

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Сазоновская средняя общеобразовательная школа»

Принято:
на педагогическом совете
Протокол № 1 от 29.08.2023

Утверждено:
приказ № 126 от 30.08.2023 г.
директор  И.В.Проничева



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности «Спортивный туризм»**

Возраст обучающихся: 8-12 лет

Срок реализации: 2023-2024 уч.год

Разработал: Учитель географии
Петров Игорь Николаевич

п. Сазоново

2023 г.

Пояснительная записка

Туристско-краеведческая деятельность - это комплексное средство гармоничного развития детей и юношества, заключающееся в активном познании и улучшении окружающей среды и самих себя в процессе туристических путешествий.

Занятия в туристско-краеведческих детских объединениях (кружках): способствуют возрождению духовности, национального сознания, любви к родной стране у подрастающего поколения; воспитывают уважение к человеку и его труду; повышают результативность обучения и воспитания благодаря использованию ярких примеров из окружающего мира; обогащают опытом совместной деятельности, общения; способствуют личностному развитию ребенка; развивают желание пополнять собранными во время походов и экскурсий материалами краеведческие, школьные музеи, создавать новые; научат постоянно следить за экологическим состоянием окружающей среды и своевременно знакомить с результатами исследований общественность.

Туристско-краеведческая деятельность является не только способом проведения свободного времени, но и формой воспитательного воздействия на личность, в связи с этим выделяют следующие ее функции:

- 1) воспитательная функция. Каждое туристское путешествие формирует определенный опыт терпеливого преодоления неудобств, воспитывает любовь и уважение к людям, родному краю, учит уважительно относиться к традициям своего и других народов;
- 2) развивающая функция. В процессе путешествий происходит развитие познавательной активности, коммуникативных умений и навыков, обеспечивается возможность адекватного самопознания;
- 3) познавательная функция. Она заключается в познании мира, накоплении опыта, формировании мировоззрения каждого путешественника. Осуществляя поход или экскурсию по родному краю, юные краеведы и туристы получают знания о географических, исторических, экологических особенностях окружающей среды, учатся сохранять их для следующих поколений, что способствует развитию науки, культуры, искусства и других областей человеческого общества;
- 4) социализирующая функция. Совершенствуются навыки взаимодействия с другими людьми, правила поведения в коллективе.

5) рекреационная функция. Туристские путешествия способствуют улучшению физического и психологического здоровья юных исследователей, которые получают новые впечатления.

Актуальность программы

В настоящее время содержание, роль, назначение и условия реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ закреплены в следующих нормативных документах:

Федерального Закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федерального закона РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);

Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

Концепции развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СП-2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Устава МБОУ «Сазоновская СОШ»

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы «Спортивный туризм» является то, что она дает представление о туристско-краеведческой деятельности в целом, нацелена на подготовку обучающихся к участию в массовых туристско - краеведческих мероприятиях, закладывает основы организации туристского быта и техники передвижения в походе, самостоятельного прохождения дистанций спортивного ориентирования, организации краеведческих исследований.

Программа «Спортивный туризм» интегрирует в себе основные взаимосвязанные виды туристско - краеведческой деятельности: спортивный

туризм (туристские походы, туристские соревнования), спортивное ориентирование, краеведение. В такой интеграции заключается новизна программы. Каждое направление туристско-краеведческой деятельности с точки зрения обучения, воспитания, развития уникально по-своему. Ведущим из этих направлений является туризм, без которого, по сути, не могут обойтись ни ориентирование, ни краеведение.

Выделяются два аспекта спортивного туризма: туристские походы и туристские соревнования. Туристский поход – это самая комплексная, эффективная форма туристско-краеведческой деятельности. В туристских походах образование, воспитание, развитие происходит в процессе организации коллективной походной жизни и активной деятельности обучающихся в естественных природных условиях. Активная и самостоятельная деятельность обучающихся в походных условиях способствует приобретению ими необходимого социального опыта, опыта общественных и личностных отношений, способствует процессу самоутверждения. Туристский поход позволяет одновременно достигать всех целей, которые ставятся перед туристско - краеведческой деятельностью. Туристские соревнования, слеты – туристские праздники на природе, которые являются активной формой привлечения детей к занятию туризмом, спортом, укрепления здоровья, приобретения жизненно важных навыков. Но главным стимулом развития соревнований юных туристов является не соревнования ради соперничества, а возможность свободного общения со сверстниками в условиях походной жизни, обретение новых друзей-единомышленников, обмен опытом, маршрутами, песни у костра и многое другое, чего никогда не увидишь и не почувствуешь в городе.

Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором главными помощниками в выборе правильного пути являются компас и карта. Занятия ориентированием содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу. Кроме оздоровительной и спортивной направленности ориентирование имеет большое прикладное значение. Умение ориентироваться – это навык, который необходим и туристу, и охотнику, и геологу, и будущему воину. Изучению своей «малой родины», расширению кругозора ребят способствует краеведение. Краеведческая работа всегда интересна, т.к. носит поисковый, исследовательский характер. Она направлена на активное и углубленное изучение истории родного края, его жителей. Изучение природы своего края способствует закреплению теоретических знаний о законах природы, природных комплексах родного края, формированию представления о целостности, единстве и всеобщей взаимосвязи в природе, получению необходимых навыков по ее охране, развитию интеллектуальных и практических умений по оценке природопользования и улучшения состояния окружающей среды. Это играет большую роль в формировании и развитии экологического сознания и экологической культуры личности ребенка.

Новизна программы

Заключается в совмещении спортивного туризма, краеведения, спортивного ориентирования, ведение краеведческих наблюдений и исследований, оказание первой медицинской помощи, активного отдыха в виде походов и экскурсий и позволяет по окончании курса обучения подготовить спортсмена-туриста по всем разделам, затронутым в данной программе.

Направленность программы –туристско-краеведческая.

Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности– модульная.

Виды занятий

По данной программе различные: рассказ, беседа, лекции. Наиболее характерными формами проведения занятий являются тематические прогулки, экскурсии, походы, практические занятия на улице и в помещении (спортивный зал).

Программа предназначена для школьников, имеющих медицинский допуск к занятиям туризмом, в возрасте от 8-12 лет. Количество детей в группе определяется минимальным числом участников соревнований (10 – 12 человек).

Форма обучения – очная.

Срок освоения программы – 9 месяцев, с 01.09.2023 г – 31.05.2024 г.

Режим занятий – 4 часа в неделю по 40 мин.

Цель: обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий спортивным туризмом, формирование всесторонней гармонично развитой личности.

Программный материал объединен в целостную систему спортивной подготовки и предполагает решение следующих **основных задач**:

Обучающие:

- формировать знания, умения в области спортивного туризма, ориентирования, краеведения, а также необходимые туристско-краеведческие навыки;
- способствовать формированию устойчивого интереса и потребности в познании окружающего мира;
- участия в соревнованиях по спортивному туризму;
- обучение приемам мониторинга окружающей среды;
- дать знания о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья;
- сформировать умения и навыки преодолевать естественные препятствия при помощи туристской техники;

- сформировать комплекс знаний, умений и навыков для выживания в условиях природной среды;

Развивающие:

- расширять знания об окружающем мире;
- развивать интеллектуальные и физические способности;
- укреплять здоровье, формировать навыки здорового образа жизни;
- развивать творческую, познавательную и созидательную активность;
- прививать интерес к активному отдыху и путешествиям
- укрепление здоровья учащихся;
- развитие специальных физических качеств - силовой выносливости, равновесия;
- развитие личностных качеств: самостоятельности, активности, ответственности, работы в команде;
- развитие способности к преодолению трудностей, целеустремлённости и настойчивости в достижении результатов;
- развитие стремления к спортивному самосовершенствованию и к достижению высших спортивных результатов;

Воспитательные:

- воспитывать гражданственность, патриотизм, чувство любви к Родине;
- воспитывать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;

воспитание морально-волевых качеств: целеустремленности, решительности, стойкости и выдержки в преодолении препятствий;

формирование коллектива, умения работать в команде, поддержание духа команды.

Учебно-тематический план.

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Знакомство.	1	1	-	опрос
2.	Основы туристской подготовки.				Наблюдение
2.1.	Туристские путешествия. История развития туризма.	1	1		
2.2.	Воспитательная роль туризма.	1	1		
2.3.	Личное и групповое туристское снаряжение.	2	-	2	Опрос

2.4.	Правила хранения и уход за снаряжением.	1	1		Зачет
2.5.	Организация туристского быта.	1	-	1	Опрос
2.6.	Биваки.	1		1	Тест
2.7.	Питание в туристском походе.	1	1		Тест
2.8.	Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей).	3		3	Опрос
2.9.	Правила движения в походе. Техника безопасности в походе.	2	2		Опрос
2.10	Прикладные виды – скалолазание.	20	3	17	
2.11	Туристские слеты и соревнования (1-2 кл.)	23		23	
2.12	Подведение итогов туристского похода.	1	1		
2.13	Туристская песня.	2		2	
3.	Топография и ориентирование.				
3.1.	Понятие о топографической и спортивной карте.	2	2		Тест
3.2.	Условные знаки. Чтение рельефа по карте.	6	3	3	Зачет
3.3.	Ориентирование по горизонту. Компас	12	4	8	Зачет
3.5.	Ориентирование по местным признакам	8	2	6	Зачет
4.	Краеведение и экология.				
4.1.	Родной край, его природные особенности.	1	1	-	Опрос
4.2.	Туристские возможности родного края.	1	1	-	Опрос

4.3	Приметы.	1	1	-	
4.4.	Природный кодекс туриста.	1	1	-	Опрос
5.	Аптечка. Оказание первой доврачебной помощи.	4	1	3	зачет
6.	ОФП и СФП	39	1	38	Зачет
7.	Психологический климат туристской группы	1	1		Игра
Итого:		136	29	107	

Содержание

Основы туристской подготовки.

История развития туризма, содержание туристской деятельности, туристский дух, значение туристской деятельности, воспитательная роль туризма. Виды туризма, их особенности. Классификация туризма. Цели похода. Выбор маршрута. Комплектование группы.

Личное и групповое снаряжение: палатка, спальник, рюкзак, термоковрик, костюм, обувь; их виды, применение. Требования к личному и групповому снаряжению. Спортивное туристское снаряжение: веревки, их виды, применение, узлы и их применение, туристическая страховочная система, карабины, работа с ними.

Биваки. Организация туристского быта, выбор места для привала, стоянки, разведения костра. Костры, их виды, назначение, безопасность. Правила движения в походе, интервалы и скорость движения, строй движения, безопасность движения.

Значение правильного питания в походе. Организация питания в однодневном и 2-3-х дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте. Особенности питания в лыжном походе. Составление меню и списка продуктов для 1-3 - дневного похода.

Подготовка к походу: постановка цели похода, ее значимость для успешного похода, подбор необходимого снаряжения, распределение обязанностей в походе, их значение. Подведение итогов похода.

Скалолазание. Обеспечение безопасности. Приемы страховки, само страховки, взаимостраховки. Работа в связках.

Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России», «Юный инструктор туризма». Разрядные нормативы по спортивному туризму и спортивному ориентированию.

Топография и ориентирование.

Понятие топографической карты, ее значение для туристов. Масштаб, виды масштабов. Разработка маршрута похода по карте. Условные знаки, их виды, сочетания, пояснительные цифровые и буквенные обозначения. Рельеф, способы его изображения, характеристика местности по рельефу. Ориентирование по горизонту, азимут. Компас, его виды, устройство, действия с компасом. Измерения расстояний, способы. Ориентирование по местным предметам: определения сторон света по природным особенностям. Движение солнца. Определение азимута по луне. Полярная звезда, ее нахождение.

Краеведение и экология.

Родной край, его природные особенности, климат, флора и фауна родного края.

Туристские возможности родного края, наиболее интересные места для проведения походов, экспедиций, экскурсий. Знакомство и изучение отчетов о походах в Вологодской области.

Приметы о природе, их значение, правдивость прогнозов по приметам. Природный кодекс туриста. Законы общения с природой, принцип «не навреди», необходимость сохранения природы.

Медицина.

Аптечка, ее состав, замена лекарств, подбор аптечки в зависимости от уровня и продолжительности похода. Выявление причин и устранение простых недомоганий: головная боль, боли в желудке, кашель, применение природных средств.

Клещи, меры профилактики и безопасности.

Общая и специальная физическая подготовка.

Основные задачи ОФП: развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств. Физическая подготовка как основа достижения безаварийного и стабильного прохождения туристских походов.

Роль и значение СФП для роста мастерства туриста. Упражнения для развития плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног. Занятия в тренажерном зале, спортивные игры. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, гибкости.

Специальная подготовка участников.

Функции штурмана.

Характеристика местности по карте. Определение крутизны склона по карте и на местности. Определение расстояний на глаз, шагами, засечкой, «треугольниками». Приемы ориентирования на таежном маршруте. Составление технического описания маршрута.

Функции медика.

Возможные виды травм и оказание первой доврачебной помощи. Аптечка. Применение и дозировка медицинских препаратов. Транспортировка пострадавшего при любой травме.

Функции коменданта лагеря.

Гигиена и психология группы. Утилизация отходов в походе. Экология и медицинская география.

Функции снаряженца.

Выбор оптимального группового снаряжения для походов различной продолжительности, разных типов и районов. Модернизация снаряжения, самодельное снаряжение. Хранение снаряжения в городе и на маршруте. Ответственность при покупке снаряжения.

Функции зампотеха.

Ремонтный набор.

Функции завхоза.

Составление раскладки продуктов с учетом специфики маршрута (простые и сложные дни, дневки, препятствия). Сохранность продуктов в походе. Приготовление разнообразной пищи. Развеска продуктов. Контейнеры. Баланс веса на весь маршрут с учетом конкретного состава участников. Проблемы координации веса. Ответственность при покупке продуктов.

Функции командира.

Обеспечение координации деятельности всех должностных лиц на всех этапах похода.

Психологический климат туристской группы.

Психологические тесты и тренинги на знакомство, сплочение коллектива, выявление лидерских и иных личностных качеств, эмоциональное состояние, тактильность.

Состав тестов и тренингов может быть произвольным и во многом зависит от запроса группы, так как в подростковом возрасте наблюдается повышенный интерес к познанию себя и сравнение себя со сверстниками.

Целью данного раздела является приобщение подростков к практической психологии, ее возможностям в самопознании и познании других людей, внутреннем саморегулировании.

Для педагога этот раздел обучения также является способом отслеживания эффективности обучения и промежуточных результатов работы.

Основные причины несчастных случаев. Обеспечение безопасности в туристском походе.

Система обеспечения безопасности в туризме. Безопасность - основное и обязательное требование при проведении походов и тренировочных занятий. Ответственность каждого члена группы перед собой и другими членами группы в соблюдении мер безопасности. Опасности в туризме: субъективные и объективные.

Субъективные опасности: недостаточная физическая, техническая, морально-волевая подготовка участников похода, недисциплинированность, слабая предпоходная подготовка (нехватка продуктов, недостаток сведений о районе похода, неточный картографический материал, некачественное снаряжение), переоценка сил группы и недооценка встречающихся препятствий, пренебрежение страховкой и ослабление внимания на простых участках маршрута, недостаточный самоконтроль и взаимный

контроль при низких температурах и ветре, неумение оказать правильную первую доврачебную помощь, небрежное обращение с огнем и горячей пищей.

Объективные опасности: резкое изменение погоды, технически сложные участки, гипоксия (горная болезнь), солнечные ожоги в горах и на снегу, ядовитые животные и насекомые, стихийные бедствия. Меры по исключению субъективных и преодолению объективных опасностей.

Роль маршрутно-квалификационной комиссии в оценке подготовленности группы. Обязательность выполнения рекомендаций ММК и поисково-спасательной службы.

Планируемые результаты:

ЗНАТЬ:

- основные сведения по истории, географии, культуре своего города и края;
- нормы поведения юных туристов на экскурсии, в походе;
- основные понятия спортивного туризма;
- условные знаки спортивных карт;
- необходимое снаряжение для похода выходного дня;
- личную гигиену спортсмена, гигиену одежды и обуви для занятий спортивным туризмом;
- технику безопасности на занятиях, соревнованиях и других массовых мероприятиях;
- названия этапов на соревнованиях по спортивному туризму;
- туристские узлы;

УМЕТЬ:

- пользоваться краеведческой литературой;
- преодолевать естественные препятствия при помощи туристской техники;
- составлять меню для похода выходного дня;
- собирать рюкзак, личное снаряжение;
- устанавливать палатку, разжигать костер, собирать дрова;
- обращаться с компасом, определять стороны света;
- одевать страховочную систему;
- вязать туристские узлы (прямой, проводник, восьмерка);

ИМЕТЬ НАВЫКИ:

- преодоления препятствий на дистанциях 5 класса;
- вязки туристских узлов.

Календарный учебный график.

№ п/п	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
-------	-------	--------------------------	---------------	------------------	--------------	------------------	----------------

				ов			
1	сентябрь	15.30-16.15	урок-знакомство	1	Вводное занятие. Знакомство.	учебный класс	опрос
2	сентябрь	16.30-17.15	изучение нового материала	1	Туристские путешествия. История развития туризма.	учебный класс	наблюдение
3	сентябрь	15.30-16.15	Т/з	1	Воспитательная роль туризма.	учебный класс	
4	сентябрь	16.30-17.15 15.30-16.15	Пр/з	2	Личное и групповое туристское снаряжение.	учебный класс, спорт. зал	зачет
5	сентябрь	16.30-17.15	Т/з	1	Правила хранения и уход за снаряжением.	учебный класс	опрос
6	сентябрь	15.30-16.15	Пр/з	1	Организация туристского быта.	Спорт. площадка	зачет
7	сентябрь	16.30-17.15	Пр/з	1	Биваки.	Спорт. площадка	
8	сентябрь	15.30-16.15	Т/з	1	Питание в туристском походе.	учебный класс	опрос
9	сентябрь	16.30-17.15 -	Пр/з	3	Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей).	учебный класс	тест
10	сентябрь	-	Т\з	1	Правила движения в походе.	учебный класс	

11	сентябрь	-	Т\з	1	Техника безопасности в походе.	учебный класс	опрос
12	сентябрь	-	Т/з	1	Прикладные виды – скалолазание, основы спортивного туризма	Спорт. площадка , класс	опрос
13	сентябрь	-	Т/з	1	ИСС. Способы блокировки.	Спорт. площадка	
14	октябрь	-	Т/з	1	Самостраховка. Карабины и спец. снаряжение	Спорт. площадка	опрос
15	октябрь	-	Пр/з	1	Техника прохождения навесной переправы	Спорт. площадка	
16	октябрь	-	Пр/з	1	ОРУ. Отработка навыков встегивания	Спорт. площадка	
17	октябрь	-	Пр/з	1	Командное прохождение навесной переправы	Спорт. площадка	
18	октябрь	-	Пр/з	1	Техника прохождения параллельной переправы	Спорт. площадка	
19	октябрь	-	Пр/з	1	Командное прохождение	Спорт. площадка	
20	октябрь	-	Пр/з	1	ОРУ. Отработка навыков прохождения	Спорт. площадка	
21	октябрь	-	Пр/з	1	Тактика и техника прохождения параллельной и навесной переправы	Спорт. площадка	зачет
22	октябрь	-	Пр/з	1	Техника преодоления гор. бревна	Спорт. площадка	
23	октябрь	-	Пр/з	1	Отработка навыков преодоления	Спорт. площадка	

24	октябрь	-	Пр/з	1	Командное преодоление	Спорт. площадка	
25	октябрь	-	Пр/з	1	Отработка тактики и техники преодоления гор. бревна	Спорт. площадка	зачет
26	октябрь	-	Пр/з	1	Спуск по склону	Спорт. площадка	
27	октябрь	-	Пр/з	1	Отработка техники спуска	Спорт. площадка	
28	октябрь	-	Пр/з	1	Командная тактика спуска	Спорт. площадка	
29	октябрь	-	Пр/з	1	Отработка навыков спуска	Спорт. площадка	зачет
30	октябрь	-	Пр/з	1	Подъем по склону	Спорт. площадка	
31	октябрь	-	Пр/з	1	Отработка навыков при подъеме	Спорт. площадка	зачет
32	ноябрь		поход	12	Пеший поход выходного дня	Чагодощенский район	наблюдение
33	ноябрь	15.30-16.15	Т/з	1	Подведение итогов ПВД	Учебный класс	викторина
34	ноябрь	-	Пр/з	2	Туристская песня.	Учебный класс	
35	ноябрь	-	Т/з	1	Понятие о топографической карте	Учебный класс	
36	ноябрь	-	Т/з	1	Понятие о спортивной туристической карте	Учебный класс	опрос
37	ноябрь	-	Пр/з	1	Чтение рельефа по топо. карте	П.Сазонов	
38	ноябрь	-	Т\з	1	Условные знаки топо. карт	Учебный класс	тест
39	ноябрь	-	Т\з	1	Условные знаки туристических карт	Учебный класс	тест

40	ноябрь	-	Пр.з	1	Чтение топо. карт	Учебный класс	
41	ноябрь	-	Пр.з	1	Чтение туристических карт	Учебный класс	
42	ноябрь	-	Т.з	1	Азимут	Учебный класс	опрос
43	ноябрь	-	Т.з	1	Ориентирование по горизонту	Пришкольная территория	опрос
44	ноябрь	-	Пр.з	1	Определение азимута	Пришкольная территория	
45	ноябрь	-	Пр.з	1	Азимутальный ход	Пришкольная территория	
46	ноябрь	-	Пр.з	1	Определение расстояния на глаз	Пришкольная территория	зачет
47	декабрь	-	Т.з	1	Компас. Стороны горизонта	класс	

48	декабрь	03	-	Т.з	1	Определение азимута по компасу	класс	
49	декабрь	05	-	Т.з	1	Ориентировка компаса	класс	
50	январь	09	-	Пр.з	1	Азимутальный ход	Пришкольная территория	
51	январь	09	-	Пр.з	1	Ориентировка компаса и карты	Пришкольная территория	

52	январь	14	-	Пр.з	1	Применение компаса	Пришкол льная территор ия	зачет
53	январь	16, 21, 23, 28	-	Т.з, Пр.з	8	Ориентирование по местным предметам	Спорт. зал,класс, пришкол льная территор ия	зачет
54	январь	30	-	Пр.з	2	СФП	спорт.зал	
55	февраль	04	-	Пр.з	2	Психологический климат туристической группы	класс	тренинг
56	февраль	06	-	Т.з	1	Природные особенности Родного края	класс	опрос
57	февраль	06	-	Т.з	1	Туристские возможности родного края.	класс	опрос
58	февраль	11	-	Т.з	1	Приметы.	класс	
59	февраль	11	-	Т.з	1	Природный кодекс туриста.	класс	опрос
60	февраль	13	-	Т.з	1	Аптечка. Состав аптечки	класс	
61	февраль	13	-	Пр.з	1	Оказание доврачебной помощи	класс	тест
62	февраль	18	-	Пр.з	1	Оказание доврачебной помощи	класс	тест
63	февраль	18	-	Пр.з	1	Психологический климат туристической группы	класс	игра
64	февраль- май		15.30- 16.15	Пр.з	38	ОФП и СФП с элементами и отработкой	Спорт. зал,	зачеты

			16.30-17.15			туристических навыков	Спорт. площадка	
65	Май	25		Пр.з.	11	Поход выходного дня	-	наблюдение
				Итого	136			

Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение программы.

Для реализации программы необходимо следующее минимальное снаряжение:

№ п/п	Материалы, оборудование	Количество
1.	Учебный класс	1
2.	Спортивный зал	1
3.	Тренажерный зал	1
4.	Палатка 3-4-местная	6
5.	Палатка «Зима»	2
6.	Печь для «Зимы»	2
7.	Лыжи	12 - 15
8.	Катамаран 4-х местн.	1
9.	Рюкзак 80-100 л.	12 - 15
10.	Спальный мешок	12 - 15
11.	Термоковрик	50
12.	Тент 4х6	2
13.	Карабины	40
14.	Жюмар	4
15.	Спусковое устройство	4
16.	Веревка Ø10 мм.	200 м.
17.	Веревка Ø6 мм.	50 м.
18.	Системы	12 - 15

Кадровое обеспечение.

- Учебные занятия проводят педагоги, имеющие педагогическое образование и опыт работы с учащимися.
- К работе по реализации программы допустимо привлечение узких специалистов (музейные работники, работники библиотек и т.д.).

Методическое обеспечение

Методическое обеспечение программы

Теоретические занятия проводятся в форме бесед, лекций.

Основная форма проведения практических занятий – тренировка на местности. Все занятия строятся так, чтобы учащиеся проявляли больше самостоятельности, отрабатывали навыки технической подготовки, походного быта, краеведческой работы, умели работать как индивидуально, так и в группе. Туристская подготовка помогает воспитывать чувство коллективизма, ответственность за товарищей. Краеведческая работа расширяет кругозор ребят, воспитывает любовь к своему краю. Большое значение краеведение имеет в приобщении учащихся к работе по охране природы. Судейская подготовка приобщает учащихся к самостоятельности, к чувству ответственности.

Формы подведения итогов реализации программы, аттестации:

- результативность участия в спортивных соревнованиях;
- выполнение спортивных разрядов;

Оценочные материалы.

Этапы педагогического контроля.

Вид	Содержание	Форма	Критерии
Текущий (в течении года)	Тактико-техническая подготовка	Практическая проверка преодоления препятствий	«отлично» - оптимальное решение; «хорошо» - решение с допуском невыгодных вариантов. «удовлетворительно» - решение с ошибками
Текущий (в течении года)	Топография и ориентирование	Опрос, практическая работа.	«отлично»- 80-100% правильных ответов
			«хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлет.»- 40-60% правильных ответов

Текущий (в течении года)	Контрольные старты соревнования	и Соревнования	Закончить дистанцию.
Входящий (сентябрь)	Основы туристской подготовки	беседа, анкета, опрос.	
Итоговый (в течении года)		Игра «Готов ли ты в поход?»	«отлично» - 80-100% правильных ответов «хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлет.»- 40-60% правильных ответов
Итоговый (апрель – май)	Краеведение	Отчет по походу	Зачет путешествия

Список литературы

1. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность учащихся средних классов (в помощь учителю, руководителю кружка). — М.,1992.
2. Голованов В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования : учеб. пособие. — М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС,2004.
3. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор : пособие для учителя. — М. : Просвещение, 2010.
4. Казаренков В.И. Основы педагогики: интеграция урочных и внеурочных занятий школьников : учеб. пособие. — М. : Логос, 2003.
5. Комплект учебников «Физическая культура» для учащихся средних классов общеобразовательных учреждений / А.П. Матвеев. — М. : Просвещение, 2011.
6. Михайлова Е.В. Формирование нравственных ценностей у младших школьников во внеурочной деятельности. — М. : Экон-Информ, 2009.
7. Организация и развитие ученического самоуправления в общеобразовательном учреждении : учеб.-метод. пособие / под общ. ред. А.С. Прутченкова – М. : Изд. дом «Новый учебник», 2003.
8. Остапец А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. — М. : РМАТ, 2001.
9. Поломис К. Дети в пионерском лагере. Прогулки. Походы. Экскурсии

- / пер. с чеш. С.Д. Баранниковой. — М. : Профиздат, 1990.
10. Поломис К., Махитка З. Дети на отдыхе / пер. с чеш. С.Д. Баранниковой, К.И. Паровой, О.А. Суворовой. — М.: Культура и традиции, 1995.
11. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование / В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов; под ред. В.А. Горского. — М. : Просвещение, 2010.
12. Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой работе, организации отдыха детей и молодёжи / сост. Ю.С. Константинов, С.В. Усков. — М. : ФЦДЮТиК, 2006.
13. Смирнов Д.В. Оздоровительно-познавательный туризм : программы дополнительного образования детей : вып. 4. — М. : Советский спорт, 2003.
14. Смирнов Д.В. Юные туристы-краеведы // Смирнов Д.В., Константинов Ю.С., Маслов А.Г. Туризм и краеведение : образовательные программы для системы дополнительного образования детей / под ред. Ю.С. Константинова, А.Г. Маслова. — М. : Советский спорт, 2005.