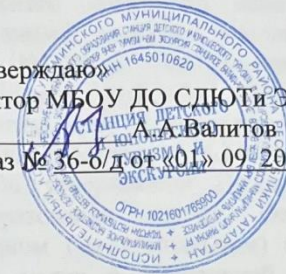


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
СТАНЦИЯ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИИ  
БУГУЛЬМИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

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

«Утверждаю»  
Директор МБОУ ДО СДЮТЭ  
А.А. Валитов  
Приказ № 36-8/д от «01» 09 2023г.



Рабочая программа  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«ТУРИЗМ ДЛЯ ВСЕХ»

**Направленность:** туристско-краеведческого направления

**Возраст учащихся:** 10-16 лет

**Срок реализации:** 1 год (144 часа в год)

третий год обучения

Разработчик:  
Степанищева Лилия Рустамовна,  
педагог дополнительного образования

2023 год

## Пояснительная записка

### **Направленность программы .**

Дополнительная общеобразовательная программа «Туризм для всех» имеет туристско-краеведческую направленность.

### **Нормативно-правовое обеспечение.**

Программа дополнительного образования «Туризм для всех» 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.**

Воспитание молодого поколения в духе патриотизма — это первоочередная задача современного образования. Беда нашей страны — растущее число малолетних преступников, наркоманов, ранняя алкоголизация населения. Современный ребенок стремится к тому, что он получает с экранов телевизоров. Он не видит и не замечает мира, существующего за границами его «виртуального бытия». Отсюда идет и массовое ухудшение здоровья детей — слабая физическая активность, интенсивные информационные нагрузки, и, как итог, психические расстройства, доводящие многих до девиантного поведения. Активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически — вот еще важнейшие задачи современного образования. Туризм позволяет реализовать все эти задачи в полном объеме через путешествия, знакомящие с культурой, историей, природой родной страны.

### **Отличительные особенности**

Отличительной особенностью программы является логика подачи материалов в программе курса, которая основана на принципе от теории к практике. Это связано с тем, что теоретические знания полученные на лекционных занятиях необходимо обязательно применить в практической деятельности для закрепления навыков в туризме. Именно это умение применить теорию к практике, станет критерием успешности прохождения данного курса.

### **Цель программы.**

Целью программы является формирование здорового образа жизни средствами туризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения. Подготовка юных туристов к проведению познавательных и безаварийных путешествий

### **Задачи программы:**

Образовательные:

- изучить основы краеведения и азбуки туристско бытовых и санитарно- гигиенических навыков; организацию туристского быта; приобретение навыков ориентирования на местности;
- формировать физкультурно-туристские знания, умения и навыки;
- обучить основам техники преодоления естественных и искусственных препятствий во время экскурсий на природу, туристских прогулок, походов выходного дня.

#### Развивающие:

- способствовать укреплению здоровья учащихся;
- способствовать развитию краеведческих понятий, помогающих сформировать целостный взгляд на окружающий мир, в котором природное и социальное рассматривается в неразрывном единстве.

#### Воспитательные:

- формировать активную гражданскую позицию, включающую развитие ответственности за настоящее и будущее своего края.
- формировать навыки самообслуживания, уважения к физическому труду, умение выполнять порученное дело с наименьшими затратами.
- воспитать потребность в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и туризмом.

#### **Адресат программы**

Программа «Туризм для всех» построена с учётом возрастных особенностей и интересов обучающихся среднего и старшего подросткового возраста - 10-16 лет.

**Объем программы.** 144 часа.

#### **Формы организации образовательного процесса**

Работа по программе предполагает проведение в форме теоретических и практических занятий:

Теоретические занятия - беседы с использованием иллюстративного материала, просмотр презентаций на тему туризма и дальнейшее их обсуждение, чтение карты, доклады на разнообразные темы, диспуты, рассказы.

Практические занятия – наблюдение в помещении и на местности, игры-соревнования, конкурсы, дидактические игры, сюжетно-ролевые, ведение «Дневника туриста», физические упражнения, тактическая и техническая подготовка, походы, экскурсии.

Форма организации занятий: индивидуально-групповая. Используется индивидуально-дифференцированный подход. Способы дифференцирования нагрузки зависят от физической подготовленности занимающихся.

В среднем один раз в четверть организуются экскурсии, практические занятия на местности (тренировки).

Первый год обучения завершается 2-х дневным походом с закреплением навыков ориентирования.

Второй год обучения предусматривает 3-х дневный поход с использованием туристско-краеведческих заданий.

#### **Срок освоения программы.**

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

Срок ее реализации – 1 год.

Недельная нагрузка на группу:

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

**Режим занятий.** 2 раза в неделю по 2 часа.

**По окончании 3-го года обучения** обучающиеся сформируют:

– туристско-краеведческое мышление, познавательную мотивацию к истории возникновения физической культуры и туризма, умения и навыки, способов ориентирования на местности и элементарные правила поведения в природе, понимание значения занятий

туризмом для общефизической подготовки и укрепления здоровья человека, мотивацию к выполнению норм гигиены и закаляющих процедур;

– научиться определять подбор одежды и инвентаря для туристических прогулок и походов;

– смогут самостоятельно выполнять первоначальные действия юного туриста в природе.

– научиться определять влияние занятий физическими упражнениями и туризмом на здоровье человека;

– смогут осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, ориентируясь в естественной природной среде по природным ориентирам, используя топографические карты, справочную литературу;

– различать виды туристической деятельности;

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.**

1. Участие в туристических походах и экскурсиях.

2. Рефераты, зачеты, защита проектов.

3. Организация выставок детских рисунков и поделок из природного материала.

### Учебный план третьего года обучения

№	Наименование раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации, контроля
		всего	Теория	Практика	
1	Введение	2	2		
2.	Природа и человек.	4	1	3	Конкурс рисунков
3.	Тактика похода	8	2	6	Тест
4.	Техника преодоления препятствий и меры по обеспечению безопасности. Пешеходный туризм Водный туризм. Велосипедный туризм	46	4	42	Работа в группах
5.	Подготовка походов.	4	1	3	Ситуативные задачи
6.	Проведение походов.	36	2	34	Работа в группах
7.	Туристские слеты и соревнования.	40	2	38	Работа в группах
8.	Подведение итогов похода.	4	1	3	Подготовка видеороликов
	<b>ИТОГО</b>	<b>144</b>	<b>15</b>	<b>129</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА третьего года обучения

### 1. Природа и человек.

Теория. Природоохранные навыки. Влияние природных факторов на человека. Формирование культуры отношения к природе. Изучение традиций взаимоотношения человека и природы  
Практические занятия: творчески выразить свои чувства и переживания, связанные с путешествиями, оценить творчество своих друзей. Написать эссе, рассказ, очерк об экологических изменениях в природе.

### 2. Тактика похода.

Теория. Понятие "тактика похода". План похода. Виды маршрутов, их относительные преимущества и недостатки. Зависимость веса рюкзака от вида маршрута. Протяженность маршрута. Продолжительность похода, количество дней и резервных дней. Распределение по маршруту технически сложных участков. График похода. Запасной маршрут. Планирование эмоциональных нагрузок. Планирование дневного перехода. График движения, распорядок дня, выбор места бивака. План преодоления препятствия. Всесторонняя и тщательная оценка обстановки и характера препятствия должны подвести к принципиальному решению - преодолевать или обойти препятствие. Приняв решение на преодоление препятствия, выработать конкретный план: выбрать безопасный путь движения; определить способы страховки и само страховки, определить порядок движения, средства сигнализации и связи, наметить действия в возможных экстремальных ситуациях.

### 3. Техника преодоления препятствий и меры по обеспечению безопасности

Теория. Пешеходный туризм. Движение по травянистым склонам. Характеристика склонов по крутизне, характеру растительного покрова и почвам. Подъем "в лоб", "елочкой", "серпантином". Траверсирование. Спуски. Использование микрорельефа. Само страховка с помощью палки, альпенштока, ледоруба. Действия при потере равновесия и падении. Движение в лесу. Движение по тропам, в лесу с густыми зарослями, завалами. Особые требования к одежде, укладке рюкзаков. Меры предосторожности при движении в лесу. Организация поисков в лесных массивах. Преодоление ручьев и небольших рек. Влияние времени суток и погоды на состояние реки. Виды переправ: по бревну, по камням, вплавь, вброд. Разведка и выбор места переправы. Устройство веревочных перил. Страховка, само страховка и оказание помощи при переправах.

Водный туризм. Преодоление искусственных препятствий. Искусственные препятствия и способы их преодоления: мосты, паромные переправы, плоты, шлюзы, рыболовные сооружения, молевой сплав, самоходные суда. Обеспечение безопасности при прохождении препятствий.

Действия группы в аварийных ситуациях. Аварийное расписание и действия экипажей в аварийной обстановке. Спасательные команды. Оказание помощи терпящим бедствие на воде. Правила подъема человека из воды на судно.

Велосипедный туризм. Устройство велосипеда и уход за ним. Характеристика и назначение основных узлов велосипеда. Порядок и правила его разборки и сборки. Регулировка велосипеда. Установка руля и седла по росту. Характерные неисправности и поломки, их устранение в походных условиях. Мелкий ремонт, смена отдельных частей и деталей.

Техника езды на велосипеде. Обучение технике езды на велосипеде: работа ног, положение корпуса и рук. Способы посадки и схода с велосипеда. Управление машиной, повороты и торможения. Особенности движения на велосипеде с грузом. Походный строй. Транспортировка машин на сложных участках пути. Специальная тренировка. Техника преодоления препятствий. Характеристика препятствий: канавы, овраги, броды и переправы, крутые спуски и подъемы, корни деревьев, кочки, кустарники, песчаные участки пути, перекрестки дорог, неохраняемые железнодорожные переезды, трамвайные пути, густая растительность, дождь, туман, гроза, мокрый снег и др. Меры предосторожности при преодолении препятствий, крутых спусков и поворотов, мокрых участков пути.

#### 4. Подготовка походов.

Практические занятия. Закрепление на практике пройденного материала по всем разделам программы. Выбор маршрутов учебно-тренировочных походов. Утверждение маршрута. Проработка деталей каждого маршрута. Подробный расчет времени переездов, переходов, привалов и краеведческой работы в пути, составление плана-графика похода; с дежурными проводниками индивидуально «проиграть» пути движения на их участках маршрута, продумать способы ориентирования и преодоления препятствий. Хозяйственная и техническая подготовка походов. Маршруты учебно-краеведческих походов по их краеведческому и спортивному содержанию должны быть как можно ближе к характеру маршрута предстоящего летнего зачетного похода. Часть учебного времени, отведенного на данный раздел, должна быть использована для работы кружка по подготовке этого летнего зачетного похода.

#### 5. Проведение походов.

Практические занятия Дети на практике закрепляют знания, полученные во время теоретических занятий. Особенно это касается того материала программы, который требует не простого его осмысления и запоминания, а отработки прочных навыков практических действий.

#### 6. Подведение итогов похода.

Теория. Составление отчета, подготовка выставки, проведение итогового вечера, участие в конкурсах.

#### 7. Туристские слеты и соревнования.

Теория. Задачи туристских слетов и соревнований. Организационный комитет и штаб слета, их состав и обязанности. Положение о слете. Выбор места слета, согласование с местными властями и лесничеством, оборудование. Организация общего костра и меры безопасности. Охрана природы. Трудовой десант. Виды туристских соревнований. Положение о соревнованиях. Подготовка трасс и дистанций соревнований. Судейская коллегия, ее состав, права и обязанности. Порядок проведения соревнований. Подведение итогов. Определение победителей. Объявление результатов и награждение. Практические занятия. Разработка положения о соревнованиях. Подготовка трассы соревнований. Участие в судействе.

### **Комплекс организационно-педагогических условий Организационно-педагогические условия МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

В организации занятия можно выделить следующие этапы работы:

1. *Организационная часть.*
2. *Повторение пройденного.*
3. *Изложение нового материала.*
4. *Практическая работа.*
5. *Подведение итогов.*
6. *Уборка рабочих мест.*

На занятиях происходит сочетание различных методов обучения.

**Рассказом** начинается новая тема, которая сопровождается демонстрацией видеофильмов, слайдов, наглядных пособий.

**В беседе** принимают участие все учащиеся. Им предлагается сравнить, проанализировать. В ходе беседы определяется степень знаний учащихся, их подготовленность к работе.

**Метод иллюстраций** предполагает показ ученикам иллюстративных пособий: плакатов, таблиц, картин.

**Метод демонстрации** является способом обучающего взаимодействия учителя с учеником на основе показа в целостности и деталях реальных снаряжений.

**Методы опроса:** тесты, кроссворды, контрольные и самостоятельные работы, зачеты.

Учебно-методический комплекс (используемый в процессе реализации настоящей программы) включает в себя: нормативные документы, определяющие формы туристско-краеведческой деятельности учащихся; туристская периодика (газеты, журналы, сайты);

видеотека. Постоянно корректируемый список литературы по туристическому краеведению снабжен комментариями.

Занятие с учащимися проводятся: на базе образовательного учреждения, на спортивной площадке образовательного учреждения, в городском музее, в парковой зоне города, в условиях природной среды.

**Материально-техническое обеспечение:**

- туристское оборудование и снаряжение: (групповое ,костровое, комплект для медицинская аптечка, фотоаппарат, ноутбук, личное)
- спортивный инвентарь
- презентации
- кинофрагменты
- таблицы
- карты
- диафильмы
- диапозитивы
- объекты натуральные
- модели глобуса.

**Формы аттестации и контроля**

В ходе реализации образовательной программы, применяются следующие формы контроля:

**ТЕКУЩИЙ** (осуществляемый в ходе каждого занятия) наблюдение за группой и каждым ребенком в отдельности; используется, главным образом, для оценки параметров физической нагрузки и успешности овладения физическими упражнениями. Этот вид контроля дает возможность получить срочную информацию о состоянии ребенка.

**ПРОМЕЖУТОЧНЫЙ** 1 - 2 раза в месяц и направлен в большей степени на получение данных о физической подготовленности ребенка, о степени развития двигательных навыков и двигательных качеств в динамике. В силу того, что этот вид контроля проводится более часто, он оказывает большее влияние на развитие физических и психических качеств детей.

**ИТОГОВЫЙ** проводится в конце года. Его цель заключается в получении показателей, на базе которых дается оценка уровня физического развития и физической подготовленности ребенка. На основе результатов контроля составляются (корректируются) планы.

**Контроль и оценка результатов освоения дисциплины**

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<b>Умения</b>	
собирать снаряжение для многодневного похода с учётом метеорологических прогнозов	Тестирование обучающихся
оказывать доврачебную помощь пострадавшему	Проверка ЗУН на тренажере по методике Бубнова.
ориентироваться по компасу и топографической карте	Выполнение практических навыков во время турслетов.
применять на практике технику вязания узлов	Контрольный урок по вязке узлов
организовать питание в походных условиях	
разбить бивак для привала на маршруте похода и для ночёвки в многодневном походе	тестирование
<b>Знания:</b>	
виды и типы костров, правила разведения костров и пожарной безопасности	Отработка и проверка навыков разведения костров различных погодных условиях
правила установки палаток в пешем походе, виды	Отработка и проверка навыков

палаток для массового пешеходного туризма	сооружения временного укрытия различных погодных условиях
правила техники безопасности при выполнении движения в туристской группе	опрос
принцип работы и составные части туристского компаса, правила ориентирования по топографической карте и компасу, топографические знаки	самостоятельная работа
способы оказания доврачебной помощи, состав туристской аптечки	тестирование
виды туристских узлов и способы их применения;	самостоятельная работа
"составные части" туристского бивака и правила расположения его элементов	Контрольный урок по правилам организации бивака.

### ТАБЛИЦА КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ

№	Вид	Удовлетворительно	Хорошо
1	Приседание на одной ноге (правой и левой) (кол-во раз)	5 + 5	7 + 7
2	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	3	7
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (отжимание) (кол-во раз)	-	-
4	Кросс по пересеченной местности 800 (в мин)	3,00	2,50
5	Прохождение обрывистого (35 — 40°) склона вверх, вниз и траверсом	Слишком замедлено, недостаточно надежно страхуясь, слабо помогая друг другу	Уверенно, за оптимальное время, надежно страхуясь альпенштоком
6	Вязка узлов	Допускает технические ошибки	Свободно владеет техникой вязания узлов
7	Поднимание туловища из положения лежа	37	45
8	Прохождение по бревну (по поваленному дереву)	Неуверенно, замедленно, излишне осторожно	Уверенно, без остановок, спокойно
9	Марш-бросок с грузом до 2—3 кг по грунтовым дорогам и тропам протяженностью до 1,5 км	Без учета времени	Без учета времени



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абуков А.Х. Туризм сегодня и завтра. М., Профиздат, 1978.,
2. Альбом карт для спортивного ориентирования. М.: Главное управление геодезии и картографии при Совете министров СССР. 198
3. Багаундинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность учащихся начальной школы.- М.: ЦДЮТур, 1996.
4. Васильев И.В. В помощь организаторам и инструкторам туризма. М., Профиздат, 1973.
5. Водный туризм. М., Физкультура и спорт, 1968.
6. ВелекИ. Что должен знать и уметь юный защитник природы. - М.: Прогресс, 1983.
7. Геллер Е.М. Игры на переменах для школьников. М.: Физкультура и спорт, 1985
8. Карманная книга натуралиста и краеведа. М., Географгиз, 1961.
9. КоломейцевЮ.А. Взаимоотношения в спортивной команде. М.: Физкультура и спорт, 1984.
10. Кудрявцев В.И., Колесников А.А. Туристские слеты и соревнования. М., Профиздат, 1965.
11. Куприн А.М. Умей ориентироваться на местности. М. Изд-во ДОСААФ, 1968.
12. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании.- М.: “Просвещение”, 1980. – 108
13. Минделевич С. Пора в поход! - М.: “Молодая гвардия”, 1985. – 180 с.
14. Михайлова З.А. Игровые занимательные задачи. М.: Просвещение, 1990.
15. Остапец.А.А. Педагогика туристско-краеведческой работы в школе.Москва “Педагогика” 1985г.
16. Пашканг К.В., Родзевич Н.Н. Основные правила поведения учащихся в природе. География в школе, 1982. - № 5.
17. Салеева Л.П. Здоровье человека и окружающей среды (курс для младших школьников “Азбука здоровья”) Программы по экологии для общеобразовательных учебных заведений и детских дошкольных учреждений. – Курган: ГУНО Администрация Курганской области,1983.
18. Татарникова Л.Г., Захаревич Н.Б., Калинина Т.О. Валеология – основы безопасности жизни ребенка. Санкт-Петербург: “Petros”, 1995.
19. Шмаков С.А. Игры учащихся – феноменкультуры.М.: Новая школа, 1994
20. Шмаков С.А.Каникулы. М.: Новая школа, 1994

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

1. Альбом карт для спортивного ориентирования. М.: Главное управление геодезии и картографии при Совете министров СССР. 1988.
2. Баленко С.В. Школа выживания. Часть1, 2. М., 1992.
3. Выживание в экстремальных условиях. М., ИПЦ «Русский раритет», 1993.
4. Гостюшин А. Энциклопедия экстремальных ситуаций. Изд-во «Зеркало», М., 1994.
5. Зубович С.Ф. О первых шагах в ориентировании. Минск.: Польша, 1983
6. Книга тайн. Сборник. М., Общество по изучению тайн и загадок Земли. 1991.
7. Куприн А.М. Занимательная топография. М.: Просвещение, 1977.
8. Кургузов О. Энциклопедия искателя приключений. М.: Лабиринт-К, 1998
9. Михайлова З.А. Игровые занимательные задачи. М.: Просвещение, 1990.
10. Никитин Б.П. Ступеньки творчества, или развивающие игры. М.: Просвещение, 1990.

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК 3 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№п/п	Дата (чисо, месяц)		Форма занятия	Кол-во часов		Тема занятия	Форма контроля
	По плану	По факту		Теория	практика		
1	05.09.23		Лекция, беседа.	2		Вводное занятие Беседа о туризме и работе кружка. Техника безопасности и правила поведения туристов на занятиях и в походах.	Тестирование обучающихся
2	07.09.23		Лекция, Ролевая игра	1	1	Разговор о влиянии природных факторов на человека. Формирование культуры отношения к природе	Творческая работа
3	12.09.23		Практическое занятие		2	Тренировочный поход	Наблюдение
4-6	14.09.23		Практическое занятие		6	Подготовка к участию в туристическом слете Бугульминского муниципального района	Наблюдение
7	19.09.23		Творческая работа		2	Экологические изменения в природе. Мое отношение к природе.	Эссе
8	21.09.23		Сюжетно-ролевая игра	1	1	Вес рюкзака. График походов. Эмоциональная нагрузка.	Тест
9	26.09.23		показ	1	1	Планирование маршрута. Техника преодоления препятствий.	Тестирование
10	03.10.23		Практика		2	Тренировочный поход	Наблюдение
11	05.10.23		Решение кейсов.		2	Составление плана. Оценка обстановки	Тестирование
12	10.10.23		Практическое занятие		2	Прогулка по лесу. Оценка обстановки на местности.	Наблюдение
13	12.10.23		Отработка навыков.		2	Разработка плана похода, маршрута, видов снаряжения. Графика похода.	Разработка планов
14	17.10.23		Просмотр видеороликов, показ	1	1	Характеристика склонов по крутизне, характеру растительного покрова и почвам. Использование микрорельефа.	Тестирование
15	19.10.		Практическое		2	Вело прогулка. Лыжная	Наблюдение

	23		ое занятие			база	
16	24.10. 23		Отработка навыков		2	Самостраховка с помощью палки, альпенштока ледоруба. Действия при потере равновесия и падении.	Наблюдение
17	26.10. 23		Отработка навыков		2	Движение в лесу. По тропам, зарослях, завалинах.	Наблюдение
18	31.10. 23		Практическое занятие		2	Тренировочный поход	Наблюдение
19-21	02.11. 23		Отработка навыков		6	Поход на лыжную базу	Наблюдение
22	07.11. 23		Отработка навыков		2	.Устройство веревочных перил. Страховка Самостраховка	Наблюдение
23	09.11. 23		Просмотр фильма, показ.	1	1	Водный туризм. Искусственные препятствия, способы их преодоления.	Тестирование
24	14.11. 23		Просмотр фильма, ролевая игра.		2	Действие групп в аварийных. Оказание помощи терпящим бедствия на воде.	Наблюдение
25	16.11. 23		Отработка навыков		2	Поход о. Карабаш	Наблюдение
26	21.11. 23		Беседа, демонстрация наглядного материала	1	1	Велосипедный туризм. Устройство велосипеда и уход з ним.	Наблюдение
27	23.11. 23		Практическое занятие		2	Характерные неисправности и поломки, их устранение в походных условиях.	Тестирование
28	28.11. 23		Практическое занятие		2	Мини путешествие в парк культуры и отдыха	наблюдение
29	30.11. 23		Просмотр фильма. Практическое занятие	1	1	Походный строй. Транспортировка машин на ложных участках пути.	Тестирование
30	05.12. 23		Практическое занятие		2	Прогулка на лыжную базу	Наблюдение
31	07.12. 23		Практическое занятие		2	Техника преодоления препятствий. Характеристика препятствий.	Тестирование
32	12.12. 23		Отработка навыков.		2	Прогулка на лыжную базу.	наблюдение
33	14.12. 23		тест	1	1	Закрепление пройденного материала по всем разделам программы. Выбор	тест

						маршрутов учебно-тренировочных походов.	
34	19.12.23		Практическое занятие		2	Прогулка по зимнему парку. Закрепление материала	
35	21.12.23		Практическое занятие		2	Проработка деталей каждого маршрута. Подробный расчет времени переездов, переходов, привалов.	наблюдение
36	26.12.23		Отработка навыков		2	Лыжный поход	Наблюдение
37	28.12.23		Практическое занятие		2	Проработка деталей каждого маршрута. Хозяйственная и техническая подготовка походов.	Творческая работа
38	09.01.24		Практическое занятие		2	Лыжная прогулка «Встречаем Новый год»	Наблюдение
39	11.01.24		лекция	1	1	Как составить отчет о походе	Анализ
40	16.01.24		Практическое занятие		2	Лыжная экскурсия	наблюдение
41	18.01.24		Практическое занятие		2	Оформление конкурсных работ.	Подготовка материалов.
42	23.01.24		Отработка практических навыков		2	Командное преодоление препятствий в лыжном походе.	Игра-соревнование
43	25.01.24		Практическое занятие		2	Особенности организации ночлега в лыжном походе.	Тестирование
44	30.01.24		Практическое занятие		2	Спуски и торможения на лыжах.	Наблюдение
45	01.02.24		Отработка навыков		2	Самостоятельное преодоление препятствий в лыжном походе.	наблюдение
46	06.02.24		Отработка практических знаний		2	Возможные естественные препятствия в лыжном походе.	Наблюдение
47	08.02.24		Отработка практических знаний		2	Выбор места соревнований. Необходимые условия.	Наблюдение
48	13.02.24		Отработка практических знаний		2	Особенности выбора места соревнований от времени года.	Тестирование
49	15.02.24		Занятие игра		2	Виды туристских соревнований	наблюдение
50	20.02.24		Практическое занятие		2	Охрана природы во время проведения соревнований.	Презентация

51	22.02. 24		Практическое занятие		2	Подготовка трасс и дистанций соревнований по пешеходному туризму.	наблюдение
52	27.02. 24		Практическое занятие		2	Подготовка трасс и дистанций соревнований по лыжному туризму.	наблюдение
53	29.02. 24		Занятие – соревнование		2	Подготовка трасс и дистанций соревнований по спортивному ориентированию.	Подведение итогов
54	05.03. 24		Практическое занятие		2	Порядок проведения соревнований.	тестирование
55	07.03. 24		Практическая работа		2	Подведение итогов соревнований. Работа секретаря.	Выполнение плакатов
56	12.03. 24		Рассказ	2		Возможные опасности в походе.	наблюдение
57	14.03. 24		Отработка практических знаний		2	Общественно-полезная работа в походах.	тест
58	19.03. 24		Отработка навыков		2	Организация туристского быта.	наблюдение
59	21.03. 24		Отработка практических знаний		2	Выбор места для бивака.	тест
60	26.03. 24		Отработка практических навыков		2	Составление меню и списка продуктов для похода.	Оценка работ, анализ
61	28.03. 24		Отработка практических навыков		2	Планирование итогового похода	Проверка знаний
62	04.04. 24		Рассказ	2		Задачи туристических слетов и соревнований	тестирование
63	09.04. 24		Практическое занятие		2	Положение о соревнованиях. Его разработка.	наблюдение
64	11.04. 24		Просмотр фильма, лекция	2		Возможные естественные препятствия в пешем походе.	тестирование
65	16.04. 24		Отработка практических знаний		2	Командное преодоление препятствий в пешем походе.	Наблюдение анализ
66	18.04. 24		Отработка практических знаний		2	Самостоятельное преодоление препятствий в пешем походе.	наблюдение
67	23.04. 24		Отработка практических знаний		2	Организация переправ через водное препятствие.	наблюдение
68	25.04. 24		Практическое занятие		2	Организация страховки на спусках и подъемах	Наблюдение

						различной крутизны.	
69	30.04. 24		Отработка практически х знаний		2	Судейская бригада соревнований, обязанности.	наблюдение
70	07.05. 24		Отработка навыков		2	Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды.	наблюдение
71	14.05. 24		Практическ ое занятие		2	Выпуск газеты по итогам похода.	Анализ
72	16.05. 24		Практическ ое занятие		2	Аттестация обучающихся.	Выполнение презентаций
				144			