

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в
МБУ ДО «Центр детско-юношеского туризма и краеведения и К г. Аргуна»

(наименование образовательной организации).

Экспертное заключение (рецензия) от « 12 » 09 2023г.

Эксперт Дудуева Д.Т. методист

Содержание

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик программы»

- 1.1. Нормативно правовая база к разработке дополнительных общеобразовательных программ.
- 1.2. Направленность программы;
- 1.3. Уровень усвоения программы;
- 1.4. Актуальность программы;
- 1.5. Отличительные особенности программы;
- 1.6. Цели и задачи программы;
- 1.7. Категория учащихся;
- 1.8. Сроки реализации и объем программы;
- 1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.
- 1.10. Планируемые результаты освоения программы.

Раздел №2. Содержание программы.

- 2.1. Учебный (тематический план).
- 2.2. Содержание учебного плана.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Раздел 4. Комплекс организационно- педагогических условий.

- 4.1. Материально техническое обеспечение.
- 4.2. Кадровое обеспечение программы.
- 4.3. Учебно-методическое обеспечение.

Список литературы

Приложение 1. Календарный учебный график

1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ.

1.1. Нормативно-правовая база.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

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

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);

- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (в частях, не противоречащих действующему законодательству);

- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

1.2. Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Направлена на физическое оздоровление, воспитание и развитие подрастающего поколения.

1.3. Уровень усвоения программы - стартовый в соответствии с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Министерства образования и науки РФ (письмо от 18 ноября 2015 г. № 09-3242).

1.4. Актуальность программы.

Занятия велотуризмом представляют собой эффективное средство физического оздоровления, воспитания и развития подростков, которое происходит в процессе организации коллективной походной жизни на спортивном маршруте и активной деятельности обучающихся в естественных природных условиях, что особенно важно в условиях все возрастающей гиподинамии школьников с ее негативными последствиями для здоровья. Активная и самостоятельная деятельность обучающихся в походных условиях спортивного маршрута способствует приобретению ими необходимого социального опыта, опыта общественных и личностных отношений, облегчает процессы самоутверждения, особенно остро протекающие в подростковом возрасте.

Актуальность программы обусловлена также социальным и образовательным заказом семьи, заинтересованной в раскрытии и развитии потенциальных возможностей ребенка.

1.5. Отличительные особенности программы.

Настоящая дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Юные велотуристы» составлена на основе авторской программы «Юные велотуристы», Казанцева В.В.

Отличительные особенности программы в том, что программа построена на модульном принципе и включает в себя модули: «Велопоходы» и «Спортивная подготовка велотуриста».

Каждый модуль программы представляет собой самостоятельный, целостный блок. Дети могут осваивать всю программу, путём активных занятий туризмом и спортом, которые неразрывно взаимосвязаны друг с другом.

1.6. Цель и задачи программы.

Цель программы - развитие личности ребенка и его жизненное самоопределение средствами спортивно-туристской, экскурсионно-краеведческой и трудовой деятельности.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучение правилам езды на велосипеде;
- обучение оказанию первой доврачебной помощи;
- обучение работать с картами, ориентироваться на местности, использовать данные знания при подготовке походов.

Воспитательные:

- воспитать духовно-нравственные качества личности, эстетический вкус;
- воспитать чувство личной ответственности за результат коллективной работы, умение работать в коллективе, чувства доброжелательности и отзывчивости;
- воспитать аккуратность, трудолюбие и желание добиться успеха собственным трудом.

Развивающие:

- развивать познавательные, творческие и двигательные способности детей;
- помочь ребёнку развиваться через социально-активное взаимодействие с людьми путём участия в соревнованиях по туристской технике и участию в походах, экскурсиях;
- создать условия для развития мотивации личности к активной жизненной позиции.
- укрепить здоровье и физическую выносливость, тренировать внимательность, поисковую активность и любознательность;
- создать условия для реализации индивидуальных способностей учащихся.

1.7. Категория учащихся.

Программа рассчитана на детей 12-15 лет.

Зачисление осуществляется по желанию детей по заявлению его родителей (законных представителей) и представлении справки о состоянии здоровья ребенка.

1.8. Сроки реализации и объем программы.

Срок реализации программы 1 год. Объем программы – 144 часа.

1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Занятия проводятся в групповой форме, всем составом объединения из числа разной возрастной категории, указанной в данной программе.

Занятия проводятся в виде лекций и практических занятий, соревнований, выездных экскурсий по разработанным маршрутам.

Численный состав группы – 10-12 человек.

Режим занятий:– занятия проводятся два раза в неделю по два часа, Продолжительность занятий -40 минут, перерыв 10 минут.

1.10. Планируемые результаты освоения программы.

Предметные:

К концу учебного года, обучающиеся будут знать:

- правила дорожного движения при езде на велосипеде;
- меры безопасности и предупреждение травматизма в велосипедном спорте.

Обучающиеся будут уметь:

- выполнять специальные упражнения, развивающие основные двигательные качества и упражнения, помогающие совершенствовать элементы техники движений;
- выполнять фигурное вождение велосипеда по отдельным препятствиям, передвижение на велосипеде по прямой линии, зигзагом;
- выполнять комплекс упражнений на развитие быстроты, ловкости, выносливости и гибкости велотуриста;
- оказывать первую доврачебную помощь при травмах и ушибах.

Метапредметные:

У обучающихся будут сформированы:

- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной деятельности;
- умения планировать, контролировать и оценивать учебные

действия в соответствии с поставленной задачей, определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- инициативность и креативность при выполнении заданий, самостоятельность и ответственность за результаты своей деятельности.

Личностные:

будут сформированы:

- эстетический вкус и умение образно воспринимать окружающую действительность;
- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной, творческой деятельности.

Раздел 2. Содержание программы.

2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Названия раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Знакомство с программой обучения.	2	2		опрос
2.	Начальная туристская подготовка	140			
2.1	Туризм в России. История и традиции.	2	2		опрос
2.2	Родной край. Туристические возможности родного края.	4	4		зачет
2.3	Проектная работа по теме «Туристические возможности родного края»	2	2		зачет
2.4	Велосипед дорожный, шоссейный, горный, класса «Turing» и его устройство	14	4	10	зачет
2.5	Туристическое снаряжение для пешеходного похода	6	4	2	зачет
2.6	Подготовка к пешеходному походу	4	2	2	опрос
2.7	Режим питания в походе	4	2	2	опрос
2.8	Привалы и ночлеги	8		8	зачет

2.9	Техника и тактика пешеходного похода	6	2	4	зачет
2.10	Топография и ориентирование на местности	6	2	4	опрос
2.11	Туристское снаряжение для походов	6	4	2	зачет
2.12	Техника и тактика велопохода	6	2	4	зачет
2.13	Обеспечение безопасности в пешеходном походе	4	4		опрос
2.14	Общая физическая подготовка туриста-спортсмена	10	6	4	зачет
2.15	Проектная работа по теме: Физическая подготовленность велотуриста	2	2		зачет
2.16	Первая доврачебная медицинская помощь в походе	10	8	2	зачет
2.17	Основы краеведческих наблюдений в походе	8	6	2	опрос
2.18	Основы правильной езды на велосипеде	20		20	зачет
2.19	Велоигры и простейшие велосоревнования	18	2	16	зачет
3	Итоговое занятие.	2	2		зачет
	Итого	144	58	86	

2.1.2. Содержание учебного плана.

1. Вводное занятие (2 ч)

Особенности работы объединения юных велотуристов. Какие нам предстоят походы (перспективы работы объединения). Знакомство с программой 1-го года обучения. Обзор туристско-краеведческой литературы.

2. Начальная туристская подготовка.

2.1. Туризм в России. История и традиции. (4ч)

Беседа о туризме. Цели и задачи самостоятельного туризма. Виды туризма и их особенности. Чем интересен и полезен велосипедный туризм. Пешие и вело походы. Нормативы на значки «Юный турист России» и «Турист России». Туристские традиции и законы. Краеведение, туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество» / «Даймохк» /, основы направления движения.

2.2. Родной край. Туристские возможности родного края. (2ч)

Географическое положение и природные особенности родного края (растительный и животный мир, почва, полезные ископаемые, рельеф, реки, озера, климат). Население края. Транспортные магистрали. Хозяйство края

(промышленные предприятия и сельские хозяйства). История края (памятники истории и культуры). Туристские походы по родному краю (наиболее интересные районы, маршруты походов, достопримечательности и музеи).

Проектная работа по теме «Туристические возможности родного края»

2.3. Велосипед дорожный, шоссейный, горный класса «Turing» и его устройство. (14ч)

Теория: Типы и марки велосипедов. Их основные характеристики. Понятие о классе велосипеда и группе велосипедных деталей и узлов. Велосипед и его основные узлы: рама, передняя вилка (передняя амортизационная вилка), руль, вынос руля, колеса, втулки, каретка и вал каретки, узел передачи, трещотка, седло, тормоза клещевого типа с центральной или боковой тягой, тормоза консольного типа, тормоза типа «Ви-брейк», дисковые тормоза, педали (педали с туклипсами и педали контактные). Уход за велосипедом и его хранение.

Практика: Разборка велосипеда и его основных узлов. Сборка. Регулировка. Смазка велосипеда.

2.4. Туристические снаряжения для пешего похода. (6ч)

Теория: Виды снаряжения. Перечень и характеристика личного и группового снаряжения для однодневного и двухдневного пешего похода. Требования к одежде и обуви. Упаковка снаряжения. Укладка рюкзака.

Практика: Проведение смотра готовности снаряжения (личного и группового) к пешему походу выходного дня.

2.5. Подготовка к пешему походу. (4ч)

Теория: Главная цель похода и его задачи. Район похода. Маршрут и картографические материалы. График похода. Личное и групповое снаряжение. Питание. Смета. Маршрутный лист. Основные обязанности в группе: командир, «завхоз» - заведующий хозяйством, «завпит» - заведующий питанием, санинструктор, реммастер – мастер по ремонту снаряжения и другие.

Практика: Определение района похода и основных пунктов маршрута. Подбор группы. Распределение обязанностей в группе.

2.6. Режим питания в походе. (4ч)

Теория: Требования к продуктам питания. Раскладка продуктовая. Подготовка, упаковка, учет и транспортировка продуктов. Хранение продуктов в походе. Водно-солевой режим в походе. Общие кулинарные правила приготовления пищи в походных условиях. Соблюдение правил гигиены при приготовлении и приеме пищи. Меры безопасности при приготовлении пищи в походных условиях.

Практика: Подготовка к походу продуктов питания (закупка, расфасовка, упаковка, распределение), приготовление пищи на костре (на примусе, на горелке).

2.7. Привалы и ночлеги (8ч)

Теория: Организация привалов (периодичность, продолжительность, выбор места, отдых на привале). Большой привал для приготовления обеда. Требования к месту бивака (дрова, вода, безопасность, эстетические и гигиенические условия). Организация бивачных работ. Виды палаток и технология их установки. Выбор места для установки палатки. Установка палаток и размещение в них. Виды и характеристика дров. Складирование дров. Работа с топором и пилой. Костер и его разведение. Типы и виды костров. Работа с костром. Дежурство у костра. Сушка одежды и обуви. Организация костровой площадки. Снятие бивака. Уборка территории лагеря. Выход на маршрут. Организация ночлега на снегу (зимой в полевых условиях). Организация ночлега в населенном пункте.

Практика: Организация учебной летней и зимней костровых площадок, установка палатки (летней двухскатной и каркасной; зимней типа «Зима»).

2.8. Техника и тактика пешего похода. (6ч)

Теория: Виды и нормы нагрузок в пешеходном походе. Дисциплина. Строй туристской группы. Темп, интервал, ритм движения. Движение на равнине и в условиях сильно пересеченной местности. Естественные препятствия и способы их преодоления (бездорожье, завалы, овраги, густые заросли, заболоченные участки и т.п.). Организация простейших переправ.

Практика: Преодоление в лесу или на учебном полигоне различных естественных препятствий, организация переправы по бревну через ручей.

2.9. Топография и ориентирование на местности. (6ч)

Теория: Компас и его устройство. Виды компасов. Правила обращения с компасом. Топографическая карта и топографические знаки. Масштаб. Виды масштабов. Измерение расстояний на карте и на местности. Рельеф и его изображение на карте. Азимут. Определение азимута и движение по азимуту. Ориентирование на местности с помощью карты и компаса.

Практика: Работа с компасом. Определение сторон горизонта с помощью компаса, определение направлений по заданным азимутам и азимутов по заданным ориентирам; прохождение лесных азимутальных участков, зарисовка топографических знаков; топографические диктанты; работа с картой – различные упражнения, измерение расстояний по карте и на местности.

2.10. Туристические снаряжения для походов. (6ч)

Теория: Перечень и характеристика личного и группового снаряжения для похода. Требования к одежде. Особенности снаряжения для организации ночлега в полевых условиях. Упаковка снаряжения. Укладка рюкзака.

Практика: Проведение смотра готовности личного и группового снаряжению к походу выходного дня.

2.11. Техника и тактика велопохода. (6ч)

Теория: Виды и нормы нагрузок в походе. Дисциплина. Походный строй. Обязанности направляющего и замыкающего. Темп, ритм, режим движения.

Техника ходьбы с рюкзаком по равнинной и пересеченной местности. Естественные препятствия и техника их преодоления (бревно, канава, завал, овраг, изгородь, водные препятствия и т.п.).

Практика: Преодоление в лесу или на учебном полигоне различных естественных препятствий, организация полевого лагеря.

2.12. Обеспечение безопасности в пешеходном походе. (4ч)

Теория: Безопасность – главное требование к организации и проведению похода. Личная ответственность руководителя за безопасность похода. Инструктаж по технике безопасности для участников похода. Основные типичные причины возникновения опасности в пешеходных и лыжных походах и меры по их предупреждению.

Практика: Отработка учебных падений при спусках, проведение викторины по технике безопасности в вопросах и ответах.

2.13. Общая физическая подготовка туриста-спортсмена. (10ч)

Теория: Физическая подготовка и ее значение для туриста. Утренняя физическая зарядка. Комплексы физической зарядки. Занятия легкой атлетикой, гимнастикой, плаванием, бегом, велоспортом. Кроссовая подготовка. Закаливание организма. Общая гигиена туриста. Нормы нагрузок в походах. Врачебный контроль и самоконтроль.

Практика: Освоение комплекса утренней физической зарядки, проведение кроссов, учебное составление дневника самоконтроля.

Проектная работа по теме: Физическая подготовленность велотуриста.

2.14. Первая (доврачебная) медицинская помощь в походе. (10ч)

Теория: Личная гигиена участников похода и ее роль в предупреждении травм и заболеваний. Значение своевременного оказания первой медицинской помощи. Основные виды травм и заболеваний в пешеходном походе. Меры оказания первой помощи. Медицинская аптечка, ее состав. Комплектование, упаковка, транспортировка аптечки. Хранение медикаментов и их использование. Санинструктор и его роль в походе.

Практика: Комплектование медицинской аптечки, учебное оказание первой доврачебной медицинской помощи при имитации простейших травм.

2.15. Основы краеведческих наблюдений в походе. (8ч)

Теория: Сбор материалов по экономике, истории, культуре и природе района похода. Наблюдения и записи во время экскурсий и встреч в соответствии с поставленной задачей и разработанной методикой. Сбор документов и реликвий. Коллекционирование. Ведение дневников наблюдений. Зарисовки. Фотографирование. Фонозапись. Приборы и оборудование для краеведческих наблюдений. Воспитание и развитие наблюдательности в походе.

Практика: Ведение записей в дневнике при наблюдениях по предложенной (разработанной) программе, простейшие зарисовки и фотографирования краеведческих объектов, памятников,

достопримечательностей. Составление типового паспорта достопримечательности.

2.16. Основы правильной езды на велосипеде. (20ч)

Теория: Установка седла и руля по росту велосипедиста. Ведение велосипеда в руках. Ведение велосипеда одной рукой за седло. Посадка велосипедиста. Способы посадки на велосипед. Прямолинейное движение на велосипеде. Сохранение равновесия на велосипеде. Положение корпуса, рук и головы при езде на велосипеде. Работа ног – педалирование. Управление велосипедом. Выполнение поворотов. Торможение. Остановка. Способы схода с велосипеда. Велопрогулки, велотренировки в парке, в лесу. Особенности езды в группе.

Практика: (на учебном велодроме в лесу, на спортивной, школьной площадке, на стадионе).

Опускание и поднятие седла, руля под рост велосипедиста, ведение велосипеда, езда на велосипеде, выполнение поворотов, торможение; велопрогулки, велотренировки в парке, в лесу. Групповая езда (езда в группе: плотной группой и в колонне по одному).

2.17. Велоигры и простейшие велосоревнования. (18ч)

Теория: Учебный велодром на пришкольном участке или в лесу. Простейшее оборудование велодрома для проведения игр и соревнований. Методика проведения велоигр. Индивидуальные и групповые велоигры. Фигурное вождение велосипеда: змейка, коридор, колея, разворот в круге, восьмерка, ворота, качели, трамплин, яма, стоп-линия и другие фигуры. Веловикторина. Велозэстафета. Велокросс. Велоориентирование. Элементы триала. Элементы велотуристского многоборья.

Практика: (на учебном велодроме).

Фигурное вождение велосипеда и велоигры. Простейшие велосоревнования. Езда в группе и велосипедные соревнования.

3. Итоговая защита проекта. (2ч)

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Виды контроля:

- Стартовый: проверка знаний проводится в начале года в форме опроса.
- Промежуточный: тесты, сдача зачетов по текущим темам.
- Итоговый: велосоревнования, велопоходы.

Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:

Методы:

- Открытое педагогическое наблюдение;
- Оценк педагога, самооценка обучающихся.

Формы:

- Тесты.
- Зачеты.
- Велосоревнования, велопоходы.

Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.

На основании планируемых результатов разработана оценочная шкала (от 1 до 3 баллов), которая соответствует уровням освоения программы. По окончании учебного года, педагог определяет уровень освоения программы обучающихся, фиксируя их в таблице, тем самым прослеживая динамику обучения, развития и воспитания.

1. Низкий уровень. Обучающиеся неуверенно формулирует правила навыков владения основами пешеходного туризма. Не владеет начальными навыками велотуризма.

Личностные качества учащегося. Обучающийся обращается за помощью только тогда, когда совсем не может выполнить задание.

2. Средний (допустимый) уровень. Обучающийся уверенно формулирует правила ТБ, хорошо владеет техникой езды на велосипеде без груза с грузом в различных дорожных условиях.

Личностные качества учащегося. Обучающийся легко общается с людьми, при затруднении не всегда обращается за помощью. Работу выполняет охотно, но ошибки исправляет только при вмешательстве педагога.

3. Высокий уровень. Обучающийся отлично знает правила ТБ, Имеет знание современной велотехники, умение разбирать, собирать и регулировать велосипед. Наличие начальных краеведческих навыков: умение наблюдать, фиксировать, изучать и делать собственные выводы при знакомстве с природой и социальной средой родного края.

Личностные качества учащегося. Обучающийся легко общается с людьми, и сам готов помочь. Работу выполняет охотно, замечает свои ошибки и самостоятельно их исправляет.

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

4.1. Материально-техническое обеспечение программы:

На занятиях кружка «Юные велотуристы», для обеспечения программы необходимы следующие материалы, оборудование, инструменты и приспособления:

1. Топор туристский - 3 шт.
2. Палатка 4 местная - 5 шт.
3. Компас жидкостный - 17 шт.
4. Пила - 2 шт.
5. Оборудование для приготовления пищи—3 шт
6. Медицинская аптечка - 17шт

7. Курвиметр–2 шт
8. Лопата складная - 2 шт.
9. Костровое оборудование (тросик, таганок, сетка) - 2 шт.
10. Радиостанции портативное - 5 шт.
11. Навигационное устройство походного типа - 2 шт.
12. Спутниковый трек – 2 шт
13. Каски – 17 шт
14. Перчатки туристские – 17 шт
15. Велосипеды – 17 шт

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Программа может быть реализована педагогом дополнительного образования, имеющим образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися.

4.3. Учебно-методическое обеспечение.

Название учебной темы	Форма занятий	Название и форма методического материала	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса
Тема 1. Вводное занятие	Групповая. Теоретическая подготовка	Презентация по теме. Инструкции по ТБ	Словесные
Тема 2. Туризм в России. История и традиции.	Групповая. Теоретическая подготовка	Презентация по теме. Дидактическое пособие: - Плакаты с изображением наглядного пособия по теме.	Словесные Наглядные.
Тема 3. Родной край. Туристические возможности родного края.	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме родной край. Карты маршрута.	Словесные Наглядные
Тема 4. Велосипед дорожный, шоссейный, горный,	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая	Презентация по теме. Дидактическое пособи: слайды по теме. Велосипед.	Словесное. Наглядные. Упражнения

класса «Turing» и его устройство	работа.		
Тема 5. Подготовка к пешеходному походу	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме	Словесные Репродуктивный
Тема 6. Туристическое снаряжение для пешеходного похода	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Дидактические пособия: Туристический инвентарь.	Словесные Наглядные
Тема 7. Режим питания в походе	Групповая. Теоретическая подготовка	=====	Словесные
Тема 8. Привалы и ночлеги	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Дидактические пособия: Туристический инвентарь.	Словесные Наглядные
Тема 9. Техника и тактика пешеходного похода	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме. Дидактические пособия: Туристический инвентарь.	Словесные Наглядные
Тема 10. Топография и ориентирование на местности	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме. Дидактические пособия: топографические карты местности	Словесные Наглядные
Тема 11. Туристское снаряжение для походов	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме. Дидактические пособия: Туристический инвентарь.	Словесные Наглядные Репродуктивный
Тема 12. Техника и тактика похода	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме.	Словесные Наглядные Репродуктивный
Тема 13. Обеспечение безопасности в	Групповая. Практическая работа.	Презентация по теме.	Словесные Наглядные Репродуктивный

пешеходном походе			
Тема 14. Общая физическая подготовка туриста- спортсмена	Групповая. Практическая работа.	=====	Словесное. Упражнения
Тема 15. Первая доврачебная медицинская помощь в походе	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме Дидактические пособия: аптечка.	Словесное Наглядные
Тема 16. Основы краеведческих наблюдений в походе	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме Дидактические пособия по теме.	Словесное Наглядные
Тема 17. Основы правильной езды на велосипеде	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме. Дидактическое пособи: слайды по теме. Велосипед.	Словесное. Наглядные. Упражнения
Тема 18. Велоигры и простейшие велосоревнования	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	=====	Словесное. Наглядные. Упражнения
Тема 19. Итоговое занятия	Групповая.	=====	Словесное

Список литературы.

Литература для педагога.

1. Куликов В.М, Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. Учебное пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2001.
2. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма; Методическое пособие/ Под общ. ред. В.Н. Кирьянова.- Москва: Издательский Дом «Третий Рим», 2005.
3. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. –М.: Академия, 2004.
4. Половцев В.Г. и др. Организация велопутешествий в школе. - Минск: Народная Асвета, 2007..
5. Остапец-Свешников АА. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2001.
6. Учебно-методический комплект «Дорожная безопасность: обучение и воспитание младшего школьника».- /Е.А. Козловская, С.А. Козловский; Под ред. В.Н. Кирьянова. - Москва: Издательский Дом «Третий Рим», 2006.

Литература, рекомендуемая учащимся и родителям.

1. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. Учебно-методическое пособие. –М.: ФЦДЮТиК, 2006.
2. Правила дорожного движения. – Москва: ЗАО «Славянский дом книги», 2009.
3. Маслов А.Г. Константинов Ю.С. Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. –М.: Академия, 2004.

Интернет ресурсы

1. <https://glonasstravel.com/destination/vidy-turizma/sport-ekstrim/veloturizm/>
2. <https://journal.tinkoff.ru/lets-go-velopvd/>

Календарный учебный график

№ п/п	Фактическая дата и время проведения занятия		Плановая дата и время проведения занятия		Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1.					Теоретическая подготовка	2	Вводное занятие. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
2.					Теоретическая подготовка	2	Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Анализ восприятия материала
3.					Теоретическая подготовка	2	Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
4.					Теоретичес	2	Масштаб, виды масштабов,	МБУ ДО	Оценка

					кая подготовка		масштабы топографических и географических карт.	«ЦДЮТ и К г.Аргуна»	навыков Тематический контроль
5.					Теоретическая подготовка	2	Стороны горизонта.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
6.					Теоретическая подготовка	2	Стороны горизонта.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
7.					Теоретическая подготовка	2	Пользование компасом в походе.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
8.					Теоретическая подготовка	2	Устройство компаса Адрианова.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический

									контроль
9.					Теоретическая подготовка	2	Устройство компаса Адрианова.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
10.					Теоретическая подготовка	2	Азимут.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
11.					Теоретическая подготовка	2	Азимут.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
12.					Теоретическая подготовка	2	Азимут.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль

17.					Теоретическая подготовка	2	Развитие велотуризма в мире и России.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
18.					Теоретическая подготовка	2	Развитие велотуризма в мире и России.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
19.					Теоретическая подготовка	2	Развитие велотуризма в мире и России.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
20.					Групповая. Теоретическая подготовка	2	Влияние занятий велотуризмом на здоровье человека.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль

21.					Групповая. Теоретическая подготовка	2	Влияние занятий велотуризмом на здоровье человека.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
22.					Групповая. Теоретическая подготовка	2	Влияние занятий велотуризмом на здоровье человека.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
23.					Групповая. Теоретическая подготовка	2	Влияние занятий велотуризмом на здоровье человека.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
24.					Теоретическая подготовка	2	Подготовка велосипеда к походу и уход за ним.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль

25.					Теоретическая подготовка	2	Подготовка велосипеда к походу и уход за ним.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
26.					Теоретическая подготовка	2	Подготовка велосипеда к походу и уход за ним.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков
27.					Групповая. Теоретическая подготовка	2	Техника езды на велосипеде.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
28.					Групповая. Теоретическая подготовка	2	Техника езды на велосипеде.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль

29.					Групповая. Теоретическая подготовка	2	Техника езды на велосипеде.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
30.					Групповая. Теоретическая подготовка	2	Техника езды на велосипеде.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
31.					Практическое занятие.	2	Особенности проведения велосипедных ПВД.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
32.					Практическое занятие.	2	Особенности проведения велосипедных ПВД.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль

33.					Практическое занятие.	2	Особенности проведения велосипедных ПВД.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
34.					Практическое занятие.	2	Правила дорожного движения.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
35.					Практическое занятие.	2	Правила дорожного движения.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
36.					Практическое занятие.	2	Правила дорожного движения.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль

37.					Практическое занятие.	2	Велоориентирование.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
38.					Практическое занятие.	2	Велоориентирование.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
39.					Практическое занятие.	2	Велоориентирование.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»	Оценка навыков Тематический контроль
40.					Теоретическая подготовка	2	Движение по дорогам с различным покрытием.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Тематический контроль

41.					Теоретическая подготовка	2	Фигурное вождение велосипеда.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
42.					Групповая. Практическое занятие.	2	Преимущества велосипедных путешествий.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
43.					Практическое занятие.	2	Техническое обслуживание велосипеда.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
44.					Практическое занятие.	2	Организация и проведение велоПВД.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль

45.					Групповая. Теоретическая подготовка	2	Совершенствование техники езды на велосипеде.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
46.					Групповая. Практическое занятие.	2	Правила дорожного движения и комментарии к ним.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
47.					Практическое занятие.	2	Техника преодоления препятствий на велосипеде.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
48.					Практическое занятие.	2	Техника преодоления препятствий на велосипеде.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль

49.					Практическое занятие.	2	Особенности ориентирования в велопоходе.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
50.					Практическое занятие.	2	Триал.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
51.					Практическое занятие.	2	Соревнования по велотуризму.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
52.					Групповая. Практическое занятие.	2	Участие в соревнованиях.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль

53.					Групповая. Практическое занятие.	2	Участие в соревнованиях.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
54.					Теоретическая подготовка	2	Соревнования по велотуризму	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
55.					Теоретическая подготовка	2	Специфика велотуризма. Особенности велопоходов с учащимися.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
56.					Теоретическая подготовка	2	Общественно полезная работа велотуристов	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль

57.					Практическое занятие.	2	Подготовка и проведение велопохода, подведение его итогов.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
58.					Теоретическая подготовка	2	Снаряжение для велопоходов.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
59.					Практическое занятие.	2	Питание в велопоходах.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
60.					Групповая. Практическое занятие.	2	Привалы и ночлеги в велопоходах	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль

61.					Групповая. Практическое занятие.	2	Привалы и ночлеги в VELOПОХОДАХ	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
62.					Практическое занятие.	2	Техника езды на велосипеде.	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
63.					Практическое занятие.	2	Преодоление препятствий Тактика велопоходов	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
64.					Практическое занятие.	2	Преодоление препятствий Тактика велопоходов	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль

65.					Групповая. Практическое занятие.	2	Обеспечение безопасности в велопоходе	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
66.					Групповая. Практическое занятие.	2	Обеспечение безопасности в велопоходе	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
67.					Проектная деятельность	2	«По родному краю на велосипедах»	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
68.					Проектная деятельность	2	«По родному краю на велосипедах»	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль

69.					Проектная деятельность	2	«По родному краю на велосипедах»	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
70.					Проектная деятельность	2	«По родному краю на велосипедах»	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
71.					Проектная деятельность	2	«По родному краю на велосипедах»	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль
72.					Проектная деятельность	2	«По родному краю на велосипедах»	МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргун»	Оценка навыков Тематический контроль