

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 «29» 08 2024 г.



Утверждено
Директор МБОУ ДО СДЮТЭ
Э. Валитов
Протокол № 1 от «29» 08 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Пешеходный туризм»

Направленность: туристско-краеведческая

Возраст учащихся: 12-15 лет

Срок реализации: 1 год (144 часа)

1 год обучения

Руководитель:
Мазлов Сергей Николаевич
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

2024 год

Пояснительная записка.

Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пешеходный туризм».

Нормативно-правовое обеспечение программы.

Программа дополнительного образования «Пешеходный туризм» разработана в соответствии с требованиями Федерального закона об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ; Концепции 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»; Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»; Методическими рекомендациями по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (в том числе адаптированных) в новой редакции, ГБУ ДО «РЦВР» 2022; действующих Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН; локальных нормативных актов и Устава МБОУ ДО СДЮТ и Э.

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.

Контингент кружка. Комплектовать состав кружка первого года обучения следует из ребят 11—13 лет (учащиеся V—VII классов), второго года обучения — из ребят 12—15 лет (учащиеся VI—VIII классов).

В составе кружка должно быть не менее 15 человек. Комплектуя состав, необходимо привлечь к занятиям несколько большее количество детей, учитывая последующий отсев кружковцев.

Заниматься в кружке могут, конечно, только хорошо физически развитые мальчики и девочки, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям туризмом. Поэтому, ведя запись желающих заниматься пешеходным туризмом, необходимо проконсультироваться с врачом, а в иных случаях и с родителями по вопросу допуска детей к походам и получить на каждого кружковца медицинскую справку — разрешение заниматься туризмом. Нужно также получить письменное согласие родителей на посещение ребенком занятий кружка и его участие во всех походах.

Ни в коем случае не следует отказывать в приеме в кружок тем ребятам, которые в школе и дома не отличаются образцовой дисциплиной и послушанием. Хорошо известно, что труд и туризм, как никакое другое увлекательное для ребят дело, способны радикально ломать, перестраивать характеры.

Надо учитывать и степень подготовленности ребят. Если в составе кружка первого года обучения подобралось большинство ребят, которые в IV—V классах уже занимались туризмом (по программе «Юные туристы»), то следует при составлении учебного плана сократить часть тем теоретического курса и увеличить часы на практические занятия и походы.

Отличительные особенности программы.

Особенностями адаптированной программы «Пешеходный туризм» 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 1 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, выбранное 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.

1 год обучения дает 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 1-го года обучения, обучающиеся будут:

Знать:

- 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 1 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 1 года обучения

1. Введение.

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. ОФП

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.

3. Лыжная подготовка

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.

4. Техника пешеходного туризма.

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

5. Организация, подготовка и проведение похода

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 колышки 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.

6. Топография и ориентирование

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.

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 самостраховки (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. Топор походный 1шт.
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. Аппелянский 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-nedostatki-foto-video/.html>

<https://urok.1sept.ru/articles/214256>

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1-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.	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда. Организация работы кружка.	2		теория	Содержание курса	Знать: цели и задачи курса;	6.09	
2	Основные виды туризма. Обязанности членов туристической группы.	1	5	практика	Обязанности руководителя, штурмана, санитара, кострового ит.д Практическая часть: <i>составление плана работы согласно обязанностям в походе.</i>	знать: <i>составление плана</i>	10.09 13.09 17.09	
3	Основные правила укладки рюкзака. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки.	1	5	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>самостоятельно уложить рюкзак, отрегулировать его по спине и осуществлять его элементарный ремонт.</i>	уметь: <i>самостоятельно о уложить рюкзак</i>	20.09 24.09 27.09	
4	Устройство карабина и страховочной системы.	1	5	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>отработка практических навыков использования карабина, страховки, обвязки.</i>	Знать: зачем нужна воинская обязанность	1.10 4.10 8.10	
5	Основные способы звуковой сигнализации.	1	5	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>подача сигналов различными способами, выработка условных сигналов в туристической группе.</i>	Знать: <i>подача сигналов различными способами,</i>	11.10 15.10 18.10	
6	Основные виды костров.	1	3	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>отработка практических навыков по укладыванию и разведению шести типов костров, тушение тремя способами, заготовка сушняка, и дров, техника безопасности при использовании спичек.</i>	Знать: <i>тушение тремя способами</i>	22.10 25.10	
7	Топографические карты и знаки.	2	6	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>отработка практических навыков по составлению плана-схемы маршрута, прохождению маршрута по плану, карте,</i>	Знать: <i>ориентирование по карте.</i>	29.10 1.11 5.11 8.11	
8	Устройство компаса. Стороны света, градусность.	1	5	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>отработка практических навыков ориентирования с помощью компаса</i>	Знать: <i>ориентирование с помощью компаса</i>	12.11 15.11 19.11	
9	Способы ориентирования.	1	7	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>отработка практических навыков и способов ориентирования.</i>	Знать: <i>Ориентирование по солнцу, приметам ит.д</i>	22.11 26.11 29.11 3.12	
10	Правила передвижения по пересеченной местности. Техника	1	9	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>отработка практических навыков</i>	Знать: <i>передвижения по пересеченной</i>	6.12 10.12	

	передвижения по равнине, травянистой поверхности, песку, мокрому грунту, через кустарники, по болоту, камням.					<i>местности и использование самостраховки.</i>	13.12 17.12 20.12	
11	Личное снаряжение. Перечень личного снаряжения, специальное снаряжение и требования к нему.	1	7	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>отработка практических навыков по умению</i>	Знать: <i>подбирать одежду, обувь в зависимости от погоды и похода.</i>	24.12 27.12 7.01.25	
12	Основные виды узлов:морской, встречный, скользящий, рифовый, восьмерка и т.д.	1	7	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>отработка практических навыков по распознаванию и завязыванию узлов.</i>	Знать:Основные виды узлов	10.01 14.01 17.01 21.01	
13	Признаки здоровья и болезни, основные факторы, влияющие на здоровье.	1	7	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>отработка практических навыков по оказанию первой медицинской помощи при различных заболеваниях.</i>	Знать:Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь	24.01 28.01 31.01 4.02	
14	Основные меры безопасности в походе. Объективные (не менее четырех) и субъективные (не менее шести) опасности в походе.	1	7	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>отработка практических навыков по выбору безопасного</i>	Знать: <i>места для привала и ночлега.</i>	7.02 11.02 14.02 18.02	
15	Сбор и обработка краеведческого материала.	1	7	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>отработка практических навыков по сбору и обработке краеведческого материала, вести краеведческие наблюдения,</i>	уметь: <i>делать краткие записи.</i>	21.02 25.02 28.02 4.03	
16	Организация социально значимой работы в походе.	1	5	Введение новых знаний	Практическая часть: <i>кормить птиц, очистить поляну, возложить цветы к памятнику, оказать помощь пожилым людям, сбор лекарственных трав и т.д</i>	Знать: Организация социально значимой работы в походе.	7.03 11.03 14.03	
17	Правила составления отчета о походе в соответствии с занимаемой должностью.	1	5	Комбинированный урок	Практическая часть: <i>составление маршрутной ленты, сбора коллекции, фотоотчет, краткие записи, и т.д</i>	Знать: Правила составления отчета	18.03 21.03 25.03	
18	Разработка маршрута однодневного похода..	1	5	Комбинированный урок	Практическая часть: <i>составление меню, расфасовка и упаковка продуктов, распределение должностных обязанностей</i>	Знать: составление маршрута похода,	28.03 1.04 4.04	
19	Защита проекта: «Организация похода»	1	7	Комбинированный урок	Защита проекта	Знать: готовить презентацию	8.04 11.04 15.04 18.04	
20	Итоговое тестирование. Подведение итогов	1	3	Комбинированный урок	Правила личной гигиены	Знать:	22.04 25.04	

21	Мероприятия СДЮТ и Э и подготовка к ним	1	11	Введение новых знаний	Психологические особенности туриста	Уметь:применять накопленные умения и знания	29.04 2.05 6.05 9.05 13.05 16.05 20.05 23.05 27.05	
----	-----------------------------------------	---	----	-----------------------	-------------------------------------	---------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------	--