

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Дебесский Центр творчества»

ПРИНЯТО:
методическим советом:
протокол
от 29.04.2019 г. № 3

УТВЕРЖДЕНА:
Приказом МБОУ ДО
«Дебесский Центр творчества»
от 29 апреля 2019 г. № 75
Директор: Т.В. Серебrenникова



Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
«ПИЛИГРИМ»

туристско-краеведческой направленности

Возраст обучающихся: 10-15 лет
Срок реализации: 3 года

Составитель (автор):
Трефилов Сергей Леонидович,
педагог дополнительного
образования

с. Дебесы, 2019

Пояснительная записка.

Направленность: дополнительная общеобразовательная программа по туризму «Пилигрим» туристско-краеведческой направленности.

Уровень программы. Программа является разноуровневой: 1 год обучения – стартовый, 2, 3 год обучения – базовый.

Актуальность. В стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р определены следующие задачи патриотического воспитания: «патриотическое воспитание предусматривает развитие поисковой, краеведческой деятельности, детского познавательного туризма, а также формирование культуры здоровья через систему мотивации к активному и здоровому образу жизни, культуры безопасной жизнедеятельности».

Одним из комплексных видов воспитания здорового и закаленного человека является туризм. Термин «туризм» впервые встречается в английских источниках начала XIX века и обозначает экскурсию или путешествие.

Под туризмом в рамках реализации данной программы понимается туристская деятельность обучающихся, выходящая за рамки учебных программ в общеобразовательных школах по физической культуре, основам безопасности жизнедеятельности, географии, биологии, истории.

Совершенствование системы патриотического воспитания способствующего вовлечению молодых граждан, проживающих на территории Дебесского района в процесс духовного, патриотического становления в интересах укрепления единства нации – одна из задач, определенная в Муниципальной программе Дебесского района «Развитие образования и воспитания». Растет число малолетних преступников, наркоманов, ранняя алкоголизация населения. Современный ребенок стремится к тому, что он получает с экранов телевизоров, с экранов мониторов, сети интернет. Он не видит и не замечает мира, существующего за границами его «виртуального бытия». Отсюда идет и массовое ухудшение здоровья детей – слабая физическая активность, интенсивные информационные нагрузки, и, как итог, психические расстройства, доводящие многих до девиантного поведения. Активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически – вот еще важнейшие задачи современного образования. Туризм позволяет реализовать все эти задачи в полном объеме через путешествия, знакомящие с культурой, историей, природой родной страны.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пилигрим» составлена в соответствии с нормами, установленными следующей законодательной базой:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. №1726-р «Концепция развития дополнительного образования детей»
- СанПиН 2.4.4.3172 от 4 июля 2014 года №41 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей «Дебесский Центр творчества»

- Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах МБОУ ДО «Дебесский ЦТ»

Отличительные особенности программы заключаются в теоретическом и практическом применении обучающимися специального оборудования и туристского снаряжения в условиях природной среды. Автор программы руководствуется тем, что в нашем непростом мире необходимы навыки безопасности жизни, умение ориентироваться в лесу, на незнакомой местности, умение страховки и т.д. Подразумевается, что данная программа может быть исходной точкой для получения знаний, умений и навыков будущих специалистов по ЧС. Знания полученные на занятиях так же могут пригодиться при службе в рядах вооруженных сил РФ.

Важная и необходимая составляющая программы – полевые выходы, работа на открытой местности и соревнования обучаемых, которые имеют своей целью подготовку юных туристов к проведению познавательных и безаварийных путешествий.

Вариативность. Организация учебного процесса осуществляется с учетом индивидуальных особенностей учащихся: уровня знаний и умений, индивидуального темпа учебной деятельности, психологических особенностей. Это позволяет создать оптимальные условия для реализации потенциальных возможностей каждого обучающегося.

Преемственность. Обучающиеся имеют базовый уровень знаний по курсам ОБЖ, география, история. Программа дополняет и углубляет знания обучающихся в рамках данных курсов, имеет практическую значимость в сравнении с разделами программ основного образования по курсам

ОБЖ:

- овладение основами современной культуры безопасности жизнедеятельности, понимание ценности экологического качества окружающей среды как естественной основы безопасности жизни;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного характера;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления;

География

- овладение основами картографической грамотности и использования географической карты как одного из языков международного общения;

История:

- воспитание уважения к историческому наследию народов России через изучение туристических и краеведческих возможностей родного края.

Таким образом, при освоении программы происходит влияние на формирование универсальных учебных действий – важнейшей цели общего образования.

Уровень обеспечения сетевого взаимодействия. В целях обеспечения доступности дополнительного образования занятия по программе проводятся на базе МБОУ «Заречномедлинская средняя общеобразовательная школа»

Адресат программы - обучающиеся 10-15 лет, желающие овладеть навыками безопасного пребывания, нахождения в природной среде, изучения своей малой родины через участие в походах, экскурсиях, учебно-тренировочных выходах. Все обучающиеся должны иметь допуск медицинского работника.

Количество человек в группе – 8 – 12 человек

Объем программы. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, составляет 576 часов.

Формы организации образовательного процесса:

- практические занятия (решение проблемных ситуаций, занятия – путешествия, занятия-игры, комплексы физических упражнений, творческие отчеты и др.);

- учебно-тренировочные сборы, походы выходного дня, степенные и категорийные походы - соединение теории с практикой;
- теоретические занятия – беседы, рассказы;
- участие в туристских соревнованиях.

Формы проведения занятий: групповые и индивидуальные. В программе отведены часы для участия в соревнованиях по туризму. В случае отсутствия возможности по каким-либо причинам принять участие в соревнованиях, часы реализуются в практических занятиях на местности.

Срок освоения программы рассчитан на три года: 1 год обучения – 144 часа; 2 год обучения – 216 часов; 3 год обучения – 216 часов.

Режим занятий.

Занятия с обучающимися первого года обучения проводятся по 2 часа два раза в неделю, с обучающимися второго и третьего года по 2 часа три раза в неделю; продолжительность учебных занятий по 45 минут с 10 минутным перерывом.

Длительность занятий на местности может составлять до 8 часов.

Цель: обучение навыкам и расширение знаний обучающихся в области туризма.

Задачи:

- образовательные –
- обучение основам туристской подготовки, элементам техники и тактики туризма;
- получение знаний по обеспечению безопасности при автономном (добровольное и вынужденное) существовании человека в природной среде
- обучение приемам оказания первой помощи при опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера,
- развивающие –
- совершенствование социализации детей, их способности вступать и строить социальные контакты;
- воспитательные -
- формирование мотивации на сохранение и укрепление своего здоровья, выработка умений и навыков здорового образа жизни;

Планируемые результаты:

- предметные –
- владение знаниями, умениями, навыками в области туристической подготовки, техники и тактики туризма;
- владение знаниями по обеспечению безопасности при автономном (добровольное и вынужденное) существовании человека в природной среде;
- владение знаниями о различных видах активного отдыха на природе и турпоходах, особенности подготовки к ним;
- владение навыками обеспечения личной безопасности во время активного отдыха на природе;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера, в том числе оказание первой помощи;
- участие в районных и республиканских соревнованиях.
- метапредметные -
- формирование умения строить социальные контакты на основе согласования позиций и учета интересов всех участников взаимодействия.
- личностные –
- формирование устойчивой мотивации на сохранение своего здоровья, стремление к ведению здорового образа жизни.

Учебный план

Курс (модуль, раздел)	Количество часов по годам обучения		
	1 год	2 год	3 год
Вводное занятие	2	2	2
Топография и ориентирование	28	26	
Основы туристической подготовки	36	36	20
Краеведение	6	6	20
Основы гигиены и первая помощь/ первая помощь при неотложных ситуациях	40	26	32
Туристическая техника		28	32
Туризм и самодеятельная песня		6	
Пейзажная и репортажная фото и видеосъемка		8	
Подготовка к летним походам		26	
Обеспечение выживания туристической группы			34
Аттестация	6	10	10
Итоговое занятие	2	2	2
Участие в соревнованиях и походах выходного дня	24	40	64
ИТОГО	144	216	216

Содержание программы

Учебно-тематический план 1 года обучения

№	Название разделы, темы	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
1	ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ	2	2		
2	ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ	28	12	16	Соревнования
2.1	Понятие о топографии и карте.	2	2		
2.2	План местности.	4	2	2	
2.3	Способы ориентирования.	4	2	2	
2.4	Условные знаки.	10	2	8	
2.5	Понятие о линейности и точности в топографических и спортивных картах.	6	2	4	
2.6	Оборудование контрольных пунктов. Понятие «Взятие контрольного пункта».	2	2		
3	ОСНОВЫ ТУРИСТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ.	36	20	16	Соревнования, полевой выход
3.1	История развития туризма.	2	2		
3.2	Личное и групповое туристическое снаряжение .	10	6	4	
3.3	Организация быта (дневное, ночное пребывание).	8	4	4	
3.4	Подготовка к походу, туристические должности.	4	2	2	
3.5	Организация питания в походе. Питание в походе.	4	2	2	
3.6	Техника безопасности в походе, преодоление различных препятствий на маршруте.	8	4	4	
4.	КРАЕВЕДЕНИЕ	6	4	2	Проект маршрута доклад
4.1	Родной край его история и природа	2	2		

4.2	Туристические возможности края.	2	1	1	
4.3	Изучение района путешествия.	2	1	1	
5	ОСНОВЫ ГИГИЕНЫ И ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ.	40	16	24	Соревнования практикум
5.1	Личная гигиена туриста.	10	8	2	
5.2	Походная аптечка.	4	2	2	
5.3	Правила пользования аптечкой и препаратами.	4	2	2	
5.4	Оказание первой помощи.	10	2	8	
5.5	Способы транспортировки пострадавшего.	12	2	10	
6	ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ.	6	2	4	Тест, практикум,
6.1	Промежуточная аттестация (тестирование).	2	2		Тестирование
6.2	Промежуточная аттестация (практикум на открытой местности).	4		4	Практикум
7	ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ.	2	2		
8	УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ И ПОХОДАХ ВЫХОДНОГО ДНЯ.	24		24	
8.1	Районные соревнования «Школа безопасности» в летний период.	4		4	
8.2	Поход, посвященный Всемирному дню Туризма.	6		6	
8.3	Подведение итогов соревнований, походов выходного дня.	2		2	
8.4	Участие в районном турслете.	4		4	
8.5	Соревнования по спортивному ориентированию.	4		4	
8.6	Районные соревнования «Школа безопасности» в зимний период.	4		4	
	ИТОГО	144	58	86	

Содержание учебно-тематического плана 1 года обучения

Стартовый уровень.

Раздел 1. Вводное занятие. Введение в программу

Тема 1.1 Вводное занятие. Введение в программу

Теория: Ознакомительная беседа: требования к организации учебно-воспитательного процесса в объединении, знакомство с программой, правилами внутреннего распорядка, Т/Б, ПДД, ППБ, роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе.

Раздел 2. Топография и ориентирование.

Тема 2.1 Понятие о топографии и карте.

Теория: Определение топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов. Масштаб. Виды масштаба.

Практика: Работа с картами разного масштаба.

Тема 2.2 План местности

Теория: История развития изображения земной поверхности, объекта. Изучение плана школы.

Практика: Вычерчивание плана местности.

Тема 2.3 Способы ориентирования.

Теория: Основные направления сторон горизонта (Север, Юг, Запад, Восток). Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутное кольцо. Определение азимута.

Практика: Определение сторон горизонта, азимут предмета.

Тема 2.4. Условные знаки

Теория: Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Рельеф. Способы изображения на карте. Типичные формы рельефа и изображения их на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практика: Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

Тема 2.5. Понятие о линейности и точности в топографических и спортивных картах.

Теория: Условные знаки обозначающие линейные объекты: дороги, реки, линии электропередач и т.д. условные знаки обозначающие точечные объекты на местности: родники, болота, здания и сооружения, мосты и т.д.

Практика: Распределение предложенного набора условных знаков по группам.

Тема 2.6. Оборудование контрольных пунктов. Понятие «Взятие контрольного пункта».

Теория: Оборудование контрольных пунктов. Оборудование контрольных пунктов. Работы с компостером контрольного пункта. Электронная отметка на контрольных пунктах при помощи системы бесконтактная система электронной отметки Sportident.

Раздел 3. Основы туристической подготовки.

Тема 3.1 История развития туризма.

Теория: Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России.

Тема 3.2 Личное и групповое туристическое снаряжение.

Теория: Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно и трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки, правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжения для зимних походов, типы лыж: как готовить личное снаряжение к походу. Групповое снаряжение,

требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Хозяйственный набор и оборудование для костра.

Практика: Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, его ремонт.

Тема 3.3. Организация быта (дневное, ночное пребывание).

Теория: Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф, местности, физические данные участников). Выбор места для привала, ночлега (бивака).

Основные требования к месту привала, бивака. Организация работы по развитию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды, туалетов, мусорной ямы.) Установка палаток. Уход за одеждой, обувью.

Практика: Определение мест пригодных для организации привалов и ночлегов развертывания и свертывания лагеря, разжигание костра.

Тема 3.4. Подготовка к походу, туристические должности.

Теория: Распределение обязанности в группе. Составление плана похода на изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные и другие учреждения. Получение сведений от людей, прошедших планируемый маршрут.

Практика: Составление плана подготовки одного трехдневного похода. Изучение маршрутов, похода. Составление плана - графика движения в 1-3 дневном походе. Распределение должностей для похода.

Тема 3.5 Организация питания в походе. Питание в походе.

Теория: Составление меню, списка продуктов, фасовка и упаковка продуктов, приготовление пищи на костре.

Практика: Составление меню и списка продуктов для 1-3 дневного похода. Закупка, фасовка упаковка, переноска продуктов. Соблюдение техники безопасности при хранении продуктов.

Тема 3.6. Техника безопасности в походе, преодоление различных препятствий на маршруте.

Теория: Правила движения на маршруте, туристский строй. Режим движения. Темп. Обязанности направляющих и замыкающих. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Техника безопасности. Дисциплина в походе и на занятиях основа безопасности. Правила поведения при переезде на транспортном средстве. Правило поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимодействие с местным населением.

Практика: Отработка техники и тактики преодоления препятствий, организация страховки и самостраховки.

Раздел 4. Краеведение.

Тема 4.1 Родной край его история и природа.

Теория: Климат, растительный и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление края, транспортные магистрали. Культура края, развитие культуры. Памятники истории, культуры. История своего населенного пункта.

Тема 4.2 Туристические возможности родного края.

Теория: Музеи. Наиболее интересные места для проведения похода и экскурсии. Краеведческие музеи при школах.

Практика: Посещение музея Сибирского тракта.

Тема 4.3 Изучение района путешествия.

Теория: Сбор краеведческого материала о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого путешествия. Подготовка докладов о районе путешествия.

Практика: Подготовка и заслушивание докладов.

Раздел 5. Основы гигиены и первая помощь.

Тема 5.1 Личная гигиена туриста.

Теория: Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиенические значения водных процедур, умывание, обтирание, парная баня, душ, купание. Сущность утренней гигиенической зарядки. Основы закаливания.

Практика: Разучивание комплекса гимнастических упражнений. Применение средств личной гигиены в походах. Подбор одежды, обуви для тренировок и походов.

Тема 5.2 Походная аптечка.

Теория: Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка препаратов: ампульных, таблеточных, порошковых. Состав аптечки для однодневных и многодневных походов. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства.

Практика: Формирование медицинской аптечки.

Тема 5.3 Правила пользования аптечкой и препаратами.

Теория: Основные правила оказания первой помощи и пользования медицинскими средствами.

Практика: Знание препаратов и их применение.

Тема 5.4 Оказание первой помощи.

Теория: Походные травматизмы. Заболевание в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по усвоению самоконтроля и гигиенических навыков. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания, укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевое отравление. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки. Обработка ран. Промывание желудка.

Практика: Способы обеззараживания питьевой воды. Условное оказание первой помощи при травмах.

Тема 5.5 Способы транспортировки пострадавшего.

Теория: Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с помощью палки, в рюкзаке, на веревке, на носилках, палках, волокушах. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной тяжести.

Практика: Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

Раздел 6. Промежуточная аттестация.

Тема 6.1, 6.2 Промежуточная аттестация.

Теория: Проверка теоретических знаний учащихся.(6.1)

Практика: Практический выход на открытую местность с самостоятельной организацией лагеря.(6.2)

Раздел 7. Итоговое занятие.

Тема 7.1 Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов занятий, участия в районных и Республиканских мероприятиях.

Раздел 8. Участие в соревнованиях и походах выходного дня.

Тема 8.1. Районные соревнования «Школа безопасности» в летний период.

Практика: участие в соревнованиях

Тема 8.2. Поход, посвященный Всемирному дню Туризма.

Практика: участие в походе

Тема 8.3. Подведение итогов соревнований, походов выходного дня.

Практика: беседа «Работа над ошибками»

Тема 8.4. Участие в районном турслете.

Практика: участие в турслете

Тема 8.5. Соревнования по спортивному ориентированию.

Практика: участие в соревнованиях

Тема 8.6. Районные соревнования «Школа безопасности» в зимний период.

Практика: участие в соревнованиях

Планируемые результаты 1 года обучения

Предметные:

Должны знать:

- правила пользования снаряжением;
- условные знаки;
- основы топографии;

Должны уметь:

- ориентироваться на местности по сторонам горизонта;
- преодолевать естественные препятствия;
- организовать бивак;
- уметь составлять и пользоваться походной аптечкой и лекарственными травами;

Метапредметные:

- природу своего края;
- знать историю и природу родного края;
- умение пользоваться картой;
- уметь соблюдать личную гигиену;

Личностные:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в природной среде
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни

Учебно-тематический план 2 года обучения

	Название раздела, темы.	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ	2	2		
2.	ОСНОВЫ ТУРИСТСКОЙ ПОДГОТОВКИ	36	13	23	Соревнования, полевой выход
2.1.	Туристские путешествия	2	2		
2.2.	Личное и групповое туристское снаряжение.	6	1	5	
2.3.	Организация туристского быта. Привалы, ночлеги.	10	4	6	
2.4.	Питание в походе.	6	2	4	
2.5.	Техника и тактика в туристском походе.	8	2	6	
2.6.	ТБ в походе.	4	2	2	
3.	ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ	26	10	16	Соревнования
3.1	Топографическая и спортивная карта	2	2		
3.2.	Компас, работа с компасом.	4	2	2	
3.3.	Измерение расстояния	10	2	8	
3.4.	Способы ориентирования.	10	4	6	
4.	КРАЕВЕДЕНИЕ	6	2	4	Реферат
4.1.	Туристические возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов, музеев.	4	1	3	
4.2.	Общественно полезная работа в путешествиях.	2	1	1	
5.	ОСНОВЫ ГИГИЕНЫ И ПЕРВОЙ ПОМОЩИ	26	11	15	Соревнования, полевой выход
5.1.	Личная гигиена туриста,	6	2	4	

	профилактика заболеваний.				
5.2.	Походная медицинская аптечка. Использование лекарственных растений.	4	2	2	
5.3.	Основные приемы оказания первой помощи.	4	6	8	
5.4	Понятия о реанимации. Основные приемы реанимации.	2	1	1	
5.5	Понятие о неотложных ситуациях.	2	1	1	
5.6	Приемы оказания первой помощи при различных травмах.	10	4	6	
5.7	Способы транспортировки пострадавшего.	2	1	1	
6.	ТУРИСТИЧЕСКАЯ ТЕХНИКА	28	14	14	Соревнования
6.1.	Виды возможных препятствий на маршрутах.	2	1	1	
6.2.	Способы организации страховки и сопровождения первого участника.	10	5	5	
6.3.	Наведение и снятие перил.	2	1	1	
6.4.	Организация командной страховки.	10	5	5	
6.5.	Обеспечение безопасного преодоления склонов различного характера.	2	1	1	
6.6.	Обеспечение безопасного преодоления водных препятствий.	2	1	1	
7.	ТУРИЗМ И САМОДЕЯТЕЛЬНАЯ ПЕСНЯ	6	2	4	
7.1.	Понятие самодеятельная песня. Известные российские барды.	2	2		
7.2.	Разучивание 5-10 туристских песен.	4		4	
8.	ПЕЙЗАЖНАЯ И РЕПОРТАЖНАЯ ФОТО И ВИДЕОСЪЕМКА	8	3	5	Творческая работа
8.1.	Панорамная и пейзажная	4	2	2	

	фотография. Видеосъемка.				
8.2.	Программы для компьютерной обработки изображения.	4	1	3	
9.	ПОДГОТОВКА К ЛЕТНИМ ПОХОДАМ.	26	6	20	
9.1	Разработка маршрута	6	2	4	
9.2	Составление паспорта маршрута.	6	2	4	
9.3	Порядок подбора участников группы.	6	2	4	
9.4	Подбор снаряжения для похода.	6		6	
9.5	Оформление маршрутных документов для прохождения маршрута.	2		2	
10.	ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ	10	2	8	Тест, практикум
10.1	Промежуточная аттестация, тестирование	2	2		
10.2	Промежуточная аттестация, полевой выход	8		8	
11.	ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ	2	2		
12.	УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ И ПОХОДАХ ВЫХОДНОГО ДНЯ.	40		40	
12.1	Участие в районном турслете	4		4	
12.2	Поход посвященный Всемирному дню Туризма.	6		6	
12.3	Подведение итогов соревнований, походов выходного дня	2		2	
12.4	Участие в Республиканском фестивале оздоровительного туризма «Удмуртская кругосветка».	8		8	
12.5	Участие в районных соревнованиях «Школа безопасности».	4		4	
12.6	Соревнования по технике туризма.	6		6	
12.7	Участие в районных соревнованиях «Школа	4		4	

	безопасности» в зимний период.				
12.8	Поход выходного дня	6		6	
	ИТОГО	216	67	149	

Содержание программы 2 года обучения.

Базовый уровень.

Раздел 1. Вводное занятие.

Тема 1.1 Вводное занятие.

Теория: беседа: повторение требований к организации учебно-воспитательного процесса в объединении, правил внутреннего распорядка, Т/Б, ПДД, ППБ; план 2 года обучения.

Раздел 2. Основы туристической подготовки.

Тема 2.1 Туристические путешествия.

Теория: Влияние государства и различных общественных организаций в различные периоды на развитие туризма. Современная организация туризма в стране. История развития детского - юношеского туризма в стране и районе. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, велосипедный. спелеотуризм. Характеристика каждого вида туризма. Самодетельный туризм, экскурсионный, международный.

Тема 2.2 Личное и групповое туристское снаряжение.

Теория: Требования к туристическому снаряжению: прочность, легкость, безопасность, эксплуатации, удобство в использовании, гигиеничность, эстетичность. Групповое и личное снаряжение туриста. Подготовка личного и группового снаряжения туриста с учетом сезона, условий похода. Костровые принадлежности, кухонное оборудование. Ремонтный набор. Специальное туристическое снаряжение.

Практика: Комплектация личного и общего снаряжения. Подготовка личного снаряжения. Изготовление, усовершенствование и ремонт снаряжения.

Тема 2.3 Организация туристического быта. Привалы, ночлеги.

Теория: Требования к месту бивака:

- жизнеобеспечение
- безопасность
- комфортность.

Организация бивака в безлесной зоне, в горах, установка палатки в разных условиях. Типы костров их названия. Хранение продуктов, оборудование места для питания, мытья посуды. Правила работы дежурных.

Практика: Выбор места бивака. Самостоятельная работа по разворачиванию и сворачиванию лагеря. Установка палаток в различных условиях. Заготовка дров.

Тема 2.4 Питание в походе.

Теория: Значение, режим и особенности питания в многодневном походе. Калорийность, вес и нормы дневного рациона. Способы уменьшения веса дневного рациона. Использование сухих и сублимированных продуктов. Составление меню, списка продуктов, на день, па весь поход. Фасовка и упаковка продуктов.

Практика: Составление меню из списка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Тема 2.5 Техника и тактика в туристическом походе.

Теория: Понятие тактики.

- планирование маршрута
- план-график
- линейные, кольцевые маршруты
- радиальные выходы

Изучение сложных участков маршрута. Способы их преодоления. Характеристика естественных препятствий: реки, болота. Техника движения в различных условиях. Использование страховки и самостраховки.

Практика: Отработка техники движения, преодоление препятствий.

Тема 2.6 Техника безопасности в походе.

Теория: Обеспечение безопасности в походе и на тренировочных занятиях.

Система обеспечения безопасности в туризме. Основные требования безопасности. Субъективные и объективные опасности. Обязательное выполнение требования МКК и поисково-спасательной службы.

Практика: Разбор причин возникновения аварийных и экстремальных ситуаций в походах.

Раздел 3. Топография и ориентирование.

Тема 3.1 Топографическая и спортивная карта.

Теория: Виды топографических карт и основные сведения о них. Условные знаки. Спортивная карта ее назначение, отличие от топографической. Условные знаки спортивных карт, виды спортивных карт: масштабные, все масштабные, линейные и площадные. Изображение рельефа на картах. Влияние рельефа на пути движения.

Тема 3.2 Компас, работа с компасом.

Теория: Ориентирование с помощью карты и компаса.

Азимут, снятие азимута с карты. Движение по азимуту. Взятие азимута по карте.

Практика: Упражнения с компасами и картами местности, определение азимута.

Тема 3.3 Измерение расстояния.

Теория: Способы измерения расстояний на карте, местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, нитки. Измерение среднего шага. Тренировки глазомера. Определение расстояния до недоступного объекта.

Практика: Измерение длины шага, количество шагов и переводить их в метры.

Упражнения по формулам.

Тема 3.4 Способы ориентирования.

Теория: Ориентирование в походе с помощью карты не дающей полной информации о местности, определение своего местонахождения. Движение по легенде. Особенности ориентирования в различных условиях.

Практика: Упражнения по определению своего местонахождения. Участие в соревнованиях по ориентированию.

Раздел 4. Краеведение.

Тема 4.1. Туристические возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов, музеев.

Теория: Территория, границы родного края. Рельеф. Гидрография. Растительность. Климат.

Развитие промышленности, сельского хозяйства, транспорта. Характеристика поселения.

История края. Памятные события. Значение земли. Экскурсионные объекты края.

История населенного пункта. Экскурсии, посещение объектов. Работа со справочным материалом.

Практика: посещение музея

Тема 4.2. Общественно полезная работа в путешествии.

Теория: Охрана природы, памятников культуры. Деятельность по охране природы в условиях похода.

Практика: Общественно полезная работа в походе.

Раздел 5. Основы гигиены и первой помощи.

Тема 5.1. Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний.

Теория: Личная гигиена при занятии туризмом, значение водных процедур. Гигиена одежды, обуви. Роль закаливания. Вредные привычки.

Практика: Подбор одежды обуви для тренировок и похода. Средства личной гигиены.

Тема 5.2. Походная медицинская аптечка. Использование лекарственных растений.

Теория: Состав аптечки. Показания и противопоказание лекарственных средств их дозировка, хранение и ее транспортировка. Знакомство с лекарственными растениями.

Практика: Формирование походной аптечки. Игра «Лекарственные растения»

Тема 5.3. Основные приемы оказания первой помощи.

Теория: Заболевания и травмы, их предупреждение, отравления, укусы насекомых, ПП при ожогах, обмороках, вывихах, ушибах. Реанимация. Оказание помощи пострадавшим.

Практика: решение кейсов

Тема 5.4 Понятие о реанимации. Основные приемы реанимации.

Теория: Причины проведения реанимации, правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.

Практика: отработка навыков в форме взаимообучения (работа в парах)

Тема 5.5 Понятие о неотложных ситуациях.

Теория: Понятие неотложные ситуации. Причины их возникновения. Факторы вызывающие неотложные ситуации.

Практика: решение кейсов

Тема 5.6 Приемы оказания первой помощи при различных травмах.

Теория: Понятие травма. Последствия возникновения травм. Меры по снижению последствий возникновения травм. Алгоритм оказания первой помощи при различных травмах.

Практика: отработка навыков в ролевых и ситуационных играх

Тема 5.7 Способы транспортировки пострадавшего.

Теория: Иммобилизация пострадавшего подручными средствами. Положение при транспортировке. Способы транспортировки.

Практика: Условный пострадавший, и его транспортировка.

Раздел 6. Туристическая техника.

Тема 6.1. Виды возможных препятствий на маршрутах.

Теория: Виды препятствий. Классификация и категорирование препятствий.

Практика: составление схемы-таблицы по классификации препятствий и способов их преодоления

Тема 6.2. Способы организации страховки и сопровождения первого участника.

Теория: Снаряжение необходимое для страховки и сопровождения первого участника. Понятие сопровождение и страховка. Основные приемы и способы сопровождения и страховки первого участника.

Практика: отработка навыков организации страховки на практике

Тема 6.3. Наведение и снятие перил.

Теория: Понятие перила. Требования к перилам. Способы крепления, натяжки и снятия перил.

Практика: отработка навыка наведения и снятия перил

Тема 6.4. Организация командной страховки.

Теория: Понятие командной страховки, виды командной страховки. Приемы и способы организации командной страховки.

Практика: отработка навыков организации командной страховки

Тема 6.5. Обеспечение безопасного преодоления склонов различного характера.

Теория: Способы преодоления склонов. Понятие траверс склона. Требования безопасности при прохождении склонов различной крутизны.

Приемы прохождения крутых склонов.

Практика: отработка навыка преодоления склонов

Тема 6.6. Обеспечение безопасного преодоления водных препятствий.

Теория: Виды, способы и приемы преодоления водных препятствий. Обеспечение безопасности при преодолении водных препятствий. Переправа вброд. Переправа по перилам. Переправа вплавь на рюкзаке. Переправа с шестом.

Практика: отработка умения преодоления водных препятствий

Раздел 7. Туризм и самодеятельная песня.

Тема 7.1. Понятие самодеятельная песня. Известные российские барды.

Теория: История возникновения и расцвета бардовской песни. Известные барды страны.

Тема 7.2. Разучивание 5-10 туристских песен.

Практика: Разучивание бардовских песен, подготовка к вечеру туристской песни. «Перевал», «Осенние дожди», «Высоте», «С рюкзаками на плечах», «Песня о туристах» и т.д.

Раздел 8. Пейзажная и репортажная фото и видеосъемки

Тема 8.1. Панорамная и пейзажная фотография. Видеосъемка.

Теория: Понятие о панорамной и пейзажной фотосъемки. Основные правила панорамной съемки. Понятие о пейзажной съемке. Выбор расположения фотокамеры при пейзажной съемке.

Принцип видеосъемки.

Практика: отработка теории на практике с использованием специальной аппаратуры – фотоаппарат, видеокамера (при возможности) и гаджетов – смартфон, планшет

Тема 8.2. Программы для компьютерной обработки изображения.

Теория: Знакомство с программами для обработки изображений и монтирования видео и слайд фильмов.

Практика: монтаж видео, фото

Раздел 9. Подготовка к летним походам

Тема 9.1 Разработка маршрута

Теория: Цели и задачи похода. Достопримечательности: природные и культурные. Продолжительность похода.

Практика: Разработка маршрута похода (работа в подгруппах). Презентация своего маршрута в группе. Выбор маршрута летнего похода.

Тема 9.2 Составление паспорта маршрута

Теория: Маршрутная книжка. Оформление маршрутной книжки

Практика: Составление паспорта маршрута

Тема 9.3 Порядок подбора участников группы

Теория: Физиологические особенности, психические особенности личности, влияющие на поведение человека в походе

Практика: Распределение должностей и обязанностей в группе в соответствии с психическими, физиологическими особенностями, интересами участников группы

Тема 9.4 Подбор снаряжения для похода

Практика: Подбор снаряжения для похода в соответствии с маршрутом и имеющимися препятствиями, категории сложности похода

Тема 9.5 Оформление маршрутных документов для прохождения маршрута

Практика: Оформление необходимых документов для прохождения маршрута

Раздел 10. Промежуточная аттестация.

Тема 10.1, 10.2 Промежуточная аттестация

Теория: Проверка теоретических знаний учащихся (10.1)

Практика: Практический выход на открытую местность с самостоятельной организацией лагеря (10.2)

Раздел 11. Итоговое занятие.

Тема 11.1 Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов занятий, участия в районных и Республиканских мероприятиях.

Раздел 12. Участие в соревнованиях и походах выходного дня.

Тема 12.1. Участие в районном турслете.

Практика: участие в турслете

Тема 12.2. Поход, посвященный Всемирному дню Туризма.

Практика: участие в походе

Тема 12.3. Подведение итогов соревнований, походов выходного дня.

Практика: беседа «Работа над ошибками»

Тема 12.4 Участие в Республиканском фестивале оздоровительного туризма

Удмуртская кругосветка»

Практика: участие в фестивале

Тема 12.5 Районные соревнования «Школа безопасности» в летний период

Практика: участие в соревнованиях

Тема 12.6 Соревнования по технике туризма.

Практика: участие в соревнованиях

Тема 12.7 Районные соревнования «Школа безопасности» в зимний период.

Практика: участие в соревнованиях

Тема 12.8 Поход выходного дня

Практика: участие в походе

Планируемый результат 2 года обучения

Предметные:

Должны знать:

- Виды специального снаряжением;
- Сложные (цифровые) условные знаки;

Должны уметь:

- Применять на практике специальное снаряжение при преодолении естественных препятствий;
- планировать маршрут перехода при проведении походов;

Метапредметные:

- умение добывать огонь различными способами и пользоваться различными видами костров для конкретной цели;
- уметь оказывать приемы реанимационных приемов;

Личностные:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в природной среде
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни

Учебно-тематический план 3 года обучения

№	Название Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ЛЕТА	2	2		
2	ОСНОВЫ ТУРИСТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ	20	10	10	Опрос
2.1	Видовые различия в туризме. Разрядные нормативы спортивного туризма	10	5	5	
2.2	Обеспечение безопасности в походах и при проведении туристских мероприятий	10	5	5	
3	КРАЕВЕДЕНИЕ	20	5	15	Викторина
3.1	География Удмуртской Республики.	2	1	1	
3.2	Охрана природы, экологические проблемы Республики.	4	1	3	
3.3.	Основные этапы исследовательской работы	8	2	6	
3.4.	Самопрезентация	6	1	5	
4.	ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НЕОТЛОЖНЫХ СИТУАЦИЯХ	32	8	24	Практикум
4.1	Понятия о реанимации. Основные приемы реанимации.	4	1	3	
4.2	Понятие о неотложных ситуациях.	4	1	3	
4.3	Приемы первой помощи при переломах.	4	1	3	
4.4.	Первая помощь при ранениях.	4	1	3	
4.5.	Первая помощь при отравлениях.	4	1	3	
4.6.	Первая помощь при ожогах и обморожениях.	4	1	3	
4.7.	Первая помощь при вывихах и растяжениях	4	1	3	
4.8.	Первая помощь при аллергических реакциях	4	1	3	
5	ТУРИСТСКАЯ ТЕХНИКА	32	8	24	Участие в соревнованиях
5.1	Элементы поисковых работ	6	2	4	
5.2	Элементы спасательных работ	20	4	16	

5.3	Работа с пострадавшим на различных этапах.	6	2	4	
6.	ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВЫЖИВАЕМОСТИ ТУРИСТИЧЕСКОЙ ГРУППЫ	34	13	21	Опрос
6.1	Виды и особенности портативных средств связи	6	3	3	
6.2	Диапазоны частот	10	5	5	
6.3	Работа с портативными средствами связи	10	3	7	
6.4	Спец средства сигнализации. Сигнальные ракеты, фальшфейеры, дымовые шашки.	8	3	5	
7.	ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ	10	2	8	Тестирование, практикум
7.1	Итоговая аттестация (тестирование)	2	2		
7.2	Итоговая аттестация (практикум на открытой местности)	8		8	
8.	ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ	2	2		
9.	УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ И ПОХОДАХ ВЫХОДНОГО ДНЯ.	64		64	
9.1	Районные соревнования «Школа безопасности»	4		4	
9.2	Участие в Республиканском Фестивале оздоровительного туризма «Удмуртская кругосветка»	8		8	
9.3	Районные соревнования по спортивному ориентированию	4		4	
9.4	Трехдневный учебно-тренировочный поход	8		8	
9.5	Трехдневный учебно-тренировочный поход	8		8	
9.6	Трехдневный учебно-тренировочный поход	8		8	
9.7	Соревнования по технике туризма	4		4	
9.8	Районные соревнования «Школа безопасности» в зимний период.	4		4	
9.9	Поход выходного дня	8		8	

9.10	Всероссийские массовые соревнования по спортивному ориентированию «Российский азимут»	8		8	
	ИТОГО	216	52	164	

Содержание программы 3 года обучения

Базовый уровень.

Раздел 1. Вводное занятие.

Тема 1.1 Вводное занятие.

Теория: беседа: повторение требований к организации учебно-воспитательного процесса в объединении, правил внутреннего распорядка, Т/Б, ПДД, ППБ; план 3 года обучения.

Раздел 2. Основы туристской подготовки.

Тема 2.1. Видовые различия в туризме. Разрядные нормативы спортивного туризма.

Теория: Основные виды туризма. Виды регламента по видам и дисциплинам туризма. Нормативы необходимые для выполнения разрядных требований.

Практика: заполнение таблицы «Плюсы и минусы различных видов туризма, необходимое снаряжение

Тема 2.2. Обеспечение безопасности в походах и при проведении туристских мероприятий

Теория: Техника безопасности для участников и судей при проведении различных туристских мероприятий.

Практика: Решение ситуационных задач

Раздел 3. Краеведение.

Тема 3.1. География Удмуртской Республики.

Теория: Физическая, экономическая география Удмуртской Республики. Города, районы республики

Практика: Ярмарка «необычных», интересных объектов на территории республики

Тема 3.2. Охрана природы, экологические проблемы Республики.

Теория: Понятие об охране природы. Основные принципы природоохраны. Растения и животные занесенные в красную книгу. Экологические проблемы в Республике, их причины и последствия.

Практика: Акция «Зеленый дом» - поиск и реализация помощи природному объекту

Тема 3.3. Основные этапы исследовательской работы.

Теория: Постановка исследовательской проблемы. Формулировка целей и задач исследовательской работы. Подбор материала для исследовательской работы. Оформление исследовательской работы.

Практика: проведение мини-исследования и его оформление (работа по подгруппам)

Тема 3.4. Самопрезентация.

Теория: Составляющие самопрезентации. Средства самопрезентации. Стратегии и тактики самопрезентации.

Практика: Презентация исследовательских работ

Раздел 4. Первая помощь при неотложных ситуациях.

Тема: 4.1. Понятия о реанимации. Основные приемы реанимации.

Теория: Реанимационные мероприятия. Искусственная вентиляция легких, не прямой массаж сердца.

Практика: практикум по выполнению реанимационных мероприятий

Тема 4.2. Понятие о неотложных ситуациях.

Теория: Понятие о неотложных ситуациях. Первая помощь при неотложных ситуациях не связанных с реанимацией.

Практика: Решение кейсов

Тема 4.3. Приемы первой помощи при переломах.

Теория: Понятие перелом. Виды переломов. Первая помощь при переломах.

Практика: отработка навыков оказания ПП при переломах в форме взаимобучения.

Тема 4.4. Первая помощь при ранениях.

Теория: Понятие о ранах. Виды ран. Первая помощь при различных ранах.

Практика: Отработка навыков оказания ПП при ранениях (работа в подгруппах, парах)

Тема 4.5. Первая помощь при отравлениях.

Теория: Причины отравления. Первая помощь при различных отравлениях.

Практика: Отработка навыков ПП при отравлениях (работа в подгруппах, парах)

Тема 4.6. Первая помощь при ожогах и обморожениях.

Теория: Понятие ожог и обморожение, их виды. Первая помощь при различных степенях ожога и обморожении.

Практика: Отработка навыков ПП при ожогах и обморожениях (работа в подгруппах)

Тема 4.7. Первая помощь при вывихах и растяжениях.

Теория: Понятие вывихи, растяжения. Первая помощь при вывихах и растяжениях.

Практика: Отработка навыков ПП при вывихах и растяжениях (работа в подгруппах)

Тема 4.8 Первая помощь при аллергических реакциях.

Теория: Понятия об аллергических реакциях, их причины. Способы снижения аллергических реакций.

Практика: Отработка навыков ПП при аллергических реакциях (работа в подгруппах)

Раздел 5. Туристская техника

Тема 5.1. Элементы поисковых работ

Теория: Принципы поисковых работ в различных климатических условиях.

Техника безопасности при проведении поисковых работ при опасности схода лавин.

Оборудование и средства для проведения спасательных работ при сходе лавин.

Практика: решение ситуационных задач

Тема 5.2. Элементы спасательных работ.

Теория: Обеспечение безопасности при проведении спасательных работ в различных условиях. Приспособления и оборудование для проведения спасательных работ.

Практика: решение ситуационных задач

Тема 5.3. Работа с пострадавшим на различных этапах.

Теория: Порядок обеспечения безопасности пострадавшего. Правила и порядок транспортировки пострадавшего. Способы иммобилизации пострадавшего.

Практика: Отработка иммобилизации и транспортировки пострадавшего условного пострадавшего

Раздел 6. Обеспечение выживаемости туристической группы.

Тема 6.1. Виды и особенности портативных средств связи.

Теория: Ознакомление с видами портативных средств связи. Плюсы и минусы различных видов средств связи. Правовые аспекты использования портативных средств связи. Законодательство РФ в области связи и коммуникации.

Практика: разглядывание различных видов портативных средств связи, их особенностей

Тема 6.2 Диапазоны частот.

Теория: Виды LPD и PVR диапазоны частот связи. Регистрация пользователя на частоте. Правила регистрации новых пользователей портативных средств связи. Личный позывной и порядок получения лицензии.

Практика: Настройка частоты пользователя.

Тема 6.3. Работа с портативными средствами связи.

Теория: Основные правила пользования портативными средствами связи. Поиск занятых каналов и сканирование каналов. Правила вызова других пользователей. «Этикет пользователя».

Практика: работа с портативными средствами связи

Тема 6.4 Спецсредства сигнализации. Сигнальные ракеты, фальшфейеры, дымовые шашки.

Теория: Виды средств экстренной сигнализации. Ракетницы и дымовые шашки. Меры безопасности при пользовании сигнальными средствами. Цветовая характеристика спецсредств. Фальшфейер. Его назначение. Правила безопасности при пользовании фальшфейером.

Практика: изучение спецсредств сигнализации, инструкций по их использованию

Раздел 7. Промежуточная аттестация.

Тема 7.1, 7.2 Промежуточная аттестация

Теория: Проверка теоретических знаний учащихся (10.1)

Практика: Практический выход на открытую местность с самостоятельной организацией лагеря (10.2)

Раздел 8. Итоговое занятие.

Тема 8.1 Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов реализации программы.

Раздел 9. Участие в соревнованиях и походах выходного дня.

Тема 9.1 Районные соревнования «Школа безопасности» в летний период

Практика: участие в соревнованиях

Тема 9.2 Участие в Республиканском фестивале оздоровительного туризма

Удмуртская кругосветка»

Практика: участие в фестивале

Тема 9.3 Районные соревнования по спортивному ориентированию

Практика: участие в соревнованиях

Тема 9.4 Трехдневный учебно-тренировочный поход

Практика: участие в походе

Тема 9.5 Трехдневный учебно-тренировочный поход

Практика: участие в походе

Тема 9.6 Трехдневный учебно-тренировочный поход

Практика: участие в походе

Тема 9.7 Соревнования по технике туризма.

Практика: участие в соревнованиях

Тема 9.8 Районные соревнования «Школа безопасности» в зимний период.

Теория: условия участия в соревнованиях

Практика: участие в соревнованиях

Тема 9.9 Поход выходного дня

Теория: повтор материала при подготовке к походам

Практика: участие в походе

Тема 9.10 Всероссийские массовые соревнования по спортивному ориентированию «Российский азимут»

Практика: участие в соревнованиях

Планируемые результаты 3 года обучения:

Предметные:

Должны знать:

- правила пользования снаряжением;
- условные знаки;
- основы топографии;
- природу своего края;

Должны уметь:

- ориентироваться на местности по сторонам горизонта;
- преодолевать естественные препятствия;
- организовывать сопровождение, страховку и самостраховку;
- организовать бивак;
- подавать сигналы бедствия;

Метапредметные:

- Умение пользоваться картой;
- Знать историю и природу родного края;
- Соблюдать личную гигиену;
- Уметь оказывать первую помощь при неотложных ситуациях;
- Знать способы подачи сигналов бедствия;

Личностные:

- Коммуникативные;
- Повышение самооценки;

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график:

Месяц	Недели обучения	Занятия/ из них контрольные/ каникулярный период		
		1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
1 – е полугодие				
Сентябрь - декабрь	1	У	У	У
	2	У	У	У
	3	У	У	У
	4	У	У	У
	5	У	У	У
	6	У	У	У
	7	У	У	У
	8	У	У	У
	9	У	У	У
	10	У	У	У
	11	У	У	У
	12	У	У	У
	13	У	У	У
	14	У	У	У
	15	У	У	У
	16	У	У	У
	17	У	У	У
2 – е полугодие				
Январь - май	18	К	К	К
	19	К	К	К
	20	У	У	У
	21	У	У	У
	22	У	У	У
	23	У	У	У
	24	У	У	У
	25	У	У	У
	26	У	У	У
	27	У	У	У
	27	У	У	У
	28	У	У	У
	29	У	У	У
	30	У	У	У
	31	У	У	У
	32	У	У	У
	33	У	У	У
	34	У	У	У
	35	У	Ат	Аи
	36	Ат	Ат	Аи
	37	Ат, У	Ат, У	Аи, У
38	К	К	К	
Июнь-август	39-52	К	К	К

Количество учебных недель	36	36	36
Количество занятий в неделю	2	3	3
Количество академических часов	4	6	6
Всего часов по программе	144	216	216

Условия реализации программы

Материально техническое обеспечение: Для аудиторных занятий необходим кабинет, оборудованный столами и стульями по количеству обучающихся. Практические занятия проводятся на пришкольной территории и открытой местности. Для практических занятий необходимо следующее оборудование:

- Палатки – с учетом количества участников и вместимости палатки.
- Системы страховочные – по количеству обучающихся (8-15 шт.).
- Карабины – 23 шт.
- Зажимы типа «Жумар» - 10 шт.
- Рюкзаки – по количеству обучающихся (8-15 шт)
- Коврики – по количеству обучающихся (8-15 шт.)
- Спальники – по количеству обучающихся (8-15 шт.)

Информационное обеспечение. Для наглядного изучения технических приемов создана база видео и фотоматериалов:

1. Презентация «Виды зимних укрытий»;
2. Видеоролик «Выбираем правильно спальник и пенку»;
3. Видеоролик «Дюльфер. Аварийный спуск»;
4. Видеоролик «Жумар. Подъем по веревке»;
5. Видеоролик «Городской альпинизм. Урок №2»;
6. Видеоролик «Первая помощь при несчастных случаях»;
7. Видеоролик «Первая помощь при ожогах»;
8. Видеоролик «Первая помощь при ожогах №2»;
9. Видеоролик «Первая помощь при переломах, ушибах, растяжениях и вывихах»;
10. Видеоролик «Первая медицинская помощь при травмах»;
11. Видеоролик «Переправа через реку. Полиспас»;
12. Видеоролик «Подъем по веревке без снаряжения. Работа с веревкой»;
13. Презентация «Преодоление этапа «Переправа по бревну»»;
14. Видеоролик «Сброс рюкзака. Тактические фишки»;
15. Видеоролик «Спуск по веревке. Спортивный спуск»;
16. Видеоролик «Узел для носилок»;
17. Видеоролик. «Узлы. Булинь одной рукой»;
18. Видеоролик «Уроки выживания в лесу»;
19. Презентация «Различные виды узлов».

Кадровое обеспечение.

Педагог, имеющий удостоверение инструктора детско-юношеского туризма (прошедший обучение по программе «Инструктор детско-юношеского туризма»), либо имеющий опыт участия в походах и соревнованиях по туризму.

Также в процессе реализации программы в качестве консультантов могут быть привлечены следующие специалисты:

- Педагог - психолог;
- Педагог дополнительного образования по обучению игры на гитаре.

Формы аттестации/ контроля

Промежуточная аттестация проводится по итогам учебного года.

Итоговая аттестация – по окончании программы.

Формой промежуточной и итоговой аттестации является тестирование (Приложение 1) - теоретическая часть и полевой выход - практическая часть.

Для оценки качества знаний, умений и навыков обучающихся по разделам программы проводится различного рода контрольно-проверочные мероприятия (Приложение №2)

Также уровень технического мастерства, практических навыков проверяется на районных соревнованиях, во время полевых выходов.

По итогам полевых выходов, участия в соревнованиях организуется обсуждение результатов, где активная роль принадлежит участникам мероприятий.

Для оценки удовлетворенности качеством программы разработана анкета для обучающихся (приложение №3).

Оценочные материалы.

Оценка знаний теоретической части промежуточной и итоговой аттестации проводится по системе зачет/незачет, где из 10 вопросов для получения зачета необходимо набрать 8 баллов (1 балл за правильный ответ).

Для оценки практической части промежуточной и итоговой аттестации используются следующие критерии:

Критерии	Уровни		
	Низкий (1 балл)	Средний (2 балла)	Высокий (3 балла)
Основы туристической подготовки			
Умение аккуратно обращаться с личным и групповым снаряжением (Аи)	Не справился с выполнением задачи без участия педагога	Потребовалась подсказка со стороны педагога	Справился самостоятельно
Умение правильно выбирать место для установки бивака (Ат1, Ат2, Аи)			
Умение приготовить полноценное питание в полевых условиях (Ат2, Аи)			
Умение безопасно и организованно преодолевать естественные препятствия (Аи2, Аи)			
Топография и ориентирование			
Умение пользоваться картой и компасом (Ат1, Ат2, Аи)	Не справился с выполнением задачи без участия педагога	Потребовалась подсказка со стороны педагога	Справился самостоятельно
Умение ориентироваться по местным признакам Ат1, Ат2, Аи)			
Краеведение			
Умение общаться с местным населением (Ат1, Ат2, Аи)	Не справился с выполнением задачи без участия педагога	Потребовалась подсказка со стороны педагога	Справился самостоятельно
Умение определять растения на предмет безопасности (Ат1, Ат2, Аи)			
Основы гигиены и первая помощь			

Строгое выполнение правил личной гигиены (Ат1, Ат2, Аи)	Не справился с выполнением задачи без участия педагога	Потребовалась подсказка со стороны педагога	Справился самостоятельно
Умение составлять личную и групповую аптечку (Ат2, Аи)			
Туристическая техника			
Умение определять класс сложности препятствий (Ат2, Аи)	Не справился с выполнением задачи без участия педагога	Потребовалась подсказка со стороны педагога	Справился самостоятельно
Умение рассчитывать необходимое специальное снаряжение для преодоления препятствий на маршруте (Аи)			
Умение применять способы и правила организации страховки и само страховки при работе по преодолению препятствий (Аи)			

Результаты практической части аттестации фиксируются в протоколе в соответствии с критериями по каждому обучающемуся. Низкий уровень – менее 25% от максимально возможного количества баллов, средний – от 25 до 75% от максимально возможного количества баллов; высокий – более 75% от максимально возможного количества баллов.

Методическое обеспечение программы

№	Название раздела, темы	Методы обучения	Формы организации учебного занятия	Педагогические технологии	Дидактические материалы
1 год обучения					
1	ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ	Словесный	Дискуссия	Технология коллективного взаимодействия	
2	ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ				
2.1	Понятие о топографии и карте.	Словесный, наглядный, практический	Беседа, практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Карты
2.1	План местности.	Словесный, наглядный, практический	Беседа, практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Карты
2.3	Способы ориентирования.	Словесный, практический, игровой	Практическое занятие	Технология игровой деятельности	
2.4	Условные знаки.	Словесный, наглядный, практический, игровой	Игра	Технология игровой деятельности	Топографические знаки
2.5	Понятие о линейности и точности топографических и спортивных картах.	Словесный, наглядный, игровой	Игра	Технология игровой деятельности	Карты, топографические знаки
2.6	Оборудование контрольных пунктов. Понятие «Взятие контрольного пункта».	Словесный, практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	
3	ОСНОВЫ ТУРИСТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ.				
3.1	История развития туризма.	Словесный	Беседа	Коммуникативная технология обучения	Презентация «Русские путешественники»
3.2	Личное и групповое	Наглядный,	Практическое	Технология	Видеороли

	туристическое снаряжение	практически й	е занятие	коллективно го взаимообуче ния	к «Выбирае м правильно спальник и пенку», туристичес кое снаряжени е
3.3	Организация быта (дневное, ночное пребывание).	Практическ ий, проблемный	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	
3.4	Подготовка к походу, туристические должности.	Практическ ий, словесный	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Карты местности походов
3.5	Организация питания в походе. Питание в походе.	Словесный, практически й, проблемный	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Продукты питания, используе мые в походе
3.6	Техника безопасности в походе, преодоление различных препятствий на маршруте.	Практическ ий. словесный	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	
4	КРАЕВЕДЕНИЕ				
4.1	Родной край его история и природа	Словесный, наглядный	Беседа	Коммуникат ивная технология обучения	Карта Дебесского района
4.2	Туристические возможности края.	Объяснител ьно- иллюстрати ный	Экскурсия	Коммуникат ивная технология обучения	
4.3	Изучение района путешествия.	Исследовате льский	Защита докладов	Технология коллективно го взаимообуче ния	Компьюте р, проектор, презентации обучающи хся
5	ОСНОВЫ ГИГИЕНЫ И ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ.				
5.1	Личная гигиена туриста.	Словесный, объснительн о- иллюстрати	Беседа	Технология коллективно го взаимообуче	

		вный		ния	
5.2	Походная аптечка.	Словесный	Дискуссия	Технология коллективного взаимодействия	Препараты для походной аптечки
5.3	Правила пользования аптечкой и препаратами.	Игровой	Игра	Технология игровой деятельности	Препараты для походной аптечки
5.4	Оказание первой помощи.	Словесный, исследовательский	Лабораторное занятие	Технология исследовательской деятельности	Оборудование и препараты для обеззараживания питьевой воды
5.5	Способы транспортировки пострадавшего.	Объяснительно-иллюстративный, практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Видеоролик «узел для носилок»
6	ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ.				
6.1	Промежуточная аттестация (тестирование).	Словесный	Тестирование	Коммуникативная технология обучения	Диагностический материал для проведения тестирования
6.2	Промежуточная аттестация (практикум на открытой местности).	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение для полевого выхода
7	ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ.	Словесный	Беседа	Коммуникативная технология обучения	Фото и видео материал с соревнований, походов, занятий
8	УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ И ПОХОДАХ ВЫХОДНОГО ДНЯ.				
8.1	Районные соревнования	Практический	Соревнование	Технология	Туристическое

	«Школа безопасности» в летний период.	ий	ие	коллективно го взаимообуче ния	ское снаряжени е
8.2	Поход, посвященный Всемирному дню Туризма.	Практическ ий	Поход	Технология коллективно го взаимообуче ния	Туристиче ское снаряжени е
8.3	Подведение итогов соревнований, выходного дня, походов	Словесный	Беседа	Технология коллективно го взаимообуче ния	
8.4	Участие в районном турслете.	Практическ ий	Поход	Технология коллективно го взаимообуче ния	Туристиче ское снаряжени е
8.5	Соревнования по спортивному ориентированию.	Практическ ий	Соревнован ие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Туристиче ское снаряжени е
8.6	Районные соревнования «Школа безопасности» в зимний период.	Практическ ий	Соревнован ие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Туристиче ское снаряжени е
2 год обучения					
1.	ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ	Словесный	Дискуссия	Технология коллективно го взаимообуче ния	
2.	ОСНОВЫ ТУРИСТСКОЙ ПОДГОТОВКИ				
2.1.	Туристские путешествия	Наглядный, словесный	Беседа	Коммуникат ивная технология обучения	Презентац ия «Виды туризма»
2.2.	Личное и групповое туристское снаряжение.	Объяснител ьно- иллюстрати вный, практически й	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Туристиче ское снаряжени е, ремнабор
2.3.	Организация туристского быта. Привалы, ночлеги.	Практическ ий	Практическо е занятие	Технология коллективно го	Палатки

				взаимообучения	
2.4.	Питание в походе.	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Костровое снаряжение, продукты
2.5.	Техника и тактика в туристском походе.	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	
2.6.	ТБ в походе.	Проблемный	Круглый стол	Кейс-технологии	Кейсы с аварийным и ситуациям и в походах
3.	ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ				
3.1	Топографическая и спортивная карта	Наглядный, словесный	Беседа	Технология модульного обучения	Топографическая и спортивные карты
3.2.	Компас, работа с компасом.	Объяснительно-иллюстративный, практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Компас, карты
3.3.	Измерение расстояния	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Карты, курвиметр, нитки
3.4.	Способы ориентирования.	Игровой	Игра	Технология игровой деятельности	Компас, карты местности
4.	КРАЕВЕДЕНИЕ				
4.1.	Туристические возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов, музеев.	Объяснительно-иллюстративный, исследовательский	Экскурсия	Коммуникативная технология обучения	
4.2.	Общественно полезная работа в путешествиях.	Словесный, практический	Акция	Технология коллективного взаимодействия	

				ния	
5.	ОСНОВЫ ГИГИЕНЫ И ПЕРВОЙ ПОМОЩИ				
5.1.	Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний.	Объяснительно-иллюстративный	Беседа	Технология коллективного взаимодействия	
5.2.	Походная медицинская аптечка. Использование лекарственных растений.	Словесный, игровой	Игра	Технология игровой деятельности	Гербарий «Лекарственные растения»
5.3.	Основные приемы оказания первой помощи.	Практический	Практическое занятие	Кейс-технологии	
5.4	Понятия о реанимации. Основные приемы реанимации.	Объяснительно-иллюстративный, практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	
5.5	Понятие о неотложных ситуациях.	Практический	Практическое занятие	Кейс-технологии	
5.6	Приемы оказания первой помощи при различных травмах.	Объяснительно-иллюстративный, практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Видеоролик «Первая помощь при травмах»
5.7	Способы транспортировки пострадавшего.	Объяснительно-иллюстративный, практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	
6.	ТУРИСТИЧЕСКАЯ ТЕХНИКА				
6.1.	Виды возможных препятствий на маршрутах.	Словесный	Беседа	Технология коллективного взаимодействия	
6.2.	Способы организации страховки и сопровождения первого участника.	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение
6.3.	Наведение и снятие перил.	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного	Туристическое снаряжение

				взаимообуче ния	е
6.4.	Организация командной страховки.	Практическ ий	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Туристиче ское снаряжени е
6.5.	Обеспечение безопасного преодоления склонов различного характера.	Практическ ий	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Видеороли ки «Дюльфер. Аварийны й спуск». Подъем по веревке без снаряжени я», «Спуск по веревке. Спортивны й спуск»
6.6.	Обеспечение безопасного преодоления водных препятствий.	Практическ ий	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Видеороли к «Переправ а через реку. Полиспас»
7.	ТУРИЗМ И САМОДЕЯТЕЛЬНАЯ ПЕСНЯ				
7.1.	Понятие самодеятельная песня. Известные российские барды.	Словесный	Рассказ, беседа	Коммуникат ивная технология обучения	
7.2.	Разучивание 5-10 туристских песен.	Практическ ий	Гостиная	Технология коллективно й творческой деятельност и	Гитара
8.	ПЕЙЗАЖНАЯ И РЕПОРТАЖНАЯ ФОТО И ВИДЕОСЪЕМКА				
8.1.	Панорамная и пейзажная фотография. Видеосъемка.	Словесный, практически й	Творческая мастерская	Технология коллективно й творческой деятельност и	Фотоаппар ат, видеокаме ра
8.2.	Программы для компьютерной обработки	Практическ ий	Практическо е занятие	Технология коллективно	Компьюте рная

	изображения.			й творческой деятельности	техника с программным обеспечением по обработке и монтажу фото и видео
9.	ПОДГОТОВКА К ЛЕТНИМ ПОХОДАМ.				
9.1	Разработка маршрута	Частично-поисковый	Круглый стол	Технологии индивидуализации обучения	
9.2	Составление паспорта маршрута.	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	
9.3	Порядок подбора участников группы.	Словесный, проблемный	Беседа	Технология индивидуализации обучения	
9.4	Подбор снаряжения для похода.	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	
9.5	Оформление маршрутных документов для прохождения маршрута.	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	
10.	ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ				
10.1	Промежуточная аттестация, тестирование	Словесный	Тестирование	Коммуникативная технология обучения	Диагностический материал для проведения тестирования
10.2	Промежуточная аттестация, полевой выход	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение для полевого выхода

11.	ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ	Словесный	Беседа	Коммуникативная технология обучения	Фото и видео материал с походов, соревнований, занятий
12.	УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ И ПОХОДАХ ВЫХОДНОГО ДНЯ.				
12.1	Участие в районном турслете	Практический	Поход	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение
12.2	Поход посвященный Всемирному дню Туризма.	Практический	Поход	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение
12.3	Подведение итогов соревнований, походов выходного дня	Словесный	Беседа	Технология коллективного взаимодействия	
12.4	Участие в Республиканском фестивале оздоровительного туризма «Удмуртская кругосветка».	Практический	Поход	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение
12.5	Участие в районных соревнованиях «Школа безопасности» в летний период	Практический	Соревнования	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение
12.6	Соревнования по технике туризма.	Практический	Соревнования	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение
12.7	Участие в районных соревнованиях «Школа безопасности» в зимний период.	Практический	Соревнования	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение
12.8	Поход выходного дня	Практический	Поход	Технология коллективного взаимодействия	Туристический

				взаимообуче ния	
3 год обучения					
1	ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ЛЕТА	Словесный	Дискуссия	Технология коллективно го взаимодейст вия	
2	ОСНОВЫ ТУРИСТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ				
2.1	Видовые различия в туризме. Разрядные нормативы спортивного туризма	Словесный	Рассказ, беседа	Коммуникат ивная технология обучения	
2.2	Обеспечение безопасности в походах и при проведении туристских мероприятий	Словесный, проблемный	Круглый стол	Технология коллективно го взаимообуче ния	
3	КРАЕВЕДЕНИЕ				
3.1	География Удмуртской Республики.	Словесный, частично- поисковый	Ярмарка	Технология коллективно го взаимообуче ния	
3.2	Охрана природы, экологические проблемы Республики.	Словесный, практически й	Акция	Технология коллективно го взаимообуче ния	
3.3.	Основные этапы исследовательской работы	Исследовате льский	Практическо е занятие	Технология исследовате льской деятельност и	
3.4.	Самопрезентация	Игровой	Тренинг, защита работ	Технология коллективно го взаимообуче ния	
4.	ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НЕОТЛОЖНЫХ СИТУАЦИЯХ				
4.1	Понятия о реанимации. Основные приемы	Практическ ий	Практическо е занятие	Технология коллективно	

	реанимации.			го взаимообуче ния	
4.2	Понятие о неотложных ситуациях.	Практическ ий	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Видеороли к «Первая помощь при несчастны х случаях»
4.3	Приемы первой помощи при переломах.	Практическ ий	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Видеороли к «Первая помощь при переломах, ушибах, растяжени ях, вывихах», оборудова ние для оказания ПП при переломах
4.4.	Первая помощь при ранениях.	Практическ ий	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Оборудова ние для оказания ПП при ранениях
4.5.	Первая помощь при отравлениях.	Практическ ий	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	
4.6.	Первая помощь при ожогах и обморожениях.	Практическ ий	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Видеороли к «Первая помощь при ожогах»
4.7.	Первая помощь при вывихах и растяжениях	Практическ ий	Практическо е занятие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Видеороли к «Первая помощь при переломах, ушибах, растяжени ях, вывихах», оборудова ние для оказания ПП при вывихах и растяжени ях

4.8.	Первая помощь при аллергических реакциях	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	
5	ТУРИСТСКАЯ ТЕХНИКА				
5.1	Элементы поисковых работ	Словесный	Круглый стол	Кейс-технологии	Видеоролик «Уроки выживания в лесу»
5.2	Элементы спасательных работ	Словесный	Круглый стол	Кейс-технологии	Видеоролик «Виды зимних укрытий»
5.3	Работа с пострадавшим на различных этапах.	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Снаряжение для иммобилизации и транспортировки пострадавшего
6.	ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВЫЖИВАЕМОСТИ ТУРИСТИЧЕСКОЙ ГРУППЫ				
6.1	Виды и особенности портативных средств связи	Словесный, наглядный	Беседа, рассказ	Коммуникативная технология обучения	Различные виды портативных средств связи
6.2	Диапазоны частот	Словесный, практический	Беседа, рассказ, практическое занятие	Коммуникативная технология обучения	Портативные средства связи
6.3	Работа с портативными средствами связи	Словесный, практический	Беседа, рассказ, практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Портативные средства связи
6.4	Спецсредства сигнализации. Сигнальные ракеты, фальшфейеры, дымовые шашки.	Словесный	Беседа, рассказ	Коммуникативная технология обучения	Спецсредства сигнализации
7.	ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ				
7.1	Итоговая аттестация (тестирование)	Словесный	Тестирование	Коммуникативная	Диагностический

				технология обучения	материал для проведения тестирования
7.2	Итоговая аттестация (практикум на открытой местности)	Практический	Практическое занятие	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение для полевого выхода
8.	ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ	Словесный	Беседа	Коммуникативная технология обучения	Фото и видео материал с походов, соревнований, занятий
9.	УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ И ПОХОДАХ ВЫХОДНОГО ДНЯ.				
9.1	Районные соревнования «Школа безопасности»	Практический	Соревнования	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение
9.2	Участие в Республиканском Фестивале оздоровительного туризма «Удмуртская кругосветка»	Практический	Поход	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение
9.3	Районные соревнования по спортивному ориентированию	Практический	Соревнования	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение
9.4	Трехдневный учебно-тренировочный поход	Практический	Поход	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение
9.5	Трехдневный учебно-тренировочный поход	Практический	Поход	Технология коллективного взаимодействия	Туристическое снаряжение
9.6	Трехдневный учебно-тренировочный поход	Практический	Поход	Технология коллективного	Туристическое снаряжение

				взаимообуче ния	е
9.7	Соревнования по технике туризма	Практическ ий	Соревнован ия	Технология коллективно го взаимообуче ния	Туристиче ское снаряжени е
9.8	Районные соревнования «Школа безопасности» в зимний период.	Практическ ий	Соревнован ие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Туристиче ское снаряжени е
9.9	Поход выходного дня	Практическ ий	Поход	Технология коллективно го взаимообуче ния	Туристиче ское снаряжени е
9.10	Всероссийские массовые соревнования по спортивному ориентированию «Российский азимут»	Практическ ий	Соревнован ие	Технология коллективно го взаимообуче ния	Туристиче ское снаряжени е

Список литературы:

для педагога:

1. О порядке регистрации радиоэлектронных средств и высокочастотных устройств [Текст]: Постановление Правительства Российской Федерации от 12 октября 2004 г. № 539
2. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам [Текст]: Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. №196
3. Руководство для участников и судей по спортивному туризму [Текст]: Приказ Минспорта России от 22 июля 2003 г. №571
4. Бардин К.В. Азбука туризма (о технике пешеходного путешествия). [электронный ресурс]: пособие для учителей, руководителей туристских походов со школьниками. – М.: «Просвещение»,1981. – 205 с. режим доступа: http://tourlib.net/books_tourism/bardin.htm
5. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование. [Электронный ресурс]: / Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я., Булатов В.Г., Учебник для институтов и техникумов физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 240с. , режим доступа: http://tourlib.net/books_tourism/ganopolsky.htm
6. Грицак Ю.П. Организация самодеятельного туризма. [Электронный ресурс]: Учебное пособие для студентов специальности «туризм». – Харьков: Экограф, 2008. – 164 с.. режим доступа: http://tourlib.net/books_tourism/grycak.htm
7. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. [Электронный ресурс]: - М.: «Профиздат», 1987. – 224 с. режим доступа: http://tourlib.net/books_tourism/turpohod.htm
- 8.
9. Евич Ю.Ю. учебник выживания в экстремальных ситуациях. – [электронный ресурс]: - г. Тула «Тулская типография», 2018 – 304 с. режим доступа: <https://www.chitai-gorod.ru/catalog/book/1178668/>
10. Эшкрофт Френсис на грани возможного. [электронный ресурс]: М.:ООО»Альпина нон-фикшн» 2017 – 178 с. режим доступа: <https://www.litres.ru/frensis-eshkroft/nagrani-vozmozhnogo-nauka-vyzhivaniya-23319467/chitat-onlayn/>

для обучающихся:

1. Антропов К.Л. Узлы. [Электронный ресурс]: - «Гурия ЗУГДИДИ», 1992 - 30 с., режим доступа: <https://www.dc-tur.ru/%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%B0-%D0%B1%D0%B5%D0%B7%D0%BE%D0%BF%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8/%D0%BB%D0%B8%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B0-%D0%B8-%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D1%8B-%D0%B4%D0%BB%D1%8F-%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D0%B3%D0%BE%D1%82%D0%BE%D0%B2%D0%BA%D0%B8-%D0%BA-%D1%81%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F%D0%BC/%D1%83%D0%B7%D0%BB%D1%8B/>
2. Кодыш Э.Н. Пешеходный туризм: техника преодоления препятствий. [Электронный ресурс]: - М.: СЮТУР, 1994 режим доступа: <https://pandia.ru/text/80/240/89512.php>
3. Костеров Н.А. Туристские должности. [Электронный ресурс] М.: Просвещение, 1993 режим доступа: http://nkosterev.narod.ru/met/ob_tyr.html

4. Методические рекомендации по оказанию первой помощи пострадавшим и действия в экстремальной ситуации. [Электронный ресурс]: С-Пб.: Информационно-методический сектор городского Центра гражданского и патриотического воспитания ГОУ «Балтийский берег», 2005 режим доступа: <https://docplayer.ru/27210466-Metodicheskie-rekomendacii-po-okazaniyu-pervoy-pomoshchi-postradavshim-i-deystviyam-v-ekstremalnyh-situatsiyah.html>
5. Расторгуев М. Карабинные узлы. [Электронный ресурс]:/ Расторгуев М. , Ситникова С.М.: «Кроу Лимитед», 1995 режим доступа: <http://berendei.tsu.ru/win/library/books/usly/index.html>
6. Теплоухов В.В. Руководство по соревнованию по пешеходному и лыжному туризму. М.: ЦДЮТ, 2003

Диагностический материал для промежуточной аттестации по итогам 1 года обучения

1. _____ — коллективное или индивидуальное посещение музея, достопримечательного места, выставки, предприятия и т. п.; поездка, прогулка с образовательной, научной, спортивной или увеселительной целью.
Экскурсия
Экотуризм
Туризм самодетельный
Оздоровительный туризм
2. как влияют занятия туризмом на организм человека?
3. Графическое изображение местности с указанием характеристик местности, построек, типа растительности называется _____?
4. Объекты гидросферы на топографических и спортивных картах обозначаются:
А. синим цветом;
В. зеленым цветом;
С. коричневым цветом;
5. Комапас – это прибор:
А. для измерения скорости ветра;
В. для измерения азимута;
С. для измерения атмосферного давления;
6. Азимут – это угол:
А. между объектами;
В. между направлением на Север и направлением на объект;
С. между основными и вспомогательными сторонами света;
7. Рюкзаки подразделяют на:
А. станковые;
В. анатомические;
С каркасные;
D мягкие;
Е. все кроме С;
8. Чем необходимо руководствоваться при выборе рюкзаков?
А. длиной спины, от 7 позвонка до крестца;
В. объемом рюкзака;
С. сочетанием цветовой гаммы;
9. Какой утеплительный материал спального мешка, предпочтительнее для летних и водных походов?
А. синтепон, халафайбер;
В. вата;

С. пух;

10. В обязанности кого входят следующие функции: составление нитки маршрута, сбор и обобщение информации о районе похода, изучение картографического материала, составление оптимального маршрута похода.

А. руководитель похода;

В. капитан;

С. штурман;

Диагностический материал для промежуточной аттестации 2 года обучения.

1. анатомический рюкзак подбирается под:

А. вес участника;

В. рост участника;

С. подбирается по усмотрению самого участника;

2. Разведение костров запрещено:

А. на торфяных почвах;

В. возле высокой травы;

С. возле водоемов;

Д. только А и В;

3. северо-восток равен азимуту:

А. 126

В. 45

С. 270

4. какой условный знак изображен на картинке?



А. памятники, монументы, обелиски;

В. пещера;

С. объездная дорога;

4. после длительного перехода, перед отбоем необходимо:

А. протереть ноги влажными салфетками, проверить наличие потертостей и мозолей;

В. переодеться в сухую и чистую одежду;

С. повесить «ходовую» одежду на сквозняк;

Д. верны все варианты;

5. При кровотечении из носа вы попытаетесь:


А. остановить кровотечение запрокинув голову назад;

- В. вложить в ноздри тампон смоченный перекисью водорода.
С. приложите металлический или иной холодный предмет к поврежденной ноздре;
D. верны В и С.
6. При транспортировке пострадавшего по склону вниз, необходимо:
А. расположить пострадавшего головой назад;
В. обеспечить сопровождающему свободный доступ к пострадавшему;
С. постоянно привлекать внимание пострадавшего вопросами о его самочувствии;
D. верны все варианты;
7. Условия при которых участник индивидуально контролирует свое нахождение на препятствии называется:
А. самостраховка;
В. самосброс;
С. жумар;
8. При переправе первого участника вброд страховочная и сопроводительная веревки должны быть подключены:
А. в плавающее положение;
В. в жесткое соединение страховочной системы;
С. подключение выбирается самими участниками;
9. Для облегчения натяжения веревок для организации «пери» применяют систему:
А. «полиспас»
В. «вибрам»
С. «УИИА»
10. Организация перил позволяющая вытянуть веревку на целевую сторону препятствия, пропустив всю веревку через карабин называется:
А. «самонаведение»;
В. «самосброс»;
С. «дюльфер»;

Диагностический материал для итоговой аттестации

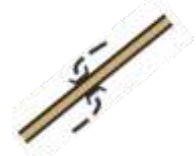
I. Основы туристической подготовки.

1.

17		а) стрельбище б) кормушка в) стрелка магнитного меридиана
----	---	---

2.


6



а) трубопровод
б) мост
в) туннель

3.

13



а) земляной обрыв
б) земляной вал
в) основная горизонталь

II. Краеведение

1. село Шаркан находится на:

- А) Тыловайско-мултанской возвышенности;
- Б) Чепетской низменности;
- В) Красногорская возвышенность

2. как звали первого удмуртского этнографа?

- А) Верещагин Г.Е.
- Б) Ширококов С.И.
- В) Шестаков В.М.

3. Дебесский район находится в ландшафтном районе называемом-

- А) Зачепецкий южнотаежный высоковозвышенный район;
- Б) Чепецко-Лозинский южнотаежный возвышенный район;
- В) Причепецкий южнотаежный низковозвышенный район;

III. Первая помощь при неотложных ситуациях

1. Асептическая повязка это -:

- а). повязка направленная на препятствование попадания микроорганизмов в раны, ткани или полости организма.
- Б). полное удаление микрофлоры с поверхности тела или предметов.
- В) метод борьбы с микробами в ране.

2. Дезинфекция –

- А) - комплекс мер по уничтожению возбудителей инфекционных болезней человека и животных во внешней среде механическими, физическими, химическими и биологическими методами.
- Б) комплекс мероприятий направленный на борьбу с грызунами, разносчиками болезнетворных бактерий;
- В) комплекс мероприятий направленный на борьбу с насекомыми зараженными опасными болезнями человека и животных;

3. при вывихе нижней челюсти последовательность действий выглядит следующим образом:

А) Провести обезболивание.
Уложить на спину, на ровный жесткий щит.
Зафиксировать (прибинтовать).
Госпитализировать в медицинское учреждение.

Б) Провести обезболивание.
Осмотреть и очистить салфеткой полость рта
Провести иммобилизацию челюсти повязкой «уздечка».
Доставить больного в стационар

В) Провести обезболивание.
Положить на место ушиба пузырь со льдом.
Госпитализировать в травмпункт в положении полусидя.

IV. Туристская техника

1. Что можно использовать для блокировки грудной обвязки и беседки?
а. веревка диаметром не менее 10 мм б. двойная веревка диаметром не менее 6 мм с. равнопрочная стропа
2. Какой узел не является схватывающим?
а. пруссик; б. австрийский; с. брамшкотовый; d. Бахмана.
3. Какую длину должен иметь выход свободного конца любого завязанного узла?
а. не менее 50 мм б. 10 мм с. 50 см d. не регламентировано.

IV. Обеспечение выживаемости туристической группы

1. Необходимо ли получение разрешения для пользования радиостанциями в стандарте PMR?
А) нет
Б) да
В) в соответствии с актами принятыми на территории субъектов.
2. дымовые спецсредства применяются для-
А) отпугивания диких животных;
Б) подачи сигнала бедствия и обозначения своего местоположения;
В) применяются для обозначения окончания прохождения маршрута;
3. для подачи сигнала бедствия в дневное время, при ясной погоде рекомендуется применять:
А) сигнальные ракеты красного цвета;
Б) дымовые шашки и фальшфейеры темных оттенков.
В) верны оба способа;
Г) при возможности используются оба способа в совокупности;

Приложение №2

Контрольно-проверочные мероприятия для оценки качества знаний, умений и навыков обучающихся по разделам программы

№п.п.	Раздел программы	Форма аттестации	Критерии оценки
1.	Топография и ориентирование	Соревнования	1. успешное завершение дистанции.
2.	Основы туристской подготовки	Соревнования, полевой выход	1. успешное завершение дистанции; 2. правильный подбор снаряжения, выполнение требований техники безопасности, умение самоорганизовываться при подготовке и во время проведения полевого выхода.
3.	Краеведение	Проект маршрута, доклад	Степень раскрытия содержания, Качество выступления, Умение пользоваться туристской терминологией, Умение использовать технологий презентации.
4.	Основы гигиены и первой помощи	Соревнования	Успешное выполнение заданий на этапах соревнований.

Анкета

для изучения мнения о качестве услуг, предоставляемых в МБОУ ДО «Дебесский Центр творчества»

1. Нравится ли тебе посещать занятия (кружки) в МБОУ ДО «Дебесский Центр творчества» (нужное подчеркни)

- Да
- Нет

- Не знаю

2. Почему ТВ выбрал именно этот кружок? (нужное подчеркни, можно отметить несколько причин)

- Посоветовали родители, учителя;
- Занимался в прошлом году, решил продолжить ходить на занятия;
- Здесь занимались, занимаются мои друзья;
- Мне понравился педагог;
- Думаю, что здесь я узнаю много интересного;
- Другое (напиши свой вариант) _____

3. Удовлетворяют ли тебя условия, в которых ты занимаешься?

	Да	Нет	Не знаю
• Месторасположение кружка (объединения) ДЦТ с точки зрения твоего удобства.			
• Удобство времени работы кружка (объединения).			
• Знания, которые ты получаешь.			
• Общение с педагогом ребята, с которыми ты занимаешься в одной группе			

4. С каким настроением ты посещаешь занятия в кружке (объединении)? (нужное закрась)

