МУ «Департамент образования г.Аргун»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования.
«Центр детско-юношеского туризма и краеведения г.Аргуна»

Принята на заседании
педагогического совета
от «28»_____08_____2018 г.
Протокол № ___01___

Утверждаю
Директор МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»
_____Ш.М.Кураев
Пр. №___ от «01»_____09_____ 2018 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Юный турист-краевед»

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Уровень программы – стартовый, базовый

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

Составитель: Махматгурзиева Мадина Супьяновна, методист МБУ ДО «ЦДЮТ и К г.Аргуна»

г. Аргун
2018 г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

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

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

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

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

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

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

1.2. **Направленность** – физкультурно-спортивная. Программа направлена на активное изучение и расширение знаний и физическому развитию, укреплению здоровья, где помогают познавать и понимать природу, Направлена на развитие познавательных, исследовательских навыков обучающихся по изучению природы, истории, культуры родного края, привлечение обучающихся к социальным инициативам по охране природы, памятников культуры среды проживания, поисковые работы малоизвестных фактов истории родного края, экскурсионная, музейная, архивная, экспедиционная работа. На участвовие в городских соревнованиях по спортивному ориентированию, экологических акциях и пропагандировать экологическую культуру среди местного населения.

1.3. **Уровень освоения программы – базовый** направлен на получение базовых знаний: для ознакомления с видами и способами применения снаряжения, умениями по установке палаток, быстрых и безопасных способах разведения костра, предусматривается выявление творческих личностных способностей и возможностей обучающихся. Определение начального общего уровня физического и функционального развития.

1.4. **Актуальность программы** заключается в том, что туристско-краеведческая деятельность сочетает в себе активный здоровый отдых, обучает навыкам выживания в окружающей среде, оказанию первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях, что ставит ее вряд наиболее эффективных средств комплексного воспитания подрастающего поколения.

Программа предназначена для педагогов дополнительного образования, учителей общеобразовательных учреждений.

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

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

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

1.6. <u>Категория учащихся</u>

Программа рассчитана на детей 11-14 лет.

Группа первого года обучения комплектуется из учащихся 6-8 классов, не имеющих специальных знаний и навыков практической работы.

В группе второго года обучения деятельность обучающихся имеет определенную направленность, что требует от них некоторых специальных знаний, умений и навыков. Программа рассчитана на учащихся 7-9 классов.

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

1.7. Сроки реализации и объем программы.

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

- 1-й год обучения – 216 часа;
- 2-й год обучения – 216 часов.

1.8. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

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

Режим занятий:

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

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

Продолжительность занятий –40 минут, перерыв 10 минут.

1.9. Цель программы:

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

1.10. Задачи программы:

Обучающая:

- Познакомить обучающихся с системой знаний по основным видам спасательных действий человека в экстремальной ситуации;
- Совершенствовать умения и навыки необходимые юному спасателю;
- Содействовать приобщению детей к вопросам личной и коллективной безопасности, заинтересованности в предотвращении чрезвычайных ситуаций, оказанию само и взаимопомощи, умелым и быстрым действиям в любой ситуации;

- Содействовать в приобретении детьми навыков противодействия опасным и вредным факторам природного, социального и медицинского характера;
- Содействовать в реализации президентских, правительственных и региональных программ, направленных на обеспечение экологической, медицинской и информационной безопасности;
- Расширить кругозор в области спасательной деятельности, туризма, краеведения.

Развивающие:

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

Воспитательные:

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

1.11. Ожидаемые результаты освоения программы 1 года обучения по данной программе

знать:

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

уметь:

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

Ожидаемые результаты освоения программы 2 года обучения по данной программе

знать:

- последовательность подготовки к походу, цели и задачи походов;
- природные особенности своего края;
- особенности зимнего похода;
- основные правила движения группы на маршруте;
- основные требования к месту для бивака;
- знать технику безопасности при проведении похода;
- основные типы костров и их назначение;
- правила разведения костра в зимнюю погоду;
- основные требования к продуктам, используемым в походе;
- правила хранения продуктов в походе;

- правила оказания первой доврачебной помощи при рассмотренных заболеваниях и травмах;
- способы транспортировки пострадавшего;
- порядок изготовления носилок и положение;
- общие характеристики естественных препятствий, способы их преодоления, меры безопасности.

уметь:

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

Раздел 2. Содержание программы.

2.1. Учебный (тематический) план

1 год обучения:

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:		Форма аттестации/ контроля
			Теоретические	Практические	
1.	I. Введение.	4	4	-	Наблюдение опрос
2.	II. Краеведение и экология.	12	4	8	Наблюдение игра
3.	III. Топографическая подготовка.	20	6	14	входной контроль, зачет
4.	IV. Ориентирование.	16	4	12	Наблюдение игра поход
5.	V. Начальная туристская подготовка.	36	16	20	опрос. тестирование
6.	VI. Личная гигиена туриста и первая доврачебная помощь.	30	14	16	викторина
7.	VII. Азбука туризма	26	6	20	Мини – соревнования, зачет
8.	VIII.Туристическое снаряжение.	20	8	12	Наблюдение поход
9.	IX. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка	40	10	30	Зачёт по технике преодоления препятствий
10.	X. Туристские слеты и соревнования.	8	2	6	Тестирование уровня физической подготовки
11.	XI. Организация и проведение туристских походов и выездов.	4	-	4	Зачетные соревнования

	Итого часов:	**216**	**74**	**142**	

2.2. Содержание учебного плана 1 года обучения

I. Тема: Введение. (4 ч.):

Теория:

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

II. Тема: Краеведение и экология. (12 ч.).

Теория: История края, памятные исторические места. Памятники природы, истории и культуры. Природный кодекс туриста. Законы общения с природой, принцип «не навреди», необходимость сохранения природы.

Практика:

Знакомство с картой республики. Охрана природы. Закон об охране природы. Природные условия. Роль туристов в охране природы. «Путешествия» по карте. Подготовка и заслушивание докладов кружковцев о природе и достопримечательностях края. Проведение краеведческих викторин.

III. Тема: Топографическая подготовка. (20 ч.).

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

Практика:

Зачет по Понятиям топографической карты, ее значение для туристов.

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

IV. Тема: Ориентирование (16 ч.)

Теория:

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

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

Практика:

Опрос по ориентированию (горизонт, азимут). Тестирование уровня подготовки по компасу, работа с компасом. Опрос: типы компасов. Опрос: «Ориентир, что может служить ориентиром». Движение по азимуту, его применение. Определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Опрос по ориентированию с помощью карты в походе. Движение по азимуту в походе. Разработка маршрута туристского похода по топографической карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.

V. Тема: Начальная туристская подготовка (36 ч.)

Теория:

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

Практика:

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

VI. Тема: Личная гигиена туриста и первая доврачебная помощь (30 ч.).

Теория:

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

Практика:

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

VII. Тема: Азбука туризма (26 ч.).

Теория:

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

Практика:

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

VIII. Тема: Туристическое снаряжение. (20 ч.).

Теория:

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

Практика:

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

IX. Тема: Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка (40 ч.).

Теория:

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

Практика:

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

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

Теория:

Подготовка к слету.

Практика:

Подготовка к слету.

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

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

Практика:

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

2.3. Календарный учебный график.
1 год обучения

№ п/п	Дата проведения занятий	Время проведения занятия	Тема занятий	Количество часов		Форма занятий	Форма контроля	Примечание
				Теория	Практика			
Сентябрь								
I. Введение (4 ч.)				4				
1.			Знакомство с ребятами. Виды туризма. Формы туризма. Вводный инструктаж по технике безопасности.	2		Беседа, знакомство	наблюдение, опрос	
2.			Спорт и туризм	2		беседа практика	наблюдение, опрос	
II. Краеведение и экология. (12 ч.)				4	8			
3.			Изучение истории своего населенного пункта	2		Лекция, беседа	объяснение опрос	
4.			Охрана природы. Закон об охране природы.		2	практика	наблюдение, опрос	
5.			Природные условия.		2	практика игра	наблюдение опрос	
6.			Памятники истории и культуры.	2		лекция, беседа	наблюдения, опрос	
7.			Роль туристов в охране природы.		2	практика игра	наблюдение, опрос	
8.			Природный кодекс туриста. Законы общения с природой, принцип «не навреди», необходимость сохранения природы.		2	практика	наблюдение, опрос	

III. Топографическая подготовка (20 ч.)				**6**	**14**			
9.			Понятие топографической карты, ее значение для туристов.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
10.			Понятие топографической карты, ее значение для туристов.		2	Практика, виктоина	наблюдение, опрос	
11.			Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт.	2		практика, экскурсия		
12.			Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт.		2	практика	Тестирование уровня подготовки.	
			Всего: 24	**12**	**12**			
Октябрь								
13.			Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте.		2	практика	Наблюдение, опрос.	
14.			Условные знаки. Понятие о топографических знаках.		2	практика, входной контроль	Зачет, тестирование	
15.			Изучение топознаков по группам. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.		2	практика	Наблюдение, опрос.	
16.			Рельеф. Способы изображения рельефа на картах.	2		Беседа, практика	объяснение опрос	
17.			Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.		2	лекция, беседа	наблюдение, опрос	

18.			Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков		2	игра	наблюдение, опрос	
IV. Ориентирование (16 ч.)				**4**	**12**			
19.			Ориентирование по горизонту, азимут.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
20.			Компас, работа с компасом.		2	практика	Тестирование уровня подготовки	
21.			Типы компасов.		2	практика	наблюдение, опрос	
22.			Ориентир, что может служить ориентиром. Движение по азимуту, его применение.		2	беседа практика	наблюдение, опрос	
23.			Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.		2	лекция, беседа практика	наблюдение, опрос	
24.			Ориентирование с помощью карты в походе. Движение по азимуту в походе.	2		лекция, беседа практика	наблюдение, опрос опрос.	
			Всего: 24	**6**	**18**			
Ноябрь								
25.			Разработка маршрута туристского похода по топографической карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика.		2	лекция, беседа практика	наблюдение, опрос	
26.			Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.		2	практика	Контрольный поход с картой и компа-сом.	
V. Начальная туристская подготовка (36 ч.)				**16**	**20**			

27.			Выбор целей и задач; района и маршрута походов. Правила организации и проведения туристских походов. "Инструкция".	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
28.			Определение цели и района похода. Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися.	2		лекция, беседа		
29.			составление плана подготовки похода, сметы расходов, разработка маршрутов и планов-графиков. Кодекс Туриста.		2	практика лекция,	наблюдение, опрос	
30.			Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий. Распределение обязанностей в группе.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
31.			Спортивное и краеведческое содержание похода. Составление плана подготовки похода.		2	практика	наблюдение, опрос	
32.			Укладка рюкзака. Типичные ошибки при укладке рюкзака. Ознакомление с обязанностями команды. Дисциплина в походе.		2	практика	опрос.	
33.			Разработка маршрута, составление плана подготовки похода.		2	практика	Тестирование уровня подготовки.	
34.			Режим ходового дня. Хронометраж движения. Подбор группы. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения. Типичные ошибки туристов при укладке рюкзака.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
35.			Главные требования к предметам снаряжения. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения.		2	практика практика	опрос. тестирование	

36.			Туристская группа на экскурсии и в походе.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос.	
37.			Укладка рюкзака. Типичные ошибки при укладке рюкзака.		2	практика	Тестирование уровня подготовки.	
			Всего: 26	**10**	**16**			
Декабрь								
38.			Туристская палатка, виды палаток. Устройство, правила установки и снятия, уход и хранение палатки. Сообщение о вариантах зачетного похода	2		лекция, беседа, доклад	наблюдение, опрос	
39.			Установка палатки в обычных условиях и на скорость.		2	практика	Наблюдение, опрос	
40.			Установка палатки в обычных условиях и на скорость.		2	Игры и упражнения	Зачет	
41.			Спортивное и краеведческое содержание похода. Личное снаряжение и уход за ним.	2		Беседа, практика	наблюдение, опрос	
42.			Основные типы узлов. Назначение узлов. Способы вязки простых узлов	2		Беседа, практика	Наблюдение	
43.			Вязка узлов на время.		2	практика	опрос	
44.			Техника пешеходного туризма		2	Беседа, практика	наблюдение, опрос	
VI. Личная гигиена туриста и первая доврачебная помощь (30 ч.)				**14**	**16**			
45.			Личная гигиена туриста	2		Беседа, практика	наблюдение, опрос	
46.			Оказание первой доврачебной помощи	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	

47.			Личная гигиена туриста. Оказание первой доврачебной помощи		2	практика	наблюдение, опрос	
48.			Индивидуальный медицинский пакет туриста. Первая медицинская помощь при различных заболеваниях и травмах.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
49.			Индивидуальный медицинский пакет туриста. Первая медицинская помощь при различных заболеваниях. Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды.		2	практика	наблюдение, опрос	
50.			Примерный состав походной аптечки. Значение своевременного оказания доврачебной помощи.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
			Всего: 26	**14**	**12**			
Январь								
51.			Материалы для обработки ран и наложения повязок.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
52.			Обработка небольших ран, наложение повязок.		2	Викторина	наблюдение, опрос	
53.			Оказание первой доврачебной помощи. Индивидуальная и групповая медицинские аптечки.		2	практика	опрос викторина	
54.			Способы транспортировки пострадавшего	2		лекция, беседа	Опрос, викторина	
55.			Способы транспортировки пострадавшего		2	практика	Опрос, викторина	
56.			Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок. Игра «Айболит»	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	

57.			Способы транспортировки пострадавшего. Игры		2	практика	наблюдение, опрос	
58.			Организация транспортировки пострадавшего. Игры		2	практика	наблюдение, опрос	
59.			Обработка и перевязка ран, наложение жгута. Конкурс на лучшего санитара группы.		2	практика	Опрос, тестирование	
VII. Азбука туризма (26 ч.)				**6**	**20**			
60.			Пешеходный туризм	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
			Всего:20	8	12			
Февраль								
61.			Пешеходный туризм		2	практика	опрос	
62.			Пешеходный туризм		2	практика	опрос	
63.			Полоса препятствий пешеходного туризма		2	практика	Тестирование уровня физической подготовки	
64.			Полоса препятствий пешеходного туризма		2	практика	опрос	
65.			Полоса препятствий пешеходного туризма		2	практика	опрос	
66.			Полоса препятствий пешеходного туризма		2	практика	опрос	
67.			Полоса препятствий пешеходного туризма		2	практика	Тестирование уровня физической подготовки	
68.			Одевание обвязок. Основы работы на переправах.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
69.			Одевание обвязок. Основы работы на		2	практика	опрос	

			переправах.					
70.			Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров.	2		лекция, беседа	опрос	
71.			Участие в соревнованиях по ориентированию.		2	практика	опрос	
72.			Участие в личных зачетах по прохождению дистанции. Правила преодоления туристской полосы.		2	практика	Мини – соревнования, зачет	
			Всего: 24	**4**	**20**			
Март								
73.			Походы по маршрутам.		2	Практика, промежуточный	Зачетные походы	
VIII. Туристическое снаряжение (20 ч.)				**8**	**12**			
74.			Типы различных видов снаряжения Требование к снаряжениям	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
75.			Типы рюкзаков, спальных мешков их достоинства и недостатки.		2	беседа практика	наблюдение, опрос	
76.			Правила укладки рюкзака. Уход за снаряжением и ремонт.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
77.			Правила укладки рюкзака. Уход за снаряжением и ремонт.		2	практика	опрос	
78.			Знакомство со специальным снаряжением	2		лекция, беседа практика	наблюдение, опрос	
79.			Подготовка к походу.		2	практика	наблюдение, опрос	
80.			Укладка рюкзака.		2	практика	наблюдение, опрос	
81.			Установка различных видов палаток. Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	

82.			Установка различных видов палаток. Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути.		2	практика	опрос	
83.			Поход по заданному маршруту		2	практика	опрос	
IX. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка (40 ч.)				**10**	**30**			
84.			Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Значение всесторонней физической подготовки.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
85.			Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Значение всесторонней физической подготовки.		2	практика практика	опрос зачет	
			Всего: 24	**10**	**14**			
Апрель								
86.			Общая физическая подготовка.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
87.			Подвижные игры и эстафеты		2	практика	зачет	
88.			Подвижные игры и эстафеты		2	практика	опрос	
89.			Общие основы спортивной тренировки.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
90.			Общие основы спортивной тренировки.		2	практика	наблюдение, опрос	
91.			Маршевая подготовка.		2	практика	наблюдение, опрос	
92.			Маршевая подготовка.		2	практика	наблюдение, опрос	
93.			Маршевая подготовка.		2	практика	опрос	

94.			Маршевая подготовка.		2	практика	Тестирование уровня подготовки.	
95.			Знакомство с приемами техники бега в лесу, по пересеченной местности. Закаливание, комплекс утренней зарядки.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
96.			Поход по разработанному туристическому маршруту. Установка палаток.	2		лекция, беседа	наблюдение, опрос	
97.			Специфические особенности техники бега в лесу, по пересеченной местности.		2	практика	Зачёт по технике преодоления препятствий	
			Всего: 24	**8**	**16**			
Май								
98.			Спортивная ходьба, кроссы.		2	практика	Проведение соревнований	
99.			Эстафета.		2	практика практика	наблюдение соревнование	
100.			Экскурсия		2	практика	наблюдение, опрос	
101.			Экскурсия		2	практика	наблюдение, опрос, зачет	
102.			Поход по разработанному туристическому маршруту.		2	практика	наблюдение, опрос	
103.			Установка палаток. Размещение вещей в них. Правила поведения в палатке.		2	лекция, беседа	наблюдение, опрос	
X. Туристские слеты и соревнования (8 ч.)				**2**	**6**			

104.			Подготовка к слету.	2		беседа	наблюдение, опрос	
105.			Подготовка к слету.		2	практика	наблюдение, опрос	
106.			Подготовка к слету.		2	практика	наблюдение, опрос	
107.			Подготовка к слету.		2	практика	Тестирование уровня физической подготовки	
XI. Организация и проведение туристских походов и выездов (4 ч.)					**4**			
108.			Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников.		2	лекция, беседа практика	наблюдение, опрос	
109.			Зачетные соревнования.		2	Практика, итоговый	Зачетные соревнования	
			Всего: 24	**2**	**22**			
			Итого часов: 216					

Раздел 3. Содержание программы.
2.1. Учебный (тематический) план
2 год обучения:

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:		Форма аттестации/ контроля
			Теоретические	Практические	
1.	I. Вводное занятие.	3	3	-	Наблюдение опрос
2.	II. Окружающая среда и факторы опасности	3	3	-	Наблюдение игра
3.	III. Экстремальные природные ситуации	9	9	-	входной контроль, зачет
4.	IV. Снаряжение	12	3	9	Наблюдение игра поход
5.	V. Аварийный бивак.	21	3	18	опрос. тестирование
6.	VI. Обеспечение питанием в походе	15	6	9	викторина
7.	VII. Доврачебная помощь силами группы	15	6	9	Мини – соревнования, зачет
8.	VIII. Ориентирование в сложных условиях Ориентирование по компасу.	27	6	21	Наблюдение поход
9.	IX. Техническая подготовка	30	9	21	Зачёт по технике преодоления препятствий
10.	X. Физическая подготовка	21	12	9	Наблюдение опрос
11.	XI. Туристские соревнования и слеты	30	3	27	Наблюдение игра
12.	XII. Подготовка и отработка навыков туристской техники.	6	3	3	Тестирование уровня физической подготовки
13.	XIII. Краеведческая и общественно-полезная работа	24	6	18	Зачетные соревнования
	Итого часов:	**216**	**72**	**144**	

3.1. Содержание учебного плана

I. Тема: Вводное занятие. Туристско-экскурсионные возможности родного края (3ч.)

Теория:

1. особенности географии края.
2. Географическое прошлое и рельеф.
3. Климат.
4. Основные реки и водоемы.
5. Исторические и культурные памятники.
6. Возможные экскурсии и походы по краю.

II. Тема: Окружающая среда и факторы опасности (3 ч.).

Теория:

1. субъективные и объективные опасности.
2. Опасности, обусловленные природой гор
3. Климат и погода горных районов.
4. Стихийные бедствия и аномальные климатические явления.
5. Опасности, связанные с действиями человека.

III. Тема: Экстремальные природные ситуации (9 ч.).

Теория: определение экстремальной ситуации. Условия ее возникновения. Степень экстремальности.

Поведение человека в экстремальной ситуации. Практика: анализ экстремальной ситуации.

План действия и выход из экстремальной ситуации. Сигналы бедствия.

Зачет.

IV. Тема: Снаряжение (12 ч.).

Теория:

1. Подбор снаряжения для похода.
2. Требование к личному, общественному и специальному снаряжению.
3. Особенности снаряжения для походов в различные времена года.
4. Личное снаряжение, одежда и обувь туриста в дальнем походе; типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на лямках, изготовление непромокаемого вкладыша).
5. Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, рукавицы, свитер, сменная обувь, белье, носки);
6. предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка).

Практика:

1. Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности.
2. Типы палаток;
3. как подготовить палатку к походу (конструкция стоек, колышки, веревки, амортизаторы, тенты, полог, подстилка, проклеивание швов).

4. Упаковка и переноска палаток.
5. Сушка и проветривание палаток в пути.
6. Обязанности старосты по палатке.
7. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хознабор): таганок, крючки, цепочки, рукавицы, сухое горючее, растопка, неприкосновенный запас спичек, ножи разные, клеенка столовая, фанерка, половник, мочалки, мыло и горчица сухая, веревка, палка для развешивания, соль.
8. Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды.
9. Топоры, пилы. Как заточить и развести пилу.
10. Документы, инструменты, основная и вспомогательная веревки, фотоаппараты, рыболовные принадлежности, фонари.
11. Обязанности завхоза группы по снаряжению. Состав и назначение ремнабора, обязанности «реммастера» до и во время похода.
12. Особенности снаряжения для зимнего похода. Специальное снаряжение группы для производства краеведческих работ.

V. Тема: Аварийный бивак (24 ч.).

Теория:

1. Причины аварийности в пешеходных походах и их профилактика: роль объективных и субъективных факторов в возникновении аварийных ситуаций.
2. Требования к биваку. Выбор места.
3. Оборудование бивака. Бивак из подручных средств.

Практика:

1. Построение защиты от ветра, дождя, снега.
2. Подбор древесины для костра.
3. Типы костров и их характеристика.
4. Разведение костра без спичек.
5. Поведение группы на аварийном биваке.
6. Снятие лагеря в аварийном случае.

VI. Тема:Обеспечение питанием в походе (15 ч.).

Теория:

1. Значение правильной организации питания в сложных условиях.
2. Энергетические затраты и их компенсация.
3. Витамины. Белки, жиры, углеводы. Характеристика некоторых продуктов питания. Водно-солевой режим.

Практика:

1. Способы добычи и обеззараживания воды.
2. Нетрадиционные формы питания.
3. Съедобные растения.
4. Зачет.

VII. Тема: Доврачебная помощь силами группы (15 ч.).

Теория:

1. Характерные заболевания, их симптомы и лечение.
2. Первая помощь при травмах.

Практика:

1. Наложение повязок, шин.

2. Оказание первой помощи при различных травмах.
3. Заготовление носилок, транспортировка пострадавшего.
4. Применение дикорастущих лекарственных растений.
5. Тестирование по оказанию ПДП.

VIII. Тема: Ориентирование в сложных погодных условиях.

Ориентирование по компасу (27 ч.).

Теория:

1. Стороны горизонта. Устройство компаса Адрианова.
2. Пользование компасом в походе. Азимут.
3. Определение азимута по карте и на местности, азимутальное кольцо (чертеж).
4. Определение азимута на заданный ориентир, движение группы по азимутам на заданное расстояние.
5. Определение сторон горизонта по солнцу, звездам и местным признакам. работа с картой и компасом.

Практика:

1. Ориентирование без карты и компаса, по часам.
2. Ориентирование без карты и компаса, рельефу, природным объектам. Практическое ориентирование в сложных условиях.
3. Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам.
4. Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка).
5. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния.
6. Глазомерная оценка расстояний до предметов.
7. Особенности ориентирования в горной и лесной местности, при сложных метеорологических условиях.
8. Действия группы при потере ориентировки.
9. Участие в мини-соревнованиях.

IX. Тема: Техническая подготовка (30 ч.).

Теория:

1. Тактика и техника в пешеходном туризме.
2. Движение на маршруте по тропам.
3. Принцип экономии сил. Движение на подъемах и спусках различной крутизны и твердости грунта.
4. Работа с альпенштоком.

Практика:

1. Преодоление завалов, скопления валунов, ям, канав.
2. Водные переправы. Движение по лесу.
3. Узлы их группы и применение.
4. Работа на склонах различной крутизны.
5. Основы работы на скальном участке.
6. Зачетный поход с элементами соревнования.

X. Тема: Физическая подготовка (21 ч.).

Теория:

1. Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.
2. Костно-связочный аппарат.
3. Мышцы, их строение и взаимодействие.
4. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система.
5. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен.
6. Органы пищеварения и обмен веществ.
7. Нервная система – центральная и периферическая.
8. Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровье, работоспособности.
9. Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом.
10. Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом.
11. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.
12. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке

Практика:

1. Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.
2. Значение физической подготовки при работе в экстремальной ситуации.
3. Специальная физическая подготовка к походу.
4. Закаливание организма.

XI. Тема: Подготовка к соревнованиям и отработка навыков туристской техники (6 ч.).

Теория:

1. Узлы. Одевание обвязок.
2. Основы работы на переправах. Виды переправ.
3. Правила постановки дистанции 1 класса. Безштрафовая система.
4. Правила преодоления туристской полосы.

Практика:

1. Постановка дистанции, мини-соревнования между командами.
2. Участие в личных зачетах по прохождению дистанции.

XII. Тема: Туристские соревнования и слеты (30 ч.).

Теория:

1. Положение о слете, соревновании.
2. Подготовка к Республиканским соревнованиям. Система штрафов.

Практика:

1. Работа секретариата. Обязанности судьи на этапе.
2. Судейство технических этапов.
3. Республиканский туристско-краеведческий Слет.
4. Соревнования по пешеходному туризму (дистанция пешеходная) 1 класс Центра детско-юношеского туризма и краеведения.
5. Зачетные соревнования.

XIII. Тема: Краеведческая и общественно-полезная работа (24ч.).

Теория:

1. Формы общественно-полезной деятельности туристов.
2. Краеведческая работа.
3. Сбор материалов.

Практика:

1. Исследование природных и исторических объектов.
2. Составление описания. Экологическая работа.
3. Выполнение зачетной работы.
4. Участие в соревнованиях, конкурсах, конференциях, Слетах по туризму, спортивному ориентированию; оформление краевой краеведческой картотеки; степенные и категорийные и некатегорийные походы (подготовка и проведение; конкурс отчетов) и пр.

3.2. Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:

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

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

3.3. Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.

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

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

Личностные качества учащегося.

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

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

Личностные качества учащегося.

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

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

Личностные качества учащегося.

Обучающийся умеет самостоятельно приобретать необходимые знания, творчески мыслить, выдвигать новые идеи, грамотно работать с информационными источниками. Есть стремления к

саморазвитию, самопознанию, коммуникабелен. Работу выполняет охотно, сам замечает свои ошибки и самостоятельно их исправляет.

3.4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

Материально-техническое обеспечение программы
- учебный кабинет, оборудованный в соответствии с санитарными нормами: столы, стулья, классная доска, шкафы для хранения учебной и методической литературы, наглядных пособий, туринвентарь и тд.

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

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

Кадровое обеспечение программы
Программа реализуется одним педагогом дополнительного образования……

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

4.1. Материально-техническое обеспечение программы.

Материально-техническое обеспечение программы:
- помещение: учебный кабинет, рассчитанный на учебную группу от 15 чел, парты, стулья из расчета на каждого учащегося.

учебно-наглядные пособия;
-раздаточный дидактический материал для индивидуального работы ребенка;
-мультимедийные технические средства;

Материалы и инструменты:
Картон, цветная бумага, белая бумага, клей ПВА, цветные карандаши, краски, пластилин, альбом, крашеная манная крупа, ножницы, лупа, природный материал.

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Программа может быть реализована одним 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. Краеведение и экология.	Теоретическая подготовка. Практическая работа.	• Экологическая игра Тематический лекционный материал	Словесные Наглядные
Тема 3. Топографическая подготовка	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Тематический лекционный материал Экскурсия поход по маршруту. <u>Дидактические пособия:</u> Учебно-игровая программа.	Словесные Наглядные Репродуктивный
Тема 4. Ориентирование.	• **коллективные** (лекция, беседа, дискуссия, **групповые** (обсуждение проблемы в группах, решение задач в парах • Комбинированные тематические занятия	краеведческие игры. <u>Дидактические пособия:</u> электронные учебные пособия; • Тематический лекционный материал с просмотром иллюстраций. конкурс	**словесный (наглядный частично-поисковый.**
Тема 5. Начальная туристская подготовка.	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа	Поход по плану <u>Дидактические пособия:</u> • карты, таблицы, палатки, узлы, справочник, компас; • теоретические материалы формате; • наглядное пособие. • Туристические снаряжения	• **Словесный** • **Наглядный** • **частично-поисковый,** • самостоятельная работа.
Тема 6. Личная гигиена туриста и первая доврачебная помощь.	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа	Викторина. <u>Дидактические пособия:</u> • Игры на местности по теме: Организация транспортировки пострадавшего. занятия.	• **словесный** • **наглядный частично-поисковый.** зачет
Тема 7. Азбука туризма	• Групповая, индивидуальная. • Теоретическая подготовка. • Практическая работа.	соревнования по ориентированию. <u>Дидактические пособия:</u> • Игры на местности по теме: Организация транспортировки пострадавшего.	• **словесный** • **наглядный частично-поисковый.**
Тема 8. Туристическое снаряжение.	• Комбинированные тематические занятия	Поход по заданному маршруту <u>Дидактические пособия</u> • Словесный, наглядный, демонстрационный	Рассказ, объяснение, беседа, создание ситуации

		игровой • Знакомство со специальным снаряжением • Установка различных видов палаток. Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути.	новизны, успеха, доклады, проведение конкурсов, экскурсия
Тема 9. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка	• Комбинированные тематические занятия	Маршевая подготовка. Поход по разработанному туристическому маршруту. Эстафета. Подвижные игры и эстафеты Спортивные тренировки. • Поход по разработанному туристическому маршруту. Установка палаток.	Рассказ, объяснение, игра, практическая деятельность, групповая работа проведение конкурсов, мозговой штурм
Тема 10. Туристские слеты соревнования	• Групповая, индивидуальная. • Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Подготовка к слету.	групповая работа проведение соревнований
Тема 11. Организация проведение туристских походов выездов.	• Групповая, индивидуальная. • Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников. Зачетные соревнования.	зачет

4.4.Материально-техническое обеспечение для успешного выполнения программы

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

Туристское снаряжение:

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

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

Дидактический материал в электронном виде, раздаточный материал

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

Список литературы для преподавателя:

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

Список литературы для учащихся

1. Борисов В.И. Занимательное краеведение. Краснодар, Кн. изд., 1969.
2. Канонников А.М. Природа Кубани и Причерноморья. Краснодар, 1977.
3. Ковешников В.Н. Очерки о географических названиях Краснодарского края. Краснодар, КрайСЮТур, 1999.
4. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. М., «Толк», 1996.
5. Расторгуев М. Ситникова С. Карабинные узлы. М., «Кроу лимитед», 1995.
6. Туристская игротека, под ред. Константинова Ю.С. М.,ВЛАДОС 2000.
7. Фредерик Лисак «Горы». М., АСТ. Астрель, 2003.
8. Энциклопедия туриста. М., 1993.