

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СТАНЦИЯ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ
БУГУЛЬМИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
От «28» 08 2023 года

«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО СТОИТ О
Т. А. Давлатов
Приказ № 360/д от «01» 09 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Юный турист»**

Направленность: туристско-краеведческая

Возраст учащихся: 12-15 лет

Срок реализации: 1 год (144 часа)

третий год обучения

Руководитель:
Мазлов Сергей Николаевич
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

2023 год

Пояснительная записка.

Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист».

Нормативно-правовое обеспечение программы.

Программа дополнительного образования «Юный турист» разработана в соответствии с требованиями Федерального закона об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ; Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022 г. № 678-р; Федерального проекта «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 03.09.2018 № 10; Приказа Минпроса России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»; Федерального закона от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 28.12.2022 г.); Приказа № 629 Министерства просвещения России от 27.07.2022г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 года № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»; Методическими рекомендациями по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ в новой редакции, МОиН РТ, ГБУ «РЦВР», 2023; «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СП 2.4.3648-20, утвержденных постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28; локальных нормативных актов и Устава МБОУ ДО СДЮТиЭ.

Актуальность программы.

Пешеходный туризм — самый массовый и самый доступный вид туризма. На плановые и самодетельные пешеходные маршруты по стране ежегодно выходят миллионы советских людей.

Самодетельный туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного коммунистического воспитания подрастающего поколения.

Главная задача кружка пешеходного туризма — удовлетворить естественную потребность учащихся в непосредственном познании мира, своего края; показать, как он прекрасен, воспитать активную любовь к нему, преданность народу и земле, на которой им посчастливилось родиться.

Конкретные цели кружковцев — летний зачетный некатегоричный поход после первого года занятий и категоричный поход после второго года работы кружка. Важным стимулом для ребят должно стать получение в результате занятий и зачетных походов значков «Юный турист», и юношеских спортивных разрядов по туризму. Важнейшей целью кружка является физическое воспитание детей, привитие любви к труду и умения трудиться, приобретение ребятами необходимых военно-прикладных навыков.

Дать ребятам возможность освоить все премудрости пешеходного туризма — значит дать им путевку в большой туризм, на всю жизнь привить им страсть к путешествиям, к познанию, к самосовершенствованию.

Отличительные особенности программы особенностями программы «Юный турист» являются: - право каждого ребенка на получение дополнительного образования в зависимости от его индивидуальных особенностей и возможностей. - признание интересов ребенка, поддержка его успехов и создание условий для его самореализации.

Цель программы.

Формирование у ребят навыков безопасного поведения в природных условиях; в условиях самостоятельной жизни в походе; обучение навыкам выживания в экстремальных условиях.

Задачи третьего года обучения.

Образовательные:

- умение работать с разной литературой.
- писать доклады, выступать с ними перед другими ребятами.
- оформлять выставки, стенды, альбомы, книжки-раскладушки, изготавливать поделки.

Воспитательные:

- формировать внимание, культуру поведения, навыки общения и взаимодействия в коллективе;
- формировать интерес к предмету, желание заниматься дальше;

Развивающие:

- увлечь учащихся туризмом;
- содействовать в развитии естествознания;

Формы организации образовательного процесса.

Программой предусматриваются фронтальная, групповая, индивидуальная и самостоятельная формы обучения.

* **Фронтальная форма** организации учебной деятельности применяется тогда, когда все ученики одновременно выполняют общую для всех работу – во время теоретической части занятия, воспринимая новую информацию, сопровождается репродуктивными и практическими заданиями, и может быть реализована в виде информационного и объяснительно-иллюстративного изложения.

* **Индивидуальная форма** обучения предполагает, что каждый ученик получает для самостоятельного выполнения задание, специально для него, подобранное в соответствии с его подготовкой и возможностями, как индивидуальными, так и психологическими особенностями. Данная форма применяется параллельно с другими формами проведения занятия в виде индивидуальных консультаций для: детей, идущих впереди программы; неуспевающих учащихся; испытывающих затруднения в какой-то момент выполнения задания.

* **Групповая форма** работы учащихся на занятиях наиболее целесообразна при проведении практических тренировок при решении спортивных задач. В ходе такой работы максимально используются коллективные обсуждения результатов, взаимные консультации.

* **Самостоятельная работа** на занятии представляет собой форму проявления соответствующей деятельности: мышления и творческого воображения при выполнении учащимся учебного задания. Данная работа проходит по уровням продуктивной деятельности учащихся: копирующие действия, репродуктивная деятельность, продуктивная деятельность, и самостоятельная деятельность по переносу знаний при решении задач в совершенно новых ситуациях (при разработке новых походов). Только в сочетании с другими формами обучения учащихся на занятии – фронтальной и индивидуальной, и практической – групповая форма организации работы учащихся дает ожидаемые положительные результаты.

Основное место на занятиях отводится практической работе. Модификационные занятия: “мини-соревнования”, Семинар - подготовка и заслушивание рефератов, подбор тем для индивидуальных работ. Реализация самых интересных тем методом проекта – создание

проблемных ситуаций и активная деятельность учащихся по их разрешению, в результате чего и происходит овладение профессиональными знаниями, умениями и навыками и развитие мыслительных способностей. Экскурсия - посещение краеведческого музея. В программе используются нетрадиционные формы обучения: дискуссия и её разновидности: “дуэль”, КВН, кроссворд, викторина.

Программа может быть реализована в дистанционной форме. При реализации программы могут использоваться информационно-образовательные ресурсы, информационно-коммуникационные технологии, технические средства обучения образовательные платформы:

- Система электронного образования <https://p52.навигатор.дети/program/17894-programma-distantionnogo-obucheniya-yunyi-turist>

Российская электронная школа <https://resh.edu.ru/>

- Интерактивная образовательная онлайн-платформа «Учи.ру» <https://uchi.ru/>

Срок освоения программы.

Данная программа предусматривает последовательность изложения материала и выполнение постепенно усложняющихся работ.

Срок ее реализации – 1 года.

Недельная нагрузка на группу:

3 год обучения – 4 часа, 144 часа в год.

3 год обучения расширяет и углубляет понятия о вопросах техники безопасности в пешеходном туризме в курсе второго года обучения рассматриваются в каждом разделе программы — в темах, так или иначе связанных с безопасностью в походе. Короткие беседы по этим вопросам должны проводиться и во время самих походов, тренировок, практических занятий на конкретном материале правильных и неправильных действий юных туристов.

В воспитании грамотных и культурных туристов огромное значение имеют разборы походов. Практически важно после каждого учебно-тренировочного похода на очередном занятии кружка или прямо в походе у вечернего костра уделить время для обсуждения его итогов. Удачно проведенный разбор итогов похода учит ребят думать, критически относиться к себе и товарищам, заставляет осмыслить обильный поток информации, полученной во время похода. Для руководителя обсуждение похода — еще одно средство изучения воспитанников, позволяющее глубже узнать их характеры, образ мыслей, наклонности.

Подведение итогов можно проводить в форме устных или письменных высказываний каждого участника похода о его результатах, о тех или иных случаях, о товарищах.

Практические занятия и учебно-тренировочные походы надо строить так, чтобы ребята научились все делать самостоятельно. Очень важно, чтобы они привыкли быстро, дружно, толково работать на биваке и на препятствиях, не прятались бы за спины товарищей.

Занятия по ряду отдельных тем программы (в первую очередь по краеведческому разделу) полезно проводить в форме докладов (рефератов), составленных кружковцами самостоятельно. Руководитель, конечно, должен помочь докладчикам в подготовке этих выступлений, а затем и дополнить их после прочтения на кружке. Хорошие результаты может дать и привлечение к занятиям по отдельным темам или даже разделам краеведов, медиков, топографов и т. п.

Режим занятий. 2 раза в неделю по 2 часа.

Планируемые результаты освоения программы.

По окончании 3–го года обучения, обучающиеся будут:

- основы топографии: условные знаки, план местности;
- виды туристского ориентирования: по сторонам горизонта, на местности, экскурсионное; Уметь:
- туристские узлы и их применение;

- правила личной гигиены;
- ухаживать за личным снаряжением;
- составлять план местности;

Обладать:

- общефизической подготовкой и навыками здорового образа жизни;
- чувством коллективизма;

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.

-собирать снаряжение для многодневного похода с учётом метеорологических прогнозов;
самостоятельная работа

-оказывать доврачебную помощь пострадавшему;

зачет

-ориентироваться по компасу и топографической карте;

самостоятельная работа

-применять на практике технику вязания узлов;

зачет

-организовать питание в походных условиях;

самостоятельная работа

-разбить бивак для привала на маршруте похода и для ночёвки в многодневном походе;

тестирование

Знания:

-виды и типы костров, правила разведения костров и пожарной безопасности;

самостоятельная работа

-правила установки палаток в пешем походе, виды палаток для массового пешеходного туризма;

Учебный план третьего года обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		теория	практика	всего	
1.	Введение	2	2	4	Беседа
2.	ОФП	4	53	57	Зачет
3.	Лыжная подготовка	2	34	36	Зачет, соревнования
4.	специальная техническая подготовка	4	12	16	Зачет
5.	организация, подготовка и проведение похода	6	18	24	Соревнования
6.	Топография и ориентирование	2	5	7	Зачет
	ИТОГО:	20	124	144	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

3 года обучения

1. Введение. (4 часа)

Беседа о туризме и о работе кружка, о значении туризма для человека и для государства. Виды туризма; особенности пешеходных походов. Нормативы значков "Юный турист России" и "Турист России". Рассказы об интересных походах и путешествиях (показ кинофильма или диафильма). Последовательность подготовки путешествия: знакомство с районом, принципы формирования туристской группы, изучение отчетов других групп, план-график похода, нормы скорости, классифицирование туристских походов по сложности. Стратегия и тактика туристских походов. Схемы построения маршрутов. Заполнение анкет (туристских паспортов) кружковцев. История туризма. Структура туристских органов. Маршрутно-квалификационные комиссии и их функции. Основные нормативные документы по спортивному туризму. Законы туристов (туристская этика). Кодекс путешественника. Права и обязанности руководителя и участников, основные туристские обязанности. Культура поведения туристов, их взаимоотношения с местными жителями. Значение дисциплины в походе. Оформление походной документации, получение разрешения на выход в поход. Отчет о походе, методика составления отчета, виды отчетов о походе (фотоотчет, дневник, техническое описание).

Практические занятия (семинары). Разработка маршрутов походов, способы классифицирования маршрутов, составление отчетов о пройденных походах.

2. Ориентирование и топография. (7 часов)

Понятие местности, понятие рельефа, местные предметы, типовые формы рельефа, как-то: гора, хребет, котловина, лощина, седловина, основные разновидности местности: равнинная, холмистая, горная, лесистая, болотистая, лесисто-болотистая, пустынная.

Понятие ориентирования, необходимость ориентирования, виды топографических материалов, как-то: карта, план, кроки, абрис, аэрофотосъемка. Типы карт: общегеографические, топографические, специальные. Масштаб, масштабность карт: мелко-, средне-, крупномасштабные. Определение масштаба, номенклатура, старение карт, генерализация карт.

Содержание карты: топографические знаки, масштабы, рамка, зарамочное оформление, поле карты, сетка, магнитное склонение, шкала заложения, условные знаки, топографические знаки. Виды знаков: линейные, фигурные, площадные, пояснительные; масштабные и внемасштабные знаки. Группы знаков: дороги, населенные пункты, гидрография, растительность, рельеф, пояснительные и специальные знаки.

Сущность ориентирования, из чего складывается ориентирование, подготовка к ориентированию, стороны горизонта, азимут, отличие азимута от угла, азимутальное кольцо, средства и условия для ориентирования, измерение азимутов, способы ориентирования в пространстве: по компасу, по звездам, по Солнцу, по Луне, по местным предметам. Ориентирование во времени, определение расстояний.

История и устройство компаса, виды компасов, задачи, решаемые с помощью компаса: метод засечек, метод обратных засечек, определение точки стояния, ориентирование во времени.

Прокладка маршрута, составление плана-графика движения, высотная диаграмма маршрута, коэффициент перепада высот, дежурные проводники, протокол движения. Виды и правила разведки на маршруте. Описание местности (техническое описание маршрута), действия при потере ориентировки, съемка местности (составление плана местности).

Тактические свойства и виды местности. Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Что такое горизонталь, сечение; заложение, отметка, бергштрих. Основные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Определение крутизны склонов.

План и карта. Виды и свойства карт. Километровая сетка, копирование карт. Что такое топографическая схема, кроки, маршрутная лента, обзорная карта. Обязанности топографа тургруппы. Работа с картой на маршруте по ее дополнению и уточнению.

Условия ориентирования в походе на открытой и закрытой местности (при потере обзора), при наличии и отсутствии карт, на местности бедной и богатой ориентирами. Способы и приемы ориентирования в различных условиях летом и зимой. Обязанности проводников и разведчиков.

Магнитные свойства. Земли. Истинный и магнитный полюса, магнитные меридианы, магнитное склонение, магнитные аномалии. От чего зависит точность движения по азимутам. Виды ориентирования в туристских соревнованиях: открытый, маркированный, обозначенный, азимутальный маршруты, ориентирование по легенде, определение точки стояния (привязка).

Практические занятия, семинары: работа с компасом, определение азимутов, движение по заданным азимутам; решение задач по карте местности; работа с картой и компасом (ориентирование карты, способы ориентирования карты, определение точки стояния, сличение карты с местностью); движение на местности с помощью карты (подготовка маршрута, составление плана-графика движения); определение расстояний на местности; составление плана местности.

3. ОФП (62 часа)

Значение физической подготовки для туриста. Общая и специальная физическая подготовка. Значение закалывания организма. Утренняя зарядка. Аэробные и анаэробные свойства организма. Специальные упражнения для развития анаэробного дыхания, силовой выносливости, скорости, равновесия. Упражнения для развития мышц рук, шеи, плечевого пояса, туловища, ног. Особое значение укрепления мышц спины и ног. Упражнения на расслабление.

Систематичность тренировок. Силовая и маршевая подготовка. Бег на выносливость. Кроссы, марш-броски с грузом и без груза по пересеченной местности.

Тесты физической подготовленности к туристским походам различной сложности.

4. Лыжная подготовка (36 часов)

Особенности лыжного туризма. Отличия лыжного туризма от других видов. Влияние холодного фактора на организм человека. Снаряжение для лыжного туризма. Выбор лыж. Различные крепления, их особенности. Подготовка лыж к эксплуатации. Особые требования к снаряжению туриста-лыжника (устойчивость к низким температурам, обеспечение комфортного теплового режима для туриста). Техника безопасности при эксплуатации печи в палатке.

Рациональные способы движения на лыжах с рюкзаком по пересеченной местности. Тропление лыжни, движение с нартами и санками.

Основные приемы подъемов, спусков, торможений на лыжах с рюкзаком. Торможение падением. Само задержание при падении.

Особенности питания в лыжном походе. Увеличение содержания жиров для поддержания необходимого теплового режима. Особенности организации биваков на снегу. Костер на снегу.

5. Техника пешеходного туризма. (16 часов)

Особенности проведения пеших походов, отличия пешеходного туризма от других видов. Виды препятствий, встречающихся в пешем походе: переправа, болото, труднопроходимый лес, пески, завалы, перевал, вершина. Категорирование препятствий по трудности. Зависимость категории сложности похода от трудности встречающихся препятствий. Категорирование пеших походов по методике Востокова. Снаряжение, необходимое для проведения пешего похода по равнинной и горной местности. Техника движения по скользкой дороге, по лесным дорогам, по заболоченным участкам, по

проселочным, пустынным и горным дорогам. Виды переправ, способы организации переправы вброд, вплавь, навесной переправы. Особенности организации переправ в зависимости от района, времени года, времени суток. Техника движения по болотам, устройство гати, организация страховки, изготовление болотоступов. Техника постановки ступней ног, положение корпуса, выбор ритма и темпа ходьбы на большие расстояния, при подъемах, спусках, при движении по тропам. Техника движения с альпенштоком, отработка навыков движения траверсом, подъема, спуска с альпенштоком

6. организация, подготовка и проведение похода (24 часов)

Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске, непромокаемость. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста, требования к каждому предмету. Выбор снаряжения в зависимости от маршрута. Устройство туристской палатки, стойки и кольшки для палаток. Тент к палатке. Уход за снаряжением и его ремонт. Правила укладки рюкзака. Ремонтный набор, его комплектация. Демонстрация снаряжения.

Практические занятия. Укладка рюкзака. Постановка палатки. Ремонт снаряжения.

Необходимость ведения метеорологических наблюдений в походе, значение характера погодных условий для успеха похода. Виды простейших наблюдений. Природные условия: температура, атмосферное давление, влажность, ветер. Признаки устойчивой хорошей и ясной погоды и перемены ее на ненастную и наоборот. Признаки приближения грозы. Предсказание погоды по местным признакам. Дневник наблюдений.

Практические занятия (семинары): Отработка навыков правильной работы с метеорологическими приборами, описание местных признаков погоды, предсказание погоды.

Законы об охране природы, охоте, рыболовстве. Значение окружающей среды для жизни человека. Памятники природы, заказники, заповедники, национальные парки. Особенности совершения туристских походов в природоохранных зонах (заповедниках, национальных парках). Красная книга природы. Исчезающие виды растений и животных родного края. Формы экологической работы в туристском походе.

Практические занятия (семинары): Изучение экологического состояния района похода; экологическая работа на маршруте

Определение узла, требования к узлам, группы узлов по назначению. Основные туристские узлы: прямой, академический, шкотовый, брамшкотовый, булинь (беседочный), булинь на себе, стремя, штык простой, штык со шлагом, штык рыбацкий, встречный, проводник-восьмерка, австрийский проводник, простой проводник, ткацкий узел, грейпвайн, двойной булинь, заячьи уши, схватывающий узел (прусс); достоинства и недостатки узлов.

Практические занятия (семинары): Изучение, отработка и закрепление навыков вязания основных туристских узлов.

Первичный и плановые (предпоходные) инструктажи по технике безопасности в туристском походе, правила купания в походе, правила передвижения по автомобильным дорогам, правила дорожного движения, поведение в поездах и общественном транспорте. Причины аварий в туристском походе: объективные и субъективные, как-то: плохая физическая, техническая, тактическая подготовка, низкая дисциплина в группе, недостаточный опыт и низкий авторитет руководителя, перенос опыта одного района на другой, слабое знание района и условий похода, переоценка возможностей группы, резкое изменение погоды, плохо подготовленное снаряжение.

Международный свод сигналов бедствия, способы подачи сигналов в различных ситуациях, наземные сигналы для самолета (вертолета), носимый аварийный запас (НАЗ), пиротехнические сигнальные средства, правила безопасности при обращении с ними, недопустимость ложных сигналов, действия при получении сигнала бедствия. Средства радиосвязи, правила и порядок ведения радиопереговоров.

Практические занятия, семинары. Анализ аварийных ситуаций за последний год, практические тренировки по транспортировке пострадавшего, участие в соревнованиях по поисково-спасательным работам, подведение итогов похода, оценка действий участников с точки зрения безопасности, практические тренировки по работе с пиротехническими средствами сигнализации и портативными радиостанциями, отработка навыков оперативного выкладывания наземных сигналов.

7. топография и ориентирование (7 часов)

Понятие местности, понятие рельефа, местные предметы, типовые формы рельефа, как-то: гора, хребет, котловина, лощина, седловина, основные разновидности местности: равнинная, холмистая, горная, лесистая, болотистая, лесисто-болотистая, пустынная.

Понятие ориентирования, необходимость ориентирования, виды топографических материалов, как-то: карта, план, кроки, абрис, аэрофотосъемка. Типы карт: общегеографические, топографические, специальные. Масштаб, масштабность карт: мелко-, средне-, крупномасштабные. Определение масштаба, номенклатура, старение карт, генерализация карт.

Содержание карты: топографические знаки, масштабы, рамка, зарамочное оформление, поле карты, сетка, магнитное склонение, шкала заложения, условные знаки, топографические знаки. Виды знаков: линейные, фигурные, площадные, пояснительные; масштабные и внес масштабные знаки. Группы знаков: дороги, населенные пункты, гидрография, растительность, рельеф, пояснительные и специальные знаки.

Сущность ориентирования, из чего складывается ориентирование, подготовка к ориентированию, стороны горизонта, азимут, отличие азимута от угла, азимутальное кольцо, средства и условия для ориентирования, измерение азимутов, способы ориентирования в пространстве: по компасу, по звездам, по Солнцу, по Луне, по местным предметам. Ориентирование во времени, определение расстояний.

История и устройство компаса, виды компасов, задачи, решаемые с помощью компаса: метод засечек, метод обратных засечек, определение точки стояния, ориентирование во времени.

Прокладка маршрута, составление плана-графика движения, высотная диаграмма маршрута, коэффициент перепада высот, дежурные проводники, протокол движения. Виды и правила разведки на маршруте. Описание местности (техническое описание маршрута), действия при потере ориентировки, съемка местности (составление плана местности).

Тактические свойства и виды местности. Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Что такое горизонталь, сечение; заложение, отметка, бергштрих. Основные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Определение крутизны склонов.

План и карта. Виды и свойства карт. Километровая сетка, копирование карт. Что такое топографическая схема, кроки, маршрутная лента, обзорная карта. Обязанности топографа тургруппы. Работа с картой на маршруте по ее дополнению и уточнению.

Условия ориентирования в походе на открытой и закрытой местности (при потере обзора), при наличии и отсутствии карт, на местности бедной и богатой ориентирами. Способы и приемы ориентирования в различных условиях летом и зимой. Обязанности проводников и разведчиков.

Магнитные свойства. Земли. Истинный и магнитный полюса, магнитные меридианы, магнитное склонение, магнитные аномалии. От чего зависит точность движения по азимутам. Виды ориентирования в туристских соревнованиях: открытый, маркированный,

обозначенный, азимутальный маршруты, ориентирование по легенде, определение точки стояния (привязка).

Практические занятия, семинары: работа с компасом, определение азимутов, движение по заданным азимутам; решение задач по карте местности; работа с картой и компасом (ориентирование карты, способы ориентирования карты, определение точки стояния, сличение карты с местностью); движение на местности с помощью карты (подготовка маршрута, составление плана-графика движения); определение расстояний на местности; составление плана местности.

13. Аттестация обучающихся.

Практические занятия

Опрос, мини-соревнования.

Комплекс организационно-педагогических условий МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для успешной реализации программы имеется материально-техническое обеспечение:

1. Веревка основная (50 м) 1 шт.
2. Веревка основная (40 м) 1 шт.
3. Веревка основная (25 м) 1 шт.
4. Веревка вспомогательная (60 м) 1 шт.
5. Петли прусика (веревка 6 мм) 4 шт.
6. Система страховочная (грудная обвязка, беседка) 4 шт.
7. Рукавицы для страховки и сопровождения 15 пар.
8. Карабины с закручивающейся муфтой 4 шт.
9. Карабины с полуавтоматически закручивающейся муфтой 4 шт.
10. Карабины с автоматически закручивающейся муфтой 2 шт
11. Сдвоенная петля само страховки (диаметром 10 мм) 2 шт.
12. Устройство для спуска по вертикальным перилам типа 2 шт.
«восьмерка»,
13. Аптечка медицинская в упаковке 1 шт.
15. Накидка от дождя 15 шт.
16. Компас жидкостный для ориентирования 6 шт.
17. Лыжи 15 пар.
18. Лыжные палки 15 пар.
19. Лыжные ботинки 15 пар.
20. Костровое оборудование 1 шт.
21. Каны (котлы) туристские 2 компл.
22. Спальники 10 шт.
23. Палатки туристские походные 5 шт.
24. Коврики 10 шт.
25. Рюкзаки 8 шт.
26. Гопор походный 1 шт.
27. Тент 2шт.
28. Ремонтный набор 1 шт.
29. Учебные видеокассеты Компл.

Кадровое обеспечение Программу реализует преподаватель с высшим профессиональным образованием, высшей квалификационной категорией

Формы аттестации и контроля

Формы диагностики результатов образовательного процесса:

Программа предусматривает входную, текущую, промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие - по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, а также участие в районных соревнованиях. Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Виды контроля Время проведения Цель проведения Формы контроля (оценочные материалы)

Входной

Вводное занятие

Выявление наличия знаний о туризме

Беседа, опрос, тестирование

Текущий

В течение всего учебного года

Определение степени усвоения учащимися учебного материала на каждом занятии.

Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.

Педагогическое наблюдение, тестирование

Промежуточный

По окончании изучения темы или раздела. В конце месяца, четверти, полугодия.

Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения.

Сдача нормативов, участие в соревнованиях

Итоговый

В конце учебного года или курса обучения

Определение изменения уровня развития детей, их физических способностей.

Определение результатов обучения. Ориентирование обучающихся на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.

Участие в соревнованиях, сдача нормативов

Список литературы
МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ УЧИТЕЛЯ:

1. Ганопольский В.И., Организация и подготовка спортивного туристского похода., - М.,2001
2. Коструб А.А., Медицинский справочник туриста. -М 1997
3. Куприна Л.Е., Азбука туриста – эколога. - М .,1991
4. Основы безопасности в пешем походе. – М., 1999
5. Основы безопасности жизнедеятельности. – 2003 №1-12
6. Уховский Ф.С. Уроки ориентирования. – М., 2010
7. Энциклопедия туриста. – М., 1993

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ:

1. Антропов К., Расторгуев М., Узлы. – М., 1994
2. Аппенянский А.И., Физическая тренировка в туризме. – М.,1989
3. Бардин К.В., Азбука туризма. – М., 1981
4. Бубнов В.Г., Основы медицинских знаний.- М., 1999
5. Садикова Н.Б Школа выживания – Минск 2005
6. Энциклопедия - Я познаю мир «Природа». – АСТРЕЛЬ., М., -2002

Интернет-ресурсы

- <https://samovar.travel/>
<https://zclub-caspian.ru/turizm-stati/peshij-turizm-opisanieekipirovkapreimushhestva-i-nedostatkifotovideo/.html>
<https://urok.1sept.ru/articles/214256>

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 3-го года обучения.

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов		Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Дата проведения	
		Теория	практика				план	факт
1.	Введение. Организация работы кружка. Техника безопасности. Выбор старосты. Распределение обязанностей.	2		теория	Содержание курса	Знать: цели и задачи курса;	5.09	
2	Подготовка к походу. Личное снаряжение. Групповое снаряжение. Подбор продуктов	2	4	практика	Практическая часть: организация и подготовка к походу, укладывание рюкзака, составление перечня необходимых вещей для похода, сбор группового снаряжения.	знать: <i>Подбор продуктов</i>	7.09 12.09 14.09	
3	Пеший поход. Порядок и интенсивность движения на маршруте. Преодоление болота и водных препятствий. Малый и большой привал. Выбор и заготовка дров. Разведение костра. Личная гигиена. Полезные советы. Питание в путешествии.	2	4	Введение новых знаний	Практическая часть: пеший поход, ведение дневника, фотоархив	уметь: Сворачивание лагеря. Народные приметы	19.09 21.09 26.09	
4	Горные путешествия. Снаряжения. Особенности режима и порядок движения. Веревки и узлы. Основные правила безопасности при движении в горах. Поиск воды и пищи в горах.	2	4	Введение новых знаний	Практическая часть: отработка практических навыков завязывания узлов,	Знать: правил безопасности поведения в горах.	28.09 3.10 5.10	
5	Водное путешествие. Снаряжение. Подготовка лодки к путешествию. Особенности режима и порядка движения. Загрузка лодок и маневры. Туристский сплав на плотах. Основные естественные и искусственные препятствия. Аварии и их ликвидации. Организация безопасности.	2	4	Введение новых знаний	Практическая часть: Тестирование.	Знать: <i>Основные естественные и искусственные препятствия. Аварии и их ликвидации. Организация безопасности.</i>	10.10 12.10 17.10	
6	Основы ориентирования. Работа с картой, компасом. Определение расстояний. Определение высоты. Определение сторон горизонта по Солнцу и звездам. Определение сторон горизонта по расстояниям и поведению животных. Определение сторон горизонта по рельефу, почвам, ветру и снегу.	4	6	Введение новых знаний	Практическая часть: Практическая работа по составлению маршрута с учетом все тонкостей путешествия.	Знать: Особенности режима и порядка движения. Подъемы, спуски, торможения, повороты. Ремонт лыж	19.10 24.10 26.10 28.10 31.10	
7	Велосипедное путешествие. Снаряжение. Организация движения. Распорядок дня. Ремонт.	2	6	Введение новых знаний	Практическая часть: Практическая работа по уходу и ремонту велосипеда.	Знать: Уход за велосипедом в пути	2.11 7.11 9.11 14.11	
8	Автономное существование и выживание. Аварийное приземление самолета в безлюдной местности. Переправа в условиях	2	8	Введение новых знаний	Практическая часть: Практические работы:	Знать: <i>ориентирования с помощью компаса</i>	16.11 21.11 23.11 28.11	

	автономного существования. Движение по снежной равнине в течение нескольких дней. Поиск и очистка воды. Охота. Рыбная ловля. Способы хранения пищи в путешествии. Дикорастущие растения пригодные для пищи. Способы добывания огня без спичек. Защита ног в экстремальных условиях.				«Определение сторон горизонта по постройкам. Ориентирование по звуку, по свету, по следам».		30.11	
9	. Особенности автономного существования, путешествия и ориентирования в различных климатических зонах.	4	4	Введение новых знаний	Практическая часть: отработка практических навыков в пешем походе. Игра: «Автономное существование в природе».	Знать: Ориентирование по солнцу, приметам ит.д	5.12 7.12 12.12 14.12	
10	Лыжная подготовка. Снаряжение. Пропитка и смазка. Особенности режима и порядка движения. Подъемы, спуски, торможения, повороты. Ремонт лыж	4	20	Введение новых знаний	Практическая часть: Игра: «Путешествие в пустыне».	Знать: <i>передвижения по пересеченной местности и использование самостраховки.</i>	19.12 21.12 26.12 28.12 9.01 11.01 16.01 18.01 23.01 25.01 30.01 1.02	
11	Стихийные бедствия. Наводнения. Землетрясения. Пожар. Гроза. Зона радиоактивной опасности.	2	8	Введение новых знаний	Практическая часть: Тестирование.	Знать: <i>подбирать одежду, обувь в зависимости от погоды и похода.</i>	6.02 8.02 13.02 15.02 20.02	
12	Животный и растительный мир, представляющий опасность для человека. Комары и москиты. Клещи. Пчелы и осы. Мухи и муравьи. Блохи и вши. Пауки. Сороконожки и гусеницы. Пиявки и глисты.	2	8	Введение новых знаний	Практическая часть: викторина по пройденной теме.	Знать: Ядовитые змеи и ящерицы. Опасные ядовитые морские животные. Хищные животные. Опасные млекопитающие. Ядовитые растения.	22.02 24.02 01.03 6.03. 13.03	
13	Профилактика и помощь при отравлениях и укусах. Первая помощь при змеином укусе. Меры профилактики и оказание первой помощи после ожогов медуз и укулов ядовитых рыб. Помощь при отравлении грибами.	2	6	Введение новых знаний	Практическая часть: отработка навыков при различных укусах и инфекциях, оказание первой помощи пострадавшему. Тестирование.	Знать: Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь	15.03 20.03 22.03 27.03	
14	Медицинская помощь и профилактика заболеваний и несчастных случаев. Ранения и кровотечения. Переломы, вывихи, ушибы, сотрясение мозга. Шок. Способы транспортировки пострадавшего, наложение повязок. Несчастный случай на воде. Ожоги. Переохлаждения. ЖК заболевания. Простуда. Горная болезнь. Полезные советы. Походная аптечка.	2	6	Введение новых знаний	Практическая часть: отработка практических навыков. Тестирование.	Знать: Способы транспортировки пострадавшего, наложение повязок. Несчастный случай на воде. Ожоги. Переохлаждения. ЖК заболевания. Простуда. Горная болезнь. Полезные советы. Походная аптечка.	29.03 31.03 3.04 5.04	
15	Защита проекта: «Организация похода»	1	7	Введение новых	Практическая часть: отработка	уметь: <i>делать краткие записи.</i>	10.04 12.04 17.04	

				знаний	<i>практических навыков по сбору и обработке краеведческого материала, вести краеведческие наблюдения,</i>		19.04	
1 6	Итоговое тестирование. Подведение итогов	1	3	Введение новых знаний		Знать: Организация социально значимой работы в походе.	24.04 26.04	
1 7	Мероприятия СДЮТ и Э и подготовка к ним	2	8	Комбинированный урок	Практическая часть: <i>составление маршрутной ленты, сбора коллекции, фотоотчет, краткие записи, и т.д</i>	Знать: Правила составления отчета	1.05 3.05 8.05 10.05 15.05	
Всего		38	106					
		144						