

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр внешкольной работы» Авиастроительного района г. Казани

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 4 от 31 мая 2017г.

Утверждаю:  
Директор МБУ ДО «ЦВР»  
В. В. Бугрова   
Приказ № 145а от 31 мая 2017 г.



***Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности  
«Юные судьи»***

Возраст обучающихся: 11-18 лет

Срок реализации: 2 года

Уровень сложности: базовый

Составитель: Карунина А.А.,  
педагог дополнительного образования  
высшей квалификационной категории,  
МС по спортивному туризму

Разрешена к работе  
педагогу дополнительного образования:  
Андреяновой Н.В.

Казань, 2016 г.

## Пояснительная записка

Программа «Юные судьи» предусматривает приобретение необходимых навыков для проведения соревнований по туризму и грамотному судейству на дистанциях по технике туризма. Предметом изучения по данной программе являются технические нормативы и требования безопасного прохождения туристических препятствий на соревнованиях.

**Актуальность и новизна программы** заключается в том, что туристическая работа является самым комплексным видом воспитания и в то же время одним из самых действенных в силу своей демократичности и гуманности, так как идет от желания детей. Туризм – это средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, а также привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. В процессе туристической деятельности расширяется сфера общения обучающихся, происходит приобретение навыков социального взаимодействия, накопление положительного опыта поведения в природе, создаются благоприятные условия для формирования нравственных качеств личности ребенка.

**Цель программы:** создание оптимальных условий для развития и самореализации школьников, формирования позитивных жизненных ценностей в процессе туристской деятельности, приобретение полезных навыков в организации и проведении туристских соревнований и путешествий.

### **Задачи программы.**

#### **Обучающие:**

- обучить способам преодоления естественных препятствий в туристических походах и соревнованиях
- обучить технике передвижения в условиях проведения соревнований по туризму
- подготовить юных судей туристических соревнований к организации конкурсов и путешествий

#### **Воспитательные:**

- воспитать физически крепкую и всесторонне развитую личность, способную проявить себя в трудных условиях туристических соревнований
- воспитать волевые качества школьников, способных пройти все трудности походной жизни

#### **Развивающие:**

- развить у школьника чувства самосознания и самостоятельности, способность в походных условиях выжить самому и помочь своим товарищам, умение оценивать обстановку и принимать решение, несмотря на трудные естественные условия.

**Отличительной особенностью** данной программы является её практико-ориентированная направленность.

Данная программа рассчитана на учащихся **11-18 лет** и предполагает 2 года обучения.

Занятия проводятся в форме лекций и практических тренировок на тренажерах или на местности.

Результаты реализации выражаются в массовости и огромном желании детей

участвовать в туристических соревнованиях и походах.

**Режим занятий.** Занятия проводятся с полным составом объединения, но по мере роста опыта учащихся следует делать упор на групповые (2-3 человека) и индивидуальные занятия. Практические занятия проводятся в 1-3-дневных учебно-тренировочных походах, во время проведения туристских мероприятий, экскурсий, а также на местности (на пришкольном участке, стадионе, в парке) и в помещении (в классе, спортзале). В период осенних, зимних, весенних каникул практические навыки отрабатываются в походах выходного дня, в многодневных степенных или категорийных походах, учебно-тренировочных сборах и лагерях, на соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях.

**Формы подведения итогов:** соревнования, конкурсы, походы.

Обязательным условием по реализации программы является участие в подготовке и судействе туристических соревнований, проводимых в школе, районе, городе, области. В том случае, если соревнования проводятся по отдельным видам туризма, необходимо принять участие в судействе всех этих пяти видов в течение 1-2 лет.

Специализация в судействе одного вида (например, ориентирование на местности или туристская техника) возможна, но юный судья по туристским соревнованиям должен уметь судить и все соревнования в комплексе, знать особенности проведения каждого вида. Необходимым условием является и работа в различных должностях: судья старта, финиша, секретарь, помощник начальника дистанции и др.

### **Предполагаемые результаты**

После окончания обучения юный судья будет знать:

- Правила организации и проведения пешеходных, лыжных и водных путешествий 1, 2 и 3 степени сложности и туристических соревнований.
- Перечень и правила эксплуатации туристического снаряжения для пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности.
- Технику и тактику преодоления препятствий в пешеходном, лыжном и водном путешествии 1, 2 и 3 степени сложности и соревнованиях.
- Требования безопасности при проведении пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности и соревнованиях.
- Правила организации биваков при проведении пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности.
- Правила оказания первой медицинской помощи при проведении пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности и соревнованиях.
- Правила ориентирования на местности при проведении пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности и соревнованиях.
- Права обязанности участников, проводников-экскурсоводов и руководителей при проведении пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности.

- Основы краеведения, экологии и экскурсий при проведении пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности.
- Правила проведения экскурсионных, развлекательных и спортивно-массовых мероприятий и соревнований.

После окончания обучения юный судья будет уметь:

- Подобрать и организовать группу желающих для прохождения пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности по заранее оборудованному маршруту на территории Республики Татарстан и соседних районов и для участия в туристических соревнованиях.
- Грамотно и бережно использовать применяемое туристическое снаряжение и оборудование.
- Преодолевать самому и провести за собой группу школьников через естественные препятствия в пешеходном, лыжном и водном путешествии 1, 2 и 3 степени сложности и соревнованиях.
- Обеспечить безопасность при проведении пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности.
- Организовать биваки при проведении пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности.
- Оказать первую медицинскую помощь при проведении пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности.
- Грамотно ориентироваться на местности при проведении пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности.
- Организовать краеведческие, экологические и экскурсионные мероприятия при проведении пешеходного, лыжного и водного путешествия 1, 2 и 3 степени сложности.
- Организовать проведение развлекательных и спортивно-массовых мероприятий.

### **Механизм отслеживания результатов**

Отслеживание результатов проводится в виде зачетов, проводимых в основном практическим путем — в виде игр и соревнований по сборке и разборке снаряжения и оборудования, ориентированию на местности, по разведению костра, знанию топографических знаков, преодолению естественных препятствий и т. д. Кроме того, очень важна проверка знаний по теории, умения изложить эти знания. Такая проверка проводится в виде ответов на вопросы по билетам, на зачетах по каждой теме.

## Учебный план первого года обучения

№ п.п.	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Введение. Техника безопасности на занятиях в секции пешеходный туризм.	4	4		Беседа
2	Спорт и физическая культура в стране. Массовый туризм	2	2		Устный опрос
3	Правила туристских соревнований. Разряды и звания по туризму и спортивному ориентированию.	2	2		Устный опрос
4	<p>Топографическая подготовка туриста.</p> <p>4.1. Карты географические, топографические, спортивные. Масштаб карты. Условные топографические знаки и знаки спортивных карт, их отличие. Рельеф местности и его изображение на карте. Компас, типы компасов. Азимут. Определение азимута на карте и на местности. Движение по азимуту.</p> <p>4.2. Топографические диктанты, игры. Изображение рельефа местности при помощи леска, пластилина. Изображение ярко выраженного рельефа местности на бумаге. Сравнение карты и местности при проведении выхода на местность. Движение по азимуту. Взятие азимута на различные местные предметы.</p>	10	2  2	8        8	Устный опрос        Зачет
5	<p>Природа родного края, его история.</p> <p>5.1. Территория и границы родного края. Рельеф, Развитие промышленности, сельского хозяйства, транспорта. Население. История края до Великой Родной край в годы Великой Отечественной войны. Настоящее и будущее края. Экскурсионные объекты на территории края: родного края.</p> <p>5.2. Экскурсии в краеведческий музей, на предприятия и др. Работа со справочными материалами по истории края. Встречи с представителями науки, культуры, передовиками производства, ветеранами войны и труда,</p>	8	2  2	6      6	Устный опрос   Доклады   Зачет
6	<p>Краеведческая и другая общественно полезная работа в походе.</p> <p>6.1. Метеорологические наблюдения. Местные признаки перемены погоды.</p>	8	4	4	

	<p>Сведения о реках, озерах, источниках, болотах своего края.</p> <p>6.2. Изучение растительного и животного мира своего края. Тины почв, встречающихся на территории края. Степень использования земель. Геологическое строение местности. Полезные ископаемые своего края, их поиск. Использование полезных ископаемых в народном хозяйстве.</p> <p>6.3. Изучение краеведческой литературы. Вычерчивание графиков и схем температуры, давления, облачности, влажности, Ведение дневника наблюдений.</p>		2		Устный опрос
			2		Доклады и презентации
				4	Зачет
7	<p>Привалы и ночлеги.</p> <p>7.1. Организация привалов и ночлегов в разное время года. Требования, Планирование. Организация дежурных. Хранение снаряжения. Костры. Ремонт и сушка обуви и одежды. Меры безопасности. Организация ночлега в населенном пункте.</p>	2	2		Зачёт
			2		
8	<p>Организация и проведение похода и путешествия.</p> <p>8.1. План подготовки к походу. Ознакомление с районом похода. Движение в походе: темп, строй, обязанности ведущего и замыкающего. Преодоление естественных и искусственных препятствий.</p> <p>8.2.Туристское снаряжение личное и групповое. Ремонтный набор. Выбор места для бивака. Типы костров. Сушка и ремонт одежды и обуви.</p> <p>8.3.Набор продуктов. Составление меню. Приготовление пищи на костре. Соблюдение мер безопасности при проведении похода, путешествия.</p> <p>8.4. Разработка маршрута одно-, двух-, трехдневного похода. Составление сметы, набора продуктов и меню. Снаряжение. Упаковка снаряжения, продуктов, укладка рюкзака. Устройство бивака, установка палаток различного типа, разведение костра. Приготовление пищи на костре.</p>	10	6	4	Устный опрос
			2		Устный опрос
			2		Устный опрос
				4	Устный опрос
9	<p>Охрана природы.</p> <p>9.1.Значение природы в жизни человека. Природоохранительная</p>	4	2	2	Устный опрос
			2		Устный опрос

	<p>деятельность российских органов. Закон об охране природы. Общественно полезная деятельность туристов по охране природы во время проведения туристского путешествия и на месте базового лагеря.</p> <p>9.2. Соблюдение правил противопожарной безопасности в лесу. Работа зеленых патрулей</p>			2	Доклады, презентации
10	<p>Врачебный контроль и самоконтроль. Первая доврачебная помощь.</p> <p>10.1. Врачебный контроль и самоконтроль, их значение и содержание. Общие гигиенические требования в походе. Медицинская аптечка. Понятие о травмах, их причины и профилактика. Способы транспортировки пострадавшего.</p> <p>10.2. Показ приемов самоконтроля. Изготовление носилок из подручного материала. Комплектование походной медицинской аптечки.</p> <p>10.3. Разучивание приемов оказания первой доврачебной помощи и переноски пострадавшего.</p>	6	2	4	Устный опрос
			2	2	Практическая работа
				2	Зачет
11	<p>Соревнования по спортивному ориентированию. Индивидуальная работа</p> <p>11.1. Виды и характер соревнований по ориентированию. Виды стартов, жеребьевка команд и участников. Обязанности участников соревнований.</p> <p>11.2. Прохождение учебной дистанции в заданном направлении</p> <p>11.3. Принять участие в соревнованиях по ориентированию—по выбору, в заданном направлении, на маркированной трассе.</p>	14	2	12	Ответы на вопросы
			2	4	Практическая работа
				8	Соревнование
12	<p>Соревнование по спортивному скалолазанию. Индивидуальная работа</p> <p>12.1. Виды и характер соревнований по спортивному скалолазанию. Виды стартов, жеребьевка команд и участников. Обязанности участников соревнований</p> <p>12.2. Прохождение учебной дистанции на трудность, скорость.</p> <p>12.3. Принять участие в соревнованиях в качестве судьи на этапе.</p>	10	2	8	Ответы на вопросы
			2	6	Практическая работа
				2	Соревнование

13	<p>Соревнование по туристской технике. Индивидуальная работа.</p> <p>13.1. Виды и характер соревнований по туристской технике. Виды стартов, жеребьевка команд и участников. Обязанности участников соревнований. Туристская полоса препятствий, ее отличие от эстафеты.</p> <p>13.2. Прохождение туристской полосы препятствий.</p> <p>13.3. Принять участие в соревнованиях в качестве судьи на этапе.</p>	<b>12</b>	<b>2</b>  2	<b>10</b>  2 8	<p>Устный опрос</p> <p>Практическая работа Соревнования</p>
14	<p>Соревнования по туристским навыкам. Индивидуальная работа.</p> <p>14.1. Оценка выхода группы на маршрут, требования, предъявляемые к группе. Оценка прибытия группы к месту соревнований. Оснащение группы снаряжением, основные требования к снаряжению. Состояние лагеря и кухни. Организация хранения продуктов. Проверка состава медицинской аптечки. Обеспечение вопросов безопасности при организации лагеря.</p> <p>14.2. Занятия по оборудованию лагеря и кухни. Участие в соревнованиях по туристским навыкам (в качестве участников)</p>	<b>10</b>	<b>2</b>  2	<b>8</b>  8	<p>Устный опрос</p> <p>Зачет, Соревнования</p>
15	<p>Незачётные виды и конкурсы. Индивидуальная работа.</p> <p>15.1. Организация и проведение тематических конкурсов, краеведческих викторин, конкурса на лучшую походную газету, эмблему, фотографию, туристскую самоделку.</p> <p>15.2. Принять участие в различных конкурсах и незачетных видах соревнований в качестве участника. Принять участие в подготовке общего костра, в организации и проведении вечера дружбы. Меры безопасности при проведении незачетных видов и конкурсов. Организация и проведение соревнований по различным видам спорта: сдаче норм ГТО, стрельбе, волейболу, футболу и др. Связь со спортивными организациями, судейство этих видов.</p> <p>15.3. Принять участие в организации и судействе одного конкурса.</p>	<b>6</b>  2	<b>2</b>	<b>4</b>  2  2	<p>Практическая работа</p> <p>Зачет, Соревнования</p>

16	Соревнование «туристическое путешествие» 16.1. «Инструкция об организации и проведении туристских походов, путешествий и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ», Маршрутно-квалификационные комиссии (МКК). Контрольно-спасательная служба советов по туризму и экскурсиям в обеспечении безопасности путешествий. Участники соревнований, возрастные группы, допуск участников к соревнованиям, обязанности участников. Заявки на участие в соревнованиях; заявочная книжка и маршрутный лист - основные заявочные документы.	2	2		Устный опрос
17	Сдача контрольных нормативов и тестов	2		2	Зачет
18	Развитие двигательных качеств	30		30	Зачет
19	Итоговое занятие. Подведение итогов года	2	2		Тестирование
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>42</b>	<b>102</b>	

После окончания курса учащиеся сдают зачеты. В состав группы, принимающей зачеты, помимо руководителя объединения, входят представители организации, при которой работало данное объединение, и опытные судьи по туристским соревнованиям. После принятия зачета учащимся выдаются свидетельства о том, что они окончили курс по подготовке юных судей по туристским соревнованиям.

После первого года обучения учащиеся должны выполнить норматив III юношеского разряда по туризму, после второго года обучения получить значок «Турист России» и III юношеский разряд по ориентированию на местности.

Особое внимание педагог должен уделять вопросам безопасности при проведении соревнований.

### Содержание учебного плана первого года обучения

**1. Введение- 4 ч.** Вводное занятие. ТБ - сентябрь и ТБ - январь

**Теория.** Программа второго года обучения. Техника безопасности. Правила поведения в походах и экспедициях, правила поведения в общественных местах

**2. Спорт и физическая культура в стране. Массовый туризм-2ч.**

**Теория.** Правительство России и Татарстана о физическом воспитании, его целях и задачах. Единая Всесоюзная спортивная классификация, её значение для физического воспитания молодежи. Система организации спортивных соревнований в стране. Успехи наших спортсменов на международной арене.

Массовый туризм - одно из средств патриотического воспитания, познания Родины, укрепления здоровья, активного отдыха. Организация туризма в России. Организация туризма в Татарстане.

Организация школьного туризма, роль туристических центров, органов образования, комитетов по делам молодежи в развитии школьного туризма. Краткая история спортивного ориентирования у нас в стране и за рубежом. Успехи российских и татарстанских ориентировщиков. Значок «Турист России».

### **3. Правила туристских соревнований. Разряды и звания по туризму и спортивному ориентированию-2ч.**

**Теория.** Правила и положения о соревнованиях — основные руководящие документы. Главные разделы правил соревнований. Положение о соревнованиях. Обязанности участников соревнований.

Условия выполнения разрядных требований по туризму и ориентированию. Инструкция о порядке присвоения спортивных разрядов и званий по туризму и ориентированию. Судейские звания по туристским соревнованиям и ориентированию на местности.

### **4. Топографическая подготовка туриста-10ч.**

**Теория.** Карты географические, топографические, спортивные. Масштаб карты. Условные топографические знаки и знаки спортивных карт, их отличие. Рельеф местности и его изображение на карте. Компас, типы компасов. Азимут. Определение азимута на карте и на местности. Движение по азимуту.

Работа с картой и компасом. Измерение расстояния на карте и на местности. Определение расстояния на глаз и шагами.

**Практика.** Топографические диктанты, игры. Изображение рельефа местности при помощи леска, пластилина. Изображение ярко выраженного рельефа местности на бумаге. Сличение карты и местности при проведении выхода на местность. Движение по азимуту на открытом месте и в лесу различной проходимости. Взятие азимута на различные местные предметы. Преодоление отрезков различной длины шагом. Прохождение простейших азимутальных дистанций с контролем расстояния.

### **5. Природа родного края, его история-8ч.**

**Теория.** Территория и границы родного края. Рельеф, гидрография и другие природные условия. Развитие промышленности, сельского хозяйства, транспорта. Население. История края до Великой Октябрьской социалистической революции. Революционные события в крае, гражданская война. Преобразования, произошедшие на территории края за годы Советской власти. Родной край в годы Великой Отечественной войны. Настоящее и будущее края. Экскурсионные объекты на территории края: исторические, архитектурные и другие памятные места, музеи, предприятия. Литература по изучению родного края.

**Практика.** Экскурсии в краеведческий музей, на предприятия. Работа со справочными материалами по истории края и его физико-географической характеристике. Встречи с представителями науки, культуры, ветеранами войны и труда.

## **6. Краеведческая и другая общественно полезная работа в походе-8ч.**

**Теория.** Метеорологические наблюдения. Местные признаки перемены погоды. Приборы для метеонаблюдений. Гидрологические наблюдения. Сведения о реках, озерах, источниках, болотах своего края. Использование водных ресурсов в народном хозяйстве. Измерение расхода воды реки, площади живого сечения и скорости реки. Измерение глубины водоемов. Изучение растительного и животного мира своего края. Тины почв, встречающихся на территории края. Степень использования земель. Геологическое строение местности. Полезные ископаемые своего края, их поиск. Использование полезных ископаемых в народном хозяйстве. Историко-краеведческие наблюдения. Фиксирование исторических событий, точность и достоверность записей. Запись воспоминаний очевидцев. Работа в музеях, библиотеках, архивах, снятие копий с документов. Обращение с документами. Работа туристов среди местного населения, агитпоходы. Выполнение заданий различных организаций.

**Практика.** Изучение метеорологических приборов и работа с ними. Вычерчивание графиков и схем температуры, давления, облачности, влажности, Ведение дневника наблюдений. Измерение скорости течения реки, ее ширины и глубины. Определение свойств воды и дебита источников. Паспортизация колодцев и источников. Изучение разреза почвы. Сбор гербария местных растений. Учет состава животных своего края. Составление коллекции полезных ископаемых. Запись воспоминаний ветеранов войны и труда. Снятие копий с исторических документов. Знакомство с краеведческими объектами края. Изучение краеведческой литературы. Выпуск газет, изготовление стендов.

## **7. Привалы и ночлеги-2ч.**

**Теория.** Организация привалов и ночлегов в разное время года. Требования, предъявляемые к месту ночлега. Планирование и устройство полевого лагеря. Организация работы группы и дежурных. Хранение снаряжения. Костры. Ремонт и сушка обуви и одежды. Меры безопасности при организации ночлега. Снятие лагеря, уборка места привала. Организация ночлега в населенном пункте.

## **8. Организация и проведение похода и путешествие-10ч.**

**Теория.** План подготовки к походу. Ознакомление с районом похода. Распределение обязанностей в группе. Нормы переходов. Движение в походе: темп, строй, обязанности ведущего и замыкающего. Преодоление естественных и искусственных препятствий. Туристское снаряжение личное и групповое. Ремонтный набор. Выбор места для бивака. Типы костров. Сушка и ремонт одежды и обуви. Набор продуктов. Составление меню. Приготовление пищи на костре. Соблюдение мер безопасности при проведении похода, путешествия.

Подведение итогов похода. Выпуск стенгазеты, оформление отчета о походе, проведение итогового вечера.

**Практика.** Разработка маршрута одно-, двух-, трехдневного похода. Участие в подготовке плана проведения похода, составление сметы, набора продуктов и меню. Составление списков личного и группового снаряжения, ознакомление с имеющимся снаряжением, его ремонт.

Самостоятельное изготовление колышков для палаток, очага. Упаковка снаряжения, продуктов, укладка рюкзака. Устройство бивака, установка палаток различного типа, разведение костра. Приготовление пищи на костре.

#### **9. Охрана природы-4ч.**

**Теория.** Значение природы в жизни человека. Природоохранительная деятельность российских органов. Закон об охране природы. Общественно полезная деятельность туристов по охране природы во время проведения туристского путешествия и на месте базового лагеря.

**Практика.** Соблюдение правил противопожарной безопасности в лесу. Сохранность водоема в районе проведения соревнований. Заготовка дров для костра, запрет самовольных порубок Работа «зеленых патрулей» в районе проведения соревнований.

#### **10. Врачебный контроль и самоконтроль. Первая доврачебная помощь-6ч.**

**Теория.** Врачебный контроль и самоконтроль, их значение и содержание. Порядок осуществления врачебного контроля. Общие гигиенические требования в походе. Меры предупреждения потертостей при ходьбе. Питьевой режим. Обеззараживание воды. Медицинская аптечка, набор лекарств и их назначение. Понятие о травмах, их причины и профилактика. Способы транспортировки пострадавшего.

**Практика.** Показ приемов самоконтроля. Изготовление носилок из подручного материала. Комплектование походной медицинской аптечки. Разучивание приемов оказания первой доврачебной помощи и переноски пострадавшего.

#### **5. Соревнования по спортивному ориентированию. Индивидуальная работа-14ч.**

**Теория.** Соревнования по ориентированию в заданном направлении, их характеристика. Соревнования по ориентированию на маркированной трассе, их характеристика. Соревнования по ориентированию по выбору, их характеристика. Эстафетное ориентирование в заданном направлении. Эстафетное ориентирование на маркированной трассе. Лыжное ориентирование в заданном направлении. Определение результатов в соревнованиях по ориентированию.

**Практика.** Принять участие в соревнованиях по ориентированию—по выбору, в заданном направлении, на маркированной трассе (в качестве участника).

#### **6. Соревнование по туристской технике. Индивидуальная работа-12ч.**

**Теория.** Требования к участникам соревнований. Туристская полоса препятствий, ее отличие от эстафеты.

Состав команды на полосе препятствий и в эстафете. Примерные элементы полосы препятствий и эстафеты: бег по пересеченной местности; подъемы и спуски; преодоление условного болота; переправы по бревну и вброд; навесная переправа; переправа через реку на лодке, плоту; укладка рюкзака; установка палатки; разжигание костра и кипячение воды. Требования к обуви и одежде участников.

**Практика.** Участие в соревнованиях по туристской технике (в качестве участника). Разбор дистанций, действий участников на различных этапах.

#### **14. Соревнования по туристским навыкам. Индивидуальная работа-10ч.**

**Теория.** Оценка выхода группы на маршрут, требования, предъявляемые к

группе. Оценка прибытия группы к месту соревнований. Оснащение группы снаряжением, основные требования к снаряжению. Состояние лагеря и кухни. Организация хранения продуктов. Проверка состава медицинской аптечки. Обеспечение вопросов безопасности при организации лагеря.

**Практика.** Занятия по оборудованию лагеря и кухни. Участие в соревнованиях по туристским навыкам (в качестве участников).

### **15. Незачётные виды и конкурсы. Индивидуальная работа-6ч.**

**Теория.** Незачётные виды соревнований и конкурсы—средства проверки и привития навыков, необходимых юному туристу, а также организации досуга на соревнованиях. Организация и проведение тематических конкурсов, краеведческих викторин, конкурса на лучшую походную газету, эмблему, фотографию, туристскую самоделку. Организация соревнований санпостов, кашеваров и др. Организация показательных выступлений опытных туристов и спортсменов. Организация и проведение конкурса самодеятельности, туристской песни. Организация и проведение вечеров дружбы, общего костра.

**Практика.** Участие в различных конкурсах и незачётных видах соревнований. Участие в подготовке общего костра, в организации и проведении вечера дружбы. Меры безопасности при проведении незачётных видов и конкурсов. Организация и проведение соревнований по различным видам спорта: сдаче норм ГТО, стрельбе, волейболу, футболу и др. Связь со спортивными организациями, судейство этих видов.

**Практика.** Участие в организации и судействе одного конкурса.

### **16. Соревнование «туристическое путешествие»-2ч.**

**Теория.** «Инструкция об организации и проведении туристских походов, путешествий и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ»-основной документ, регламентирующий организацию и проведение туристского путешествия. Маршрутно-квалификационные комиссии (МКК), их роль в организации и проведении туристского путешествия. Роль контрольно-спасательной службы советов по туризму и экскурсиям в обеспечении безопасности путешествий. Участники соревнований, возрастные группы, допуск участников к соревнованиям, обязанности участников. Заявки на участие в соревнованиях; заявочная книжка и маршрутный лист - основные заявочные документы. Основные разделы отчета о путешествии и их оценка в баллах: сведения о районе путешествия, техническое описание путешествия, таблица дневных переходов, списки личного и группового снаряжения, заключение и рекомендации по маршруту, общественно полезная работа группы на маршруте. Оформление отчета. Требования, предъявляемые к маршрутной ленте.

Поведение контрольного перехода. Расчет контрольного времени на переход.

### **17. Сдача контрольных нормативов и тестов-2ч.**

### **18. Развитие двигательных качеств-30ч.**

**Практика:** Развитие двигательных качеств (выносливость, ловкость, сила, быстрота, гибкость).

### **19. Итоговое занятие. Подведение итогов года-2ч.**

Подведение итогов и анализ работы объединения за год.

## Учебный план второго года обучения.

№ п.п.	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1.	Введение. Техника безопасности на занятиях в секции пешеходный туризм (программа «Юные судьи»).	4	4		Беседа
2	Массовый туризм в России.	2	2		Устный опрос
3	Правила туристских соревнований школьников	2	2		Устный опрос
4	Топографическая подготовка туриста. 4.1. Значение топографических карт. Топографические знаки, масштаб карты. Курвиметр. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты. Общие черты и отличия топографической и спортивной карты. 4.2. Компас, приемы работы с компасом Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Определение сторон горизонта по небесным светилам. Угловая скорость солнца. 4.3. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, измерение масштаба. Изображение рельефа при помощи песка, пластилина, Определение точки стояния на карте при выходе на местность. Движение по азимуту на открытом месте и в лесу различной проходимости.	12	4  2  2	8       8	Устный опрос       Зачет
5	Охрана природы. 5.1. Закон об охране природы. Краткий обзор природы родного края. Природоохранительная деятельность туристов. Соблюдение правил противопожарной безопасности в лесу, сохранность водоемов.	2	2		Устный опрос
6	Первая доврачебная помощь. 6.1. Врачебный контроль и самоконтроль. Медицинская аптечка, набор лекарств и их применение. Травматизм. Способы транспортировки пострадавшего. Ушибы, растяжения, разрывы связок, мышц и сухожилий. Кровотечения и их виды, остановка кровотечения. Оказание первой помощи 6.2. Комплектование походной медицинской аптечки. Изготовление	4	2  2	2       2	Устный опрос       Зачет

	носилки для транспортировки пострадавшего. Разучивание приемов оказания первой доврачебной помощи				
7	<p>Организация и проведение «Кросс похода»</p> <p>7.1. Виды и характер соревнований. Организация привалов. Разработка «нити» маршрута. Обязанности участников кросс-похода и руководителя.</p> <p>Обеспечение безопасности.</p> <p>7.2. Прохождение кросс-похода.</p>	10	2 2	8 8	Кросс-поход
8	<p>Организация и судейство контрольного комбинированного маршрута. Индивидуальная работа.</p> <p>8.1. Содержание соревнований, их командный характер. Длина маршрутов, количество этапов. Участники. Организация старта и финиша. Судейская коллегия вида, Порядок определения результатов соревнований. Картографическое обеспечение соревнований. Организация судейства отдельных этапов. Необходимая документация.</p> <p>8.2. Разработка условий проведения соревнований. Подготовка полигона, разработка маршрута, по карте полигона, проверка его на местности. Постановка контрольных пунктов. Подготовка документации. Участие в судействе соревнований на различных должностях.</p>	10	2 2	8 8	Зачет Соревнования
9	<p>Организация и судейство вида «Спортивное ориентирование». Индивидуальная работа.</p> <p>9.1. Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию. Допуск спортсменов к соревнованиям и отстранение от участия в них. Работа судейской коллегии. Медицинское обеспечение соревнований.</p> <p>9.2. Принять участие в судействе соревнований по спортивному ориентированию в составе бригады старта, финиша, секретариата. Принять участие в подготовке дистанции: в планировании ее на карте и постановке контрольных пунктов на местности.</p>	14	4 4	10 10	Зачет Соревнования

10	<p>Организация и судейство вида «Туристская техника». Индивидуальная работа.</p> <p>10.1. Содержание вида. Работа судейской коллегии. Обязанности начальника дистанции и судей на этапах. Зачет результатов и подведение итогов.</p> <p>10.2. Туристская полоса препятствий, ее отличие от эстафеты. Примерные элементы полосы препятствий и эстафеты. Оборудование этапов. Требования к месту старта и финиша, к местам расположения участников и зрителей. Обеспечение безопасности при проведении соревнований:</p> <p>10.3. Участие в подготовке туристской полосы препятствий: выбор района, расстановка оборудования этапов.</p> <p>10.4. Судейство, соревнований» по туристской технике. Работа в различных бригадах: старта и финиша, секретариата, судей на этапах. Разбор дистанции, действий участников и судей.</p>	16	4	12	<p>Устный опрос</p> <p>Зачет</p> <p>Практическая работа</p> <p>Соревнование</p>
11	<p>Организация и судейство вида «Спортивное скалолазание»</p> <p>11.1. Содержание вида. Работа судейской коллегии. Обязанности начальника дистанции и судей на этапах. Зачет р</p> <p>11.2. Требования к месту старта и финиша, к местам расположения участников и зрителей. Обеспечение безопасности при проведении соревнований: результатов и подведение итогов.</p> <p>11.3. Судейство, соревнований» по туристской технике.</p>	6	2	4	<p>Ответы на вопросы</p> <p>Зачет</p> <p>Соревнование</p>
12	<p>Организация и судейство вида «Туристские навыки». Индивидуальная работа.</p> <p>12.1. Судейская коллегия вида, организация ее работы. Документация судейской коллегии, своевременная информация групп обо всех замечаниях и выставленных оценках. Проверка обеспечения вопросов безопасности при организации лагеря. Определение результатов соревнований.</p> <p>12.2. Участие в подготовке документации судейской коллегии. Участие в судействе вида «Туристские навыки»</p>	10	2	8	<p>Ответы на вопросы</p> <p>Соревнование</p>

13	Организация и судейство незачётных видов соревнований и конкурсов. 13.1. Организация мероприятия, конкурса, соревнования, положение, судейство. 13.2. Проведение мероприятия.	4	2	2	Устный опрос Соревнование
14	Организация и проведение туристских походов со школьниками. 14.1. Цели похода, продолжительность, протяженность, сложность похода. Разработка маршрута, план-график похода. Понятие о тактике и технике в туризме. Оформление походной документации. Меры безопасности при купании, при устройстве бивака. 14.2. Рацион и организация питания в походе. Хранение, закупка продуктов на маршруте. Снаряжение для туристского похода: личное, групповое, специальное. Подготовка и ремонт снаряжения, изготовление самодельного снаряжения. 14.3. Обеспечение безопасности при преодолении естественных препятствий в походе. Купание в походе. Подведение итогов похода. 14.4. Разработка маршрута одно-, двух-, трехдневного похода. Изготовление и ремонт снаряжения.	8	6	2	Устный опрос  Практическая работа  Зачет  Практическая работа
15	Развитие двигательных качеств	36		36	Зачет
16	Сдача контрольных нормативов и тестов	2		2	Зачет
17	Итоговое занятие. Подведение итогов года	2	2		Тестирование
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>42</b>	<b>102</b>	

## Содержание учебного плана второго года обучения

**1. Введение- 4 ч.** Вводное занятие. ТБ - сентябрь и ТБ - январь

**Теория.** Программа второго года обучения. Техника безопасности. Правила поведения в походах и экспедициях, правила поведения в общественных местах

**2. Массовый туризм в России-2ч.**

**Теория.** Роль туристских походов, путешествий, экскурсий в формировании мировоззрения, нравственных принципов, патриотизма, интернационализма. Роль профсоюзов, органов образования в развитии туризма.

Туристские организации страны. Понятие о самостоятельном и плановом туризме. Туристские базы.

Виды туризма: автомобильный, велосипедный, водный, горный, лыжный, пешеходный, спелеотуризм. Туристские нормативы комплекса ГТО. Значки «Юный турист», «Турист РОССИИ» и классификационные нормативы по туризму. Спортивное ориентирование в комплексе ГТО, разрядные требования по спортивному ориентированию.

### **3.Правила туристских соревнований школьников-2ч.**

**Теория.** Правила соревнований - основной руководящий документ. Основные разделы правил туристских соревнований школьников. Заявки на участие в соревнованиях. Возрастные группы. Допуск участников к соревнованиям и отстранение от них. Протесты и. заявления, порядок их подачи и рассмотрения. Документация (положение, условия проведения, план подготовки и проведения, отчет), ее составление, обсуждение и утверждение, Согласование вопросов проведения соревнований с местными органами.

Правила соревнований по различным видам туризма, их общие положения и различие. Инструкция о присвоении судейских званий по туристским соревнованиям и спортивному ориентированию.

### **4.Топографическая подготовка туриста-10ч.**

**Теория.** Значение топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туриста. Топографические знаки, масштаб карты. Генерализация карты. Типичные формы рельефа на топографической карте. Характеристика местности по рельефу. Комплексное чтение карты. Измерение расстояний на карте. Курвиметр. Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты. Определение координат точек на карте. Старение карты.

Общие черты и отличия топографической и спортивной карты. Порядок обеспечения соревнований по спортивному ориентированию картографическими материалами.

Компас, приемы работы с компасом Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Определение сторон горизонта по небесным светилам. Угловая скорость солнца. Нахождение Полярной звезды. Приближенное определение сторон горизонта по признакам местных предметов. Способы определения расстояния на местности. Средний шаг, его измерение. Измерение расстояний шагами и по времени движения. Способы и правила копирования карт.

**Практика.** Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, измерение масштаба. Изображение рельефа при помощи песка, пластилина, Определение точки стояния на карте при выходе на местность. Движение по азимуту на открытом месте и в лесу различной проходимости. Проведение упражнений с измерением расстояний на местности. Копирование карт, увеличение карт различного масштаба. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

### **5.Охрана природы-2ч.**

**Теория.** Закон об охране природы. Краткий обзор природы родного края. Природоохранительная деятельность туристов. Соблюдение правил противопожарной безопасности в лесу, сохранность водоемов. Оборудование мест старта, финиша, мест общего пользования. Питьевая вода и места купания

Сохранность природы во время подготовки дистанции соревнований. Работа «зеленых» и «голубых патрулей» в районах проведения соревнований. Организация трудовых десантов для оказания помощи лесу, посадки деревьев, очистки водоемов.

#### **6. Первая доврачебная помощь-4ч.**

**Теория.** Врачебный контроль и самоконтроль. Субъективные данные самоконтроля, меры предупреждения переутомления. Гигиенические требования в походе, требования к одежде, обуви. Меры предупреждения потертостей. Медицинская аптечка, набор лекарств и их применение.

Признаки заболеваний. Травматизм. Профилактика заболеваний и травм. Способы транспортировки пострадавшего. Ушибы, растяжения, разрывы связок, мышц и сухожилий. Кровотечения и их виды, остановка кровотечения. Первая помощь при повреждении костей (ушибах, переломах). Помощь при высокой температуре (ожогах, солнечных и тепловых ударах). Помощь при обморожениях. Помощь утопающему. Помощь при желудочных и простудных заболеваниях, укусах ядовитых насекомых и пресмыкающихся.

**Практика.** Комплектование походной медицинской аптечки. Изготовление носилок для транспортировки пострадавшего. Разучивание приемов оказания первой доврачебной помощи.

#### **7. Организация и проведение «Кросс похода» -10ч.**

**Теория.** Виды и характер соревнований: годовые, проводящиеся на туристских соревнованиях, тематические. Участники соревнований, возрастные группы, порядок допуска участников к соревнованиям.

Организация временной туристской маршрутно-квалификационной комиссии на время проведения соревнований. Заявки на участие в соревновании, заявочная книжка и маршрутный лист, порядок их оформления. Судейская коллегия вида; требования, предъявляемые к туристскому опыту ее членов. Права и обязанности судей, организация их работы. Определение результатов соревнований. Документы, направляемые в судейскую коллегия после окончания путешествия, требования, предъявляемые к ним. Методика организации работы судейской коллегии. Распределение мест между командами. Содержание и оценка материалов путешествия. Основные разделы отчета о путешествии, их оценка в баллах, сведения о районе путешествия, техническое описание, таблицы дневных переходов, списки личного и группового снаряжения, заключения и рекомендации по маршруту, общественно полезная работа группы на маршруте. Оформление отчета. Требования, предъявляемые к маршрутной ленте, ее показатели. Основные разделы паспорта маршрута и их оценка в баллах: справочные сведения о путешествии, сведения о районе путешествия, таблицы дневных переходов, обеспечение группы.

**Практика.** Прохождение кросс-похода.

#### **8. Организация и судейство контрольного комбинированного маршрута. Индивидуальная работа-10ч.**

**Теория.** Содержание соревнований, их командный характер. Длина маршрутов, количество этапов. Участники соревнований. Содержание этапов и заданий. Организация старта и финиша. Судейская коллегия вида, обязанности судей.

Полигон, построение маршрута, расчет времени на прохождение маршрута. Порядок определения результатов соревнований. Картографическое обеспечение соревнований. Организация судейства отдельных этапов. Необходимая документация.

**Практика.** Разработка условий проведения соревнований. Подготовка полигона, разработка маршрута, по карте полигона, проверка его на местности. Постановка контрольных пунктов. Подготовка документации. Участие в судействе соревнований на различных должностях.

## **9. Организация и судейство вида «Спортивное ориентирование». Индивидуальная работа-14ч.**

**Теория.** Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию. Допуск спортсменов к соревнованиям и отстранение от участия в них. Протесты и заявления, сроки их подачи и порядок рассмотрения. Составы судейских бригад, права и обязанности судей. Работа главной судейской коллегии, секретариата. Служба дистанции, ее состав и работа по подготовке соревнований и в ходе их проведения. Стартовые и финишные бригады. Требования к местности и дистанциям соревнования. Длина дистанции, ее обозначение на карте и оборудование на местности. Требования к карте соревнований. Контрольное время прохождения дистанции. Особенности судейства различных видов соревнований. Определение результатов в соревнованиях. Работа службы информации. Форма документации соревнований по ориентированию. Обеспечение безопасности в соревнованиях по спортивному ориентированию: требования к выбору района соревнований, его ограничение, проверка опасных мест на дистанции. Информация участников о действиях; в случае потери ориентировки. Работа контрольно-спасательного отряда. Организация поиска заблудившихся участников. Медицинское обеспечение соревнований.

**Практика.** Участие в судействе соревнований по спортивному ориентированию в составе бригады старта, финиша, секретариата. Участие в подготовке дистанции: в планировании ее на карте и постановке контрольных пунктов на местности. Участие в корректировке спортивной карты, ее вычерчивании.

## **10. Организация и судейство вида «Туристская техника». Индивидуальная работа-16ч.**

**Теория.** Содержание вида. Состав судейской коллегии. Обязанности начальника дистанции и судей на этапах. Туристская полоса препятствий, ее отличие от эстафеты. Примерные элементы полосы препятствий и эстафеты. Оборудование этапов. Требования к месту старта и финиша, к местам расположения участников и зрителей. Организация знакомства участников и капитанов команд с дистанцией, способами преодоления этапов. Работа секретариата, организация информации о ходе соревнования. Зачет результатов и подведение итогов. Обеспечение безопасности при проведении соревнований: проверка безопасности прохождения этапов, организация консультаций по правильному преодолению технически сложных этапов, проверка инвентаря и снаряжения на прочность. Прием дистанции судьей - инспектором.

**Практика.** Участие в подготовке туристской полосы препятствий: выбор

района, расстановка оборудования этапов. Судейство, соревнований» по туристской технике. Работа в различных бригадах: старта и финиша, секретариата, судей на этапах. Разбор дистанции, действий участников и судей.

#### **11. Организация и судейство вида «Спортивное скалолазание»-6ч.**

**Теория.** Содержание вида. Работа судейской коллегии. Обязанности начальника дистанции и судей на этапах.

**Практика.** Требования к месту старта и финиша, к местам расположения участников и зрителей. Обеспечение безопасности при проведении соревнований: результатов и подведение итогов. Судейство, соревнований по туристской технике.

#### **12. Организация и судейство вида «Туристские навыки». Индивидуальная работа-10ч.**

**Теория.** Судейская коллегия, организация ее работы. Документация судейской коллегии, своевременная информация групп обо всех замечаниях и выставленных оценках. Оценка выхода группы на маршрут, требования, предъявляемые к группе. Оснащение группы снаряжением, основные требования к снаряжению. Оценка прибытия группы к месту соревнования. Судейство состояния лагеря и кухни. Организация хранения продуктов. Проверка состава медицинской аптечки. Проверка обеспечения вопросов безопасности при организации лагеря. Поощрительные и штрафные баллы, их роль. Определение результатов соревнований.

**Практика.** Участие в подготовке документации судейской коллегии. Участие в судействе вида «Туристские навыки», разбор результатов соревнований.

Организация и судейство незачетных видов и конкурсов. Организация и проведение тематических конкурсов: на лучшую туристскую самоделку, на лучший туристский лагерь, фотографию, кинофильм, эмблему, походную газету. Организация и проведение краеведческих викторин. Организация соревнований санпостов, кашеваров и др. Организация показательных выступлений опытных туристов и спортсменов. Организация и проведение конкурса самодеятельности, туристской песни. Организация и проведение костра.

#### **13. Организация и судейство незачётных видов соревнований и конкурсов-4ч.**

**Теория.** Незачетные виды соревнований и конкурсы—средства проверки и привития навыков, необходимых юному туристу, а также организации досуга на соревнованиях. Организация и проведение тематических конкурсов, краеведческих викторин, конкурса на лучшую походную газету, эмблему, фотографию, туристскую самоделку. Организация соревнований санпостов, кашеваров и др. Организация показательных выступлений опытных туристов и спортсменов. Организация и проведение конкурса самодеятельности, туристской песни. Организация и проведение вечеров дружбы, общего костра.

#### **14. Организация и проведение туристских походов со школьниками- 8ч.**

**Теория.** Определение целей похода. Продолжительность, протяженность, сложность похода. Комплектование туристской группы, предварительный медосмотр участников. Распределение обязанностей в группе, подготовка ответственных за участки работы. Составление плана подготовки похода.

Разработка маршрута, план-график похода. Понятие о тактике и технике в туризме. Оформление походной документации. Оформление категорийных путешествий в маршрутно-квалификационных комиссиях, постановка на учет в контрольно-спасательной службе.

Рацион и организация питания в походе. Хранение, закупка продуктов на маршруте. Снаряжение для туристского похода: личное, групповое, специальное. Подготовка и ремонт снаряжения, изготовление самодельного снаряжения. Обеспечение безопасности при преодолении естественных препятствий в походе. Меры безопасности при купании, при устройстве бивака. Подведение итогов похода.

**Практика.** Разработка маршрута одно-, двух-, трехдневного похода. Изготовление и ремонт снаряжения. Участие в двух-, трехдневном походе с ночлегом в полевых условиях. Выпуск стенгазеты, оформление отчета о походе.

#### **15. Развитие двигательных качеств-36ч.**

**Практика.** Развитие двигательных качеств (выносливость, ловкость, сила, быстрота, гибкость).

#### **16. Сдача контрольных нормативов и тестов-2ч.**

#### **17. Итоговое занятие. Подведение итогов года-2ч.**

Подведение итогов и анализ работы объединения за год

## Методическое обеспечение программы первого года обучения

№	Наименование тем разделов.	Форма занятия	Методы и приемы	Подведение итогов	Дидактический материал	Техническое оснащение
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	Лекция	Объяснение, показ	беседа	Карты, журналы, стенды, фотоматериал	Туристическое снаряжение, видеофильм
2	Спорт и физическая культура в стране. Массовый туризм	Лекция	Объяснение, показ	Ответ на вопросы	Карты, журналы, стенды, фотоматериал	Компьютерная и видеотехника
3	Правила туристских соревнований. Разряды и звания по туризму и спортивному ориентированию.	Лекция	Объяснение, самостоятельная работа	Ответ на вопросы	Карты, журналы, стенды, фотоматериал	Компьютерная и видеотехника
4	Топографическая подготовка туриста.	Лекция, практика	Объяснение, самостоятельная работа	Устный опрос, зачет	Карты, журналы, стенды, фотоматериал	Туристическое снаряжение, компьютерная и видеотехника
5	Природа родного края, его история.	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Устный опрос, доклады, зачет	Карты, журналы, стенды, фотоматериал	Компьютерная и видеотехника
6	Краеведческая и другая общественно полезная работа в походе.	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Устный опрос, доклады, презентации, зачет	Карты, журналы, стенды, фотоматериал	Компьютерная и видеотехника
7	Привалы и ночлеги.	Лекция	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Зачет	Карты, журналы, стенды, фотоматериал	Туристическое снаряжение, компьютерная и видеотехника
8	Организация и проведение похода и путешествия.	Лекция, практика	Объяснение, самостоятельная работа	Устный опрос, ответ на вопросы	Карты, журналы, стенды, фотоматериал	Туристическое снаряжение, компьютерная и видеотехника
9	Охрана природы.	Лекция,	Объяснение	Ответы	Методиче	Компьютерн

		практика	ие, показ, самостоятельная работа	на вопросы, доклады, зачет	ское пособие, стенды, фотоматериал	ая и видео техника
10	Врачебный контроль и самоконтроль. Первая доврачебная помощь.	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Ответы на вопросы, практическая работа, зачет	Методическое пособие, стенды, фотоматериал	Туристическое снаряжение, компьютерная и видео техника
11	Соревнования по спортивному ориентированию. Индивидуальная работа	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Ответы на вопросы, практическая работа, соревнование	Методическое пособие карты, журналы, стенды, фотоматериал	Туристическое снаряжение, спортивный инвентарь, компьютерная и видео техника
12	Соревнование по спортивному скалолазанию. Индивидуальная работа	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Ответы на вопросы, практическая работа, соревнование	Методическое пособие, стенды, фотоматериал	Туристическое снаряжение, спортивный инвентарь, компьютерная и видео техника
13	Соревнование по туристской технике. Индивидуальная работа.	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Устный опрос, практическая работа, соревнование	Методическое пособие, стенды, фотоматериал	Туристическое снаряжение, компьютерная и видео техника
14	Соревнования по туристским навыкам. Индивидуальная работа.	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Устный опрос, практическая работа, соревнование	Методическое пособие, стенды, фотоматериал	Туристическое снаряжение, компьютерная и видео техника
15	Незачётные виды и конкурсы. Индивидуальная работа.	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Практическая работа, зачет, соревнование	Карты, журналы, стенды, фотоматериал	Туристическое снаряжение, спортивный инвентарь, компьютерная и видео техника
16	Соревнование «туристическое путешествие»	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Устный опрос	Методическое пособие,	Туристическое снаряжение,

			тельная работа		стенды, фотоматериал	спортивный инвентарь, компьютерная и видеотехника
17	Сдача контрольных нормативов	Практика	Самостоятельная работа	Зачет	Методическое пособие	Спортивный инвентарь
18	Развитие двигательных качеств	Практика	Самостоятельная работа	Зачет	Туристическое снаряжение	Спортивный инвентарь и оборудование, туристическое снаряжение
19	Итоговое занятие. Подведение итогов года	Лекция практика	Самостоятельная работа	Тестирование	Карты, методическое пособие	Туристическое снаряжение, компьютерная и видеотехника

### Методическое обеспечение программы второго года обучения

№	Наименование тем разделов.	Форма занятия	Методы и приемы	Подведение итогов	Дидактический материал	Техническое оснащение
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	лекция	объяснение	беседа	Методические пособия, журналы, стенды, фотоматериал	Туристическое снаряжение, видеофильм
2	Массовый туризм в России.	лекция	объяснение	Ответы на вопросы	Методические пособия, журналы, стенды, видеоматериал	Компьютерная и видеотехника
3	Правила туристских соревнований школьников	Лекция	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Ответы на вопросы	Методические пособия, журналы, видеоматериал	Компьютерная и видеотехника
4	Топографическая подготовка туриста.	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Устный опрос, зачет	Методические пособия, карты, журналы, видео	Туристическое снаряжение, компьютерная и видеотехника

					материал	
5	Охрана природы.	Лекция	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Ответы на вопросы	Методические пособия, карты, журналы, видео материал	Компьютерная и видеотехника
6	Первая доврачебная помощь	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Ответы на вопросы, зачет	Методические пособия, видео материал	Туристическое снаряжение, компьютерная и видеотехника
7	Организация и проведение «Кросс похода»	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Кросс-поход	Методические пособия, видео материал	Туристическое снаряжение, компьютерная и видеотехника
8	Организация и судейство контрольного комбинированного маршрута. Индивидуальная работа.	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Зачет, соревнование	Методические пособия, карты, журналы, видео материал	Туристическое снаряжение, компьютерная и видеотехника
9	Организация и судейство вида «Спортивное ориентирование». Индивидуальная работа.	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Зачет, соревнование	Методические пособия, карты, журналы, видео материал	Туристическое снаряжение, компьютерная и видеотехника
10	Организация и судейство вида «Туристская техника». Индивидуальная работа.	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Ответы на вопросы, зачет, практическая работа, соревнование	Методические пособия, карты, журналы, видео материал	Туристическое снаряжение, компьютерная и видеотехника
11	Организация и судейство вида «Спортивное скалолазание»	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Ответы на вопросы, зачет, соревнование	Методические пособия, журналы, видео материал	Туристическое снаряжение, компьютерная и видеотехника
12	Организация и судейство вида «Туристские навыки».	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Ответы на вопросы, соревнование	Методические пособия, журналы,	Туристическое снаряжение, спортивный

	Индивидуальная работа.		работа	ние	видео материал	инвентарь, компьютерная и видео техника
13	Организация и судейство незачётных видов соревнований и конкурсов	Лекция, практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Ответы на вопросы, соревнование	Методические пособия, журналы, видео материал	Туристическое снаряжение, спортивный инвентарь, компьютерная и видео техника
14	Организация и проведение туристских походов со школьниками.	Лекция, практика				Туристическое снаряжение, спортивный инвентарь, компьютерная и видео техника
15	Развитие двигательных качеств	Практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Зачет	Методические пособия	Туристическое снаряжение, спортивный инвентарь
16	Сдача контрольных нормативов и тестов	Практика	Объяснение, показ, самостоятельная работа	Зачет	Методические пособия	Туристическое снаряжение, спортивный инвентарь
17	Итоговое занятие. Подведение итогов года	Лекция практика	самостоятельная работа	Тестирование	Карты, методическое пособие	Туристическое снаряжение компьютерная и видео техника,

## Нормативно-правовые документы.

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ
2. Государственная программа Российской Федерации «Развитие дополнительного образования детей до 2020 г.», утв. Постановлением Правительства РФ от 22.11.2012 г. №2148-р
3. Концепция развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 г. №1726-р.
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 г. №1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
5. Методические рекомендации по проектированию современных дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ, в том числе разноуровневых, от 20.09.2017 г.
6. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»
7. Методические рекомендации по разработке и оформлению ДОП. Буйлова Л.Н. – Москва, ГАОУ ВО «Московский институт открытого образования», 2015.
8. Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей Министерства образования (Приложение к письму Департамента Молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. №06-1844)

## ЛИТЕРАТУРА

- Абуков А. Х. Туризм сегодня и завтра. М., Профиздат, 2008.
- Альманах. Ветер странствий. М., Физкультура и спорт. Вып. 1—14, 2009
- Алешин В. М., Иванов Е. И., Колесников А. А. Судейство соревнований по ориентированию на местности. М. Физкультура и спорт, 2007.
- Алешин В. М., Калиткин Н. Н. Соревнования по спортивному ориентированию. М. Физкультура и спорт, 2004.
- Библиотека туриста «Турист»/Сост. Власов А. А. М. Физкультура и спорт, 2004.
- Великорецкий А. Н. Первая помощь до прихода врача. М. Медицина, 2012.
- Васильев И. В. В помощь организаторам и инструкторам туризма. М. Профиздат, 2013.
- Иванов Е. И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию. М.. Физкультура и спорт, 2007. Карманный справочник туриста. М. Профиздат, 2002.
- Меньчуков А. Е. В мире ориентиров. М. Недра, 2007.

Огородников Б. И. С картой и компасом по ступеням ГТО. М. Физкультура и спорт, 2013.

Сборник руководящих документов по самостоятельному туризму. М. ЦРИБ «Турист». Сб. I—3. Спутник альпиниста. М. Физкультура и спорт, 2010.

Следопыты ведут поиск/ Сост. Соколова И. В. М., Просвещение, 2013. Турист. Ежемесячный иллюстрированный журнал ВЦСПС. Штюмер Ю. А. Охрана природы и туризм. М. Физкультура и спорт, 2014.

Штюмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М. Физкультура и спорт, 2012.

Черепов И. А. Методика обучения альпинистов. М. Физкультура и спорт, 2013

#### **Интернет-ресурсы**

[http://tourlib.net/books\\_tourism/shahovalov5.htm](http://tourlib.net/books_tourism/shahovalov5.htm)

<http://tourlib.net/teor.htm>

<http://tourlib.net/vidy.htm>

[http://tourlib.net/books\\_tourism/babkin.htm](http://tourlib.net/books_tourism/babkin.htm)

<http://tourlib.net/pedtur.htm>