

**Комитет по образованию администрации МО Богородицкий район
Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Дворец детского (юношеского) творчества»**

Принята на заседании
педагогического совета
от 28.08.2025г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МУДО «ДД(Ю)Т»
О.В.Лебедева
Приказ № 63 от 28.08.2025г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Младший инструктор туризма»**

Возраст учащихся: 14-18 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Павлова Марина Алексеевна,
педагог дополнительного образования

г. Богородицк, 2025

Автор дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Младший инструктор туризма»: Павлова Марина Алексеевна.

Павлова Марина Алексеевна - педагог, реализующий дополнительную
общеобразовательную общеразвивающую программу:

Председатель Методического совета


Подпись (O. B. Lebedeva)
Ф.И.О

Содержание

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»	4
1.1 Пояснительная записка	4
1.2 Цель и задачи программы	6
1.3 Содержание программы.....	7
1.3.1. Учебный план 1 год обучения	7
1.3.2. Учебный план 2 год обучения	10
1.3.4 Содержание учебного плана 1 год обучения	12
1.3.5 Содержание учебного плана 2 год обучения	18
1.4. Планируемые результаты	21
Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий».....	22
2.1 Календарно-учебный график.....	22
2.2 Условия реализации программы	23
2.3 Формы аттестации.....	25
2.4. Оценочные материалы.....	25
2.5. Методические материалы	27
2.6. Рабочая программа	Ошибка! Закладка не определена.
2.7. Список литературы	29

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовая база

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями и дополнениями от 05.09.2019 г. и 30.09.2020 г.);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"";
- Приказ Минтруда России от 05 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28 августа 2018 г. регистрационный № 25016);
- Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» от 07 декабря 2018 г.;
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Национальный проект «Образование» (утвержен Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), письмо Минобрнауки от 18.11.2015 г. № 09-3242;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31 января 2022 г. № ДГ-245/06 «Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- устав МУДО «ДД(Ю)Т» г. Богородицка.

Направленность программы

Данная программа дополнительного образования является **углубленной** и имеет **туристско-краеведческую направленность**. В программе поставлены реальные цели, задачи, которые способствуют получить наилучший результат освоения программы, из которого видна вся полнота согласованность действий педагога, обучающегося и родителей для достижения целей.

Актуальность программы и педагогическая целесообразность

Актуальность данной программы обусловлена тем, что она во всех формах своей деятельности способствует разностороннему развитию личности ребенка, общему оздоровлению его организма, укреплению физических и духовных сил, совершенствованию технико-тактического туристского мастерства, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, изучению своего края и воспитывает патриота своей Родины. Данная программа предусматривает

приобретение необходимых навыков для получения спортивных разрядов по туризму, спортивному ориентированию.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что занятия в объединении «Младший инструктор туризма» позволяют решить прежде всего проблему профориентации детей. Выпускники объединения, как правило, в дальнейшем поступают на факультеты туризма. Имея подготовку по спортивному туризму, спортивному ориентированию, спортивному скалолазанию и до профессиональную подготовку по данной программе, они смогут легко трудоустроиться в экскурсионные фирмы инструкторами туризма, экскурсоводами и гидами-проводниками.

Отличительные особенности

Отличительная особенность данной программы состоит в том, что она предоставляет возможность выбора рода деятельности в рамках туристского коллектива, исходя из собственного опыта и предрасположенности к определенному виду туризма.

Адресат программы

Особенности набора детей заключаются в том, что группы формируются с учетом возраста из детей, желающих заниматься туризмом. Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы – 14-18 лет. Программа рассчитана на 2 года обучения. Учебные занятия проводятся по группам. Такой режим занятий обусловлен возрастной спецификой обучающихся.

Объем и срок освоения программы. Режим занятий

Система занятий строится таким образом: объем курса составляет - 2 года обучения:

432 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 академических часа.

Занятия проводятся в групповой форме. Количество детей в группе -8 - 12 человек, что дает возможность индивидуального, подходит каждому ребенку. Возраст учащихся – 14-18 лет. Режим занятий – 6 часов в неделю.

Формы обучения

Форма обучения – очная. Реализация программы также может осуществляться с использованием *электронного обучения, дистанционных образовательных технологий*, позволяющих осуществлять обучение на расстоянии в соответствие с положением об организации образовательного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий без непосредственного контакта между педагогом и учащимся. Образовательный процесс в этом случае предусматривает значительную долю самостоятельной работы учащихся, таким образом осуществление взаимодействия педагога с учащимися может быть организовано при подготовке к участию в мероприятиях; для учащихся, пропускающих учебные занятия по уважительной причине (болезни и др.); в период отмены (приостановки) занятий в очной (контактной) форме.

В обучении с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий могут использоваться следующие организационные формы обучения: консультация; видеолекция; практическое занятие; самостоятельная работа.

Общая технология работы применения дистанционного обучения в рамках реализации этой модели такова:

1. педагог размещает для детей своих учебных групп учебные материалы, соответствующие содержанию программы, в сети Интернет;
2. учащиеся изучают материалы, выполняют задания, присылают результаты педагогу, консультируются с ним в режиме offline или onlain, обсуждают разные вопросы в группах;

3. на занятиях дети могут представить выполненные задания, обсудить изученный материал, непосредственно проконсультироваться с педагогом, выполнять задания в группах.

Такая модель реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы дополняет традиционный учебный процесс, обеспечивает открытость учебного процесса, предоставляет доступ учащимся к материалам занятий в любое время. Доступность содержания программы обучения особенно актуальна для детей, которые хотят изучать темы программы на более глубоком уровне, для слабоуспевающих детей или учащихся, которые не могут посещать образовательное учреждение. Обучение в дистанционной форме подразумевает проведение адресных дистанционных консультаций со стороны педагога, как с опорой на специально разработанные цифровые платформы, так и с использованием ресурсов существующих социальных сетей, а также, осуществление обратной связи и контроля через использование социальных сетей, мессенджеров, электронной почты.

Особенности организации образовательного процесса

Ведущей формой организации образовательного процесса является занятие. Программа предполагает использование **аудиторных занятий** (включающих освоение теории, практические упражнения). Помимо аудиторных занятий в программе используются **внеаудиторные занятия**: экскурсии, наблюдение за природой, походы выходного дня, соревнования.

У обучающихся воспитываются умения самостоятельно принимать решения, неукоснительно выполнять правила техники безопасности. Практические занятия можно проводить как на местности, так и в помещении, в зависимости от темы занятия, времени года. Особое внимание необходимо обратить на общефизическую и специальную подготовку.

Формы проведения практических занятий – выполнение практических заданий по карточкам, картографическому материалу, работа с туристско-краеведческой литературой, игровые и тестовые задания, самостоятельная работа, обсуждение темы или ситуации, выполнение спортивных упражнений или технических элементов, выполнение практических заданий и зачетов на местности по туризму и ориентированию. Практические занятия проводятся также в 1-2-дневных учебно-тренировочных походах (походах выходного дня), во время проведения туристских мероприятий, соревнований, экскурсий, на пришкольном участке, стадионе, в парке и в помещении (в классе, спортзале).

В период осенних, зимних, весенних каникул практические навыки отрабатываются в походах, учебно-тренировочных лагерях, на слетах и соревнованиях, других туристско-краеведческих мероприятиях. Приведенный перечень практических занятий является примерным и может быть изменен педагогом в зависимости от условий работы объединения.

1.2 Цель и задачи программы

Цель: создание системы специализированной подготовки, ориентированной на индивидуализацию обучения и специализацию детей, в том числе с учетом реальных потребностей рынка труда.

Задачи:

Образовательные (предметные):

- дать знания, умения, навыки участия и организации походов и путешествий по видам туризма, техники и тактики туризма, получение спортивных разрядов;
- дать знания, умения, навыки работы инструктора по туризму (помощника руководителя);

- развивать организаторские способности, навыков руководства коллективом;
- обучить навыкам медицинского самоконтроля, спасательных работ, оказанию первой медицинской помощи, действиям в экстремальных ситуациях.

Метапредметные:

- развивать творческие способности детей и подростков и получение ими полезных практических навыков через организацию досуга;
- развивать обучающихся морально-волевой сферы «спортивного характера», ответственного отношения к делу, лидерских качеств;
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни.

Личностные:

- воспитывать у детей и подростков достойного отношения к русской культуре, истории России;
- профилактика детских правонарушений и конфликтных ситуаций в семье через совместную с детьми и подростками развивающую, познавательную деятельность;
- создавать социально-психологическую атмосферу сотрудничества, взаимной поддержки;
- прививать членам объединения экологической культуры.

1.3 Содержание программы

1.3.1. Учебный план 1 год обучения

№ п/п	Название разделов и тем.	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<u>Введение.</u>	3	3	-	
1.1	Туристские путешествия, история развития туризма. Воспитательная роль туризма. Инструктаж по ТБ.	3	3	-	наблюдение Инструктаж
2.	<u>Личная гигиена туриста и первая доврачебная помощь</u>	21	7	14	
2.1.	Личная гигиена туриста. Профилактика различных заболеваний	3	1	2	Опрос
2.2	Походная медицинская аптечка.	3	1	2	тесты
2.3	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	9	3	6	Практическая работа
2.4	Приемы транспортировки пострадавшего	6	2	4	Практическая работа
3.	<u>Основы туристской подготовки</u>	48	23	25	

3.1.	Личное и групповое туристское снаряжение.	6	2	4	Самоанализ
3.2.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	6	3	3	Тесты, практическ. работа,
3.3.	Питание в туристском походе.	6	2	4	Контрольн. упражнения,
3.4.	Подготовка к походу. Особенности видов туризма	6	4	2	опрос
3.5.	Тактика движения в походе. Преодоление препятствий.	9	2	7	зачеты, наблюдение
3.6.	Техника безопасности при проведении туристских мероприятий. Причины возникновения экстремальных ситуаций	3	3	-	Самоанализ, тестовые задания
3.7	Подведение итогов похода, мероприятия.	3	3	-	наблюдение
3.8	<u>Туристские слеты и соревнования.</u>	9	4	5	опрос
4.	Топография и ориентирование.	33	16	17	
4.1	Понятие о топографической и спортивной карте.	3	2	1	упражнения
4.2.	Условные знаки топографических и спортивных карт.	6	2	4	Карточки с заданием
4.3.	Компас. Работа с компасом.	6	2	4	наблюдение
4.4.	Ориентирование по горизонту. Азимут.	6	3	3	упражнения
4.5.	Измерение расстояний.	6	2	4	Карточки с заданием
4.6	Способы ориентирования.	3	2	1	
4.7	Ориентирование по местным признакам. Действия в случае потери ориентировки.	3	3	-	Тестовые задания

5.	Краеведение.	36	13	23	
5.1.	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.	12.	3	9	викторины
5.2.	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи.	18	6	12	викторины
5.3.	Изучение района путешествия.	3	2	1	наблюдение
5.4.	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры.	3	2	1	опрос
6.	<u>Общая и специальная физическая подготовка.</u>	27	5	22	
6.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	6	3	3	опрос
6.2	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	3	2	1	опрос
6.3	Общая физическая подготовка	9	-	9	Контрольный срез
6.4	Специальная физическая подготовка	9	-	9	зачет
7.	<u>Инструкторская подготовка</u>	48	19	29	
7.1	Педагогические основы обучения	6	6	-	наблюдение
7.2.	Психологические основы обучения.	6	3	3	наблюдение
7.3.	Психология коллектива	9	3	6	тесты
7.4.	Права и обязанности руководителя группы.	3	3	-	Опрос, наблюдение

	Подготовка и проведение занятий по темам: -Правила движения в походе. - Личное и групповое снаряжение. -Подготовка к походу. -Организация привалов и ночлегов.	24	4	20	Наблюдение
	ИТОГО	216	86	130	

Зачетное многодневное мероприятие (лагерь, слет, соревнования и т.д.) - вне сетки часов.

1.3.2. Учебный план 2 год обучения

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1. 1.1.	Введение Туризм и формы его организации. Инструктаж по ТБ.	3 3	3 3	- -	наблюдение Инструктаж.
2. 2.1. 2.2. 2.3.	Работа младшего инструктора. Работа младшего инструктора. Планирование туристической работы. Правила туристских соревнований.	51 27 6 18	13 4 3 6	38 23 3 12	контрольные упражнения, зачеты, соревнования.
3. 3.1. 3.2.	Топография. Топографические карты. Знаки. Масштаб. Измерение расстояний. Определение азимута по карте.	12 3 9	2 1 1	10 2 8	Топографический диктант, контрольные упражнения
4. 4.1. 4.2. 4.3.	Подготовка и проведение похода Подготовка и проведение похода Подготовка и ремонт снаряжения. Питание в походе.	45 6 6 9	12 2 3 3	33 4 3 6	Опрос. Практическая работа. Наблюдение. Контрольные упражнения, зачеты

4.4.	Организация туристского быта.	9	3	6	
4.5.	Движение группы на маршруте.	9	1	8	
4.6.	Физическая подготовка туриста.	6	-	6	
5.	Безопасность в походе.	18	8	10	Самоанализ. Тестирование. Соревнования.
5.1.	Обеспечение безопасности – важнейшие требования.	12	6	6	
5.2.	Поисково-спасательные работы.	6	2	4	
6.	Гигиена туриста.	15	4	11	Тесты, практическая работа. зачеты
6.1.	Личная гигиена.	6	3	3	
6.2.	Доврачебная помощь.	9	1	8	
7.	Преодоление препятствий.	18	-	18	Контрольные упражнения, практическая работа, соревнования.
7.1.	Узлы, применяемые в туризме.	3	-	3	
7.2.	Преодоление препятствий. Приемы страховки и самостраховки.	12	-	12	
7.3.	Соревнования по технике туризма.	3	-	3	
8.	Краеведение.	15	6	9	Наблюдение, практическая работа. Викторины.
8.1.	Изучение района путешествия.	6	5	1	
8.2.	Общественно-полезная работа в путешествии.	9	1	8	
9.	Ориентирование.	30	5	25	зачеты, контрольные упражнения, соревнования.
9.1.	Ориентирование по компасу и карте.	12	4	8	
9.2.	Проведение соревнований по спортивному ориентированию.	18	1	17	
10.	Подведение итогов.	9	2	7	Практическая работа, наблюдение.
10.1.	Подведение итогов туристского мероприятия.	3	1	2	
10.2.	Ремонт туристского снаряжения.	3	-	3	
10.3.	Подготовка отчетов, альбомов.	3	1	2	
	ИТОГО:	216	55	161	

1.3.4 Содержание учебного плана 1 год обучения

1. Введение. (3 ч: теория:3ч; практика:0)

1.1 Туристские путешествия, история развития туризма. Воспитательная роль туризма. Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Виды туризма. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Её роль в подготовке к защите Родины, в выборе профессии и подготовке к предстоящей трудовой деятельности. Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе. Волевые усилия и их значение в походах и тренировках. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания. Инструктаж по ТБ.

2.Личная гигиена туриста. 21 ч.

2.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний.

Понятие о гигиене. Гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Систематические занятия физическими упражнениями, как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов. Меры по профилактике характерных для видов туризма заболеваний. Особенности посещения районов с различными инфекционными заболеваниями (клещевой энцефалит, вирусный гепатит, туляремия и др.) Акклиматизация как средство профилактики горной болезни.

2.2. походная медицинская аптечка. перечень и назначение лекарств.

Хранение и транспортировка.

Практические занятия; формирование походной аптечки, знакомство с лекарственными препаратами и их использование.

2.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Заболевания и травмы в походе. Предупреждение заболеваний и травм. Ушибы, ссадины, потертости. Обработка ран. Наложение жгута.

Практические занятия: Освоение способов бинтования, наложение жгута. Приемы искусственного дыхания, закрытого массажа сердца.

2.4. Приемы транспортировки пострадавшего.

Иммобилизация пострадавшего подручными средствами. Способы транспортировки. Изготовление носилок.

Практические занятия: Разучивание различных способов транспортировки. Изготовление носилок и волокуш.

3. Основы туристской подготовки. 48 ч.

3.1. Личное и групповое снаряжение.

Перечень личного снаряжения для похода. Требования к нему. Типы рюкзаков, спальников. Правила размещения предметов в рюкзаке. Снаряжение для зимних походов. Групповое снаряжение, требования к нему.

Практические занятия: Укладка рюкзаков. Установка палаток. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

3.2. Организация туристского быта.

Привалы и ночлеги. Выбор места для привалов и ночлегов. Основные требования к месту привала и бивака. Организация работ по развертыванию и свертыванию лагеря. Типы костров. Заготовка дров. Ночные дежурные.

Практические занятия: Определение места, пригодного для организации бивака. Развертывание и свертывание лагеря. Разжигание костра.

3.3. Питание в туристском походе.

Значение правильного питания. Расчет калорийности. Организация питания в разных условиях. Составление меню. Фасовка, упаковка и переноска продуктов. Приготовление пищи. Питьевой режим в походе. «карманное питание». Витамины.

Практические занятия: Составление меню и списка продуктов. Закупка , фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре..

3.4. Подготовка к походу. Особенности видов туризма. Определение цели и района.

Изучение маршрута и района путешествия. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.. Особенности видов туризма.

Практические занятия: Составление плана подготовки 1-3 дневного похода. Изучение района похода. Составление графика движения. Подготовка снаряжения.

3.5. Тактика движения в походе, преодоление препятствий в походе..

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Практические занятия: Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения..по различным естественным препятствиям.

3.6. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий и мероприятий.

Дисциплина в походе и на занятиях- основа безопасности .Меры безопасности при проведении занятий. . Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения.. Психологические аспекты взаимоотношений в группе. Разбор и анализ несчастных случаев в туризме. Причины возникновения экстремальных ситуаций в природной среде. Характеристика условий, затрудняющих нормальное движение и ориентирование. Тактические приемы выхода группы из аварийных ситуаций. Организация и тактика поиска группы, порядок ее эвакуации с маршрута. Природоохранная деятельность туристов.

Практические занятия: Отработка техники преодоления естественных препятствий, склонов, подъемов. Использование альпенштоков на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

3.7. Подведение итогов похода, мероприятия.

Обсуждение итогов мероприятия, отчеты ответственных по участкам работы. Составление отчетов. Ремонт и сдача снаряжения.

Практические занятия: Составление отчетов о походе. Ремонт, сушка и сдача снаряжения. Подготовка экспонатов для школьного музея.

3.8. Туристские слеты и соревнования.

Задачи туристских слетов и соревнований. Организация слетов, судейская подготовка. Положения о слете и о соревновании. Условия проведения. Выбор места проведения. Медицинское обеспечение. Охрана природы при проведении слетов, соревнований. Законодательство об охране природы. Соблюдение правил противопожарной безопасности в лесу, сохранности водоемов. Оборудование мест общего пользования на слете, соревнованиях. Требования, предъявляемые к местам забора воды для приготовления пищи, купания.. Забота об охране природы при подготовке дистанции соревнований. Работа комендантской службы в районе проведения соревнований. Приведение в порядок места слета после его окончания. Организация «трудовых десантов» по оказанию помощи лесу, посадке деревьев и благоустройству водоемов.

Практические занятия: Участие в туристских соревнованиях. Экологический десант. Приведение в порядок места слета, соревнования.

4. Топография и ориентирование. 33 ч.

4.1. Понятие о топографической и спортивной карте.

Роль топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов. Масштаб. Виды масштаба. Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Определение координаты точек на карте.

Назначение спортивных карт. Ее отличие от топографической. Масштабы спортивной карты. Защита карт от непогоды.

Практические занятия: Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование участка карты на кальку.

4.2. Условные знаки.

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топознаков по группам.. Масштабные и немасштабные знаки, площадные и контурные знаки. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Рельеф. Его изображение на карте. Горизонтали. Бергштрих. Отметки высот. Урезы воды.

Практические занятия: Изучение на местности изображения местных предметов. Знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков. Игры. Мини-соревнования.

4.3. Компас. Работа с компасом.

Компас. Типы компасов. Компас Адрианова. Жидкостной спортивный компас. Ориентир. Что может служить ориентиром. Движение по азимуту. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная

засечка.

Практические занятия: Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту. Азимутальный ход.

4.4. Ориентирование по горизонту. Азимут.

Основные направления на стороны горизонта. С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта. Измерение и построение углов (направлений) на карте.

Практические занятия: Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнение на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

4.5. Измерение расстояний.

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр. Использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Глазомерный способ измерения расстояний. Способы тренировки глазомера. Определение расстояний по времени движения.

Практические занятия: Измерение своего среднего шага (пары шагов). Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром и ниткой. Тренировочные упражнения на микроглазомера на картах разного масштаба.

4.6. Способы ориентирования.

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейные, точечные. Способы определения точек стояния на карте (привязка). Движение по азимуту. Обход препятствий. Сохранение общего заданного направления. Движение по легенде.

Практические занятия: Упражнения по отбору основных ориентиров на карте по заданному маршруту. Занятия по практическому прохождению мини-маршруту. Движение по легенде.

4.7. Ориентирование по местным признакам. Действия в случае потери ориентировки.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки. Поиск отличительных ориентиров. Определение азимута на солнце в разное время дня. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Практические занятия: Упражнения по определению азимута. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам. Определение точки стояния на спортивной карте.

Работа с протоколами. Участие в судействе соревнований по различным видам туризма.

5. Краеведение. 36 ч.

5.1. Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.

Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление Тульской области. Промышленность.

История Тульской области. Памятники истории и культуры. Знаменитые люди. История своего города.

Практические занятия: Знакомство с картой Тульской области. Игра «Путешествие по карте». Проведение краеведческих викторин.

5.2. Туристские возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов, музеи.

Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, музеи области.

Практические занятия: Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов.

5.3. Изучение района путешествия.

Сбор краеведческих материалов о районе путешествия: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами. Подготовка материалов о районе похода: история, климат, рельеф, флора, фауна и т.д.

Практические занятия: подготовка и заслушивание докладов по району предстоящего похода.

5.4. Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры.

Краеведческая работа - один из видов общественно-полезной деятельности. Выполнение краеведческих заданий: сбор материалов по истории, поисковая работа, записи воспоминаний очевидцев событий. Метеорологические наблюдения. Изучение растительного и животного мира. Геологический поиск. Природоохранная деятельность туристов.

Практические занятия: Проведение различных краеведческих наблюдений. Сбор материалов для музеев, кабинетов. Знакомство с краеведческими объектами. Изучение краеведческой литературы.

6. Общая и специальная физическая подготовка 27 ч.

6.1. Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии на него физических упражнений. Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие.

Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Изменение сердца под влиянием нагрузок различной интенсивности. Постановка дыхания в процессе занятий. Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности, совершенствование двигательных качеств человека (быстрота, сила, ловкость, выносливость). Совершенствование координации движений под влиянием систематических занятий физической культурой и спортом.

Практические занятия:

Тест Руфье- Диксона.

6.2. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм. Значение и содержание врачебного контроля и самоконтроля при занятиях туризмом. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Субъективные и объективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение, оценка изменений частоты пульса. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении.. Дневник самоконтроля.

Практические занятия:

Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.

6.3. Общая физическая подготовка.

Основные задачи общей физической подготовки- развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туриста. Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем физическом развитии спортсменов.

Практические занятия: Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи, туловища, ног. Упражнения со скакалкой, гантелями. Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Лыжный спорт. Гимнастические упражнения.

6.4. Специальная физическая подготовка.

Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства. Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы.

Практические занятия: Упражнения на развитие физических качеств, необходимых для специальной подготовки. Упражнения на развитие выносливости: бег, ходьба на лыжах. Упражнения для развития ловкости и прыгучести: прыжки в длину, прыжки в высоту. Упражнения на равновесие. Скалолазание. Подъем по гимнастической лестнице, стенке, в том числе без помощи ног.

7. Инструкторская подготовка. 48 ч.

7.1. Педагогические основы обучения.

Структура педагогического процесса: цель- принципы-содержание-методы-средства-формы. Методы обучения. Их классификация. Средства обучения: литература, оборудование, снаряжение, учебные полигоны. Формы обучения.

7.2. Психологические основы обучения.

Значение учета психологических особенностей юных туристов в процессе обучения. Темперамент и его виды. Типы нервной системы. Черты характера. Воспитание черт характера.

7.3. Психология коллектива.

Понятие психологического климата в группе. Лидеры в группе: формальные и неформальные. Авторитет руководителя, лидеров, членов группы. Дисциплина и демократия в группе. Их влияние на сплоченность, работоспособность группы, соблюдение мер безопасности.

Практические занятия :Деловые, ролевые игры по решению различных ситуаций.

7.4. Права и обязанности руководителя группы.

Требования к руководителю группы. Ответственность руководителя. Обязанности руководителя группы. Деятельность руководителя по подготовке похода.

7.5. Подготовка и проведение занятий по темам.

Уяснение темы занятий. Изучение литературы и учебных пособий. Определение учебных целей., определение последовательности хода занятий и приемов для отработки учебного вопроса. Подбор учебных пособий. Составление плана конспекта занятий..

Практические занятия :Подготовка и проведение теоретических и практических занятий по темам: « Правила движения в походе», « Личное и групповое снаряжение», «Подготовка к походу», «Организация привалов и ночлегов». Проведение соревнований на простейшей полосе препятствий или по отдельным заданиям (укладка рюкзака, разведение костра, установка палатки и т.д

Содержание учебного плана 2 год обучения

Обучение состоит из 8 тем, вводного и итогового занятия.

1. Введение.(3 часа)

1.1.Туризм и формы его организации. Организация туризма в России. Виды туризма. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Туристские нормативы. Разрядные нормативы. Инструктаж по ТБ.

2. Работа младшего инструктора.(51 час)

2.1. Формы туристской деятельности. Роль младшего инструктора в проведении туристских мероприятий. Личная подготовка младшего инструктора к занятиям: определение учебных целей, определение хода занятий, подбор учебных пособий. Работа туристского лагеря. Работа с группой. Подготовка и проведение похода выходного дня. Подготовка и проведение конкурсов, игр, соревнований младшими инструкторами.

Практические занятия:

Подготовка и проведение похода выходного дня. Работа с группой. Подготовка и проведение конкурсов, игр, соревнований. Отработка полученных знаний и навыков в походе и при проведении туристских мероприятий.

2.2. Планирование туристской работы. Основные формы занятий. Планирование. Подготовка к занятиям. Составление плана-конспекта занятия.

Практические занятия:

Подготовка и проведение тематических занятий. Проведение соревнований на полосе препятствий или по отдельным заданиям (укладка рюкзака, установка палатки, завязывание узлов и т.д.). Индивидуальные занятия.

2.3. Правила туристских соревнований. Судейская подготовка. Положение о слете и соревновании. Подготовка дистанции. Организация работы секретариата. Обеспечение безопасности мероприятия. Охрана природы при проведении мероприятия. Подготовка судейской документации.

Практические занятия:

Участие в разработке положения о мероприятии, условий проведения отдельных видов. Участие в выборе района и места проведения соревнований, слета. Планирование и постановка дистанции. Участие в постановке этапов и судействе отдельных этапов.

3. Топография.(12 часов)

3.1. Топографические карты и туристские схемы. Чтение карт. Планирование маршрута похода на топографической карте. Копирование карт и схем. Составление карт и схем.

Практические занятия:

Копирование карт и схем. Составление карт и схем.

3.2. Условные знаки топографических карт. Определение масштаба. Измерение расстояния по карте. Определение азимута на карте.

Практические занятия:

Упражнения по измерению расстояний и углов. Определение азимута.

4. Подготовка и проведение похода.(45 часов)

4.1. Подготовка и проведение похода. Выбор района путешествия. Разработка маршрута. Смета расходов. Подбор группы и распределение обязанностей. Оформление походной документации. Подведение итогов похода.

Практические занятия:

Изучение маршрутов походов. Составление планов-графиков. Заполнение маршрутной документации. Составление сметы расходов. Составление плана-графика 2-3-дневного похода. Выполнение поручений.

4.2. Ремонт, усовершенствование и подготовка снаряжения с учетом сезона, вида туризма. Конструирование и изготовление туристского снаряжения. Ремнабор.

Практические занятия:

Комплектование личного и группового снаряжения. Подгонка снаряжения. Изготовление и ремонт снаряжения. Выполнение поручений.

4.3. Питание в путешествии. Организация питания с учетом сезона и вида туризма. Составление меню. Калорийность. Очистка и обеззараживание воды. Питьевой режим в походе. Приготовление пищи на костре. Походные рецепты. Использование дикорастущих растений.

Практические занятия:

Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

4.4. Организация туристского быта. Организация ночлегов. Организация привалов. Перекусы. Питание в экстремальных условиях. Строительство временных укрытий. Костер для обогрева «нодья».

Практические занятия:

Отработка навыков в походе. Определение мест пригодных для бивака. Разворачивание и сворачивание лагеря. Организация ночлега в походе.

4.5. Движение группы на маршруте. Организация разведки. Сигнализация. Распорядок дня. Нормы переходов. Режим движения. Преодоление препятствий. Организация страховки и самостраховки при прохождении опасных участков.

Практические занятия:

Отработка техники движения и преодоления препятствий.

4.6. Физическая подготовка туриста. Задачи общей физподготовки. Краткие сведения о строении человеческого организма. Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, на совершенствование двигательных качеств.

Практические занятия:

Упражнения для рук, плечевого пояса. Упражнения на равновесие. Подвижные игры и эстафеты.

5. Безопасность в походе. (18 часов)

5.1. Обеспечение безопасности при проведении туристских мероприятий. Разбор причин возникновения аварийных ситуаций в походе. Психологический климат в группе. Подбор участников. Лидеры в группе. Конфликты в группе.

Практические занятия:

Психологический тренинг. Выявление лидера.

5.2. Поисково-спасательные работы. Организация и тактика поиска группы. Сигнализация в походе. Способы и организация переправы пострадавшего.

Практические занятия:

Соревнования по ПСР.

6. Гигиена туриста. Доврачебная помощь.(15 часов)

6.1. Личная гигиена. Требования к одежде и обуви. Значение врачебного контроля. Объективные: вес, динамометрия, спирометрия. Субъективные данные: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Самоконтроль. Данные самоконтроля. Дневник самоконтроля.

Практические занятия:

Ведение дневника самоконтроля. Изучение приемов самомассажа.

6.2. Оказание первой доврачебной помощи. Основные приемы оказания первой помощи. Обработка ран. Наложение повязок. Остановка кровотечений. Наложение шин. Ожоги, обморожения, утопления. Тепловой и солнечный удар. Аптечка. Использование лекарственных трав. Изготовление носилок. Транспортировка пострадавшего.

Практические занятия:

Формирование аптечки. Знакомство с лекарственными препаратами. Освоение приемов бинтования ран, наложение жгута, наложение шин. Отработка различных способов транспортировки пострадавшего. Изготовление носилок.

7. Преодоление препятствий.(18 часов)

7.1. Узлы, применяемые в туризме. Техника вязки узлов.

Практические занятия:

Отработка техники вязки узлов.

7.2. Преодоление препятствий. Страховка и самостраховка. Освоение приемов. Организация спусков и подъемов по склону. Техника наведения переправ через водные преграды: брод, бревно, параллельные перила. Переправа по «кочкам», по «гати».

Практические занятия:

Отработка техники преодоления препятствий.

7.3. Соревнования по технике спортивного туризма.

Практические занятия:

Соревнования по технике спортивного туризма.

8. Краеведение. (15 часов)

8.1. Изучение района путешествия. Границы, климат, рельеф, природные условия района. Обзор района по имеющейся литературе. Знакомство с отчетами других групп. История, памятные события. Археологические памятники. Городища.

Практические занятия:

Работа с литературой.

8.2. Общественно-полезная работа в путешествии. Природоохранная работа во время туристских мероприятий. Получение и выполнение заданий различных организаций. Проведение краеведческих и экологических наблюдений. Составление отчетов. Работа по приведению в порядок памятников истории и культуры, воинских захоронений.

Практические занятия:

Проведение наблюдений в походе. Приведение в порядок воинских обелисков и захоронений. Природоохранная работа в походе.

9. Ориентирование. (30 часов)

9.1. Ориентирование с помощью компаса и карты. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой. Движение по азимуту. Определение точки стояния. Измерение расстояний. Ориентирование в сложных условиях. Выбор пути движения с учетом рельефа.

Практические занятия:

Упражнения на местности с использованием карт. Упражнения на засечки. Измерение своего шага. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Определение точки стояния, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий восстановления местонахождения.

9.2. Проведение соревнований по спортивному ориентированию. Виды и характер соревнований.

Практические занятия:

Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию в заданном направлении, на маркированной трассе, по выбору, «Лабиринт», «Ориент-шоу».

10. Подведение итогов мероприятий. (9 часов)

10.1. Обсуждение итогов похода, мероприятия. Оформление спортивных разрядов.

Практические занятия:

Анкетирование по итогам мероприятия. Анализ. Заполнение спортивных книжек.

10.2. Ремонт туристского инвентаря и снаряжения. Обработка собранных материалов.

Практические занятия:

Выполнение поручения педагога. Ремонт снаряжения.

10.3. Подведение итогов учебного года. Составление отчетов. Проведение отчетного вечера или выставки по итогам.

Практические занятия:

Оформление портфолио, дневников. Проведение вечера.

1.4. Планируемые результаты

После 1 года обучения дети:

будут знать

- виды и формы туризма;
- нормативы спортивных разрядов;
- действия в экстремальных ситуациях;

- страховочное снаряжение;
- опасности, возникающие при организации переправ;
- технику безопасности при проведении туристских мероприятий;
- приемы оказания первой доврачебной помощи
- технику преодоления препятствий;
- правила туристских соревнований;
- права и обязанности судей
- виды узлов;
- знания о родном крае;
- технику пешеходного туризма;

будут уметь:

- оказать первую медицинскую помощь при порезах, ссадинах, ушибах;
- преодолевать препятствия;
- наводить переправы;
- оказать первую доврачебную помощь;
- участвовать в соревнованиях, конкурсах в качестве судей;
- составить положение и условия соревнований и слета;
- организовать страховку;
- подготовить дистанцию;
- подготовить и работать с документацией;
- оборудовать этапы;
- организацию и проведение спасработ;

Знания и умения после года обучения оцениваются путем проведения соревнования и участия в судействе.

После 2 года обучения дети получат:

- знания, умения и навыки по организации и подготовке туристских мероприятий; практические навыки при работе с детьми с группами младшего возраста в качестве помощника руководителя (юного инструктора по туризму);
- знания, умения и навыки по организации безопасности жизнедеятельности и походов; работ по оказанию первой медицинской помощи, действия в экстремальных ситуациях;
- достигнут спортивных результатов (разрядов, званий по туризму).

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1 Календарно-учебный график

Начало учебного года – первый рабочий день сентября.

Окончание учебного года – 31 мая.

Продолжительность учебного года – 36 недель.

Режим занятий: (указываем режим занятий в соответствии с пояснительной запиской ДООП)

Обучение - 2 раза в неделю по 3 часа;

Входной контроль оценки знаний и умений обучающихся проводится в сентябре.

Текущий контроль проводится в течение всего периода обучения по программе (на учебных занятиях).

Промежуточная аттестация проводится в декабре, апреле-мае - по итогам полугодия, учебного года.

Итоговая аттестация проходит в апреле-мае по окончании полного курса обучения по образовательной программе.

1 год обучения

Года обучения	Календарь занятий								
	1 полугодие			2 полугодие			Всего недель/ часов	Летние каникулы	
	Кол-во недель	Кол-во часов	Форма аттестации	Кол-во недель	Кол-во часов	Форма аттестации			
1 год Занятия по расписанию	17	102	Зачёты, соревнования, контр. тестирование, походы	19	114	Зачёты, соревнования, контр. тестирование, походы	36/216	01.06-31.08	13 недель
Итого по программе:							216 часов		

2 год обучения

Год обучения	Календарь занятий								
	1 полугодие			2 полугодие			Всего недель/ Часов	Летние каникулы	
	Кол-во недель	Кол-во часов	Форма аттестации	Кол-во недель	Кол-во часов	Форма аттестации			
2 год Занятия по расписанию	17	102	Зачёты, соревнования, контр. тестирование, походы	19	114	Зачёты, соревнования, контр. тестирование, походы	36/216	01.06.-31.08.	13 недель
Итого по программе:							216 часов		

2.2 Условия реализации программы

Методическое обеспечение

В соответствии с объемом знаний предполагается достаточная **материально-техническое оснащение**. Для успешной реализации программы необходима определенная материально-техническая база. Помещение для занятий должно отвечать всем требованиям безопасности труда, производственной санитарии, а инвентарь современным и эстетичным.

Реализация программы дополнительного образования детей реализуется в просторном, светлом помещении с естественным и искусственным освещением, имеются

стол и стул для педагога, стулья и столы для учащихся, доска, мел, наглядные пособия, оборудование, снаряжение.

Оборудование:

1. Секундомер электронный - 2 шт.
2. Пила двуручная в чехле 1 шт.
3. Топор в чехле – 2 шт.
4. Тросик костровый – 1 шт.
5. Тент хозяйственный – 1 шт.
6. Клеенка кухонная - 2 шт.
7. Посуда для приготовления пищи (ножи, терка, консервный нож и т.д.) – компл.
8. Котлы туристские (3 шт.) - компл.
9. Лопата саперная в чехле - 1 шт.
10. Видеомагнитофон - 1 шт.
11. Рулетка 15-20 м – 1 шт.
12. Термометр наружный - 1 шт.
13. Планшет для глазомерной съемки местности - 1 шт.
14. Карандаши цветные, чертежные - компл.
15. Транспортир - 2 шт.
16. Карты топографические учебные - 2 компл.
17. Учебные видеокассеты – компл.
18. Канистра 5 л. - 2 шт.

Снаряжение:

1. Палатки туристские - компл.
2. Тенты на палатки - компл.
3. Веревка основная (40 м.) - 2 шт.
4. Веревка вспомогательная (60 м.)- 2 шт.
5. Веревка основная (30 м.) - 2 шт.
6. Репшнуры (длина 2-3 м., диаметр 6-8 м.)
7. Страховочная система - 8 шт.
8. Карабин туристский - 20 шт.
9. Альпеншток - компл.
10. Компас жидкостный - компл.
11. Курвиметр - 2 шт.
12. Призмы для ориентирования - компл.
13. Коврик туристский – компл.
14. Ледоруб - 1 шт.
15. Рукавицы брезентовые - 10 шт.
16. Спальный мешок - компл.

Ремонтный набор:

1. Иглы разные – 4 шт.
2. Нитки разные - 3 кат.
3. Проволока медная, алюминиевая - набор
4. Шило – 1 шт.
5. Пуговицы разные - набор
6. Куски ткани (разные) – набор
7. Резинки разные – набор
8. Запасные пряжки (разные) – набор

Кадровое обеспечение: Программа реализуется педагогом дополнительного образования высшей категории Павловой Мариной Алексеевной.

2.3 Формы аттестации

Способ определения результативности

Методы отслеживания (диагностики) успешности овладения учащимися содержания программы – это *педагогическое наблюдение, контроль и анализ*. Текущий контроль (в течение всего учебного года); итоговый контроль (декабрь, май).

Анализируются результаты анкетирования, опросов, участия воспитанников в мероприятиях.

В системе обучения детей английскому языку большая роль отводится контролю за усвоением знаний учащимися, определению результативности и выбору методов определения результатов.

Формы подведения итогов реализации программы

С целью установления соответствия результатов освоения данной программы заявленным целям и планируемым результатам проводится итоговая аттестация в форме: собеседования, контрольных работ, практических зачетов.

Для полноценной реализации данной программы в течении учебного года используются следующие виды контроля:

- входной - осуществляется посредством наблюдения за деятельностью учащегося в процессе занятий и собеседования с ним, оцениваются имеющиеся способности;
- текущий - контрольные задания на местности, тестирование, учебные тренировки, выполнение учащимися краеведческих заданий;
- промежуточный - тестирование, контрольные задания по итогам первого полугодия.
- итоговый - контрольные задания по итогам второго полугодия, всего учебного года, а также участие в конкурсах, соревнованиях, походах.

А также следующие формы контроля:

- Наблюдение.
- собеседование.
- мини-соревнования и контрольные упражнения по туристским навыкам.
- тестирование уровня физического развития и сдача контрольных нормативов.
- Участие в учебно-тренировочных соревнованиях, районных туристских соревнований.

Подведение итогов реализации программы происходит во время однодневного похода, организуемого по окончании учебного года, где на практике проверяются знания, умения и навыки каждого учащегося.

2.4. Оценочные материалы

Оценка деятельности учащихся осуществляется по двум параметрам: оценка теоретических знаний и умений и оценка практических навыков и умений.

Оценивание производится посредством методов наблюдения, бесед, тестирования и др.

Результаты аттестации заносятся в диагностическую карту и отражают уровень планируемых результатов освоения программы.

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

Показатели	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества
1. Теоретические знания по основным разделам учебного плана программы.	Соответствует теоретических знаний программным требованиям.	Высокий уровень освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период.
		Средний уровень – объем

		усвоенных знаний составляет более половины.
		Низкий уровень – овладел менее, чем половина объема знаний, предусмотренных программой
2. Владение специальной терминологией.	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии.	Высокий уровень – специальный термины употребляются осознанно, в полном соответствии с их содержанием.
		Средний уровень – сочетает специальную терминологию с бытовой.
		минимальный уровень – как правило, избегает употреблять специальные термины.

Критерии оценки уровня практической подготовки:

Высокий уровень – учащийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой, самостоятельно работает с специальным оборудованием, не испытывает особых затруднений, практические задания выполняются с элементами творчества, проводит объективный анализ результатов своей деятельности в объединении, проявляет творческий подход при выполнении заданий;

Средний уровень – у учащегося объем усвоенных умений и навыков достаточно высок, практические занятия выполняются с помощью педагога, задания выполняются на основе образца, может выдвинуть интересные идеи, но часто не может оценить их и выполнить. Достаточный уровень – учащийся овладел не всем объемом знаний, умений и навыков, предусмотренных программой, испытывает серьезные затруднения при выполнении практических занятий, выполняет лишь простейшие практические задания.

Достаточный уровень – учащийся овладел не всем объемом знаний, умений и навыков, предусмотренных программой, испытывает серьезные затруднения при выполнении практических занятий, выполняет лишь простейшие практические задания.

Лист диагностики уровня сформированности практических и теоретических навыков

Учебный год _____

Творческое объединение « _____ »

Группа № _____

№ п/п	Ф.И.О учащегося	Раздел/тема	Критерии				Аттестация
			Теория		Практика		
			№ вопросов тестирования		Оценивание заданий		Уровень усвоения программного материала
			1	2	3	4	

2.5. Методические материалы

Методические материалы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе включают в себя календарно-тематическое планирование, план воспитательной работы, дидактический материал. Оригиналы материалов хранятся у педагога дополнительного образования и используются в образовательном процессе.

Методическое обеспечение

№ п/п	Раздел программы	Форма организации и форма проведения занятий	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал техническое оснащение занятий	Виды и форма контроля, форма предъявления результата
1	Введение	Беседа-рассказ	Рассказ, беседа.	Инструкция по технике безопасности и охране труда обучающихся.	Рассказ. Инструктаж.
2	Работа младшего инструктора.	Демонстрация, рассказ-беседа, практическая работа	Наглядный, практический.	Таблицы, наглядное пособие, оборудование, снаряжение	Контрольные упражнения, зачеты, соревнования.
3	Топография.	Демонстрация, рассказ-беседа, практическая работа	Наглядный, практический.	Таблицы, наглядное пособие, оборудование, снаряжение	Топографический диктант, контрольные упражнения
4	Подготовка и проведение похода	Демонстрация, рассказ-беседа, практическая работа	Наглядный, практический.	Таблицы, наглядное пособие, оборудование, снаряжение	Опрос. Практическая работа. Наблюдение. Контрольные упражнения, зачеты
5	Безопасность в походе.	Демонстрация, рассказ-беседа, практическая работа	Наглядный, практический.	Таблицы, наглядное пособие, оборудование, снаряжение	Самоанализ. Тестирование. Соревнования.
6	Гигиена	Демонстра-	Наглядный,	Таблицы, наглядное	

	туриста. Доврачебная помощь.	ция, рассказ- беседа, практическ ая работа	практический.	пособие,оборудован ие, снаряжение	Тесты, практическая работа. зачеты
7	Преодоление препятствий.	Демонстра- ция, рассказ- беседа, практическ ая работа	Наглядный, практический.	Таблицы, наглядное пособие,оборудован ие, снаряжение	Контрольные упражнения, практическая работа, соревновани я.
8	Краеведение.	Демонстра- ция, рассказ- беседа, практическ ая работа	Наглядный, практический.	Таблицы, наглядное пособие,оборудован ие, снаряжение	Наблюдение, практическая работа. Викторины.
9	Ориентировани е.	Демонстра- ция, рассказ- беседа, практическ ая работа	Наглядный, практический.	Таблицы, наглядное пособие,оборудован ие, снаряжение	Опрос, зачеты, контрольные упражнения, соревновани я.
10	Подведение итогов. .		Наглядный, практический.	Таблицы, наглядное пособие,оборудован ие, снаряжение	Практическа я работа, наблюдение.

2.7. Список литературы

Список литературы, используемый при написании программы дополнительного образования детей

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Аппенянский А.И. Физическая подготовка туристов. М.: ЦРИБ «Турист», 1985.
3. Богатов С.Ф., Крюков О.Г. Спортивное ориентирование на местности. М., Воениздат, 1971.
4. Велитченко В.К. Физкультура без травм. М.: «Просвещение», 1993.
5. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование: Учебник. М.:ФиС, 1987
6. Границыщиков Ю.В. и др. Горный туризм. М., Физкультура и спорт, 1966.
7. Инструкция по организации и проведению туристских походов, путешествий и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ: Сб. документов. Воспитательная работа в школе. М., Просвещение, 1977, с. 192.
8. Лахин А.Ф., Былинский ВИ. Военная топография. М., Воениздат, 1963
9. Нурминаа В. Спортивное ориентирование. М., Физкультура и спорт, 1967
10. Рощин А.Н. Ориентирование на местности. М., Недра, 1966.
11. Спутник туриста. М., Физкультура и спорт, 1969
12. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1972.

**Список литературы, рекомендованной педагогам для освоения данного вида
деятельности**

1. Александрова Л. И. Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивное ориентирование: учеб. Пособие. Красноярск: ИПК СФУ, 2008.
2. Болотов С.Б., Прохорова Е.А., «Спортивное ориентирование», (выпуск). М., ЦДЮТ и К МО РФ, 2002.
3. Каурова, А. Д. Организация сферы туризма: учебное пособие / А. Д. Каурова. - Москва. - Санкт-Петербург: Герда, 2008. - 368 с.Бабкин, А.В. Специальные виды туризма / А.В. Бабкин. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 262 с.Коструб А.А.
4. Путрик, Ю.С. Туризм как фактор сохранения наследия: исторический опыт и традиции/ Ю.С. Путрик // Вестник ТГУ. - 2010. - №311. - С. 96-101.Тыкул В.И. Спортивное ориентирование: Пособие для руководителей кружков внешкольных учреждений. - М.: Просвещение.
5. Каурова А.Д. Организация сферы туризма: учеб. пособие. - СПб.: Герда, 2006.
6. Сборник официальных документов по детскому-юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей. - М., ЦДЮТур России.
7. Черемисин, П.А. Виды современного туризма / П.А. Черемисин // География в школе. - 2010.- № 7.- С. 29 - 36.

Список литературы, рекомендованной родителям в целях помощи в обучении и воспитании детей

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. - М.: ФиС, 1983.
3. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. - М.: Профиздат, 1985.
4. Антропов К., Растворгувев М. Узлы – М.: ЦДЮТур РФ, 1994.
5. Бардин К. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981.
6. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник. - М.: Физкультура и спорт, 1987.
7. Герман Ю.В. Проведение и судейство конкурсов на туристских слетах и соревнованиях. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
8. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. – М.: Профиздат, 1997.
9. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. – М.; Физкультура и спорт, 1990.
10. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований. – М.; ЦДЮТур МО РФ, 1997.
11. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. Учебное пособие. – М.; ЦДЮТур МО РФ, 1997.
12. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. – М.; ЦДЮТур МО РФ, 1998.
13. Огородников Б.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. – М.; ФиС, 1989.
14. Основы безопасности в пешем походе. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
15. Правила соревнований по различным видам туризма (туристскому многоборью).
16. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
17. Турист. – М.: 1974.
18. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. Пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений. – М.: Просвещение, 1990.
19. Школа альпинизма. – М.: Физкультура и спорт, 1989.
20. Шимановский В.Ф. Туристские слеты. – М.: ЦРИБ «Турист», 1975.

**Список литературы, рекомендованной обучающимся для успешного освоения
данной программы**

1. Клименко, А.И. Карта и компас - мои друзья / А.И. Клименко. - Москва: Детская литература, - 1975. –156 с.
2. Кодыш, Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. / Э.Н. Кодыш. - Москва: Физкультура и спорт, - 1990. – 126 с.
3. Константина, Ю.С. Туристская игротека. / Ю.С. Константина. – Москва: Гуманитарный издательский центр, - 2000. – 112 с.
4. Куликов, В.М., Константинов, Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии / В.М. Куликов, Ю.С. Константинов. – Москва: ЦДЮТур, - 2001. — 72 с.илл.
5. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. [Текст]/ В.Ю. Попчиковский. – Москва: Профиздат, - 2003. – 224 с.

Приложение 1

**Календарный учебно-тематический план
1 год обучения**

№ п/ п	Плани- руемая дата провед- е-ния заняти- й	Факти- ческая дата прведе- ния заняти- й	Причина , по которой занятие не проводи- лось	Тема	Теоретическая часть (форма занятия)	Кол-во часов	Практическая часть (форма занятия)	Кол-во часов	Форма контроля
				1.Введение.(3 ч.)					
1.				Туристские путешествия, история развития туризма. Воспитательная роль туризма. Инструктаж по ТБ.	лекция инструктаж	3			наблюдение
				2.Личная гигиена туриста и первая доврачебная помощь(21ч.)					
2.				Личная гигиена туриста. Профилактика различных заболеваний и травм.	лекция	1		2	Наблюдение , опрос
3.				Походная медицинская аптечка.	лекция	1		2	наблюдение
4.				Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Закрытый массаж сердца. Искусственное дыхание.		1	Написание плана работы	2	Наблюдение, разбор ошибок

5.				Кровотечения, обработка ран, Тепловой и солнечный удар.		1	План работы инструктора	2	Обсуждение типовых ситуаций
6.				Первая помощь при переломах, растяжениях, ожогах и обморожениях.		1	Практические занятия с группой	2	Наблюдение, разбор ошибок
7.				Приемы транспортировки пострадавшего. Изготовление носилок.		1	Практические занятия	2	Наблюдение, разбор ошибок
8.				Способы переноски пострадавшего.		1	Проведение конкурса в группе	2	наблюдение
				3.Основы туристской подготовки (48 ч.)					
9.				Личное и групповое туристское снаряжение. Виды рюкзаков. Укладка рюкзака..		1	Практические занятия	2	Разбор ошибок
10.				Ремонт, усовершенствование и подготовка снаряжения с учетом сезона, вида туризма.		1	Практические занятия с группой	2	наблюдение
11.				Организация туристского быта. Виды костров.		2	Практические занятия с группой	1	Наблюдение, опрос
12.				Привалы и ночлеги. Разворачивание и сворачивание лагеря.		1	Практические занятия с группой	2	зачет
13.				Питание в туристском походе.		1	Правила туристских	2	беседа

14.				Расчет и составление меню	1	соревнований.	2	наблюдение
15.				Подготовка к походу. Особенности видов туризма.	2		1	Наблюдение, поручение педагога
16.				Составление плана подготовки. Составление плана-графика	2		1	Наблюдение, разбор ошибок
17.				Тактика движения в походе.	2		1	зачет
18.				Общая характеристика естественных препятствий.			3	зачет
19.				Преодоление препятствий.	рассказ	Практическое занятие	3	Контрольное упражнение
20.				Техника безопасности при проведении туристских мероприятий. Причины возникновения экстремальных ситуаций.	рассказ	3	Практическое занятие	Контрольное упражнение
21.				. Туристские слеты и соревнования. Задачи и цели.	рассказ	2	Практическое занятие	Тесты, карты.
22.				Работа комендантской службы. Экология.		2	Практическое занятие	1
23.				Подготовка и проведение слета, соревнования.			Практическое занятие	3
24.				Подведение итогов похода и туристских мероприятий.	рассказ	3	соревнования	зачет

			4. Топография и ориентирование.(33 ч.)					
25.			Понятие о топографической и спортивной карте.		2	соревнования	1	зачет
26.			Условные знаки топографических и спортивных карт.		1	соревнования	2	зачет
27.			Рельеф. Его изображение на карте. Бергштрих. Отметки высот.		1	соревнования	2	зачет
28.			Компас. Работа с Компасом.		1	соревнования	2	зачет
29.			Упражнение на засечки. Движение по азимуту.	беседа	1	Практические занятия	2	Наблюдение, разбор ошибок
30.			Ориентирование по горизонту. Азимут.	рассказ	2	Практические занятия	1	Наблюдение, разбор ошибок
31.			Измерение и построение углов (направлений) на карте.	рассказ	1	Практические занятия	2	наблюдение
32.			Измерение расстояний по карте. Определение направления по карте с помощью компаса. .		2	Практические занятия	1	зачет
33.			Упражнения на глазомер. На карте и на местности.	лекция		Практические занятия	3	наблюдение
34.			Способы ориентирования.	рассказ	2	Практические занятия.	1	Ролевая игра
35.			Ориентирование по местным признакам. Действия в случае		3	Практические		Выполнение поручения

				потери ориентировки.			занятия		педагога
				5. Краеведение (36 ч)					
36.				Родной край, его природные особенности. Знакомство с картой Тульской области.	рассказ	1	Практические занятия	2	Разбор ошибок
37.				Климат, растительность, Животный мир.	рассказ	1	Практические занятия	2	Составление меню
38.				История Тульской области. Памятники истории. Знаменитые люди.		1	Практические занятия	2	Наблюдение,
39				Игра «Путешествие по карте»			Практические занятия	3	зачет
40.				Туристские возможности родного края.		3	Практические занятия		
41.				Обзор экскурсионных объектов	Рассказ, видеоряд, видеофильм	2		1	беседа
42.				Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий.		1	Практические занятия	2	зачет
43.				Прогулка по ближайшим окрестностям.	рассказ		Практические занятия	3	наблюдение
44.				Посещение музея.			Практические занятия	3	Наблюдение, разбор ошибок
45.				Посещение экскурсионного			Практическое	3	Сдача нормативов

			объекта.			занятие		
46.			Изучение района путешествия.		2	Практическое занятие	1	Сдача нормативов
47.			Общественно-полезная работа в путешествии. Охрана природы и памятников культуры.	рассказ	2	Практические занятия	1	тестирование
			<i>6. Общая и специальная физическая подготовка. (27 ч)</i>					
48.			Краткие сведения о строении и функциях организма.	рассказ	2		1	опрос
49.			Влияние физических упражнений на укрепление здоровья. Тесты.		1	Практические занятия	2	тесты
50.			Врачебный контроль. Самоконтроль. Дневник самоконтроля. Предупреждение спортивных травм.		2		1	тесты
51.			Общая физическая подготовка. Упражнения для рук и плечевого пояса.	рассказ		Практические занятия	3	опрос
52.			Гимнастические упражнения.			Практические занятия	3	Наблюдение, разбор ошибок
53.			Подвижные игры и эстафеты.	беседа		Практические занятия	3	опрос
54.			Специальная физическая подготовка.			Практические занятия	3	наблюдение

55.				Упражнения для развития ловкости и прыгучести.			Практические занятия	3	зачет
56.				Скалолазание.	рассказ		Практические занятия	3	зачет
				7. Инструкторская подготовка (48 ч)					
57. .				Педагогические основы обучения. Методы обучения.	рассказ	3	Практические занятия		зачет
58.				Средства обучения.		3	Практические занятия		Сдача нормативов
59.				Психологические основы обучения. Значение учета психологических особенностей.		2	Практические занятия	1	наблюдение
60.				Типы нервной системы. Темперамент и его виды.		1	Практические занятия	2	Разбор ошибок
61.				Психология коллектива. Понятие психологического климата в группе.		3	Практические занятия		наблюдение
62.				Лидеры в группе. Деловые игры.			Практические занятия	3	наблюдение
63.				Ситуационные задания по решению различных ситуаций.			соревнования	3	Протокол результатов
64.				Права и обязанности руководителя группы.	беседа	3			опрос
65.				Подготовка и проведение	беседа	3	Практические		наблюдение

				занятий в группе по темам			занятия		
66.				Составление плана конспекта занятий.		1	Посещение объекта.	2	наблюдение
67.				Занятие «Правила движения в походе»			Посещение объекта.	3	наблюдение
68.				Занятие «Личное и групповое снаряжение»			Посещение объекта.	3	наблюдение
69.				Проведение соревнований укладка рюкзака. Установка палатки.	беседа		Анализ. Анкетирование. Заполнение спортивных книжек	3	наблюдение
70.				Проведение соревнований на полосе препятствий.	рассказ		Практические занятия	3	Педагогические поручения
71.				«Подготовка к походу»	рассказ		Оформление портфолио. Дневников.	3	наблюдение
72.				«Организация привалов и ночлегов.»				3	наблюдение
Итого:				Количество часов по плану:	216 ч.	86 ч.		130 ч.	

Календарный учебно-тематический план
2 год обучения

№ п/п, дата	Планируемая дата проведения занятий	Фактическая дата прведения занятий	Причина, по которой занятие не проводилось	Тема	Теоретическая часть (форма занятия)	Кол-во часов	Практическая часть (форма занятия)	Кол-во часов	Форма контроля
1.Введение. (3 ч)									
1.				Туризм и формы его организации. Инструктаж по ТБ.	лекция инструктаж	3			наблюдение
2. Работа младшего инструктора.(51 ч)									
2.				Формы туристской деятельности. Роль младшего инструктора в проведении туристских мероприятий.	лекция	3			Наблюдение
3.				Планирование туристической работы. Основные формы занятий. Планирование. Подготовка к занятиям.	лекция	3			Наблюдение, опрос
4.				Составление планов работы. Пробные занятия.			Практическое занятие по составлению планов	3	Наблюдение разбор ошибок
5.				Работа туристского лагеря.	беседа	1	Практическое	2	Контрольное

				Работа младшего инструктора.			занятие		упражнение
6.				Работа с группой.			Практическое занятие	3	Обсуждение типовых ситуаций
7.				Подготовка и проведение похода выходного дня.	рассказ		Практические занятия с группой	3	Наблюдение. Разбор ошибок.
8.				Подготовка различных конкурсов.			Проведение конкурса в группе	3	наблюдение
9.				Отработка полученных знаний в походе и при проведении туристских мероприятий.			Практические занятия с группой	3	Наблюдение. Разбор ошибок
10.				Практические занятия. Работа младшего инструктора.			Практические занятия с группой	3	Наблюдение. Разбор ошибок
11.				Практические занятия. Работа младшего инструктора.			Практические занятия с группой	3	Наблюдение опрос
12.				Практические занятия. Работа младшего инструктора.			Практические занятия с группой	3	зачет
13.				Судейская подготовка. Правила туристских соревнований. Положение о туристском слете и соревнованиях.	лекция	2	Правила туристских соревнований	1	наблюдение
14.				Подготовка дистанции. Организация работы секретариата. Организация старта-финиша.	рассказ	1	Практическая работа	2	Наблюдение. Разбор ошибок
15.				Обеспечение безопасности	рассказ	2	Практическая	1	Наблюдение.

				мероприятий. Охрана природы при проведении соревнований.			работа		Поручение педагога
16.				Подготовка судейской документации.	рассказ	1	Подготовка протоколов	2	Наблюдение разбор ошибок
17.				Участие в оборудовании этапов. Участие в судействе соревнований.			Практическая работа	3	зачет
18.				Участие в организации и проведении различных конкурсов			Практическая работа	3	зачет
				3. Топография. (12 ч)					
19.				Топографические карты и туристские схемы. Чтение карты. Планирование маршрута похода на топографической карте. Копирование карт и схем. Составление схем и карт.	беседа	1	Практические занятия	2	Наблюдение, разбор ошибок
20.				Условные топографические знаки	рассказ	1	Практические занятия	2	Наблюдение, разбор ошибок
21.				Масштаб. Измерение расстояний по карте.			Практические занятия	3	наблюдение
22.				Определение азимута по карте			Практические занятия	3	зачет
				4. Подготовка и проведение похода.(45ч)					
23.				Подготовка и проведение похода. Выбор района. Разработка маршрута. Подведение итогов похода.	лекция	1	Практические занятия	2	наблюдение
24.				Подготовка путешествия членами группы, в	рассказ	1	Практические занятия.	2	Ролевая игра

				соответствии с должностями.				
25.				Ремонт, усовершенствование и подготовка снаряжения с учетом сезона, вида туризма.		2	Практические занятия	1
26.				Конструирование и изготовление туристского снаряжения. Ремнабор.	рассказ	1	Практические занятия	2
27.				Питание в путешествии. Организация питания с учетом сезона и вида туризма.	рассказ	2	Практические занятия	1
28.				Составление меню. Калорийность. Очистка и обеззараживание воды. Питьевой режим в походе.	рассказ	1	Практические занятия	2
29.				Приготовление пищи на костре. Походные рецепты. Использование дикорастущих растений.			Практические занятия	3
30.				Организация туристского быта. Организация ночлегов.			Практические занятия	3
31.				Организация привалов. Перекусы. Питание в экстремальных условиях.			Практические занятия	3
32.				Строительство временных укрытий. Костер для обогрева «нодья».	Рассказ, видеоряд. видеофильм	3		беседа
33.				Движение группы на маршруте. Организация разведки. Сигнализация.			Практические занятия	3
								зачет

34.				Распорядок дня. Нормы переходов. Режим движения.	рассказ	1	Практические занятия	2	наблюдение
35.				Преодоление препятствий. Организация страховки и самостраховки при прохождении опасных участков.			Практические занятия	3	Наблюдение, разбор ошибок
36.				Физическая подготовка туриста. Задачи общей физподготовки.			Практическое занятие	3	Сдача нормативов
37.				Упражнения для рук, плечевого пояса. Упражнения на равновесие. Подвижные игры и эстафеты.			Практическое занятие	3	Сдача нормативов
5. Безопасность в походе. (18 ч)									
38.				Обеспечение безопасности при проведении туристских мероприятий.	рассказ	2	Практические занятия	1	тестирование
39.				Разбор причин возникновения аварийных ситуаций в походе.	рассказ	3			опрос
40.				Психологический климат в группе. Подбор участников. Лидеры в группе. Конфликты в группе.		1	Практические занятия	2	тесты
41.				Психологический тренинг. Выявление лидера.				3	тесты
42.				ПСР- поисково-спасательные работы. Организация и тактика	рассказ	2	Практические занятия	1	опрос

				поиска группы. Сигнализация в походе.							
43.				Способы и организация переправы пострадавшего. Соревнования по ПСР.			Практические занятия	3 Наблюдение, разбор ошибок			
				6.Гигиена туриста. Доврачебная помощь. (15 ч)							
44.				Личная гигиена. Требования к одежде и обуви. Значение врачебного контроля.	беседа	2	Практические занятия	1 опрос			
45.				Самоконтроль. Данные самоконтроля. Дневник самоконтроля.		1	Практические занятия	2 наблюдение			
46.				Оказание первой доврачебной помощи. Аптечка. Использование лекарственных трав. Изготовление носилок. Транспортировка пострадавшего.		1	Практические занятия	2 зачет			
47.				Основные приемы оказания первой помощи. Обработка ран. Наложение повязок. Остановка кровотечений. Наложение шин.	рассказ		Практические занятия	3 зачет			
48.				Ожоги. Обморожения. Утопления. Солнечный и тепловой удар.	рассказ		Практические занятия	3 зачет			
				7.Преодоление препятствий. (18 ч)							
49.				Узлы, применяемые в туризме. Техника вязки			Практические занятия	3 Сдача нормативов			

				узлов.				
50.				Страховка и самостраховка. Освоение приемов. Организация спусков и подъемов.			Практические занятия	3 наблюдение
51.				Техника наведения переправ через водные преграды: брод, бревно, параллели через реку.			Практические занятия	3 Разбор ошибок
52.				Переправы по «кочкам», «гать»			Практические занятия	3 наблюдение
53.				Отработка техника преодоления переправ; навесная, параллельные перила.			Практические занятия	3 наблюдение
54.				Соревнования по технике туризма.			соревнования	3 Протокол результатов
				8. Краеведение. (15 ч)				
55.				Изучение районов путешествия. Границы, климат, рельеф, природные условия района. Обзор района по имеющейся литературе.	беседа	3		опрос
56.				Знакомство с отчетами других групп. История, памятные события. Археологические памятники. Городища.	беседа	2	Практические занятия	1 наблюдение
57.				Общественно-полезная работа в путешествии.		1	Посещение объекта.	2 наблюдение

				Природоохранная работа во время туристских мероприятий. Получение и выполнение заданий различных организаций.							
58.				Проведение различных краеведческих и экологических наблюдений. Составление отчетов.			Посещение объекта.	3 наблюдение			
59.				Работа по приведению в порядок памятников истории и культуры, воинских захоронений.			Посещение объекта.	3 наблюдение			
				9. Ориентирование. (30 ч)							
60.				Ориентирование с помощью карты.	рассказ	1	Практические занятия	2	Контрольные упражнения		
61.				Движение по азимуту. Измерение расстояний.	рассказ	1	Практические занятия	2	Контрольные упражнения		
62.				Ориентирование в сложных условиях. Выбор пути движения с учетом рельефа.	рассказ	1	Практические занятия	2	Карты, тесты		
63.				Упражнения на местности с использованием карт.		1	Практические занятия	2	зачет		
64.				Проведение соревнований по спортивному ориентированию. Виды и характер соревнований.		1	Практические занятия	2			
65.				Организация и проведение соревнований по ориентированию в заданном направлении.			соревнование	3	зачет		

66.				Организация и проведение соревнований по ориентированию на маркированной трассе.			соревнования	3	зачет
67.				Организация и проведение соревнований по выбору.			соревнования	3	зачет
68.				Организация и проведение соревнований «Лабиринт».			соревнования	3	зачет
69.				Организация и проведение соревнований «Ориент-шоу»			соревнования	3	зачет
10.Подведение итогов мероприятий. (9 ч)									
70.				Обсуждение итогов походов, соревнований, туристского мероприятия. Оформление спортивных разрядов.	беседа	1	Анализ. Анкетирование. Заполнение спортивных книжек	2	наблюдение
71.				Ремонт туристского инвентаря и снаряжения, обработка собранных материалов.	рассказ		Практические занятия	3	Педагогические поручения
72.				Подведение итогов учебного года. Составление отчетов. Проведение отчетного вечера или выставки по итогам.	рассказ	1	Оформление портфолио, дневников.	2	
	Итого:				216 ч	55 ч		161 ч	