

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Дебесский Центр творчества»

УТВЕРЖДЕНА:

Приказом директора
МБОУ ДО «Дебесский Центр творчества»
от «29» августа 2019 г. № 116

Директор: _____ Серебренникова Т.В.



**Рабочая программа
«ПИЛИГРИМ»**

Туристско-краеведческой направленности

Возраст обучающихся 11 – 14 лет

Год реализации: 2 год

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

с. Дебесы, 2019 г.

Пояснительная записка

Данная рабочая программа второго года обучения составлена на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Пилигрим».

Базой реализации программы является МБОУ «Заречномедлинская СОШ»

Занятия в группе проводятся три раза в неделю по 2 часа. Формами занятий являются аудиторные занятия, занятия на пришкольной территории, полевые выходы, соревнования.

Ожидаемые результаты

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

Календарный учебный график 2 года обучения.

№ п.п	Дата	Форма занятий	Наименование раздела, темы.	Количество часов	Место проведения	Форма контроля
ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ				2		
	10.09	Беседа, рассказ	Знакомство с программой. Введение в предмет. Подведение итогов лета.	2	Аудитория	
ОСНОВЫ ТУРИСТСКОЙ ПОДГОТОВКИ						Соревнования полевой выход
	11.09	Рассказ	Туристские путешествия.	2	Аудитория	
Личное и групповое туристское снаряжение.				6		
	13.09	Рассказ, практикум	Личное и групповое туристское снаряжение.	2	Аудитория	
	17.09	Беседа, практикум	Личное и групповое туристское снаряжение.	2	Пришкольная территория	
	18.09	Беседа, практикум	Личное и групповое туристское снаряжение.	2	Открытая местность	
	20.09	Практикум	Участие в районном турслете.	4 (24.09)	Открытая местность	
Организация туристского быта. Привалы, ночлеги.				36		
	25.09	Рассказ, практикум	Организация туристского быта. Привалы, ночлеги в зависимости от условий местности.	2		
	28.09	Практикум	Поход посвященный всемирному дню Туризма	6 (27.09 – 02.10)	Открытая местность	
	04.10	Беседа, практикум	Организация туристского быта. Привалы, ночлеги. Типы костров.	2	Открытая местность	
	06.10	Практикум	Участие в Республиканском Фестивале оздоровительного туризма «Удмуртская кругосветка»	8 (08 – 15.10)	Открытая местность	
	11.10	Практикум	Участие в районных соревнованиях «Школа безопасности»	4 (16-18.10)	Открытая местность	

	22.10	Беседа	Подведение итогов похода посвященного всемирному дню туризма	2	Аудитория	
	23.10	Беседа, практикум	Организация туристского быта. Привалы, ночлеги. Хранение продуктов, оборудование места для питания.	2	Аудитория,	
	25.10	Тренинг, практикум	Организация туристского быта. Привалы, ночлеги. Порядок работы дежурных.	2	Аудитория	
	29.10	Рассказ, игры, практикум	Организация туристского быта. Привалы, ночлеги. Порядок установки палаток.	2	Пришкольн я территория	
	30.10	Практикум	Соревнования по технике туризма	6	Открытая местность	
Питание в походе.				6		
	01.11	Беседа	Питание в походе.	2	Аудитория	
	05.11	Практикум	Питание в походе. Составление раскладки на 3 дня.	2	Аудитория	
	06.11	Практикум	Питание в походе. Составление раскладки на 6 дней.	2	Аудитория	
Техника и тактика в туристском походе.				8		
	08.11	Беседа, практикум	Техника и тактика в туристском походе. Планирование маршрута.	2	Аудитория	
	12.11	Беседа, практикум	Техника и тактика в туристском походе. Способы преодоления водных препятствий.	2	Пришкольн я территория	
	13.11	Беседа, практикум	Техника и тактика в туристском походе. Использование самостраховки.	2	Пришкольн я территория	
	15.11	Беседа, практикум	Техника и тактика в туристском походе. Использование групповой страховки.	2	Пришкольн я территория	
ТБ в походе.				4		

	19.11	Рассказ, беседа, практикум	ТБ в походе. Обеспечение безопасности в походах.	2	Аудитория	
	20.11	Рассказ, практикум	ТБ в походе. Обеспечение безопасности на тренировочных занятиях.	2	Пришкольная территория	
ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ						Соревнования
	22.11	Беседа, практикум	Топографическая и спортивная карта	2	Пришкольная территория	
Компас, работа с компасом.				4		
	26.11	Практикум	Компас, работа с компасом.	2	Пришкольная территория	
	27.11	Практикум	Компас, работа с компасом.	2	Пришкольная территория	
Измерение расстояния				10		
	29.11	Беседа	Измерение расположения на карте, местности.	2	Пришкольная территория	
	03.12	Практикум	Измерение расположения с помощью курвиметра.	2	Пришкольная территория	
	04.12	Практикум	Измерение среднего шага.	2	Пришкольная территория	
	06.12	Практикум	Тренировка глазомера.	2	Пришкольная территория	
	10.12	Практикум	Измерение расстояния до недоступного объекта.	2	Пришкольная территория	
Способы ориентирования.				10		
	11.12	Беседа, практикум	Способы ориентирования с помощью карты.	2	Пришкольная территория	
	13.12	Беседа, практикум	Способы определения своего местоположения.	2	Пришкольная территория	
	17.12	Топографический диктант, практикум	Способы ориентирования. Движение по легенде.	2	Пришкольная территория	
	18.12	Топографический диктант, практикум	Способы ориентирования. Составление легенды.	2	Пришкольная территория	
	20.12	Практикум	Способы ориентирования по местным признакам.	2	Пришкольная территория	
КРАЕВЕДЕНИЕ				6		Реферат
Туристические возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов, музеев.				6		

	24.12	Беседа, практикум	Туристические возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов, музеев.	2	Аудитория	
	25.12	Беседа, практикум	Туристические возможности родного края. Обзор памятников природы и истории.	2	Аудитория	
	27.12	Беседа, практикум	Общественно полезная работа в путешествиях.	2	Открытая местность	
ОСНОВЫ ГИГИЕНЫ И ПЕРВОЙ ПОМОЩИ				26		Соревнования, полевой выход
Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний.				6		
	10.01	Беседа, практикум	Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний. Личная гигиена в походах.	2	Аудитория	
	14.01	Беседа, практикум	Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний. Подбор одежды для похода.	2	Аудитория	
	15.01	Беседа, практикум	Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний. Подбор обуви для похода.	2	Аудитория	
	17.01	Практикум	Районные соревнования «Школа безопасности» в зимний период.	4 (21.01)	Открытая местность	
Походная медицинская аптечка. Использование лекарственных растений.				4		
	22.01	Рассказ	Походная медицинская аптечка.	2	Аудитория	
	24.01	Беседа, практикум	Использование лекарственных растений.	2	Аудитория	
Основные приемы оказания первой помощи.				4		
	28.01	Рассказ, беседа	Понятия о реанимации. Основные приемы реанимации.	2	Аудитория	
	29.01	Рассказ, практикум	Понятие о неотложных ситуациях.	2	Аудитория	
Приемы оказания первой помощи при различных травмах.				12		
	31.01	Беседа, тренинг,	Приемы оказания первой помощи при	2	Пришкольная территория	

		практикум	различных травмах. Основные виды заболеваний и травм в туризме.			
	04.02	Беседа, практикум	Приемы реанимационных мероприятий.	2	Пришкольная территория	
	05.02	Беседа, практикум	Приемы оказания первой помощи при вывихах.	2	Пришкольная территория	
	07.02	Беседа, практикум	Приемы оказания первой помощи при переломах.	2	Пришкольная территория	
	11.02	Беседа, практикум	Приемы оказания первой помощи при укусах змей, насекомых.	2	Пришкольная территория	
	12.02	Беседа, игры, практикум	Способы транспортировки пострадавшего.	2	Пришкольная территория	
ТУРИСТИЧЕСКАЯ ТЕХНИКА				28		Соревнования
	14.02	Беседа, игры	Виды возможных препятствий на маршрутах.	2	Аудитория	
Способы организации страховки и сопровождения первого участника.				12		
	18.02	Рассказ, практикум	Способы организации страховки и сопровождения первого участника в брод.	2	Аудитория	
	19.02	Беседа, практикум	Способы организации страховки и сопровождения первого участника на подъеме с нижней страховкой.	2	Аудитория	
	21.02	Беседа, практикум	Способы организации страховки и сопровождения первого участника на спуске с верхней командной страховкой.	2	Аудитория	
	25.02	Беседа, практикум	Способы организации страховки и сопровождения первого участника.	2	Аудитория	
	26.02	Беседа, практикум	Способы организации страховки и сопровождения первого участника. На	2	Аудитория	

			горизонтальных перилах.			
	28.02	Беседа, практикум, игры	Наведение и снятие перил.	2	Пришкольная территория	
Организация командной страховки.				14		
	03.03	Беседа, практикум	Организация командной страховки при преодолении водных препятствий.	2	Пришкольная территория	
	04.03	Беседа, практикум	Организация верхней командной страховки.	2	Пришкольная территория	
	06.03	Беседа, практикум	Организация верхней командной страховки.	2	Пришкольная территория	
	10.03	Беседа, практикум	Организация нижней командной страховки.	2	Пришкольная территория	
	11.03	Беседа, практикум	Организация нижней командной страховки.	2	Пришкольная территория	
	13.03	Беседа, практикум	Обеспечение безопасного преодоления склонов различного характера.	2	Аудитория	
	17.03	Беседа, практикум	Обеспечение безопасного преодоления водных препятствий.	2	Пришкольная территория	
САМОДЕЯТЕЛЬНАЯ ПЕСНЯ-ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ. ТУРИЗМ И САМОДЕЯТЕЛЬНАЯ ПЕСНЯ				12		
	18.03	Беседа	Понятие самодеятельная песня. Известные российские барды.	2	Аудитория	
	20.03	Практикум	Поход выходного дня	6	Открытая местность	
Разучивание 5 туристских песен				4		
	20.03	Практикум	Разучивание 5-10 туристских песен.	2	Аудитория	
	24.03	Практикум	Разучивание 5-10 туристских песен.	2	Аудитория	
ОСНОВЫ ФОТОДЕЛА. ОСНОВЫ ПЕЙЗАЖНОЙ И РЕПОРТАЖНОЙ СЪЕМКИ				8		Творческая работа
Панорамная и пейзажная фотография. Видеосъемка.				4		
	25.03	Беседа, практикум	Панорамная и пейзажная фотография. Видеосъемка.	2	Аудитория	

	27.03	Практикум	Панорамная и пейзажная фотография. Видеосъемка.	2	Пришкольная территория	
Программы для компьютерной обработки изображения.				4		
	31.03	Рассказ, практикум	Программы для компьютерной обработки изображения.	2	Аудитория	
	01.04	Практикум	Программы для компьютерной обработки изображения.	2	Аудитория	
ПОДГОТОВКА К ЛЕТНЕМУ ПОХОДАМ.				26		
Разработка маршрута.				6		
	03.04	Практикум	Разработка маршрута	2	Аудитория	
	07.04	Практикум	Разработка маршрута	2	Аудитория	
	08.04	Практикум	Разработка маршрута	2	Аудитория	
Составление паспорта маршрута				6		
	10.04	Беседа, практикум	Составление паспорта маршрута.	2	Аудитория	
	14.04	Практикум	Составление паспорта маршрута.	2	Аудитория	
	15.04	Практикум	Составление паспорта маршрута.	2	Аудитория	
Порядок подбора участников группы				6		
	17.04	Рассказ, практикум	Порядок подбора участников группы.	2	Аудитория	
	21.04	Беседа, практикум	Порядок подбора участников группы.	2	Аудитория	
	22.04	Беседа, практикум	Порядок подбора участников группы.	2	Аудитория	
Подбор снаряжения для похода				6		
	24.04	Практикум	Подбор снаряжения для похода.	2	Аудитория	
	28.04	Практикум	Подбор снаряжения для похода.	2	Аудитория	
	29.04	Практикум	Подбор снаряжения для похода.	2	Аудитория	
	05.05	Практикум	Оформление маршрутных документов для прохождения маршрута.	2	Аудитория	
ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ				12		Тестирование, практикум
	06.05	Практикум	Промежуточная аттестация. Полевой выход.	8 (08 – 15.05)	Открытая местность	

	19.05	Практикум	Промежуточная аттестация. Тестирование.	2	Аудитория	
	20.05	Беседа	Итоговое занятие.	2	Аудитория	
ИТОГО				216		

Учебно-воспитательный план.

№ п.п.	Наименование	Дата проведения
1.	Инструктаж по ТБ и знакомство с работой на год.	08.09.2017
2.	Беседа «Бережное отношение к природе»	15.09.2017
3.	Беседа «Готов прийти на помощь».	20.10.2017
4.	Повторный инструктаж по ТБ	10.01.2018
5.	Беседа «ратных дел – истории страницы»	16.02 2018
6.	Беседа «Спасибо дедам нашим».	04.05.2018
7.	Беседа «не омрачая радость лета»	28.05.2018

**Диагностический материал для промежуточной аттестации
2 года обучения.**

1. анатомический рюкзак подбирается под:
- A. вес участника;
 - B. рост участника;
 - C. подбирается по усмотрению самого участника;

2. Разведение костров запрещено:
- A. на торфяных почвах;
 - B. возле высокой травы;
 - C. возле водоемов;
 - D. только A и B;

3. северо-восток равен азимуту:
- A. 126
 - B. 45
 - C. 270

4. какой условный знак изображен на картинке?



- A. памятники, монументы, обелиски;
 - B. пещера;
 - C. объездная дорога;
4. после длительного перехода, перед отбоем необходимо:
- A. протереть ноги влажными салфетками, проверить наличие потертостей и мозолей;
 - B. переодеться в сухую и чистую одежду;
 - C. повесить «ходовую» одежду на сквозняк;
 - D. верны все варианты;
5. При кровотечении из носа вы попытаетесь:
- A. остановить кровотечение запрокинув голову назад;
 - B. вложить в ноздри тампон смоченный перекисью водорода.
 - C. приложите металлический или иной холодный предмет к поврежденной ноздре;
 - D. верны B и C.
6. При транспортировке пострадавшего по склону вниз, необходимо:
- A. расположить пострадавшего головой назад;
 - B. обеспечить сопровождающему свободный доступ к пострадавшему;
 - C. 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 в брод 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»;