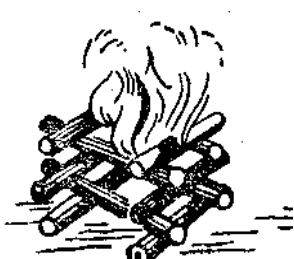
1. Чтобы костёр лучше горел надо:

- А) сделать глубокий вдох, наклониться и сильно подуть на костёр
- Б) подшевелить палкой дрова, помахать крышкой от котла**

2. Выбери для похода предметы личного и группового снаряжения

А) 	Б) 	В) 	Г) 	Д) 
Е) 	Ж) 	З) 	И) 	К) 

4. Подпиши названия костров



а) _____



б) _____



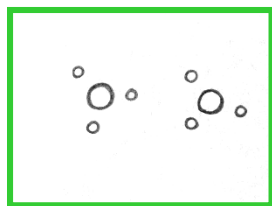
в) _____



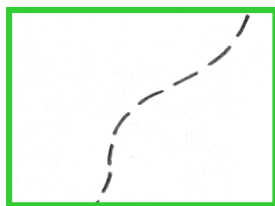
г) _____

Раздел Основы топографии

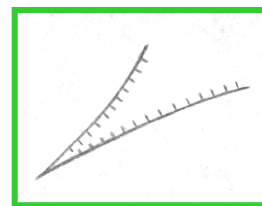
5. Подпиши названия топографических знаков



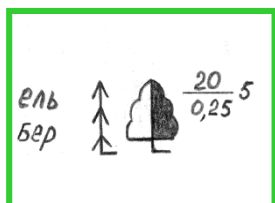
а) _____



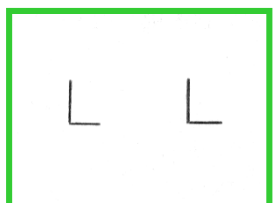
б) _____



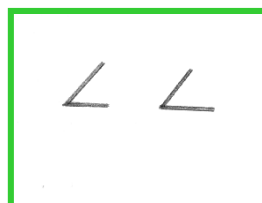
в) _____



г) _____

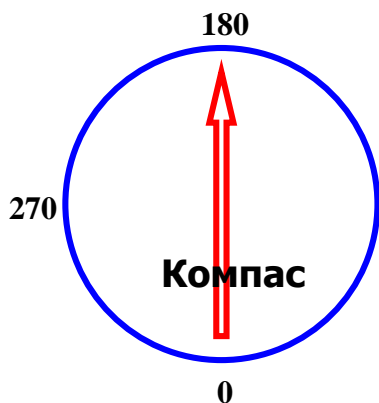


д) _____

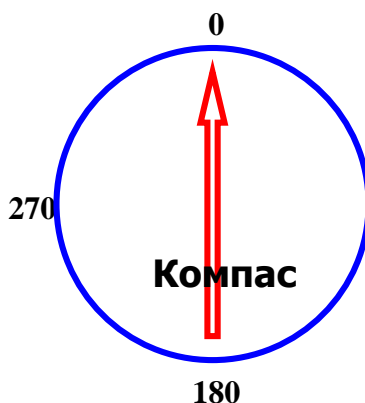


е) _____

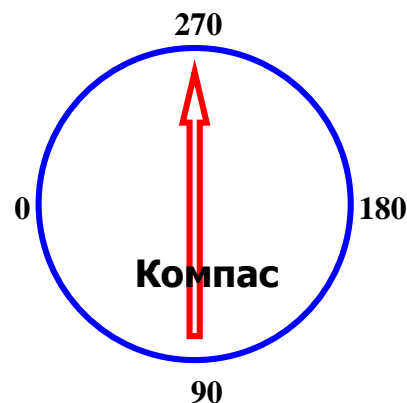
6. На каком рисунке изображен правильный компас?



А)



Б)



В)

Раздел Туристское и экскурсионное ориентирование

7. Выбери набор проводника, состоящий из 5 предметов

<p><u>А)</u></p>  <p><u>часы</u></p>	<p><u>Б)</u></p>  <p>гитара</p>	<p><u>В)</u></p>  <p><u>компас</u></p>	<p><u>Г)</u></p>  <p>магнитофон</p>	<p><u>Д)</u></p>  <p><u>карта</u></p>
<p><u>Е)</u></p>  <p>бинокль</p>	<p><u>Ж)</u></p>  <p><u>блокнот</u></p>	<p><u>З)</u></p>  <p><u>карандаш</u></p>	<p><u>И)</u></p>  <p>учебники</p>	<p><u>К)</u></p>  <p>глобус</p>

Раздел В гостях у доктора Айболита

8. Если у вас на морозе побелел нос, то надо:

- А) растереть его снегом
- Б) ничего не делать
- В) растереть его мягкой рукавичкой**

Раздел Основы краеведения

9. Найди лишнего:

- А) кузнечик
- Б) комар
- В) шмель
- Г) стрекоза
- Д) сорока**
- Е) муха

10. Какое хвойное дерево сбрасывает на зиму иголки?

- А) сосна
- Б) ель
- В) лиственница**
- Г) пихта
- Д) кедр

Раздел Спортивно-оздоровительный туризм

11. Выбери, какой узел используют, чтобы закрепить веревку за карабин?

- А) прямой
- Б) проводник-восьмерка**
- В) академический
- Г) булинь

12. Выбери 4 способа, как можно переправиться через речку?

- А) по камням**
- Б) по льду
- В) по бревну**
- Г) переплыть
- Д) на транспорте
- Е) по жердям**
- Ж) перепрыгнуть
- З) вброд**

**Таблица нормативов для детей школьного возраста
1-ая ступень (7 лет, включительно)
(Новые нормы и ступени ГТО с 23.03.2023 г.)**

Физические способности	Контрольные упражнения	Уровень подготовленности					
		мальчики			девочки		
		удовл	хорошо	отлично	удовл	хорошо	отлично
скорость	Бег на 30 м, с	10,1	8,6	8,3	9,6	9,1	8,8
сила	Бросок набивного мяча (1кг) двумя руками из-за головы	210	220	305	145	155	250
гибкость	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	+1	+3	+7	+3	+5	+9
Скоростно-силовые возможности	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	85	95	115	77	87	107
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 сек)	11	12	15	10	11	14

**Таблица нормативов для детей школьного возраста
2-ая ступень (8-9 лет, включительно)
(Новые нормы и ступени ГТО с 23.03.2023 г.)**

Физические способности	Контрольные упражнения	Уровень подготовленности					
		мальчики			девочки		
		удовл	хорошо	отлично	удовл	хорошо	отлично
скорость	Бег на 30 м, с	7,1	6,5	5,9	7,3	6,6	6,1
сила	отжимания в упоре лежа на полу (количество раз)	5	11	18	4	7	12
гибкость	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	+1	+3	+7	+3	+5	+9
Скоростно-силовые возможности	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	108	122	142	103	117	137
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин.)	20	25	37	17	22	32

**Таблица нормативов для детей школьного возраста
3-ая ступень (10-11 лет, включительно)
(Новые нормы и ступени ГТО с 23.03.2023 г.)**

Физические способности	Контрольные упражнения	Уровень подготовленности					
		мальчики			девочки		
		удовл	хорошо	отлично	удовл	хорошо	отлично
скорость	Бег на 30 м, с	6,3	5,9	5,3	6,5	6,1	5,5
сила	отжимания в упоре лежа на полу (количество раз)	10	13	22	5	7	13
гибкость	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	+2	+4	+8	+3	+5	+11
Скоростно-силовые возможности	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	128	142	162	118	132	152
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз)	26	33	43	23	28	37

**Контрольная техническая дистанция
1 год обучения**

Перечень, параметры, оборудование этапов и условия их прохождения

Этап 1. Переправа по бревну

Параметры: длина 3 м, диаметр бревна 15 см.

Промаркирована опасная зона.

Действия: участник проходит по бревну, сохраняя равновесие. При срыве повторяет попытку (до трех раз, при условии прохождения половины бревна).

Этап 2. Переправа маятником

Длина этапа – 2 м.

Промаркирована опасная зона.

Действия: участник преодолевает опасную зону, держась за вертикально подвешенную верёвку. При заступе в опасную зону и при падении повторяет попытку (до трёх раз).

Этап 3. Переправа по горизонтальной веревке с перилами

Параметры: длина этапа 3-4 м.

Оборудование: судейские перила.

Действия: переправа участника осуществляется стоя ногами на нижней верёвке и держась руками за верхнюю.

Этап 4. Переправа по уложенным жердям

Параметры: 3 лаги, 2 жерди.

Промаркирована опасная зона.

Действия: участник проходит по жердям, сохраняя равновесие. При срыве повторяет попытку (до трёх раз, при условии прохождения половины этапа).

**Контрольная техническая дистанция
2 год обучения**

Перечень, параметры, оборудование этапов и условия их прохождения

Этап 1. Переправа по бревну

Параметры: длина 3 м, диаметр бревна 15 см.

Промаркирована опасная зона.

Действия: участник проходит по бревну, сохраняя равновесие.

При срыве повторяет попытку (до трёх раз, при условии прохождения половины бревна).

Этап 2. Переправа маятником

Длина этапа – 2 м.

Промаркирована опасная зона.

Действия: участник преодолевает опасную зону, держась за вертикально подвешенную верёвку. При заступе в опасную зону и при падении повторяет попытку (до трёх раз).

Этап 3. Переправа по горизонтальной веревке с перилами

Параметры: длина этапа 4 м.

Оборудование: судейские перила.

Действия: переправа участника осуществляется стоя ногами на нижней верёвке и держась руками за верхнюю.

Этап 4. Переправа по уложенным жердям

Параметры: 3 лаги, 2 жерди.

Промаркирована опасная зона.

Действия: участник проходит по жердям, сохраняя равновесие.

При срыве повторяет попытку (до трёх раз, при условии прохождения половины этапа).

Контрольная техническая дистанция 3 год обучения

Перечень, параметры, оборудование этапов и условия их прохождения

Этап 1. Переправа по бревну

Параметры: длина 4 м, диаметр бревна 15 см.

Промаркирована опасная зона.

Действия: участник проходит по бревну, сохраняя равновесие.

При срыве повторяет попытку (до трёх раз, при условии прохождения половины бревна).

Этап 2. Переправа маятником

Длина этапа – 2 м.

Промаркирована опасная зона.

Действия: участник преодолевает опасную зону, держась за вертикально подвешенную верёвку. При заступе в опасную зону и при падении повторяет попытку (до трёх раз).

Этап 3. Переправа по горизонтальной веревке с перилами

Параметры: длина этапа 5 м.

Оборудование: судейские перила.

Действия: переправа участника осуществляется стоя ногами на нижней верёвке и держась руками за верхнюю.

Этап 4. Переправа по уложенным жердям

Параметры: 3 лаги, 2 жерди.

Промаркирована опасная зона.

Действия: участник проходит по жердям, сохраняя равновесие.

При срыве повторяет попытку (до трёх раз, при условии прохождения половины этапа).

Этап 5. Траверс

Параметры: длина этапа 4 м.

Оборудование: судейские перила.

Действия: участник проходит этап, держась руками за, натянутую вдоль склона скалодрома, веревку, ногами опирается на зацепы и стенку скалодрома.

При срыве повторяет попытку (до трёх раз, при условии прохождения половины этапа)

**Примерный календарный учебный план
1 года обучения**

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
1.		Вводное занятие	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
2.		Туризм, как средство познания своего края.	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
3.		Охрана природной среды. Правила поведения участников соревнований и игр.	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
4.		Правила поведения на туристской прогулке, экскурсии в лес, к реке.	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
5.		Правила безопасного поведения дома, в школе, музее. Правила обращения с предметами быта.	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
6.		Питьевой режим. Способы обеззараживания воды.	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
7.		Строй туристской группы во время прогулки.	2	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
8.		Составление родословного древа. Ближайшие родственники, семейные традиции	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Учебный кабинет
9.		Естественные и искусственные препятствия. Способы преодоления без снаряжения.	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
10.		Оформление родословного древа. Рисунки «Моя семья»	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
11.		Цель утренней физической зарядки.	2	Комплексное занятие	выполнение практических заданий	Учебный кабинет
12.		Сезонные изменения в природе. Рисунки, аппликации «Осень»	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур, учебный класс
13.		Входное тестирование и диагностика.	2	Практическое занятие	Тестирование, опрос, анкетирование	Учебный кабинет
14.		Разучивание комплексов утренней зарядки	2	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
15.		Беседа о микрорайоне, прилегающем к школе.	2	Учебное занятие	опрос	учебный кабинет, здание СЮТур
16.		Тестирование ОФП. Растения и животные родного края.	2	Учебное занятие	Тестирование опрос	учебный класс
17.		Основные туристские узлы. Их свойства, назначение, использование.	2	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
18.		Личное снаряжение. Игра «Собери рюкзачок»	2	Комплексное занятие	Выполнение практических	Учебный кабинет

					заданий	
19.		Техника передвижения: спуски и подъёмы по пересечённой местности.	2	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	спортивная площадка
20.		Требования к обуви и одежде для тур. мероприятий. Подбор снаряжения, уход за ним.	2	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
21.		Однодневный туристский поход	4	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
22.		Спортивные игры с мячом	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Школьный двор
23.		«Весёлые старты»	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
24.		Понятие «бивак». Требования к его организации. Игра «Обустроим бивак»	2	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет, спортивная площадка
25.		Взаимовыручка при прохождении полосы препятствий ПТ	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Учебный кабинет
26.		Палатки для туризма и отдыха. Их устройство. Колышки, стойки к палатке.	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Учебный кабинет
27.		Выбор бивака. Установка и снятие палаток.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
28.		Технические приёмы преодоления препятствий.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
29.		Отработка техники вязания узлов «прямой», «проводник».	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Учебный класс
30.		Правила безопасности при преодолении этапов «бревно», «кочки», «маятник», «паутина»	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
31.		Соревнования	4	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
32.		Работа команды на полосе препятствий.	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Площадка школьного двора
33.		Основные типы и назначение туристских костров. Выкладывание костров.	2	Комплексное занятие	Практические задания	Учебный кабинет
34.		Состав ремонтного набора, его назначение. Игра «Сделаем ремонт»	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
35.		Костровое и кухонное снаряжение. Распределение группового снаряжения.	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет

36.		Упражнения на развитие гибкости и ловкости.	2	Комплексное занятие	Практические задания	Спортивный зал
37.		Снаряжение для наблюдений за природой, его проверка, хранение, использование.	2	Комплексное занятие	Практические задания	Учебный кабинет
38.		Способы изображения водных объектов, сооружений и растительности. Простейшие условные знаки.	2	Комплексное занятие	Практическое упражнение	Учебный кабинет
39.		Способы изображения сооружений, растительности, дорог.	2	Комплексное занятие	Практические задания	Учебный кабинет
40.		Топографические диктанты и кроссворды	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
41.		Чтение плана местности. Ориентирование по сторонам горизонта.	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Учебный кабинет
42.		Топографическая карта. Масштаб. Составление плана учебного кабинета.	2	Комплексное занятие	Собеседование, Практическое задание	Учебный кабинет
43.		Компас, его устройство. Определение основных сторон горизонта (С, Ю,З,В)	2	Учебное занятие	Опрос, лекция	Учебный кабинет
44.		Правилами работы с компасом. Определение основных сторон горизонта по компасу	2	Комплексное занятие	Лекция, практическое задание	Учебный кабинет
45.	каникулы	Подвижные игры в воде. Плавание.	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Бассейн с/к «Юность»
46.	каникулы	Экскурсия по центральному району города. Игры в снежном городке	4	Комплексное занятие	Опрос, наблюдение	Учебный кабинет
47.		Подвижные игры в воде. Плавание.	2	Физкультурно-оздоровительное занятие	практическое задание	двор СЮТур
48.		История школы, микрорайона. Интересные люди школы, микрорайона.	2	Физкультурно-оздоровительное занятие	практическое задание	двор СЮТур
49.		Понятие «ориентирование на местности»	2	Учебное занятие	Опрос, лекция	Учебный кабинет
50.		Подбор лыж, одежды для лыжной прогулки.	2	Комплексное занятие	практическое задание	Учебный кабинет
51.		Зимние подвижные игры на воздухе.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
52.		ОФП. Закаливание организма водой. Плавание	2	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	Бассейн с/к «Юность»
53.		Туристское ориентирование. Его виды	2	Комплексное занятие	Опрос, лекция	Учебный кабинет
54.		Игра «отметься на КП»	2	Практическое занятие	Выполнение практических	двор СЮТур

					заданий	
55.		Оказание первой помощи. Правила.	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
56.		Обработка ранок, ссадин, мозолей.	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
57.		Простейшие повязки, их наложение	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
58.		Медицинская аптечка, её назначение, применение, транспортировка	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
59.		Практическое занятие по оказанию первой помощи.	2	Комплексное занятие	практическое задание	Учебный кабинет
60.		Туристские подвижные игры	2	Задания по подгруппам	Зачет	Спортивный зал
61.		Транспортировка пострадавшего, её способы.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
62.		Преодоление препятствий пешеходного туризма	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
63.		Природа родного края. Реки, рельеф	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
64.		Сезонными изменениями в природе, правила их записи	2	Комплексное занятие	практическое задание	Учебный кабинет
65.		Упражнения на развитие выносливости	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
66.		Техника завязывания узлов по их названию и назначению.	2	Комплексное занятие	практическое задание	Учебный кабинет
67.		Первенство объединения по ТБУ.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
68.		Лыжная прогулка.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
69.		Подвижные игры в зале. Самоконтроль.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
70.		Значение режима дня. Составление режима дня и комплекса утренней зарядки.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
71.		Правила личной гигиены на туристской прогулке, при организации перекуса.	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Учебный кабинет
72.		Ориентирование с использованием расстояний и заданных направлений на школьном дворе.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
73.		Установка палатки и тента. Укладка их для транспортировки.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
74.		Ориентирование по обозначенному маршруту в микрорайоне.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
75.		Выявление объектов микрорайона по их описанию.	2	Практическое занятие	Выполнение практических	Микрорайон, прилегающий

					заданий	к школе
76.		Описание объектов микрорайона	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
77.		Экскурсия.....	4	Практическое занятие-экскурсия	опрос	Центральный район города
78.		Экскурсия по центральному району города с посещением РЦ «Радуга»	2	Практическое занятие-экскурсия	опрос	Центральный район города
79.		Подвижные игры на спортивной площадке	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
80.		Описание объектов микрорайона	2	Комплексное занятие	практическое задание	Учебный кабинет
81.		Растения и животные родного края	2	Комплексное занятие	практическое задание	Учебный кабинет
82.		ОФП. Тренировка выносливости. Кроссовая подготовка.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
83.		Народные подвижные игры	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
84.		Спортивные игры с мячом. Волейбол.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
85.		Спортивные игры с мячом. Футбол	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
86.		Спортивные игры с мячом. Волейбол	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
87.		Спортивные игры с мячом. Баскетбол	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
88.		Отработка техники завязывания узлов по их названию и назначению.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
89.		Технические приёмы и правила безопасного преодоления препятствия.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
90.		Приёмы преодоления полосы препятствий.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
91.		Соревнования	4	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
92.		Экскурсия. Наблюдения за сезонными изменениями в природе.	2	Практическое занятие - экскурсия	Опрос, наблюдение	двор СЮТур
93.		Экскурсия к памятным местам города, связанным с историей В.О.В.	2	Практическое занятие - экскурсия	Опрос, наблюдение	Восточный микрорайон
94.		Экскурсия к памятным местам города, связанным с историей В.О.В.	2	Практическое занятие - экскурсия	Опрос, наблюдение	Городской краеведческий музей
95.		Подвижные игры на воздухе	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
96.		Спортивные игры	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических	Спортивный зал

					заданий	
97.		Спортивно-туристская эстафета	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
98.		Психолого-педагогическое тестирование занимающихся	2	Комплексное занятие	тестирование	Учебный кабинет
99.		Тестирование физического развития занимающихся.	2	Комплексное занятие	тестирование	Спортивный зал
100.		Наблюдения за сезонными изменениями в природе.	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
101.		Народные игры	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
102.		Практическое занятие на местности	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
103.		Итоговое занятие	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
Итого часов			216			

Примерный календарный учебный план 2 года обучения

N п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
1.		Вводное занятие	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
2.		Туризм, как средство познания своего края.	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
3.		Охрана природной среды. Правила поведения участников соревнований и игр.	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
4.		Правила поведения на туристской прогулке, экскурсии в лес, к реке.	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
5.		Правила безопасного поведения дома, в школе, музее. Правила обращения с предметами быта.	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
6.		Питьевой режим. Способы обеззараживания воды.	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет
7.		Строй туристской группы во время прогулки.	2	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
8.		Составление родословного древа. Ближайшие родственники, семейные традиции	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Учебный кабинет
9.		Естественные и искусственные препятствия. Способы преодоления без снаряжения.	2	Учебное занятие	Опрос	Учебный кабинет

10.		Оформление родословного древа. Рисунки «Моя семья»	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
11.		Цель утренней физической зарядки.	2	Комплексное занятие	выполнение практических заданий	Учебный кабинет
12.		Сезонные изменениями в природе. Рисунки, аппликации «Осень»	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур, учебный класс
13.		Входное тестирование и диагностика.	2	Практическое занятие	Тестирование, опрос, анкетирование	Учебный кабинет
14.		Разучивание комплексов утренней зарядки	2	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
15.		Беседа о микрорайоне, прилегающем к школе.	2	Учебное занятие	опрос	учебный кабинет, здание СЮТур
16.		Тестирование ОФП. Растения и животные родного края.	2	Учебное занятие	Тестирование опрос	учебный класс
17.		Основные туристские узлы. Их свойства, назначение, использование.	2	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
18.		Личное снаряжение. Игра «Собери рюкзачок»	2	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
19.		Техника передвижения: спуски и подъёмы по пересечённой местности.	2	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	спортивная площадка
20.		Требования к обуви и одежде для тур. мероприятий. Подбор снаряжения, уход за ним.	2	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
21.		Однодневный туристский поход	4	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Спортивный зал
22.		Спортивные игры с мячом	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
23.		«Весёлые старты»	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
24.		Понятие «бивак». Требования к его организации. Игра «Обустроим бивак»	2	Комплексное занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет, спортивная площадка
25.		Взаимовыручка при прохождении полосы препятствий ПТ	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Учебный кабинет
26.		Палатки для туризма и отдыха. Их устройство. Колышки, стойки к палатке.	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Учебный кабинет

27.		Выбор бивака. Установка и снятие палаток.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
28.		Технические приёмы преодоления препятствий.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
29.		Отработка техники вязания узлов «прямой», «проводник».	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Учебный класс
30.		Правила безопасности при преодолении этапов «бревно», «кочки», «маятник», «паутина»	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
31.		Соревнования	4	Комплексное занятие	зачет	Учебный кабинет
32.		Работа команды на полосе препятствий.	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	двор СЮТур
33.		Основные типы и назначение туристских костров. Выкладывание костров.	2	Комплексное занятие	Практические задания	Учебный кабинет
34.		Состав ремонтного набора, его назначение. Игра «Сделаем ремонт»	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
35.		Костровое и кухонное снаряжение. Распределение группового снаряжения.	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
36.		Упражнения на развитие гибкости и ловкости.	2	Комплексное занятие	Практические задания	Спортивный зал
37.		Снаряжение для наблюдений за природой, его проверка, хранение, использование.	2	Комплексное занятие	Практические задания	Учебный кабинет
38.		Способы изображения водных объектов, сооружений и растительности. Простейшие условные знаки.	2	Комплексное занятие	Практическое упражнение	Учебный кабинет
39.		Способы изображения сооружений, растительности, дорог.	2	Комплексное занятие	Практические задания	Учебный кабинет
40.		Топографические диктанты и кроссворды	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
41.		Чтение плана местности. Ориентирование по сторонам горизонта.	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Учебный кабинет
42.		Топографическая карта. Масштаб. Составление плана учебного кабинета.	2	Комплексное занятие	Собеседование, Практическое задание	Учебный кабинет
43.		Компас, его устройство. Определение основных сторон горизонта (С, Ю,З,В)	2	Учебное занятие	Опрос, лекция	Учебный кабинет

44.		Правилами работы с компасом. Определение основных сторон горизонта по компасу	2	Комплексное занятие	Лекция, практическое задание	Учебный кабинет
45.	каникулы	Подвижные игры в воде. Плавание.	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Бассейн с/к «Юность»
46.	каникулы	Экскурсия по центральному району города. Игры в снежном городке	4	Комплексное занятие	Опрос, наблюдение	Учебный кабинет
47.		Подвижные игры в воде. Плавание.	2	практическое занятие	практическое задание	Бассейн с/к «Юность»
48.		История школы, микрорайона. Интересные люди школы, микрорайона.	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение заданий	Учебный кабинет
49.		Понятие «ориентирование на местности»	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
50.		Подбор лыж, одежды для лыжной прогулки.	2	Комплексное занятие	практические задания	Учебный кабинет
51.		Зимние подвижные игры на воздухе.	2	Практическое занятие		двор СЮТур
52.		ОФП. Закаливание организма водой. Плавание	2	Комплексное занятие	опрос, выполнение практических заданий, наблюдение	Бассейн с/к «Юность»
53.		Туристское ориентирование. Его виды	2	Комплексное занятие	Опрос, лекция	Учебный кабинет
54.		Игра «отметься на КП»	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	двор СЮТур
55.		Оказание первой помощи. Правила.	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
56.		Обработка ранок, ссадин, мозолей.	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
57.		Простейшие повязки, их наложение	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
58.		Медицинская аптечка, её назначение, применение, транспортировка	2	Занятие – лекция	опрос	Учебный кабинет
59.		Практическое занятие по оказанию первой помощи.	2	Комплексное занятие	практическое задание	Учебный кабинет
60.		Туристские подвижные игры	2	Задания по подгруппам	выполнение практических заданий	Спортивный зал
61.		Транспортировка пострадавшего, её способы.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
62.		Преодоление препятствий пешеходного туризма	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал

63.		Природа родного края. Реки, рельеф	2	Занятие – лекция	Фронтальный опрос	Учебный кабинет
64.		Сезонными изменениями в природе, правила их записи	2	Комплексное занятие	практическое задание	Учебный кабинет
65.		Упражнения на развитие выносливости	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
66.		Техника завязывания узлов по их названию и назначению.	2	Комплексное занятие	практическое задание	Учебный кабинет
67.		Первенство объединения по ТВУ.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
68.		Лыжная прогулка.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
69.		Подвижные игры в зале. Самоконтроль.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
70.		Значение режима дня. Составление режима дня и комплекса утренней зарядки.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
71.		Правила личной гигиены на туристской прогулке, при организации перекуса.	2	Комплексное занятие	Опрос, выполнение практических заданий	Учебный кабинет
72.		Ориентирование с использованием расстояний и заданных направлений на школьном дворе.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
73.		Установка палатки и тента. Укладка их для транспортировки.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
74.		Ориентирование по обозначенному маршруту в микрорайоне.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
75.		Выявление объектов микрорайона по их описанию.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Микрорайон, прилегающий к школе
76.		Описание объектов микрорайона	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
77.		Экскурсия.....	4	Практическое занятие-экскурсия	опрос	Центральный район города
78.		Экскурсия по центральному району города с посещением РЦ «Радуга»	2	Практическое занятие-экскурсия	опрос	Центральный район города
79.		Подвижные игры на спортивной площадке	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
80.		Описание объектов микрорайона	2	Комплексное занятие	практическое задание	Учебный кабинет
81.		Растения и животные родного края	2	Комплексное занятие	практическое задание	Учебный кабинет

82.		ОФП. Тренировка выносливости. Кроссовая подготовка.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
83.		Народные подвижные игры	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
84.		Спортивные игры с мячом. Волейбол.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
85.		Спортивные игры с мячом. Футбол	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
86.		Спортивные игры с мячом. Волейбол	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
87.		Спортивные игры с мячом. Баскетбол	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
88.		Отработка техники завязывания узлов по их названию и назначению.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	Учебный кабинет
89.		Технические приёмы и правила безопасного преодоления препятствия.	2	Практическое занятие	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
90.		Приёмы преодоления полосы препятствий.	2	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
91.		Соревнования	4	Занятие – тренировка	Наблюдение	Спортивный зал
92.		Экскурсия. Наблюдения за сезонными изменениями в природе.	2	Практическое занятие - экскурсия	Опрос, наблюдение	двор СЮТур
93.		Экскурсия к памятным местам города, связанным с историей В.О.В.	2	Практическое занятие - экскурсия	Опрос, наблюдение	Восточный микрорайон
94.		Экскурсия к памятным местам города, связанным с историей В.О.В.	2	Практическое занятие - экскурсия	Опрос, наблюдение	Городской краеведческий музей
95.		Экскурсия в Парк Победы	2	Практическое занятие - экскурсия	Опрос, наблюдение	Район парка Победы
96.		Подвижные игры на воздухе	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
97.		Спортивные игры	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	Спортивный зал
98.		Спортивно-туристская эстафета	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
99.		Психолого-педагогическое тестирование и тестирование физического развития занимающихся.	2	Комплексное занятие-тестирование	тестирование	Учебный кабинет, спортивный зал
100.		Наблюдения за сезонными изменениями в природе.	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур

101.		Народные игры	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
102.		Практическое занятие на местности	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
103.		Итоговое занятие	2	Практическое занятие-игра	Выполнение практических заданий	двор СЮТур
Итого часов			216			

Примерный календарный учебный план 3 года обучения

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
1.		Вводное занятие	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
2.		Знакомство с литературой об отечественном спорте и туризме	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
3.		Правила поведения туристов на соревнованиях	2	Учебное занятие	выполнение практических заданий, тестирование	Учебный кабинет
4.		Правила безопасного поведения на улице, в микрорайоне, городе. Правила дорожного движения	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
5.		Правила безопасного поведения в лесу, на открытых водоёмах, при встрече с животными	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
6.		Перечень личного снаряжения, правила упаковки и хранения	2	Тематические задания по подгруппам	выполнение практических заданий	Учебный кабинет
7.		Правила личной гигиены на туристской прогулке и спортивных занятиях	2	Тематические задания по подгруппам	выполнение практических заданий	Учебный кабинет
8.		Перечень группового снаряжения, способы транспортировки	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
9.		Психолого-педагогическое тестирование обучающихся, тестирование их физического развития	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортзал
10.		Изучение различных карт области, города	2	Тематические задания по подгруппам	выполнение практических заданий	Учебный кабинет
11.		Практическая работа с топографическими картами города. Простейшие условные знаки	2	Поход	выполнение практических заданий	Район озера «Победа»
12.		Основные правила выбора площадки при организации биваков	2	Учебное занятие	выполнение практических заданий	Учебный кабинет
13.		Техника преодоления полосы препятствий пешеходного туризма	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Учебный кабинет

14.		Соревнования	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
15.		Подвижные игры, эстафеты	2	Занятие-игра	наблюдение	Спортивный зал
16.		Отработка умения ориентироваться по памяти	2	Учебное занятие	выполнение практических заданий	Учебный кабинет
17.		Требования по охране окружающей природной среды на месте бивака	2	Занятие – тренировка	выполнение практических заданий	Спортивный зал
18.		Экскурсия	4	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Район озера «Победа»
19.		Правила передвижения туристской группы по пересечённой местности	2	Занятие-тестирование	тестирование	Спортивный зал
20.		Уход за личным снаряжением в походе. Уход за групповым снаряжением в походе.	2	Занятие-тестирование	прохождение контрольной дистанции	Спортивный зал
21.		Основные туристские узлы, их назначение, способы завязывания узлов	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
22.		Отработка способов завязывания туристских узлов	2	Физкультурно - оздоровительное	наблюдение	Спортивный зал
23.		Отработка умения ориентироваться по карте-схеме города	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет, двор СЮТур
24.		Особенности туристского и спортивного ориентирования, способы отметки на КП	2	Практическое занятие	наблюдение	Спортивный зал
25.		Состав ремонтного набора, его назначение, применение	2	Тематические задания по подгруппам	самостоятельная работа	Спортивный зал
26.		Экскурсия	4	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Район озера «Победа»
27.		Соревнования	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
28.		Основные правила и способы оказания первой доврачебной помощи	2	Практическое занятие	наблюдение	Спортивный зал
29.		Способы обработки ранок и ссадин, правила и способы наложения жгутов и шин при кровотечениях и переломах	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Учебный кабинет
30.		Правила преодоления препятствий	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
31.		Отработка техники преодоления полосы препятствий пешеходного туризма	2	Учебное занятие	опрос	Спортзал

32.		Упражнения на развитие гибкости, быстроты	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
33.		Способы установки палаток	2	Тематические задания по подгруппам	выполнение практических заданий	Спортивный зал
34.		Экскурсия	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Район озера «Победа»
35.		Установка палаток различных моделей	2	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
36.		Обход преград и препятствий	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
37.		Бег с препятствиями	2	Учебное занятие	опрос	Спортивный зал
38.		Способы измерения пульса	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
39.		Значение режима дня и утренней гимнастики для организма человека.	2	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
40.		Определение места для костра, основные типы и назначение костров	2	Тематические задания по подгруппам	самостоятельная работа	Спортивный зал
41.		Составление меню однодневного похода	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
42.		Подвижные игры с мячом	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
43.		Азимут. Правила определения, движение по азимуту.	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
44.		Соревнования	4	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
45.		«Ориентирование по линейным ориентирам	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
46.		Упражнения на развитие выносливости	2	Занятие – тренировка	наблюдение	Спортивный зал
47.		Правила транспортировки пострадавшего	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
48.		Организация отдыха и привалов	2	Тематические задания по подгруппам	самостоятельная работа	Спортивный зал
49.		Составление меню однодневного похода	2	Практическое занятие	работа по подгруппам, выполнение заданий	Учебный кабинет
50.		Формирование умения ориентироваться по карте-схеме города	2	Занятие – тренировка	наблюдение	Спортивный зал

51.		Однодневный поход	8	Практическое занятие.	выполнение практических заданий	Район озера «Победа»
52.		Обход преград и препятствий по пересечённой местности	2	Тематические задания по подгруппам	выполнение практических заданий	двор СЮТур
53.		Подготовка личного и группового снаряжения для похода	2	Учебное занятие	опрос	Учебный кабинет
54.		Подбор снаряжения для лыжной прогулки	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
55.		Обход водных преград и препятствий	2	Тематические задания по подгруппам	самостоятельная работа	Спортивный зал
56.		Отработка техники свободного лазания	2	практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
57.		Организация взаимовыручки при прохождении препятствий	2	Тематические задания по подгруппам	самостоятельная работа	Спортивный зал
58.		Лыжная прогулка	2	практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
59.		Нанесение объектов на план маршрута движения	2	Занятие – тренировка	выполнение практических заданий	Спортивный зал
60.		Отработка навыков ориентирования в заданном районе	2	Занятие – тренировка	выполнение практических заданий	Спортивный зал
61.		Отработка техники преодоления полосы препятствий пешеходного туризма	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
62.		Лыжная прогулка	2	Занятие – тренировка	выполнение практических заданий	Район озера «Победа»
63.		Спортивные игры	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
64.		Способы изображения объектов на топографических картах	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
65.		Работа с топографическими картами города	2	Занятие – тренировка	выполнение практических заданий	Спортивный зал
66.		Составление родословного древа	2	Учебное занятие	опрос	учебный класс
67.		Известные люди нашей области	2	Учебное занятие	опрос	учебный класс
68.		Известные люди нашего города	2	Тематические задания по подгруппам	выполнение практических заданий	учебный класс
69.		Правила личной гигиены в походных условиях	2	Учебное занятие	Наблюдение	учебный класс

70.		Игры на воздухе	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Двор СЮТур
71.		Флора и фауна родного края	2	Учебное занятие	опрос	учебный класс
72.		Красная книга края	2	Учебное занятие	опрос	учебный класс
73.		Наблюдения в природе в парке родного города	2	Практическое занятие	Наблюдение	Двор СЮТур
74.		Подвижные народные игры	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Двор СЮТур
75.		Полоса препятствий пешеходного туризма	2	Занятие – тренировка	выполнение практических заданий	Спортивный зал
76.		Отработка техники преодоления полосы препятствий пешеходного туризма	2	тематические задания по подгруппам	выполнение практических заданий	Спортивный зал
77.		Подвижные игры в зале	2	практическое задание	Наблюдение	Спортивный зал
78.		Спортивные эстафеты	2	практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
79.		Подвижные игры на открытом воздухе. Закаливание.	2	Учебное занятие	опрос	Спортивный зал
80.		Подготовка к соревнованиям	2	Тематические задания по подгруппам	выполнение практических заданий	Спортивный зал
81.		Отработка техники преодоления полосы препятствий пешеходного туризма	2	практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
82.		Отработка техники вязания узлов: «прямой», «проводник», «булинь»	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	учебный класс
83.		Техника бега. Упражнения на выносливость	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
84.		Работа с топографическими картами	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	учебный класс
85.		Топографические диктанты	2	Учебное занятие	опрос	учебный класс
86.		Гимнастические упражнения	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
87.		Наблюдения за сезонными изменениями в природе	2	Учебное занятие	Наблюдение	Спортивный зал
88.		Дворовое ориентирование	2	Учебное занятие	опрос	Спортивный зал
89.		Наши земляки, воевавшие во время Великой Отечественной войны. Родные и близкие, погибшие на фронте	2	Учебное занятие	опрос	учебный класс

90.		Упражнения на развитие координации движений	2	Занятие – тренировка	выполнение практических заданий	Спортивный зал
91.		Дворовое ориентирование	2	Занятие – тренировка	выполнение практических заданий	Спортивный зал
92.		Соревнования объединения по туристской технике	2	Практическое занятие	Наблюдение Выполнение практических заданий	Спортивный зал
93.		Соревнования объединения по туристско-бытовым навыкам	2	Практическое занятие	Наблюдение Выполнение практических заданий	Спортивный зал
94.		Закаливание организма в летний период. Правила закаливания водой, приёма солнечных ванн.	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Район озера «Победа»
95.		Психолого-педагогическое тестирование обучающихся, тестирование их физического развития	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	учебный класс
96.		Экскурсия в городской парк.	2	Практическое занятие	Наблюдение	Парк
97.		Подвижные игры	2	Практическое занятие	Наблюдение Выполнение практических заданий	Спортивный зал
98.		Спортивные игры	2	Практическое занятие	Наблюдение Выполнение практических заданий	Спортивный зал
99.		Лёгкая атлетика	2	Практическое занятие	Наблюдение Выполнение практических заданий	Спортивный зал
100.		Гимнастические упражнения	2	Практическое занятие	Наблюдение Выполнение практических заданий	Спортивный зал
101.		Народные игры	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Спортивный зал
102.		Итоговое занятие	2	Практическое занятие	выполнение практических заданий	Двор СЮТур
Итого часов			216			