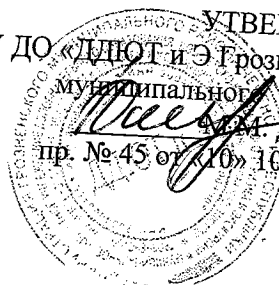


**Муниципальное учреждение «Управление образования Грозненского
муниципального района в ЧР».**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Дом
детско- юношеского туризма и экскурсий Грозненского муниципального
района»**

Принята
решением педагогического совета
протокол №4
от «10» 10. 2020 г

УТВЕРЖДАЮ
директор МБУ ДО «ДПОТ и Э Грозненского
муниципального района»
И.М. Джигуев
пр. № 45 от «10» 10. 2020 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
Туристско-краеведческой направленности
«Юные туристы - краеведы»**

Уровень программы: стартовый, базовый

Возрастная категория участников 11-14 лет
Срок реализации программы 2 года.

Составитель: педагог дополнительного образования Хасиев И.С.

с. Центора-Юрт
2020 г

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в
МБУ ДО «ДДЮТ и Э Грозненского муниципального района»

(наименование образовательной организации).

Экспертное заключение (рецензия) № _____ от « _____ » _____ 2020г.

Эксперт Магомедова Н. Э. зам. директора по УМН

(ф.и.о., должность)

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

В основе школьного туризма лежат фундаментальные, неустаревающие принципы образования и воспитания: гуманно-демократический, концептуально-методологический, системно-целостный, творчески развивающий, личностно-ориентированный, созидающе-деятельностный. В структуре любой образовательной программы туризм может быть использован в качестве эффективной формы обучения. Туризм и спортивное ориентирование помогают учащимся в освоении учебных дисциплин по основам различных наук.

Туризм и краеведение являются одним из приоритетных направлений в воспитательной работе. Это дело не новое, но новизна состоит в том, что имеет более широкую педагогическую идею в плане воспитания духовности, физической выносливости, уважения и любви к природе своей Родины.

Успех любого похода, экскурсии или путешествия во многом зависит от того, насколько хорошо путешественник сумеет определить, где он находится и в каком направлении следует идти дальше, т.е. от умения ориентироваться на местности.

Умение ориентироваться на местности приобретается в постоянном общении с природой, благодаря развитию наблюдательности и привычке быстро замечать и запоминать характерные детали местности.

Туризм - это не только средство физического и прикладного воспитания. Велика роль туризма в военно-патриотическом воспитании учащихся. Он воспитывает упорствующее поколение, чувство патриотизма, бережного отношения к природному и культурному наследию родного края, совершенствованию нравственного и физического воспитания личности.

Данная программа комплексная и даёт возможность учащимся осуществлять ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию, жизненные принципы и интерес к познанию окружающего мира.

1.2. Направленность – туристско-краеведческая. Программа на развитие познавательных, исследовательских навыков, обучающихся по изучению природы, истории, культуры родного края, привлечение обучающихся к социальным инициативам по охране природы, памятников культуры среды проживания, поисковые работы малоизвестных фактов истории родного края, экскурсионная, музейная, архивная, экспедиционная работа. На участие в городских соревнованиях по спортивному ориентированию, экологических акциях и пропагандировать экологическую культуру среди местного населения.

1.3. Уровень освоения программы – стартовый, базовый
Стартовый уровень – первый год обучения, объем 144 часа. Охватывает круг первоначальных знаний и навыков туристов. Предполагает максимальную результативность в подготовке начального общего уровня функционального развития юного туриста-краеведа, предусматривая два этапа по одному году каждый. Обучающиеся успешно завершившие 1-й год обучения и желающие в дальнейшем заниматься туризмом, переходят на второй год обучения. Обучающиеся, получившие на 1-ом году обучения достаточные для себя знания и навыки, считаются завершившими обучение по программе стартового уровня.

Базовый уровень – второй год обучения, объем 216 часов. Второй год предполагает углубление знаний, полученных в первый год, а также направлен на получение базовых знаний: для ознакомления с видами и способами применения снаряжения, умениями по установке палаток, быстрых и безопасных способах разведения костра, предусматривается выявление творческих личностных способностей и возможностей обучающихся. При завершении обучения базового уровня, обучающиеся могут перейти на продвинутый уровень программы (профессионально-ориентированный).

1.4. **Актуальность программы** заключается в том, что туристско-краеведческая деятельность сочетает в себе активный здоровый отдых, обучает навыкам выживания в окружающей среде, оказанию первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях, что ставит ее в ряд наиболее эффективных средств комплексного воспитания подрастающего поколения. Программа предназначена для педагогов дополнительного образования, учителей общеобразовательных учреждений.

1.5. **Отличительные особенности программы.** Программа «Юный турист-краевед» составлена с учетом нормативных требований к программам дополнительного образования. Данная программа является модифицированной и составлена на основе авторской программы курса «Юные туристы-краеведы» (Кириллов А.А.).

Основной особенностью данной программы является организация интересной, содержательной, общественно значимой и практической туристской деятельности учащихся с позиции комплексного познания и изучения родного края с учетом развития личности; максимального использования индивидуального опыта каждого обучающегося; педагогической поддержки становления личности ребенка, в познании себя, в самоопределении самореализации через систему туристических походов, путешествий, экскурсий и краеведческих исследований; личного практического вклада каждого в дело охраны природы своего края и изучения её особенностей. «Туристско-краеведческая деятельность как средство обновления содержания в воспитательном и образовательном пространстве школы» заключается в том, что она:

Дает возможность обучающимся совершенствовать навыки туризма, полученные в ходе образовательного процесса на практике;
Организует систему обучения ведению исследовательской деятельности в краеведческом направлении;

1.5. **Категория учащихся**

Программа рассчитана на детей 10-14 лет.

Группа первого года обучения комплектуется из учащихся 5-9 классов, не имеющих специальных знаний и навыков практической работы.

В группе второго года обучения деятельность обучающихся имеет определенную направленность, что требует от них некоторых специальных знаний, умений и навыков.

Зачисление осуществляется при желании ребенка по заявлению родителей (законных представителей) и представлении справки о состоянии ребенка.

1.6. **Сроки реализации и объем программы.**

Срок реализации программы – 2 года. Объем программы – 360 часов:

Дистанционное обучение – 28 часа. Численный состав обучающихся в группе 10-15 человек.

- 1-й год обучения – 144 часа;

- 2-й год обучения – 216 часов.

1.7. **Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.**

Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы 12 – 15 человек.

Режим занятий:

1-й год обучения занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа;

2-й год обучения занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность занятий – 40 минут, перерыв 5 минут.

При дистанционном обучении по программе используются следующие формы дистанционных образовательных технологий: - © Ссылка на

источник: https://mducekt.mskobr.ru/materialy_dlya_distancionnogo_i_elektronnoho_obucheniya/videozanyatiya_po_turizmu/ и др. источники ссылок

https://www.youtube.com/watch?v=YM5D5UFEYmE&feature=emb_logo

1.8. Цель программы:

формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

1.9. Задачи программы:

Обучающая:

- Познакомить обучающихся с системой знаний по основным видам спасательных действий человека в экстремальной ситуации;
- Совершенствовать умения и навыки необходимые юному спасателю;
- Содействовать приобщению детей к вопросам личной и коллективной безопасности, заинтересованности в предотвращении чрезвычайных ситуаций, оказанию само и взаимопомощи, умелым и быстрым действиям в любой ситуации;
- Содействовать в приобретении детьми навыков противодействия опасным и вредным факторам природного, социального и медицинского характера;
- Содействовать в реализации президентских, правительственных и региональных программ, направленных на обеспечение экологической, медицинской и информационной безопасности;
- Расширить кругозор в области спасательной деятельности, туризма, краеведения.

Развивающие:

- Привить детям навыки самостоятельности, и самоорганизации, потребность в непрерывном самообразовании и самосовершенствовании.
- Развить творческие и интеллектуальные способности.
- Содействовать профессиональной ориентации.

Воспитательные:

- Формировать определенные черты характера, необходимые спасателю: силу воли, выдержку, смелость, решительность, мужество, терпение, трудолюбие; сопереживание.
- Воспитать в детях коммуникабельность, чувство коллективизма, сотрудничества, взаимовыручки.
- Приобщать к нормам и ценностям общества, адаптировать к условиям среды
- Привить детям интерес к истории культуре родного края, его природе и географии.
- Формирование умений, необходимых для выживания в экстремальных ситуациях;

1.10. Ожидаемые результаты освоения программы 1 года обучения по данной программе знать:

- историю развития туризма в России;
- роль и значение туристских походов;
- содержание топокарты и её значение для туристов;
- способы изображения рельефа и типичные формы рельефа на топокартах;
- устройство компаса и правила обращения с ним;
- понятие ориентирования и способы ориентирования;
- требования к туристскому снаряжению;
- перечень личного и группового снаряжения;
- порядок ухода за снаряжением;
- порядок установки палаток.

уметь:

- читать топокарту;

- обращаться с компасом;
- составить перечень личного и группового снаряжения для однодневного похода;
- правильно поместить вещи в рюкзаке;
- подогнать снаряжение;
- правильно установить палатку и разместить в ней вещи;
- ориентироваться на местности.

Ожидаемые результаты освоения программы 2 года обучения по данной программе

знать:

- последовательность подготовки к походу, цели и задачи походов;
- природные особенности своего края;
- особенности зимнего похода;
- основные правила движения группы на маршруте;
- основные требования к месту для бивака;
- знать технику безопасности при проведении похода;
- основные типы костров и их назначение;
- правила разведения костра в зимнюю погоду;
- основные требования к продуктам, используемым в походе;
- правила хранения продуктов в походе;
- правила оказания первой доврачебной помощи при рассмотренных заболеваниях и травмах;
- способы транспортировки пострадавшего;
- порядок изготовления носилок и положение;
- общие характеристики естественных препятствий, способы их преодоления, меры безопасности.

уметь:

- выбрать место для бивака;
- выбрать место для костра, заготовить дрова, разводить костер зимой;
- просушить своё снаряжение;
- преодолевать несложные естественные препятствия;
- вязать узлы;
- оказать первую доврачебную помощь;
- изготавливать транспортировочные средства и правильно транспортировать пострадавшего.

Раздел 2. Содержание программы.

2.1. Учебный (тематический) план

1 год обучения:

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теоретически	Практические	
1.	Раздел I. Введение.	2	2	-	
1.1	Знакомство с ребятами. Виды туризма. Формы туризма. Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила поведения туристов в лесу.	2	1	1	Наблюдение опрос
2.	Раздел II. Краеведение и экология.(дистанц)	14	4	10	
2.1.	Ч.Р г. Грозный (история города)	2			Наблюдение игра
2.2.	Символы Чеченской Республики	2			Offline опрос, Offline-анализ творческой работы, фотоотчет.
2.3.	Памятники истории и культуры Чеченской Республики.	2			Устный опрос
2.4	Занимательная топонимика.	2			наблюдение, опрос.
2.5	Знаменитые Грозненцы	2			наблюдение, опрос
2.6	Город воинской Славы	2			наблюдение, опрос
2.7	Знаменитые гости Ч.Р	2			зачет
3.	Раздел III. Топографическая подготовка.	10	4	6	
3.1.	Понятие топографической карты, ее значение для туристов. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков	2	2	-	наблюдение, опрос
3.2.	Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте.	2		2	наблюдение, опрос.
3.3.	Изучение топонимов по группам. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.	2	1	1	наблюдение, опрос.
3.4.	Рельеф. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте.	2	1	1	объяснение, опрос
3.5.	<u>Масштаб</u> . Виды масштабов. Масштабы топографических карт.	2	-	2	входной контроль, зачет
4.	Раздел IV. Ориентирование.	14	4	10	

4.1	Ориентирование по горизонту, азимут.	2	1	1	наблюдение, опрос
4.2.	Компас, работа с компасом. Типы компасов.	2		2	Тестировани е уровня подготовки
4.3.	Ориентир, что может служить ориентиром. Движение по азимуту, его применение.	2		2	наблюдение, опрос
4.4.	Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.	2	1	1	наблюдение, опрос
4.5.	Ориентирование с помощью карты в походе. Движение по азимуту в походе.	2		2	наблюдение, опрос
4.6.	Разработка маршрута туристского похода по топографической карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика.	2	1	1	наблюдение, опрос опрос
4.7.	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	2	1	1	наблюдение, опрос
5.	Раздел V. Начальная туристская подготовка.	26	12	14	опрос, тестировани е
5.1.	Выбор целей и задач; района и маршрута походов. Правила организации и проведения туристских походов. "Инструкция".	2	1	1	наблюдение, опрос
5.2.	Составление плана подготовки похода.	2	1	1	наблюдение, опрос
5.3.	Укладка рюкзака. Ознакомление с обязанностями команды. Дисциплина в походе.	2	1	1	опрос
5.4.	Разработка маршрута, составление плана подготовки похода. Туристская группа на экскурсии и в походе.	2	-	1	Тестировани е уровня подготовки.
5.5.	Укладка рюкзака. Типичные ошибки при укладке рюкзака.	2	-	1	
5.6.	Туристская палатка. Устройство, правила установки и снятия, уход и хранение палатки. Сообщение о вариантах зачетного похода	2	1	1	наблюдение, опрос
5.7.	Установка палатки в обычных условиях.	2			Наблюдение, опрос
5.8.	Спортивное и краеведческое содержание похода. Личное снаряжение и уход за ним.	2	1	1	наблюдение, опрос
5.9.	Основные типы узлов.	2	1	1	Наблюдение
5.10.	Назначение узлов. Способы вязки простых узлов	2	-	2	
5.11.	Вязка узлов на время.	2	1	1	опрос
5.12.	Техника пешеходного туризма	2	1	1	наблюдение, опрос

5.13.	Установка палатки в обычных условиях и на скорость.	2	-	2	Тестирование уровня подготовки.
6.	Раздел VI. Личная гигиена туриста и первая доврачебная помощь.	20	10	10	
6.1.	Личная гигиена туриста. Оказание первой доврачебной помощи	2	1	1	наблюдение, опрос
6.2.	Индивидуальный медицинский пакет туриста. Первая медицинская помощь при различных заболеваниях и травмах.	2	1	1	наблюдение, опрос
6.3.	Примерный состав походной аптечки. Значение своевременного оказания доврачебной помощи.	2	1	1	наблюдение, опрос
6.4.	Материалы для обработки ран и наложения повязок.	2	2	-	наблюдение, опрос
6.5.	Обработка небольших ран, наложение повязок.	2	-	2	наблюдение, опрос
6.6.	Оказание первой доврачебной помощи. Индивидуальная и групповая медицинские аптечки.	2	1	1	опрос, викторина
6.7.	Способы транспортировки пострадавшего. Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок.	2	1	1	Опрос, викторина
6.8.	Игра «Айболит»	2	1	1	наблюдение, опрос
6.9.	Организация транспортировки пострадавшего. Игры	2	1	1	наблюдение, опрос
6.10.	Обработка и перевязка ран, наложение жгута. Конкурс на лучшего санитаря группы.	2	1	1	Опрос, тестирование
7.	Раздел VII. Азбука туризма	16	4	12	
7.1.	Пешеходный туризм. Полоса препятствий пешеходного туризма	4	2	2	наблюдение, опрос
7.2.	Полоса препятствий пешеходного туризма	2	-	2	опрос
7.3.	Одевание обвязок. Основы работы на переправах.	2	2	-	наблюдение, опрос
7.4.	Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров.	2	1	1	опрос
7.5.	Участие в соревнованиях по ориентированию.	2	-	2	Тестирование уровня физической подготовки
7.6.	Участие в личных зачетах по прохождению дистанции. Правила преодоления туристской полосы.	2	-	2	Мини – соревнования, зачет

7.7.	Походы по маршрутам.	2	-	2	Зачетные походы.
8.	Раздел VIII. Туристическое снаряжение.	10	4	6	
8.1.	Типы различных видов снаряжения. Требование к снаряжениям. Типы рюкзаков, спальных мешков их достоинства и недостатки.				наблюдение, опрос
8.2.	Правила укладки рюкзака. Уход за снаряжением и ремонт.				наблюдение, опрос
8.3.	Знакомство со специальным снаряжением. Укладка рюкзака.				наблюдение, опрос
8.4.	Установка различных видов палаток. Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути.				Устный опрос
8.5.	Поход по заданному маршруту				Наблюдение поход
9.	Раздел IX. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка	26	8	18	
9.1.	Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Значение всесторонней физической подготовки.	2	1	1	наблюдение, опрос
9.2.	Общая физическая подготовка.	2	1	1	наблюдение, опрос
9.3.	Квест-игра	2	1	1	Тестирование уровня подготовки.
9.4.	Общие основы спортивной тренировки.	2	1	1	наблюдение, опрос
9.5.	Маршевая подготовка.	2		2	Тестирование уровня подготовки.
9.6.	Знакомство с приемами техники бега в лесу, по пересеченной местности. Закаливание, комплекс утренней зарядки.	2	1	1	наблюдение, опрос
9.7.	Специфические особенности техники бега в лесу, по пересеченной местности.	2	1	1	наблюдение, опрос
9.8.	Спортивная ходьба, кроссы.	2		2	Проведение соревнований
9.9.	Эстафета.	2	1	1	наблюдение соревнований
9.10.	Экскурсия, поход.	4		4	наблюдение, опрос, зачет
9.11.	Установка палаток. Размещение вещей в них. Правила поведения в палатке.	2	1	1	
9.12.	Поход по разработанному туристическому маршруту. Установка палаток.	2		2	Зачёт по технике преодоления препятствий

10.	Раздел X. Туристские слеты и соревнования.	8	2	6	
10.1.	Подготовка к слету.	8	2	6	Тестирование уровня физической подготовки
11.	Раздел XI. Организация и проведение туристских походов и выездов.	4	-	4	
11.1.	Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников.	2	-	2	наблюдение, опрос
11.2.	Зачетные соревнования.	2	-	2	Зачетные соревнования
	Итого часов:	144	54	90	

2.2. Содержание учебного плана 1 года обучения

I. Тема: Введение. (2ч.):

Теория:

Виды туризма. Формы туризма. Особенности туризма. Спорт и туризм. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.

II. Тема: Краеведение (12 ч.).

1.г. Грозный – история края

Теория: История возникновения г. Грозного

Чечня. Вайнахи в старину. Строительство крепости Грозная. Сторожевые башни, боевые Башни и жилые башни у вайнахов

Практика: Составление викторины по истории г. Грозного.

2. Символы Чеченской Республики. Геральдика- наука о гербах. Герб Чеченской Республики.

3. Памятники истории и культуры Чеченской Республики.

Теория: Молчаливые хранители истории (улицы, площади, и др. ЧР). Памятники архитектуры, мечети и церкви в ЧР. Памятники культуры и искусства, музеи Чечни. Памятники известным людям.

Практика: Составление викторины, презентации или видеоролика о памятниках архитектуры и культуры Чеченского народа.

4. Занимательная топонимика

Теория Топонимика как наука. Происхождение названий исторических мест, улиц, рек и площадей Чеченской Республики. Занимательная топонимика.

Практика: Составление викторины или кроссворда.

5. Знаменитые нижегородцы

Теория: Знаменитые чеченцы писатели. Знаменитые чеченские композиторы и артисты. Прославленные спортсмены Чечни. Ими гордится Чеченская Республика (известные учителя, врачи, юристы и т.п.).

Практика: Создание информационного материала о знаменитых грозненцев.

6. Город трудовой доблести

Теория: Вклад чеченцев в победу Великой Отечественной войны. Трудовой подвиг чеченцев. Чеченцы в годы ВОВ.

Практика: создание инфо-открытки о трудовом подвиге чеченцев.

7. Знаменитые гости Чеченской Республики

Теория: Знаменитые гости Чечни. Чеченская Республика – творческая площадка Всероссийских мероприятий.

Практика: сообщение о любимом артисте, деятеле науки и культуры – Чечни.

Форма аттестации

Форма аттестации - зачет. Обучающиеся выполняют творческие задания по каждой из изучаемых тем.

Формы творческих заданий могут быть предложены как педагогом, так и самими обучающимися.

III. Тема: Топографическая подготовка. (10 ч.).

Теория: Понятие топографической карты, ее значение для туристов. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Изучение топонимов по группам. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практика:

Зачет по Понятиям топографической карты, ее значение для туристов.

Объяснение Масштаба. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Тестирование уровня подготовки по масштабам, Видов масштаб. Масштабов топографических карт. Условные знаки. Понятие о топографических знаках. Объяснение работы с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. **Зачет и тестирование** по условным знакам. Понятие о топографических знаках. Опрос топонимов по группам. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Способы изображения рельефа на картах. Опрос по формам рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу. Игра: «Топографические диктанты» упражнения на запоминание знаков.

IV. Тема: Ориентирование (16 ч.)

Теория:

Ориентирование по горизонту, азимут. Компас. Типы компасов. Ориентир, что может служить ориентиром. Движение по азимуту, его применение. Ориентирование с помощью карты в походе. Движение по азимуту в походе.

Разработка маршрута туристского похода по топографической карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика.

Практика:

Опрос по ориентированию (горизонт, азимут). Тестирование уровня подготовки по компасу, работа с компасом. Опрос: типы компасов. Опрос: «Ориентир, что может служить ориентиром».

Движение по азимуту, его применение. Определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Опрос по ориентированию с помощью карты в походе. Движение по азимуту в походе. Разработка маршрута туристского похода по топографической карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.

V. Тема: Начальная туристская подготовка (26 ч.)

Теория:

Выбор целей и задач; района и маршрута походов. Правила организации и проведения туристских походов. "Инструкция". Определение цели и района похода. Обязанности командира туристской группы, завхозов, краеведа, старшего проводника и других ответственных лиц. Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися. Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий. Распределение обязанностей в группе. Режим ходового дня. Хронометраж движения. Подбор группы. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения. Типичные ошибки туристов при укладке рюкзака. Сообщение о вариантах зачетного похода, распределение тем докладов. Спортивное и краеведческое содержание похода. Личное снаряжение и уход за ним. Туристская группа на экскурсии и в походе. Туристская палатка, виды палаток. Основные типы узлов. Назначение узлов. Способы вязки простых узлов. Техника пешеходного туризма.

Практика:

Составление плана подготовки похода, сметы расходов, разработка маршрутов и планов-графиков учебно-тренировочных походов, заслушивание докладов о районе похода. Спортивное и краеведческое содержание похода. Составление плана подготовки похода, сметы расходов, разработка маршрутов и планов-графиков. Укладка рюкзака. Типичные ошибки при укладке рюкзака. Ознакомление с обязанностями команды. Дисциплина в походе. Личное снаряжение и уход за ним. Главные требования к предметам снаряжения. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения. Устройство, правила установки и снятия, уход и хранение палатки. Сбор сведений о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами. Опрос по основным типам узлов. Назначение узлов. Способы вязки простых узлов. Техника пешеходного туризма.

VI. Тема: Личная гигиена туриста и первая доврачебная помощь (20 ч.).

Теория:

Личная гигиена туриста. Оказание первой доврачебной помощи. Индивидуальный медицинский пакет туриста. Первая медицинская помощь при различных заболеваниях и травмах. Примерный состав походной аптечки. Значение своевременного оказания доврачебной помощи. Материалы для обработки ран и наложения повязок. Индивидуальная и групповая медицинские аптечки. Обработка небольших ран, наложение повязок.

Практика:

Викторина личная гигиена туриста. Оказание первой доврачебной помощи. Индивидуальный медицинский пакет туриста. Первая медицинская помощь при различных заболеваниях. Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды. Опрос по примерному составу походной аптечки. Значение своевременного оказания доврачебной помощи. Обработка небольших ран, наложение повязок. Материалы для обработки ран и наложения повязок. Викторина. Обработка небольших ран, наложение повязок. Опрос по индивидуальной и групповой медицинской аптечке. Викторина на знание способов транспортировки пострадавшего. Игра - способы транспортировки пострадавшего. Тестирование. Обработка и перевязка ран, наложение жгута. Конкурс на лучшего санитаря группы.

VII. Тема: Азбука туризма (16 ч.).

Теория:

Пешеходный туризм. Полоса препятствий пешеходного туризма. Правила преодоления туристской полосы. Одевание обвязок. Основы работы на переправах. Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров.

Практика:

Пешеходный туризм. Постановка дистанции, мини-соревнования между командами. Участие в личных зачетах по прохождению дистанции. Тестирование уровня физической подготовки «Полоса препятствий пешеходного туризма». Одевание обвязок. Основы работы на переправах. Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров. Участие в соревнованиях по ориентированию. Участие в личных зачетах по прохождению дистанции. Правила преодоления туристской полосы. Зачетные походы по маршрутам.

VIII. Тема: Туристическое снаряжение. (10 ч.).

Теория:

Типы различных видов снаряжения. Требования к снаряжению. Типы рюкзаков, спальных мешков их достоинства и недостатки. Правила укладки рюкзака. Уход за снаряжением и ремонт. Знакомство со специальным снаряжением. Подготовка к походу. Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Установка различных видов палаток. Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Походная посуда. Специальное снаряжение группы для производства краеведческих работ.

Практика:

Типы рюкзаков, спальных мешков их достоинства и недостатки. Правила укладки рюкзака. Уход за снаряжением и ремонт. Знакомство со специальным снаряжением. Подготовка к походу. Упаковка рюкзака. Установка различных видов палаток. Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Поход по заданному маршруту.

IX. Тема: Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка (26 ч.).

Теория:

Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Значение всесторонней физической подготовки. Общая физическая подготовка. Общие основы спортивной тренировки. Знакомство с приемами техники бега в лесу, по пересеченной местности. Закаливание, комплекс утренней зарядки. Техника бега. Специфические особенности техники бега в лесу, по пересеченной местности. Поход по разработанному туристическому маршруту. Установка палаток. Размещение вещей в них. Правила поведения в палатке.

Практика:

Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Общая физическая подготовка туриста. Зачет по физической подготовке. Общие основы спортивной тренировки. Знакомство с приемами техники бега в лесу, по пересеченной местности. Квест-игра. Общие основы спортивной тренировки. Знакомство с приемами техники бега в лесу, по пересеченной местности. Закаливание, комплекс утренней зарядки. Тестирование и зачет уровня физической подготовки по маршевой подготовке. Техника бега. Специфические особенности техники бега в лесу, по пересеченной местности. Проведение соревнований по спортивной ходьбе, кроссы. Эстафета. Экскурсия. Поход по разработанному туристическому маршруту. Установка палаток. Размещение вещей в них. Правила поведения в палатке.

X. Тема: Туристские слеты и соревнования (8 ч.).

Теория:

Подготовка к слету.

Практика:

Подготовка к слету.

XI. Тема: Организация и проведение туристских походов и выездов (4ч.)

Теория:

Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников. Весовые нагрузки: допустимые и оптимальные нормы весовых нагрузок для мальчиков, девочек; форма рюкзака и положение его центра тяжести; соблюдение равномерности в разгрузке участников с течением дней, разгрузка заболевшего участника, как дать отдых плечам во время движения с рюкзаком; типичные ошибки туристов при укладке рюкзака, его деформация при переноске.

Практика:

Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников. Основные правила поведения туриста в строю, обеспечение безопасности при движении по автомагистралям. Основные узлы и грудная обвязка. Броды через равнинные и горные реки: разведка места брода, проверка, порядок и способ прохождения, виды и способы страховки и само страховки на броде. Зачетные соревнования.

№ п/п	Дата проведения занятий	Время проведения занятия	Тема занятий	Количество часов			Форма занятий	Форма контроля	Место проведения
				Теори я	Практ ика				
Сентябрь									
I. Введение (2 ч.)									
1.			Знакомство с ребятами. Виды туризма. Формы туризма. Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила поведения туристов в лесу.	2	-	Беседа, знакомство	наблюдение, опрос	Учебный кабинет	
II. Краеведение и экология. (12 ч.)									
1			Ч.Р г. Грозный (история города)	2	-	Лекция, беседа	объяснение опрос	Учебный кабинет	
2.			Символы Чеченской Республики	-	2	практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет	
3.			Памятники истории и культуры Чеченской Республики	1	1	Практика, доклад	наблюдения, опрос		
4.			Занимательная топонимика	1	1				
5.			Знаменитые Грозненцы	-	2				
6.			Грозный - город воинской Славы	-	2				
III. Топографическая подготовка (10 ч.)									
				4	6	Знаменитые			

16

					гости Ч.Р		
7.		Понятие топографической карты, ее значение для туристов. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков	2	-	беседа, игра	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
8.		Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте.	-	2	практика	Наблюдение опрос.	Учебный кабинет
9.		Изучение топонимов по группам. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.	-	2	практика	Наблюдение, опрос.	
10.		Рельеф. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте.	2	-	Беседа, практика	объяснение опрос	
11.		Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт.	-	2	практика	Тестирование уровня подготовки.	
IV.		Ориентирование (14 ч.)	4	10			
12.		Ориентирование по горизонту, азимут.	2	-	лекция, беседа	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
13.		Компас, работа с компасом.	-	2	практика	Тестирование уровня подготовки	дистанция
14.		Типы компасов.	-	2	практика	наблюдение, опрос	
15.		Ориентир, что может служить ориентиром. Движение по азимуту, его применение.	-	2	беседа, практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет

16.			Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.	-	2	лекция, беседа практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
17.			Ориентирование с помощью карты в походе. Движение по азимуту в походе.	2	-	лекция, беседа практика	наблюдение, опрос опрос.	Учебный кабинет
18.			Разработка маршрута туристского похода по топографической карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика.	-	2	лекция, беседа практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
19.								
20.			Ориентирование по местным предметам. <u>Действия в случае потери ориентировки.</u>		2	практика	Контрольный поход с картой и компа-сом.	
V. Начальная туристская подготовка (26 ч)								
21.			Выбор целей и задач; района и маршрута походов. Правила организации и проведения туристских походов. «Инструкция».	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
22.			Составление плана подготовки похода.		2	практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
23.			Укладка рюкзака. Ознакомление с обязанностями команды. Дисциплина в походе.		2	практика	опрос.	Учебный кабинет
24.			Разработка маршрута, составление плана подготовки похода. Туристская группа на экскурсии и в походе.	2		практика	Тестирование уровня подготовки.	Учебный кабинет
25.			Укладка рюкзака. Типичные ошибки при укладке рюкзака.		2	практика		

26.		Туристская палатка. Устройство, правила установки и снятия, уход и хранение палатки. Сообщение о вариантах зачетного похода	2		лекция, беседа, доклад	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
27.		Установка палатки в обычных условиях.		2	практика	Наблюдение, опрос	Учебный кабинет
28.		Спортивное и краеведческое содержание похода. Личное снаряжение и уход за ним.	2		Беседа, практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
29.		Основные типы узлов.	2		Беседа, практика	Наблюдение	Учебный кабинет
30.		Назначение узлов. Способы вязки простых узлов		2	практика		
31.		Вязка узлов на время.		2	практика	опрос	
32.		Техника пешеходного туризма	2		Беседа, практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
33.		Установка палатки в обычных условиях и на скорость.		2	практика	Тестирование уровня подготовки.	
VI. Личная гигиена туриста и первая доврачебная помощь (20 ч.)				10	10		
34.		Личная гигиена туриста. Оказание первой доврачебной помощи	2		Беседа, практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
35.		Индивидуальный медицинский пакет туриста. Первая медицинская помощь при различных заболеваниях и травмах.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
36.		Примерный состав походной аптечки. Значение своевременного оказания доврачебной помощи.		2	лекция, беседа, практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет

37.			Материалы для обработки ран и наложения повязок.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
38.			Обработка небольших ран, наложение повязок.		2	Викторина	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
39.			Оказание первой доврачебной помощи. Индивидуальная и групповая медицинские аптечки.		2	практика	опрос, викторина	Учебный кабинет
40.			Способы транспортировки пострадавшего	2		лекция, беседа	Опрос, викторина	Учебный кабинет
41.			Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок. Игра «Айболит»	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
42.			Организация транспортировки пострадавшего. Игры		2	практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
43.			Обработка и перевязка ран, наложение жгута. Конкурс на лучшего санитаря группы.		2	практика	Опрос, тестирование	Учебный кабинет
VII. Азбука туризма (16 ч.)								
44.			Пешеходный туризм. Полоса препятствий пешеходного туризма	4	12		наблюдение, опрос	Учебный кабинет
45.			Полоса препятствий пешеходного туризма		2	практика	опрос	Учебный кабинет
46.			Полоса препятствий пешеходного туризма		2	практика	опрос	Учебный кабинет
47.			Одевание обвязок. Основы работы на переправах.	2		лекция, беседа	Тестирование уровня физической подготовки	Учебный кабинет
48.			Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	Учебный кабинет

49.			Участие в соревнованиях по ориентированию.		2	практика	Тестирование уровня физической подготовки	Учебный кабинет
50.			Участие в личных зачетах по прохождению дистанции. Правила преодоления туристской полосы.		2	практика	Мини – соревнования, зачет	
51.			Походы по маршрутам.		2	Практика, промежуточный	Зачетные походы	
VIII. Туристическое снаряжение (10 ч.)								
52.			Типы различных видов снаряжения. Требования к снаряжениям. Типы рюкзаков, спальных мешков их достоинства и недостатки.	4	6	лекция, беседа	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
53.			Правила укладки рюкзака. Уход за снаряжением и ремонт.		2	беседа практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
54.			Знакомство со специальным снаряжением. Укладка рюкзака.	2		лекция, беседа практика	наблюдение, опрос	
55.			Установка различных видов палаток. Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути.		2	Беседа практика	опрос	Учебный кабинет
56.			Поход по заданному маршруту		2	практика	опрос	Учебный кабинет
IX. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка (26 ч.)								
57.			Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Значение всесторонней физической подготовки.	8	18			
58.			Общая физическая подготовка.	2		лекция, беседа практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
59.			Квест-игра «Золотой компас»		4	лекция, беседа практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
							Квест-игра	

60.			Общие основы спортивной тренировки.	2		лекция, беседа	зачет	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
61.			Маршевая подготовка.		2	практика	Тестирование уровня подготовки.		
62.			Знакомство с приемами техники бега в лесу, по пересеченной местности. Закаливание, комплекс утренней зарядки.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	Учебный кабинет	
63.			Специфические особенности техники бега в лесу, по пересеченной местности.		2	лекция, беседа	наблюдение, опрос	Учебный кабинет	
64.			Спортивная ходьба, кроссы.		2	практика	Проведение соревнований		
65.			Эстафета.		4	практика практика	наблюдение соревнования		
66.			Экскурсия		4	Практика, экскурсия	наблюдение, опрос, зачет		
67.			Поход по разработанному туристическому маршруту. Установка палаток.		2	практика	наблюдение, опрос		
68.			Установка палаток. Размещение вещей в них. Правила поведения в палатке.		2	лекция, беседа	наблюдение, опрос	Учебный кабинет	
Х. Туристские слеты и соревнования (8 ч.)									
69.			Подготовка к слету.	2	6	беседа	наблюдение, опрос	Учебный кабинет	

70.		Подготовка к слету.		2	практика	наблюдение, опрос	
71.		Подготовка к слету.		2	практика	наблюдение, опрос	
72.		Подготовка к слету.		2	практика	Тестирование уровня физической подготовки	
XI. Организация и проведение туристских походов и выездов (4 ч.)							
73.		Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников.		2	лекция, беседа практика	наблюдение, опрос	Учебный кабинет
74.		Зачетные соревнования.		2	Практика, итоговый	Зачетные соревнования	
		Итого часов: 144					

Приложение

Приложение к календарно- тематическому плану дополнительной общеобразовательной программы

«Юные туристы краеведь»

с « » 2020 г. по « »

Все задания кроме краеведения, можно получить по ссылке:

https://mdusect.mskobr.ru/materialy_dlya_distancionnogo_i_elektronного_obucheniya/videozanyatiya_po_turizmu/

Педагог: Джигуева Резида Мадокшовна.

№	Разделы и темы	Всего часов	Теория	Практика	По плану	По факту	Ресурсы/ссылка	Формы занятия и учебного материала	Формы контроля
1.	Ч.Р.г. Грозный (история города)	2	2				ссылка	Дистанционно	Электронны

										Лекция		й опрос
2.	Символы Чеченской Республики	2	-	2						Ссылки https://ru.wikipedia.org/wiki/Герб_Чечни#Презентация https://www.komandirovka.ru/sights/grozni/monuments/	Презентация	Электронный опрос
3.	Памятники истории и культуры Чеченской Республика	2	2	-						Презентация	Самостоятельная работа	Электронный опрос
4.	Занимательная топонимика	2	1	1						Презентация	Лекция. Просмотр фильма самостоятельная работа	Доклад по теме
5.	Знаменитые Грозненцы	2	1	1						Портал: Чечня/Выдающиеся люди site/ru_b?id=38">https://ru.wikipedia.org/wiki/52.arkhschool.ru>site/ru_b?id=38	Самостоятельная работа	Доклад по теме
7.	Компас, работа с компасом.	2	1	1						https://9403&ortnd=1165731768&text=Видео%20занятия%20Компас%20С%20работ%20с%20компасом	Лекция. Просмотр фильма самостоятельная работа	
8.	Разработка маршрута туристского похода по топографической карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика.	2	1	1							Лекция. Просмотр фильма самостоятельная работа	
9.	Личная гигиена туриста. Оказание первой доврачебной помощи	2	1	1						https://youtu.be/29xla3frdSQ © Ссылка на источник: https://mducekt.mskobr.ru/materialy_dlya_distancionnogo_i_e_lectronnogo_obucheniya/videozan	Видео занятия	Доклад по теме Тестирование

								yatiya po turizmu/ https://youtu.be/xlBqjwxrtnw © Ссылка на источник: https://mducekt.mskobr.ru/materialy_dlya_distancionnogo_i_e_lektron_nogo_obucheniya/videozan_yatiya_po_turizmu/	Видео занятия	
10.	Вязка узлов на время.	2	1	1				https://youtu.be/l2sZjpN6q3s © Ссылка на источник: https://mducekt.mskobr.ru/materialy_dlya_distancionnogo_i_e_lektron_nogo_obucheniya/videozan_yatiya_po_turizmu/	Видео занятия	
11.	Техника пешеходного туризма	2	1	1				https://youtu.be/klvEcXmXclg © Ссылка на источник: https://mducekt.mskobr.ru/materialy_dlya_distancionnogo_i_e_lektron_nogo_obucheniya/videozan_yatiya_po_turizmu/	Презентация, просмотр фильма.	
12.	Правила укладки рюкзака. Уход за снаряжением и ремонт.	2	1	1				https://youtu.be/9XBV3UYe2Q	Лекция. Просмотр фильмасамостоятельная работа	Доклад по теме
13.	Установка палатки в обычных условиях.	2	1	1						
14.	Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров.	2	1	1						
	ИТОГО	28	15	13						

2.4. Учебно-методическое обеспечение.

Название учебной темы	Форма занятий	Название и форма методического материала	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса
Тема 1. Вводное занятие.	Групповая. Теоретическая подготовка.	Презентация по теме. Инструкции по ТБ.	Словесные
Тема 2. Краеведение	Теоретическая подготовка. Практическая работа.	- Экологическая игра - Тематический лекционный материал	
Тема 3. Топографическая подготовка	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Тематический лекционный материал Экскурсия поход по маршруту. <u>Дидактические пособия:</u> Учебно-игровая программа.	Словесные Наглядные Репродуктивный
Тема 4. Ориентирование.	коллективные (лекция, беседа, дискуссия, групповые (обсуждение проблемы в группах, решение задач в парах - Комбинированные тематические занятия	краеведческие игры. <u>Дидактические пособия:</u> электронные учебные пособия; Тематический лекционный материал с просмотром иллюстраций. конкурс	словесный (наглядный частично-поисковый.
Тема 5. Начальная туристская подготовка.	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа	Поход по плану <u>Дидактические пособия:</u> - карты, таблицы, палатки, узлы, справочник, компас; - теоретические материалы формате; - наглядное пособие. - Туристические снаряжения	Словесный Наглядный частично-поисковый. - самостоятельная работа.
Тема 6. Личная гигиена туриста и первая доврачебная помощь.	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа	Викторина. <u>Дидактические пособия:</u> Игры на местности по теме: Организация транспортировки пострадавшего, занятия.	словесный наглядный частично-поисковый. зачет
Тема 7. Азбука туризма	- Групповая, индивидуальная. - Теоретическая подготовка. - Практическая работа.	соревнования по ориентированию. <u>Дидактические пособия:</u> Игры на местности по теме: Организация транспортировки	словесный наглядный частично-поисковый.

Раздел 3. Содержание программы.

3.1. Учебный (тематический) план 2 год обучения.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:		Форма аттестации/ контроля
			Теоретический	Практические	
1.	Раздел I. Вводное занятие.	2	2	-	
1.1	Знакомство с ребятами. Географическое прошлое и рельеф. Климат. Возможные экскурсии и походы по краю.				Наблюдение опрос
2.	Раздел II. Туристская подготовка (пешеходный туризм)	64	12	52	
2.1.	Личное и групповое туристское снаряжение				объяснение опрос
2.3.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги				наблюдение, опрос
2.4.	Питание в туристском походе				наблюдение, опрос
2.5.	Подготовка к походу, путешествию				Составление списков снаряжения на различные виды походы.
2.6.	Разработка маршрута похода.				Решение ситуационных задач
2.7.	Подведение итогов похода				наблюдение, опрос
2.8.	Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе.				Соревнование по технике преодоления естественных препятствий
2.9.	Техника безопасности при преодолении естественных препятствий				наблюдение, опрос
2.10.	Использование переправы по веревке с перилами, навесной переправы.				наблюдение, опрос
2.11.	Отработка техники движения и преодоления препятствий.				наблюдение, опрос
2.12.	Организация наведения переправ.				наблюдение, опрос
2.13.	Отработка приемов страховки и само страховки при организации переправ.				наблюдение, опрос
2.14.	Вязание узлов. Ведение дневника метеонаблюдений и определение изменений погоды.				Соревнование по вязке узлов

3.	Раздел III. Топография и ориентирование	24	6	18	
3.1.	Топографическая и спортивная карта				наблюдение, опрос
3.2.	Ориентирование в сложных условиях.				Решение заданий по топографии.
3.4.	Соревнования по ориентированию				Самостоятельное ориентирование по карте на местности.
4.	Раздел IV. Краеведение	12	4	8	
4.1.	Районы родного края, подверженные наибольшей опасности возникновения чрезвычайных ситуаций природного и экологического характера.				Работа с картой.
4.2.	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы. Выявление районов нарушения экологического равновесия в природной среде.				Выполнение практических заданий.
5.	Раздел V. Первая доврачебная помощь .	10	4	6	
5.1.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.				опрос, тестирование
5.2.	Транспортировка пострадавшего				наблюдение, опрос
					Решение ситуационных задач по оказанию ГП.
6.	Раздел VI. Общая и специальная физическая подготовка	48	10	38	
6.1.	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках				наблюдение, опрос
6.2.	Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.				наблюдение, опрос
6.3.	Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.				наблюдение, опрос
6.4.	Общая физическая подготовка				Подготовка снаряжения,
6.5.	Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для туловища, для ног.				наблюдение, опрос
6.6.	Упражнения с сопротивлением. Упражнения с предметами. Элементы акробатики.				Зачеты на местности.
6.7.	Подъем по гимнастической лестнице, стенке, в том числе без помощи ног. Подъем по крутым склонам оврагов, берегам ручьев.				наблюдение, опрос
6.8.	Игры: баскетбол, футбол — со специальными заданиями. Эстафеты с применением сложных двигательных заданий, требующих координации				наблюдение, опрос

	движений.				
6.9.	Упражнения на развитие физических качеств, необходимых для специальной подготовки. Ориентирование				Подготовка снаряжения.
6.10.	Движение по азимуту по открытой и закрытой местности. Измерение расстояний на местности.				наблюдение, опрос
6.11.	Движение без помощи компаса по солнцу.				Зачеты на местности.
6.12.	Выбор пути и движение с учетом рельефа местности, проходимости растительности, почвенного покрова.				наблюдение, опрос
6.13.	Туристская техника. Участие в соревнованиях по ТПТ.				Участие в Республиканском туристском слете.
7.	Раздел VII. Специальная подготовка	54	18	36	
7.1.	Чрезвычайные ситуации природного характера и действия в случае их возникновения				наблюдение, опрос
7.2.	Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера				Зачеты на местности.
7.3.	Психологические факторы, влияющие на безопасность группы в походе				наблюдение, опрос
7.4.	Роль психологического климата в группе в обеспечении безопасности участников похода				наблюдение, опрос
7.5.	Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты				наблюдение, опрос
7.6.	Определение направления на север, азимутов без использования компаса.				Зачеты на местности.
7.7.	Определение своего местоположения в различных смоделированных ситуациях. Определение направления выхода и выход к путям сообщения или населенным пунктам.				Зачеты на местности, наблюдение, опрос
7.8.	Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты				наблюдение, опрос
7.9.	Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты				наблюдение, опрос
7.10.	Изготовление временных укрытий в летний и зимний период				Зачеты на местности.
7.11.	Организация поисково-спасательных работ силами группы				Подготовка снаряжения.
7.12.	Оказание помощи встретившейся на маршруте группе – обязательное правило Кодекса туристов.				наблюдение, опрос

7.13.	Соревнования «Школа безопасности».				Проверка уровня физической подготовки
7.14.	Соревнования «Школа безопасности».				Проверка уровня физической подготовки
8.	Раздел VIII. Организация и проведение туристских походов и выездов асу.	4	4	-	
8.1.	Зачетные соревнования. Участие в соревнованиях по ТПТ.				Итоговые зачетные соревнования
	Итого часов:	216	72	144	

Зачетный поход II категории сложности; степенной поход с элементами «Маршрута выживания»; многодневное мероприятие (лагерь, поход, слет и т.п.) вне сетки часов.

3.2. Содержание учебного плана 2-й год обучения

I. Тема: Вводное занятие.(2ч.)

Теория:

Знакомство с ребятами. Виды туризма. Формы туризма. Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила поведения туристов в лесу. Возможные экскурсии и походы по краю.

II. Тема: Туристская подготовка (пешеходный туризм) (60 ч.).

2.1. Теория:

Усовершенствование туристского снаряжения применительно к условиям проведения зачетного похода.

Конструкции тентов для палаток, кухни. Техника их изготовления.

Конструкции чехлов для топора, пилы, канов. Техника их изготовления.

Конструкции бахил летних и зимних. Материалы для их изготовления. Выкройки, техника изготовления.

Практические занятия

Изготовление необходимого туристского снаряжения.

2.2. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги

Организация ночлегов в горных условиях, в период межсезонья, зимой. Ветрозащитная стенка. Использование разборной печки. Заготовка дров к ней. Ночные дежурства. Ночлег в палатке без печки.

Виды примусов и правила работы с ними.

Практические занятия

Организация ночлега в различных условиях. Подготовка примуса к работе и приготовление пищи на нем.

2.3. Питание в туристском походе

Расчет калорийности дневного рациона. Способы увеличения калорийности дневного рациона в категорийном походе. «Карманное» питание. Витамины.

Приготовление пищи на примусах. Правила работы с бензиновым и газовым примусом.

Практические занятия

Расчет меню и калорийности дневного рациона в различных вариантах. Подготовка примуса к работе. Приготовление пищи на примусе.

2.4. Подготовка к походу, путешествию

Изучение маршрута похода с помощью отчетов групп, прошедших этот маршрут. Составление профиля маршрута. Изучение сложных участков маршрута и составление планов их преодоления.

Изучение маршрута и подготовка к летнему зачетному походу.

Практические занятия

Разработка маршрута похода.

2.5. Подведение итогов похода

Практические занятия

Ремонт туристского инвентаря и снаряжения. Проведение отчетного вечера, подготовка газеты или выставки по итогам похода. Подготовка и составление отчета о проведенном походе.

2.6. Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе

Переправы через реки. Характеристика равнинных и горных рек. Опасности, возникающие при организации переправ. Определение возможности, времени и способа организации переправы на выбранном участке. Переправа с помощью плота, по кладям, бревнам, камням. Использование переправы по веревке с перилами, навесной переправы.

Движение по снежникам. Оценка состояния снежного покрова. Выбор времени дня для прохождения снежного участка и выбор безопасного пути передвижения. Способы движения: «в лоб», траверсирование, глиссирование. Страховка альпенштоком или ледорубом, выбивание ступенек, положение корпуса при движении, темп, интервал, использование веревочных перил для страховки.

Организация страховки при переправах и движении по снежникам.

Меры безопасности при движении по снежникам и при организации переправ через реки.

Виды страховки: групповая, самостраховка, комбинированная.

Приемы и способы страховки. Выбор места страховки. Подготовка места страховки. Самостраховка на месте и в движении. Узлы: удавка, булинь, брам-шкотовый, академический и др. Техника их вязания.

Наблюдение за погодой – одна из мер обеспечения безопасности. Основные признаки изменения погоды. Изменение тактики движения при изменении погоды.

Практические занятия

Отработка техники движения и преодоления препятствий. Организация наведения переправ.

Отработка приемов страховки и самостраховки при организации переправ. Вязание узлов.

Ведение дневника метеонаблюдений и определение изменений погоды.

2.7. Особенности других видов туризма (по выбору)

Знакомство с одним из видов туризма по схеме:

- ✓ особенности подготовки похода;
- ✓ особенности личного и общественного снаряжения;
- ✓ техника и тактика вида туризма.

III. Тема: Топография и ориентирование (10 ч.).

3.1. Топографическая и спортивная карта

Виды топографических карт и основные сведения о них. Определение масштаба карты при отсутствии данных. Старение карты, ее генерализация. Чтение карты и составление схем и кроки. Копирование карт и схем. Прокладка и описание маршрута.

Спортивная карта, ее масштаб, условные знаки. Старение карт, изменения, происходящие на местности. Карты с различными формами рельефа. Особенности спортивной карты для зимнего ориентирования.

Практические занятия

Планирование маршрута похода на топографической карте. Копирование карт и схем. Составление схем и кроки. Занятия на местности со спортивными картами разных масштабов. Упражнения на участках карты с отсутствием элементов местности, снятием дорожной сети, рельефа. Игры и упражнения на местности с использованием спортивных карт.

3.2. Ориентирование в сложных условиях

Особенности ориентирования в сложном походе. Предварительный подбор картографического материала, изучение маршрута. Ориентирование на участках при отсутствии крупномасштабных карт. Разведка, маркировка пути движения. Движение при потере видимости. Глазомер в горах. Оценка пройденного пути по времени движения.

Практические занятия

Прохождение маршрута с использованием крупномасштабных карт, азимутальных участков, участков с измерением пройденного расстояния.

3.3. Соревнования по ориентированию

Подготовка к участию в соревнованиях. Тактические действия спортсмена до старта, на старте, на дистанции и контрольных пунктах (КП). Составление плана прохождения КП и распределение сил на дистанции. Действия ориентировщика с учетом вида соревнований. Выбор пути движения и факторы, влияющие на него.

Снаряжение ориентировщика.

Практические занятия

Участие в соревнованиях по ориентированию.

IV. Тема: Краеведение.(12 ч.).

4.1. Районы родного края, подверженные наибольшей опасности возникновения техногенных, экологических чрезвычайных ситуаций

Общегеографическая характеристика родного края. Рельеф, гидрография, растительность, климат. Характеристика промышленности, сельского хозяйства, транспорта, дорожной сети. Их возможное негативное влияние на экологическое состояние родного края.

Практические занятия

Работа со справочной литературой и картографическим материалом по родному краю.

4.2. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы. Выявление районов нарушения экологического равновесия

Практические занятия

Походы с целью определения на местности возможных потенциально опасных районов и объектов, влияющих на экологическое состояние родного края.

V. Тема: Первая доврачебная помощь. (24 ч.).

Теория:

5.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний

Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий. Гигиена одежды и обуви. Закаливание организма — основное средство повышения сопротивляемости простудным заболеваниям.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность.

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. Общий, местный и точечный массаж при утомлении, простудных заболеваниях, мышечных болях.

Практическое занятие

Освоение приемов массажа

5.2. Техника безопасности при проведении туристских мероприятий

Факторы, влияющие на безопасность группы в походе. Роль руководителя в группе, подчинение его решениям — основа отношений, залог безопасного прохождения маршрута. Разбор несчастных случаев и аварий в туризме.

Основные причины несчастных случаев в походе: нарушение техники и тактики преодоления естественных препятствий, переоценка своих сил и возможностей, несоблюдение установленных правил, резкое ухудшение погодных условий.

Правила поведения на воде, организация купания. Правила пожарной безопасности, работа у костра. Взрывчатые предметы, организация привалов и ночлегов в местах, связанных с боевыми действиями.

Организация поисково-спасательного отряда, проведение поисково-спасательных работ.

Практические занятия

Участие в профилактических работах при подготовке массовых туристских мероприятий. Закрепление навыков безопасного преодоления естественных препятствий.

5.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи, транспортировки пострадавшего

Измерение температуры, пульса, артериального давления.

Согревающие процедуры (компрессы, грелки), охлаждающие процедуры (компрессы, пузырь со льдом).

Помощь при переломах, ранах, кровотечениях. Оценка общего состояния пострадавшего, места и характера повреждения. Правила снятия одежды и обуви с пострадавшего. Правила наложения шин.

Травмы конечностей, закрытые и открытые переломы длинных костей, растяжения и разрывы связочного аппарата, вывихи суставов.

Травмы области живота, повреждение органов брюшной полости, повреждение таза и органов, расположенных в тазу.

Травмы головы и туловища. Закрытые и открытые повреждения черепа и головного мозга, повреждения позвоночника и спинного мозга, повреждения лица и шеи, перелом ключицы, повреждения грудной клетки, переломы ребер.

Иммобилизация пострадавшего. Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление средств транспортировки.

Практические занятия

Разучивание приемов оказания первой доврачебной помощи пострадавшему, приемов транспортировки.

VI. Тема: Общая и специальная физическая подготовка. (18 ч.).

Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм

6.1. Значение и содержание врачебного контроля и самоконтроля при занятиях туризмом. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Объективные данные: частота пульса, вес, динамометрия, спирометрия. Субъективные и объективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение, оценка изменений частоты пульса. Понятие о «спортивной форме», утомлении, об остром и хроническом состоянии при перетренировке. Принципы восстановительной терапии, меры предупреждения переутомления. Дневник самоконтроля. Порядок осуществления врачебного контроля.

Практические занятия

Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.

6.2. Общая физическая подготовка

Практические занятия

Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения с предметами. Элементы акробатики.

Упражнения на равновесие, выполняемые на гимнастическом бревне, скамейке. Переправа по бревну через овраг, ручей, канаву, переправа по качающемуся бревну. Подъем по гимнастической лестнице, стенке, в том числе без помощи ног. Подъем по крутым склонам оврагов, берегам ручьев.

Игры: баскетбол, футбол — со специальными заданиями. Эстафеты с применением сложных двигательных заданий, требующих координации движений. Легкая атлетика.

6.3. Специальная физическая подготовка

Практические занятия

Упражнения на развитие физических качеств, необходимых для специальной подготовки.
Ориентирование.

Движение по азимуту по открытой и закрытой местности. Измерение расстояний на местности во время бега по дорогам, тропам, просекам, по лесу различной проходимости, склонам различной крутизны. Движение без помощи компаса по солнцу. Бег с выходом на линейные и площадные ориентиры. Бег с выходом в заданную точку со строгим контролем направления и расстояния.

Выбор пути и движение с учетом рельефа местности, проходимости растительности, почвенного покрова. Движение по маркированной трассе с фиксацией основных встречающихся ориентиров. Выход на контрольные пункты и уход с них в заранее выбранном направлении.

Туристская техника

Движение по ровной, по сильно пересеченной местности, по лесу через кустарники и завалы, движение по заболоченной местности, движение по дорогам, тропам и без троп. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями. Прохождение различных этапов соревнований по технике туризма: спуски и подъемы, траверс склонов, переправы и т.д.

Игры с различными элементами туристской техники.

Упражнения на развитие выносливости, быстроты, силы.

VII. Тема: Специальная подготовка (42 ч.).

Теория:

7.1. Чрезвычайные ситуации природного характера и действия в случае их возникновения

Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера:

геофизический (землетрясения);

геологический (сели, оползни, обвалы, лавины и т.д.);

метеорологический (ураганы, бури, смерчи);

морской гидрологический (цунами, циклоны);

гидрологический (наводнения, половодья, заторы);

пожары (лесные, торфяные и т.п.).

Основные причины возникновения чрезвычайных ситуаций.

Порядок действий в случае возникновения опасных природных явлений и стихийных бедствий:

проверка наличия всех членов группы и определение состояния их здоровья;

оказание необходимой медицинской помощи;

эвакуация людей, продуктов питания и снаряжения в безопасное место;

оценка сложившейся ситуации;

принятие решения по дальнейшим действиям в сложившейся ситуации (продолжение намеченного маршрута, выход к ближайшему населенному пункту, ожидание помощи на месте).

7.2. Психологические факторы, влияющие на безопасность группы в походе

Роль психологического климата в группе в обеспечении безопасности участников похода. Слаженность (сработанность), сплоченность группы – факторы успешных ее действий. Лидер в группе и его влияние на состояние психологического климата.

Причины возникновения конфликтов в группе и способы их устранения.

7.3. Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты

Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты

Действия в случае потери ориентировки. Остановка движения. Определение местонахождения. Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки. Поиск троп, дорог, следов. Необходимость выхода на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование троп, идущих в нужном направлении, движение по генеральному азимуту. Движение вдоль ручьев, рек.

Использование звуков, источников света, маркировки туристских маршрутов, следов человеческой деятельности.

Определение сторон света без компаса. Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута по Солнцу в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, её нахождение. Определение направления на север по часам.

Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов, по растительности.

Сохранение направления движения в различных условиях видимости.

Действия при отставании от группы. Попытка догнать группу только в случае её видимости или до развилки троп, дорог. Остановка и ожидание помощи. Изготовление временного укрытия, разведение костра. Самостоятельный выход к населенному пункту в случае отсутствия помощи.

Практические занятия

Определение направления на север, азимутов без использования компаса.

Определение своего местоположения в различных смоделированных ситуациях. Определение направления выхода и выход к путям сообщения или населенным пунктам.

4.4. Изготовление временных укрытий в летний и зимний период

Выбор места для сооружения бивака. Виды временных укрытий: навес, палаш. Использование особенностей рельефа. Укрытия в зимних условиях: иглу, траншея, пещера. Способы их изготовления.

Практические занятия

Сооружение временных укрытий.

7.5. Организация поисково-спасательных работ силами группы

Поиск отставшего или заблудившегося члена(ов) группы: остановка группы, определение групп поиска, постановка им задачи (определение наиболее возможных мест нахождения отставшего или заблудившегося, маршрут движения групп поиска, контрольное время возвращения), поиск отставшего. Действия оставшейся части группы.

Действия группы при несчастном случае (падение на склоне, падение в трещину, утопление при переправе вброд). Организация подъема пострадавшего. Оказание ему первой медицинской помощи. Принятие решения о порядке действий группы (движение с пострадавшим по маршруту, движение с пострадавшим к населенному пункту, вызов медицинской помощи на место происшествия). Действия группы в этих случаях.

Оказание помощи встретившейся на маршруте группе – обязательное правило Кодекса туристов.

7.6. Изготовление одежды и снаряжения из подручных средств

Использование имеющихся предметов одежды, снаряжения. Использование природных материалов.

7.7. Соревнования «Школа безопасности»

Права и обязанности судей. Порядок работы судей на этапах.

Организация и судейство вида «Полоса препятствий». Примерные элементы полосы препятствий. Оборудование этапов.

Обеспечение безопасности при проведении соревнований: предстартовая проверка инвентаря и снаряжения, организация консультаций по правильному прохождению технически сложных этапов. Прием дистанции заместителем главного судьи по безопасности и инспектором соревнований.

Описание отдельных технических этапов и специальных заданий. Таблицы штрафов за ошибки и нарушения. Порядок определения результатов соревнований.

Практические занятия

Участие в планировании дистанции. Подготовка судейской документации. Участие в судействе на этапах, в работе службы секретариата во время соревнований.

Участие в соревнованиях в качестве участников.

VIII. Тема: Организация и проведение туристских походов и выездов (4 ч.)

Практика:

Итоговые зачетные соревнования. Участие в соревнованиях по ТПТ.

3.3. Календарный учебный график.
2-й год обучения

№ п/п	Дата проведения занятий	Время проведения занятия	Тема занятий	Количество часов			Форма занятий	Форма контроля	Примечан ие
				Теори я	Практ ика				
I. Введение (2 ч.)									
1.			Знакомство с ребятами. Географическое прошлое и рельеф. Климат. Возможные экскурсии и походы по краю.	2	-		Беседа, знакомство	наблюдение, опрос	
II. Тема: Туристская подготовка (пешеходный туризм) (64 ч.).									
				12	52				
2.			Личное и групповое туристское снаряжение	2	2		Лекция, беседа	объяснение опрос	
3.			Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	2	4		практика	наблюдение, опрос	
4.			Питание в туристском походе	2	4		Лекция, беседа, практика	наблюдение, опрос	
5.			Подготовка к походу, путешествие		4		практика	Составление списков снаряжения на различные виды походы.	
6.			Разработка маршрута похода.	2	4		Лекция, беседа, практика	Решение ситуационн ых задач	
7.			Подведение итогов похода		4		практика	наблюдение, опрос	
8.			Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе.	2	4		Лекция, беседа, практика	Соревнование по технике преодоления	

								естественных препятствий.	
9.			Техника безопасности при преодолении естественных препятствий	2	4	4	Лекция, беседа, практика	наблюдение, опрос	
10.			Использование переправы по веревке с перилами, навесной переправы.		4	4	практика	наблюдение, опрос	
11.			Отработка техники движения и преодоления препятствий.		4	4	практика	наблюдение, опрос	
12.			Организация наведения переправ.		2	2	практика	наблюдение, опрос	
13.			Отработка приемов страховки и самостраховки при организации переправ.		8	8	практика	наблюдение, опрос	
14.			Вязание узлов. Ведение дневника метеонаблюдений и определение изменений погоды.		4	4	практика	Соревнование по вязке узлов	
III. Топография и ориентирование (24 ч.)									
15.			Топографическая и спортивная карта	2	6	6	Лекция, беседа, практика	наблюдение, опрос	
16.			Ориентирование в сложных условиях.	2	4	4	Лекция, беседа, практика	Решение заданий по топографии.	
17.			Соревнования по ориентированию	2	8	8	практика	Самостоятельное ориентирование по карте местности.	
IV. Тема: Краеведение (12 ч.)									
18.			Районы родного края, подверженные наибольшей опасности возникновения чрезвычайных ситуаций природного и экологического характера.	2	4	8	лекция, беседа	Работа с картой.	

19.			Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы. Выявление районов нарушения экологического равновесия в природной среде.	2	8	практика	Выполнение практических Заданий.
V. Тема: Первая доврачебная помощь (10 ч.).							
20.			Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	2	2	лекция, беседа, практика	наблюдение, опрос
21.			Транспортировка пострадавшего	2	4	практика лекция,	Решение ситуационных задач по оказанию ИП.
VI. Тема: Общая и специальная физическая подготовка (48 ч.)							
22.			Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	2		лекция, беседа.	наблюдение, опрос
23.			Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.	2		лекция, беседа,	наблюдение, опрос
24.			Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.	2		лекция, беседа,	наблюдение, опрос
25.			Общая физическая подготовка		4	практика	Подготовка снаряжения,
26.			Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для туловища, для ног.		2	практика	наблюдение, опрос

27.			Упражнения с сопротивлением. Упражнения с предметами. Элементы акробатики.		4	практика	Зачеты на местности.	
28.			Подъем по гимнастической лестнице, стенке, в том числе без помощи ног. Подъем по крутым склонам оврагов, берегам ручьев.		4	практика	наблюдение, опрос	
29.			Игры: баскетбол, футбол — со специальными заданиями. Эстафеты с применением сложных двигательных заданий, требующих координации движений.		4	практика	наблюдение, опрос	
30.			Упражнения на развитие физических качеств, необходимых для специальной подготовки. Ориентирование		4	практика	Подготовка снаряжения,	
31.			Движение по азимуту по открытой и закрытой местности. Измерение расстояний на местности.	2	4	лекция, беседа,	наблюдение, опрос	
32.			Движение без помощи компаса по солнцу.		4	практика	Зачеты на местности.	
33.			Выбор пути и движение с учетом рельефа местности, проходимость растительности, почвенного покрова.	2	4	лекция, беседа,	наблюдение, опрос	
34.			Туристская техника. Участие в соревнованиях по ТПГ.		4	практика	Участие в Республиканском туристском слете	
VII. Тема: Специальная подготовка (54ч.):				18	36			

35.		Чрезвычайные ситуации природного характера и действия в случае их возникновения	2	4	беседа	наблюдение, опрос	
36.		Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера	2	2	лекция, беседа, практика	Зачеты на местности.	
37.		Психологические факторы, влияющие на безопасность группы в походе	2	2	практика	наблюдение, опрос	
38.		Роль психологического климата в группе в обеспечении безопасности участников похода	2		лекция, беседа,		
39.		Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты	2	2	практика	наблюдение, опрос	
40.		Определение направления на север, азимутов без использования компаса.		2	практика	Зачеты на местности.	
41.		Определение своего местоположения в различных смоделированных ситуациях. Определение направления выхода и выход к путям сообщения или населенным пунктам.		2	практика	Зачеты на местности.	
42.		Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты	4		лекция, беседа,	наблюдение, опрос	
43.		Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты		4	лекция, беседа, практика	наблюдение, опрос	
44.		Изготовление временных укрытий в летний и зимний период	2	2	практика	Зачеты на местности.	
45.		Организация поисково-спасательных работ силами группы		2	практика	Подготовка снаряжения,	

46.			Оказание помощи встретившейся на маршруте группе – обязательное правило Кодекса туристов.		4	практика	наблюдение, опрос	
47.			Соревнования «Школа безопасности».	2		лекция, беседа,	Проверка уровня физической подготовки	
48.			Соревнования «Школа безопасности».		10	практика	Проверка уровня физической подготовки	
VIII. Организация и проведение туристских походов и выездов (4 ч.)								
49.			Зачетные соревнования. Участие в соревнованиях по ТПТ.		4	лекция, беседа практика	Итоговые зачетные соревнования	
			Итого часов: 216	56	160			

3.4. Учебно-методическое обеспечение.

Название учебной темы	Форма занятий	Название и форма методического материала	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса
Тема 1. Вводное занятие.	Групповая. Теоретическая подготовка.	Презентация по теме. Инструкции по ТБ.	Словесные
Тема 2..Туристская подготовка (пешеходный туризм)	♦ теоретическое занятие, ♦ комбинированное занятие	Методы: ♦ объяснительно-иллюстративный ♦ метод проблемного изложения, ♦ частично-поисковый. Приемы: ♦ дидактические игры	Слайд-фильмы «Туризм», «Что такое поход», фотографии, презентация «Виды туризма»
Тема 3.Топография и ориентирование	теоретическое занятие, ♦ комбинированное занятие, ♦ занятие-практикум на местности и в помещении, ♦ учебные соревнования, ♦ составление схемы местности, ♦ учебный поход, ♦ спортивный поход.	Методы: ♦ объяснительно-иллюстративный, ♦ метод проблемного изложения, ♦ частично-поисковый. Приемы: ♦ парная и групповая работа, ♦ практические упражнения и тренировки на местности, ♦ решение ситуационных задач	Комплект таблиц «Условные знаки топографических карт» Дидактические игры. «Топографическое путешествие» Комплект карточек – заданий Комплект тестов, упражнений, ситуационных задач. Топографические и спортивные карты Схемы, планы местности. Линейки, транспортиры, карандаши, компасы. Презентация по теме «Карта».
Тема 4.Краеведение	♦ теоретическое занятие, ♦ комбинированное занятие, ♦ экскурсия, ♦ занятие-практикум в помещении и на местности, ♦ учебный поход.	Методы: ♦ беседа, ♦ объяснительно-иллюстративный, ♦ проблемный, ♦ частично-поисковый, ♦ исследовательский. Приемы: ♦ индивидуальная, групповая и парная работа, ♦ практическая работа.	Задания по темам «География Чеченской Республики», Кировской области» Контурные карты Чеченской Республики
Тема	♦ теоретическое занятие,	Методы:	Презентации по теме

5.Первая доврачебная помощь	♦ комбинированное занятие, ♦ занятие–практикум в помещении и на местности, ♦ работа с литературой, ♦ лекция, ♦ сдача зачета по наложению повязок, реанимации, изготовлению средств транспортировки пострадавшего.	♦ объяснительно-иллюстративный, ♦ проблемный, ♦ частично-поисковый. Приемы: ♦ групповая и парная работа, ♦ упражнения, ♦ тесты, ♦ практические задания, ♦ решение ситуационных задач.	«Медицинская подготовка». Специальная литература. Комплект тестов, упражнений, ситуационных задач, карточек с • заданиями по теме «Медицина».
Тема 6.Общая и специальная физическая подготовка	тренировочное занятие	Методы: ♦ объяснительно-иллюстративный, ♦ наглядный Приемы: ♦ упражнения ♦ спортивные игры	
Тема 7.Специальная подготовка	♦ теоретическое занятие, ♦ комбинированное занятие, ♦ занятие – практикум на местности, ♦ учебно-тренировочный поход, ♦ спортивный поход ♦ учебные соревнования. ♦ городские и областные соревнования по туристскому многоборью	Методы: ♦ объяснительно-иллюстративный, ♦ проблемный, ♦ частично-поисковый. Приемы: ♦ решение ситуационных задач, ♦ практическая работа: составление маршрута ♦ путешествия.	Комплект тестов, упражнений, ситуационных задач, заданий по теме: «Техника и тактика и техника преодоления естественных препятствий».
Тема 8.Организа- ция и проведение туристских походов и выездов.	• Комбинированные тематические занятия	Поход по заданному маршруту <u>Дидактические пособия</u> • Знакомство со специальным снаряжением	Участие в соревнованиях по ТПТ.

Раздел 4. Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:

4.1. Методы:

- открытое педагогическое наблюдение;
- оценка продуктов творческой деятельности детей.

Формы:

- Практические занятия.
- Беседы.
- Опрос
- Проверка знаний подготовки учащихся осуществляется путем соревнованиями внутри групп или викторинами.
- Экскурсии.
- Игровые программы.
- Зачетные занятия.
- Квест – игра.

4.2. Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.

На основании планируемых результатов разработана оценочная шкала (от 1 до 5 баллов), которая соответствует уровню освоения программы.

Низкий уровень. Обучающийся практически не владеет теоретическими знаниями по разделам, не может правильно и полно ответить на поставленные вопросы, а при выполнении практических заданий делает ошибки, влияющие на конечный результат.

Личностные качества учащегося.

Обучающийся не умеет самостоятельно приобретать необходимые знания, творчески мыслить, выдвигать новые идеи, грамотно работать с информационными источниками. Нет стремления к саморазвитию, самопознанию, не коммуникабелен. Работу выполняет не всегда аккуратно, неохотно исправляет ошибки, за помощью обращается только тогда, когда совсем не может выполнить задание.

Средний уровень. Имеет не большой объем знаний по изучаемым разделам, односложно, но правильно отвечает на поставленные вопросы.

Личностные качества учащегося.

Обучающийся старается самостоятельно приобретать необходимые знания, творчески мыслить, выдвигать новые идеи, грамотно работать с информационными источниками. Есть стремления к саморазвитию, самопознанию, достаточно коммуникабелен. Работу выполняет аккуратно, но исправляет ошибки только при вмешательстве педагога.

Высокий уровень. Имеет необходимый запас теоретических знаний и практических навыков. Грамотно и четко отвечает на поставленный вопрос по заданным темам, умеючи применяет свои знания в практической деятельности.

Личностные качества учащегося.

Обучающийся умеет самостоятельно приобретать необходимые знания, творчески мыслить, выдвигать новые идеи, грамотно работать с информационными источниками. Есть стремления к саморазвитию, самопознанию, коммуникабелен. Работу выполняет охотно, сам замечает свои ошибки и самостоятельно их исправляет.

Раздел 5. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

5.1. Материально-техническое обеспечение для успешного выполнения программы

Программа учебной дисциплины «Юный турист-краевед» предполагает наличие у команды (секции, кружка) необходимого личного и группового туристского и специального снаряжения, бивуачного и вспомогательного (хозяйственного, мед. аптечки и пр.), обзорные карты края; кроки, схемы; топографические и спортивные карты всех масштабов; компасы, веревки, карабины, страховочные системы; основные и вспомогательные веревки, бивуачное и спец. тур. снаряжение.

Туристское снаряжение:

1. Рюкзак - 15 шт.
2. Спальный мешок - 15 шт.
3. Турковрики - 15 шт.
4. Штормовой костюм - 15 пар.
5. Рукавицы брезентовые - 15 пар.
6. Тренировочный костюм х. б. - 15 пар.
7. Система страховочная - 15 пар.
8. Палатки - 5 шт.
9. Топор, котелки, пила, канистры, примуса, лопата.
10. Аптечка - 2 набора
11. Компаса жидкостные - 8 шт.
12. Курвиметр - 2 шт.
13. Веревка основная (40 м) - 3 шт.
14. Веревка вспомогательная (40 м.) - 3 шт.
15. Карабин туристский с муфтой - 30 шт.
16. Шлем защитный - 15 шт.
17. Фонарь - 4 шт.

Предполагается, что у педагога имеется в наличии разнообразный дидактический и методический материал.

Дидактический материал в электронном виде, раздаточный материал

1. Учебные материалы (тесты)
2. Карты
3. Учебные пособия для детей (таблицы)
4. Раздаточный материал (веревки, карабины, обвязки)
5. Аудио - видео средства туристские, спортивные.

Учебно-наглядные пособия:

- тематический материал наглядные пособия, альбомы, карты-схемы, книги, газеты, топографическая карта и тд.

Использование интернет-технологий и мультимедийного оборудования при проведении занятий. Аудиотехника и телевизионное оборудование.

Кадровое обеспечение программы

Реализовать программу "Юный турист-краевед" имеет право педагог, обладающий профессиональными знаниями (со средне-специальным или высшим педагогическим

образованием), знающий специфику ДО, имеющий практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей.

Список литературы для преподавателя:

1. Антропов К., Шибяев А. В. Переправа, М., ЦДЮТур, 1998.
2. Алексеев А.А. Горообразование и горный рельеф. М., 1999.
3. Алексеев А.А. Питание в туристском походе, М., 1997.
4. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1973.
5. Голов В.П. Изучение рельефа в курсе географии. М., Просвещение, 1973.
6. Инструкция (приказ N 293 от 13.07.92), М., 1992.
7. Куликов В., Константинов Ю. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., ЦДЮТур, 1997.
8. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. М., ЦДЮТ, 1997.
9. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., ЦДЮТ, 1997.
10. Курилова В.И. Туризм. М., «Просвещение», 1988.
11. Клименко А.И. Карта и компас — мои друзья. М., Детская литература, 1975.
12. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. Изд-во ДОСААФ, 1972.
13. Лесогор Н.А., Толстой Л.А., Толстая В.В. Питание туристов в походе. М., «Пищевая промышленность», 1980.
14. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М., ВЛАДОС, 2000.
15. Примерное содержание воспитания школьников. Рекомендации по организации системы воспитательной работы общеобразовательной школы. Под ред. доктора педагогических наук, профессора И.С. Марьенко. М., Просвещение, 1980.
16. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение» (сост. В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн.). М., 1982, 2001.
17. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. М., 1995;
18. Первая помощь в экстремальных ситуациях. М., МВД России, 2000.
19. Программы кружков по туризму, спортивному ориентированию и краеведению. Краснодар, 1995.
20. Расторгуев М. Узлы, М., ЦДЮТур, 1994.
21. Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного туризма. Свердловск, 1990.
22. Рыжковский Г. Я. Биваки. М., ЦДЮТур, 1995.
23. Туристская игротка, под ред. Константинова Ю.С. М., ВЛАДОС, 2000.
24. Штюмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1972.
25. Экологическое воспитание туристов, ЦРНБ «Турист», 1990.
26. Энциклопедия туриста. М., 1993

Список литературы для учащихся

1. Борисов В.И. Занимательное краеведение. Краснодар, Кн. изд., 1969.
2. Канонников А.М. Природа Кубани и Причерноморья. Краснодар, 1977.
3. Ковешников В.Н. Очерки о географических названиях Краснодарского края. Краснодар, КрайсЮТур, 1999.
4. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. М., «Толк», 1996.
5. Расторгуев М. Ситникова С. Карабинные узлы. М., «Кроу лимитед», 1995.
6. Туристская игротка, под ред. Константинова Ю.С. М., ВЛАДОС 2000.

7. Фредерик Лисак «Горы». М., АСТ. Астрель, 2003.
8. Энциклопедия туриста. М., 1993.

Проект дистанционного образования по туризму для школьников EDU впоход

02.04.20 Возможно ли подготовиться к туристскому походу, не выходя из дома?

Возможно ли подготовиться к туристскому походу, не выходя из дома? Новый уникальный проект дистанционного образования по туризму #EDUвпоход стартовал в Московском детско-юношеском центре экологии, краеведения и туризма.

Педагоги дополнительного образования остаются на связи не только со своими обучающимися, но и проводят уникальные занятия для всех школьников города Москвы и России!

Проект реализуется под лозунгом "Туризм дистанционно - без проблем!".

В рамках программ дополнительного образования на основе видеозанятий с педагогами нашего Центра, школьники Москвы готовятся к туристским походам. Что такое индивидуальная страховочная система, как правильно собрать рюкзак, какие особенности личного снаряжения в походе - это лишь малая часть тем, которые предлагаются освоить ребятам! Несколько десятков мотивирующих, познавательных и полезных роликов планируется отснять, смонтировать и выложить в открытый доступ. Занятия ежедневно актуализируются и дополняются на странице проекта. С середины апреля в формате видеоконференций перед школьниками также будут выступать педагоги- профессионалы своего дела, туристы с огромным опытом, победители и организаторы международных соревнований с мотивирующими рассказами о своих наиболее интересных походах, опыте участия в туристских мероприятиях и соревнованиях. Приглашаем всех, для которых детский туризм не просто сочетание слов, а смысл жизни, принять участие в интересных занятиях!

Также на открытой площадке сайта www.edu-kids.ru будут проведены онлайн встречи, педагогов и обучающихся, где можно будет задать свой вопросы и оставить комментарии. Проведи время с пользой и готовься к своему походу! Приблизь лето, #EDUвпоход! #дистанционноеобразование #московскоеобразование Страница проекта, где размещены видеозанятия для открытого доступа: -

https://mducekt.mskobr.ru/materialy_dlya_distancionnogo_i_e_lektronnoho_obucheniya/videozanyatiya_po_turizmu/ О проекте: <https://www.mskagency.ru/materials/2990179>

© Ссылка на

источник: https://mducekt.mskobr.ru/novosti/proekt_distancionnogo_obrazovaniya_po_turizmu_dlya_shkol_nikov_eduvpohod/

№ п/п	ТЕМА	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		теория	практика	всего	
1.	Ч.Р г. Грозный (история города)	2	-	2	Offline -опрос
2	Символы Чеченской Республики	-	2	2	Offline опрос, Offline – анализ творческих работ фотоотчет
3	Памятники истории и культуры Чеченской Республика	2	-	2	Offline-консультация, самостоятельная работа учащихся
4	Занимательная топонимика	1	1	2	Offline опрос, Offline – анализ творческих работ фотоотчет
5	Знаменитые Грозненцы	1	1	2	Offline -опрос
6	Грозный – город воинской Славы	1	1	2	Offline-консультация, самостоятельная работа учащихся
7	Компас, работа с компасом.	1	1	2	Offline -опрос
8	Разработка маршрута туристского похода по топографической карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика.	1	1	2	Offline -опрос
9	Личная гигиена туриста. Оказание первой доврачебной помощи	1	1	2	Offline-консультация, самостоятельная работа учащихся
10	Вязка узлов на время.	1	1	2	Offline опрос, Offline – анализ творческих работ фотоотчет
11	Техника пешеходного туризма	1	1	2	Offline -опрос
12	Правила укладки рюкзака. Уход за снаряжением и ремонт.	1	1	2	Offline-консультация, самостоятельная работа учащихся
13	Установка палатки в обычных условиях.	1	1	2	Offline опрос, Offline – анализ творческих работ фотоотчет
14	Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров.	1	1	2	Offline -опрос
	ИТОГО	15	13	28	