РЕСПУБЛИКА КРЫМ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ «ЦЕНТР ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И КРАЕВЕДЕНИЯ»

ПРИНЯТО
Методическим советом
ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК»
от «30» июня 2026 г.
Протокол № 3

СОГЛАСОВАНО
_____
_____
_____
_____
«___» _____ 2026 г.
м.п.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК»
_____ Е.А. Осокина
«01» сентября 2026 г.
м.п.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Туристский клуб «Привал»

Направленность	туристско-краеведческая
Срок реализации программы	4 года, 6 часов
Вид программы	модифицированная
Уровень	разноуровневая
Возраст обучающихся	9-17 лет
Составитель	Пошивальник А.С., педагог дополнительного образования

г. Симферополь
2026 г.

РЕСПУБЛИКА КРЫМ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«ЦЕНТР ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И КРАЕВЕДЕНИЯ»

ПРИНЯТО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
Методическим советом	_____	Директор
ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК»	_____	ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК»
от «30» июня 2026 г.	_____	Е.А. Осокина
Протокол № 3	_____	
	«01» 09. 2026 г.	«01» сентября 2026 г.
	м.п.	м.п.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Туристский клуб «Привал»

Направленность	туристско-краеведческая
Срок реализации программы	4 года, 6 часов
Вид программы	модифицированная
Уровень	разноуровневая
Возраст обучающихся	9-17 лет
Составитель	Пошивальник А.С., педагог дополнительного образования

г. Симферополь
2026 г.

Оглавление

Раздел № 1. Пояснительная записка 3

Раздел № 2. Учебный план 12

Раздел № 3. Календарный учебный график 27

Раздел № 4. Содержание программы 28

Раздел № 5. Воспитание 78

Раздел № 6. Планируемые результаты 85

Раздел № 7. Ресурсное обеспечение 88

7.1. Кадровое обеспечение 88

7.2. Материально-техническое обеспечение 88

7.3. Методическое обеспечение 88

Раздел № 8. Список литературы 93

Раздел № 9. Приложения 98

9.1. Оценочные материалы 98

9.2. Методические материалы 102

9.3. Календарно-тематическое планирование 123

9.4. Лист корректировки программы 141

Раздел № 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Туристский клуб «Привал»» ориентирована на работу с детьми в области спортивного туризма и краеведения. В результате освоения программы обучающиеся будут знать основы организации походов выходного дня и многодневных выходов, уметь применять навыки работы со снаряжением, первой помощи, а также работы в команде, научатся ориентироваться при помощи карты и компаса, а также освоят технику пешеходного туризма и спелеотуризма, скалолазания и альпинизма.

Программа соответствует туристско-краеведческой направленности.

При разработке программы учтены требования следующих документов:

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

— Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;

— Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных услуг) в социальной сфере»;

— Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;

— Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

— Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»»;

— Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН

1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»»;

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

— Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;

— Приказ Минобрнауки России № 882 и Минпросвещения России № 391 от 05.08.2020 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

— Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»»;

— Закон Республики Крым от 06.07.2015 № 131-ЗРК/2015 «Об образовании в Республике Крым»;

— Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

— Приказ Министерства образования, науки и молодёжи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

— Приказ Министерства образования, науки и молодёжи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»»;

— Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с

«Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей»);

— Методические рекомендации для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями), письмо Минпросвещения России от 31.07.2023 № 04-423 «Об исполнении протокола»;

— Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 № ТС 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

— Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»»;

— Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 23.01.2026 г. № АБ254/06 «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в части интеграции с учебными предметами «Труд (технология)», «Музыка», «Изобразительное искусство», «Физическая культура»»»;

— иные нормативные акты в области образования;

— Устав ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК»;

— локальные акты ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК».

Программа предусматривает 864 учебных часа (216 учебных часов в каждый год обучения), срок освоения 4 года.

Уровень программы – разноуровневая:

1 год – ознакомительный (стартовый) уровень. Стартовый уровень предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программ. Направлен на формирование знаний на репродуктивном уровне — воспроизведение, понимание, запоминание программного материала, выполнение типовых заданий, заданий по образцу.

2-3 год – базовый уровень. Предполагает удовлетворение познавательного интереса обучающего, расширение его информированности, обогащении практических умений и навыков в определенной образовательной области. Направлен на анализ осуществляемой деятельности (осознание принципа построения целого, выявления взаимосвязи компонентов), формирование функциональной грамотности и выполнение конкретных практических действий с изучаемыми объектами.

4 год – продвинутый уровень. Предполагает развитие компетенций в туристско-краеведческой направленности на уровне младших инструкторов (с возможностью практического наставничества). Предполагает углубленное изучение содержания программы и доступ к околопрофессиональным и профессиональным знаниям.

Форма обучения – очная.

Форма реализации – сетевое взаимодействие

Цель программы: создание оптимальных условий для всестороннего развития личности обучающихся, комплексного формирования знаний, умений, навыков в области туризма и краеведения, а также достижения максимальной эффективности в сфере спортивного туризма.

Задачи программы:

Образовательные задачи

1. Сформировать системные знания о природе, истории и культуре Крыма — от знакомства с окрестностями и легендами до углублённого изучения памятников, ООПТ, рекреационных особенностей и влияния туризма на экосистемы.

2. Освоить туристские навыки и довести их до уверенного применения в реальных условиях — от установки палатки и вязки узлов до работы со снаряжением на скальном рельефе и в пещерах, организации навесных переправ и действий в сложных ситуациях.

3. Научиться планировать и проводить походы разной сложности — от ПВД с распределением обязанностей до самостоятельной подготовки и реализации многодневных маршрутов «под ключ» (включая смету, меню, аптечку, запасные варианты).

4. Овладеть приёмами топографии и ориентирования и применять их в разных условиях — от чтения карты и движения по азимуту до ночных выходов, работы без GPS, использования альтернативных способов определения местоположения и чтения маркировки троп.

5. Освоить навыки оказания первой помощи и действий в нештатных ситуациях — от базового алгоритма и обработки ссадин до расширенного модуля (травмы, укусы, ожоги) и отработки транспортировки пострадавшего подручными средствами.

Воспитательные задачи

1. Сформировать ответственное и бережное отношение к природе и культурному наследию — от соблюдения правил поведения на маршруте до понимания норм работы на ООПТ, оценки антропогенного воздействия и участия в экологических практиках.

2. Выстроить культуру безопасного поведения и умение оценивать риски — от знания ТБ и аварийных наборов до способности прогнозировать опасности, предупреждать последствия действий и принимать решения в условиях неопределённости.

3. Сформировать навыки работы в команде, лидерства и наставничества — от распределения ролей и взаимовыручки до руководства группой, разрешения конфликтов, передачи опыта младшим и организации занятий для новичков.

4. Привить активную гражданскую позицию и высокие моральные качества — через осмысление ценности труда, культурного и природного наследия, норм поведения в обществе и горах, формирование уважительного отношения к людям и окружающей среде.

Развивающие задачи

1. Развить физическую выносливость, координацию и умение преодолевать препятствия — от простейших элементов полосы препятствий до уверенного прохождения дистанций, траверсов, спусков/подъёмов и работы на естественном рельефе.

2. Развить самостоятельность, рефлексию и готовность к личностному и профессиональному самоопределению — от умения анализировать свои действия и давать оценку группе до публичных выступлений, защиты проектов, участия в судействе и ориентации на инструкторскую подготовку.

Возраст детей, на которых ориентирована программа: 10-17 лет.

Среднестатистический состав туристско-краеведческого объединения «Туристский клуб «Привал»» первого года обучения не менее 20 человек, второго и третьего года обучения не более 20 человек, возрастом 10-17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний.

10-13 лет

Складываются собственные моральные установки и требования, которые определяют характер взаимоотношений со старшими и сверстниками. Появляется способность противостоять влиянию окружающих, отвергать те или иные требования и утверждать то, что они сами считают несомненным и правильным. Дети способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную

подготовительную работу, упорно преодолевая препятствия. Чем более насыщенна, энергична их жизнь, тем больше она им нравится. Больше не существует естественный авторитет взрослого. Они болезненно относятся к расхождениям между словами и делами взрослого. Они все настойчивее начинают требовать от старших уважения своих взглядов и мнений и особенно ценят серьезный, искренний тон взаимоотношений.

14-17 лет

Этот возраст называют подростковым. Это наиболее сложный, критический период. Главная особенность подросткового периода – резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития личности: стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость, личную автономию. Несмотря на это, этот возраст – самый благоприятный для творческого и профессионального развития. Он является наиболее интересным в процессе становления и развития личности. Именно в этот период молодой человек входит в противоречивую, часто плохо понимаемую жизнь взрослых, он как бы стоит на ее пороге, и именно от того, какие на данном этапе он приобретет навыки и умения, какими будут его социальные знания, зависят его дальнейшие шаги.

Актуальность программы обусловлена тем, что на занятиях применяются методы обучения с использованием новейшего снаряжения как отечественных производителей, так и со снаряжением иностранных фирм-изготовителей. Применяются новые методики подачи информации через цифровые источники, мультимедийные средства и практические занятия с использованием полученных знаний в области новейшего применения средств материального обеспечения.

Программа ориентирована на интерес и пожелания учащихся, учитывает их возрастные потребности, помогает реализовать возможности, стимулирует социальную и гражданскую активность, что даёт способ отвлечения детей от

негативного воздействия и позволяет мотивировать их на развитие необходимых навыков.

В летний период дети могут лично познакомиться с животным и растительным миром полуострова, ознакомиться с достопримечательностями и пройти практический курс занятий на скалах, естественном рельефе и на природе, что невозможно в зимний период на занятиях в помещении.

Следует отметить, что знания и опыт педагогического состава дают возможность совершать туристические и эколого-краеведческие походы не только по Крыму, но и по более сложным и отдаленным регионам нашей необъятной Родины.

Педагогическая целесообразность программы обоснована реализацией задач коллективной работы детских общественных организаций и объединений не только между собой, но и во взаимодействии как клуба в целом, так и каждого участника в отдельности с другими службами и организациями в Крыму. Кружок активно взаимодействует с организациями краеведческой и туристской направленности г. Симферополя, что позволяет готовить педагогические кадры для дальнейшего ведения спортивно-туристической и краеведческой деятельности опытных учеников, переводя их в разряд инструкторов пешеходного туризма или педагогов дополнительного образования. Существует выработанная схема взаимодействия с горно-поисковыми спасательными отрядами Крыма, что позволяет готовить горноспасателей или волонтеров-спасателей.

Дополнительная общеразвивающая программа реализуется в очной форме. Деятельность по программе осуществляется по группам. Режим занятий по программе предполагает занятия по 3 часа 2 раза в неделю. Программа рассчитана на 4 года обучения. Если занятия у разных групп проводятся в один день, то между группами обязательно должен быть перерыв в 10-15 минут для отдыха детей, проветривания помещения. Время «теория-практика» может варьироваться и совмещаться, для достижения оптимального процесса обучения.

Основными **ожидаемыми результатами** реализации дополнительной общеразвивающей программы являются: знание учащимися основ организации походов, ориентирования, правил преодоления препятствий, первой помощи и особенностей природы Крыма; сформированные навыки безопасного передвижения, самоорганизации, командной работы и экологической культуры; успешно применяемые знания и умения в многодневных походах, при оказании помощи и в условиях соревнований; опыт участия в походах различной категории сложности, а также успешная исследовательская деятельность.

Способы определения результативности занятий отслеживаются методами педагогических наблюдений за обучающимися, как на теоретических занятиях, так и при проведении походов или практических тренировок. Так же проводится анализ действий участников клуба и их обсуждение с ними и всей группой. Мониторинг образовательного процесса у детей проводится различными методами на основании фотоотчетов, маршрутных листов, ведомостей соревнований. Первоначальная оценка компетентности производится при поступлении в кружок, когда проводится первичное собеседование, тестирование общих знаний, беседы с родителями. Определение роста компетентности обучающегося производится в конце определенного этапа обучения, а также по прохождении программы в форме промежуточной и итоговой аттестации. При контроле знаний, умений и мастерства можно корректировать программу для отдельных участников, переведя их в более «старшие группы», включая в практикум повышенного уровня, по итогам финальной оценки компетентности.

Также важными аналитическими способами определения результативности являются мониторинг участия в конкурсах (индивидуально по каждому обучающемуся).

Раздел № 2. Учебный план

Таблица 1. Учебный план по годам обучения

№ п/п	Год обучения	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
			Всего	Теория	Практик	
1.	1	Раздел 1. «Введение в туризм»				
1.1.		Введение. Правила ТБ и работы клуба «Привал». Игры на знакомство и сплочение коллектива.	3	1	2	Входная диагностика. Беседа
1.2.		История развития туризма в Крыму и России.	5	4	1	Опрос
1.3.		Экскурсия в музей, на природный объект, памятник природы и т.д.	4		4	Практическая работа
1.4.		Преодоление крутых склонов, зарослей, завалов.	6	2	4	Практическая работа Внешний контроль
1.5.		Узлы в туризме. Основные узлы. (прямой, восьмерка, встречный, проводник).	6	2	4	Внешний контроль Практическая работа
2.		Раздел 2. «Ориентирование»				
2.1.		Спортивное ориентирование. Правила ТБ.	3	3		Беседа
2.2.		Карта. Масштаб, легенда и топографические знаки, виды ориентиров, изолинии и рельеф.	9	3	6	Опрос Практическая работа
2.3.		Компас. Строение прибора, азимут.	4	2	2	Тестирование Внешний контроль
2.4.		Ориентирование на местности при помощи компаса и карты.	8		8	Практическая работа

3.		Раздел 3. «Краеведение»				
3.1.		Карта Крыма. Основные формы рельефа и природные зоны.	3	3		Опрос
3.2.		Топонимика Крыма.	6	2	4	Практическая работа
3.3.		Геологическое формирование Крымского полуострова.	6	3	3	Опрос Тестирование
3.4.		Животный и растительный мир Крымского полуострова.	6	3	3	Опрос Тестирование
3.5.		Ядовитые растения и животные Крыма. Правила ТБ.	3	3		Беседа Тестирование
4.		Раздел 4. «Материально-техническая база туризма»				
4.1.		Личное снаряжение туриста.	6	3	3	Тестирование Практическая работа
4.2.		Общественное снаряжение.	6	3	3	Тестирование Практическая работа
4.3.		Изготовление костровых принадлежностей, костровое оборудование.	6	3	3	Опрос Внешний контроль
4.4.		Личная аптечка. Состав туристической аптечки.	6	3	3	Опрос Практическая работа
5.		Раздел 5. «Альпинизм»				
5.1.		Введение. Правила ТБ. Правила передвижения по снежно-ледовому рельефу.	6	6		Опрос
5.2.		Снаряжение в альпинизме.	6	2	4	Тестирование Практическая работа

5.3.		Преодоление заснеженных участков рельефа, спусков и подъёмов.	8		8	Практическая работа
5.4.		Техника движения в связке.	4	1	3	Практическая работа
6.		Раздел 6. «Спелеотуризм»				
6.1.		Введение. Правила ТБ. Виды пещер и их особенности.	3	3		Беседа Тестирование
6.2.		Снаряжение спелеолога: личное и групповое.	6	3	3	Внешний контроль Опрос
6.3.		Техника передвижения в вертикальных пещерах (техника SRT). Тренировки.	15	6	9	Практическая работа
7.		Раздел 7. «Первая помощь»				
7.1.		Введение. Алгоритм оказания первой помощи.	6	3	3	Беседа Практическая работа
7.2.		Первая помощь при кровотечении.	9	3	6	Внешний контроль Взаимоконтроль Практическая работа
7.3.		Первая помощь при ожогах и обморожениях.	9	3	6	Внешний контроль Взаимоконтроль Практическая работа
8.		Раздел 8. «Скалолазание»				
8.1.		Введение. Правила ТБ. Категории сложности скалолазных маршрутов. Виды спортивного скалолазания.	3	3		Беседа Опрос
8.2.		Возникновение и развитие скалолазания.	3	3		Опрос
8.3.		Личное снаряжение скалолаза.	6	3	3	Опрос Внешний контроль

8.4.		Техника передвижения по скальному рельефу. Постановка ног.	3	1	2	Практическая работа
8.5.		Передвижение по скальному рельефу. Страховка напарника.	9	1	8	Практическая работа
9.		Раздел 9. «Основы пешеходного туризма»				
9.1.		Бивак. Бивачное снаряжение. Виды костров.	6	3	3	Опрос Тестирование
9.2.		Палатка: строение, виды, правила установки.	6	3	3	Внешний контроль Взаимоконтроль
9.3.		Тактика движения. Выбор темпа, привалы и особенности движения в группе.	3		3	Практическая работа Внешний контроль
9.4.		Должности в походе.	6	3	3	Опрос Тестирование
9.5		Наблюдения в походе. Ведение дневника.	3	3		Опрос Тестирование
Всего часов			216	94	122	
1.	2	Раздел 1. «Введение в туризм»				
1.1.		Введение. Инструктаж по ТБ.	3	3		Беседа Опрос
1.2.		Узлы в туризме. (узлы для связывания двух верёвок, схватывающие, австрийский проводник)	4	1	3	Внешний контроль Практическая работа
1.3.		Опасные метеоявления. Меры защиты. Метеонаблюдения, признаки ухудшения погоды.	6	3	3	Опрос
1.4.		Маркировка туристских маршрутов. Виды маркировки, чтение и способы нанесения маркировки.	3	2	1	Тестирование

1.5.		Техника траверса крутых склонов. Спуски и подъёмы.	8	2	6	Практическая работа
2.		Раздел 2. «Ориентирование»				
2.1.		Введение. Правила ТБ. Действия при потере ориентировки. Аварийный набор и его применение.	6	4	2	Практическая работа Внешний контроль
2.2.		Движение по азимуту ночью и в тумане. Контроль шагов, обход препятствий.	6	3	3	Практическая работа Внешний контроль
2.3.		Ориентирование на местности при помощи компаса и карты. Участие в соревнованиях.	8		8	Практическая работа
2.4.		Определение точки стояния по карте, компасу и окружающим объектам. Взятие обратного азимута.	4	2	2	Опрос Практическая работа Внешний контроль
3.		Раздел 3. «Основы пешеходного туризма»				
3.1.		Бивак в сложных условиях. Выбор места, ветрозащита, ночёвка без палатки.	3	3		Опрос Тестирование
3.2.		Организация питания в туристском путешествии. Режим питания в походах. Белки, жиры, углеводы, витамины, их необходимость для полноценного питания. Водно-солевой баланс.	6	3	3	Опрос Практическая работа
3.3.		Фото- и видеофиксация маршрута: как делать отчётные кадры.	3	1	2	Опрос Практическая работа
3.4.		Техника передвижения с треккинговыми палками.	6	3	3	Тестирование Практическая работа

		Регулировка треккинговых палок.				
3.5.		Наведение верёвочных переправ. Параллельная переправа, маятник, переправа по бревну с само страховкой	6		6	Практическая работа Внешний контроль Взаимоконтроль
4.		Раздел 4. «Материально-техническая база туризма»				
4.1.		Современные материалы для изготовления снаряжения в туризме.	3	3		Опрос
4.2.		Устройство и выбор туристского рюкзака.	3	1	2	Опрос Внешний контроль
4.3.		Обувь для разных видов туризма.	6	3	3	Практическая работа Внешний контроль
4.4.		Спальные мешки и виды туристских ковров.	3	2	1	Опрос Тестирование
4.5.		Системы приготовления пищи.	6	3	3	Практическая работа Опрос
4.6.		Туристская посуда и групповая посуда.	3	3		Опрос
5.		Раздел 5. «Альпинизм»				
5.1.		Техника передвижения на разных типах рельефа (скальный, снежно-ледовый).	8		8	Практическая работа Внешний контроль
5.2.		Тактика восхождений. Акклиматизация.	6	3	3	Опрос Тестирование
5.3.		Особенности приготовления пищи в условиях высокогорья. Продуктовая раскладка.	4	2	2	Практическая работа Опрос
5.4.		Специальное снаряжение на восхождении.	6	3	3	Опрос
6.		Раздел 6. «Спелеотуризм»				

6.1.		Введение. Правила ТБ.	4	4		Беседа
6.2.		Техника передвижения по горизонтальным и вертикальным перилам. Прохождение перестёжек.	12	2	10	Опрос Внешний контроль Тестирование
6.3.		Посещение горизонтальной пещеры.	8		8	Практическая работа
7.		Раздел 7. «Первая помощь»				
7.1.		Алгоритм оказания первой помощи. Повторение.	3		3	Опрос Практическая работа
7.2.		Транспортировка пострадавшего. Способы, особенности и необходимое оборудование.	6		6	Внешний контроль Практическая работа
7.3.		Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах. Иммобилизация конечности.	6	3	3	Внешний контроль Практическая работа
7.4.		Первая помощь при потере сознания, остановке дыхания. СЛР.	9	3	6	Внешний контроль Практическая работа
8.		Раздел 8. «Скалолазание»				
8.1.		Правила ТБ. Основные хваты руками.	6	2	4	Беседа Опрос
8.2.		Техника отдыха при прохождении скальной трассы.	3	3		Внешний контроль
8.3.		Общественное снаряжение в скалолазании.	6	2	4	Опрос Тестирование
8.4.		Страховка с различными страховочными устройствами.	6	2	4	Внешний контроль Практическая работа
8.5.		Значение разминки для занятий по скалолазанию.	3	3		Тестирование

9.		Раздел 9. «Краеведение»				
9.1.		Карта Крыма. Повторение.	3		3	Опрос
9.2.		Климат Крымского полуострова.	6	3	3	Опрос Тестирование
9.3.		Эндемики Крыма.	3	3		Опрос Тестирование
9.4.		Основные географические объекты Крыма.	3		3	Опрос Тестирование
9.5.		Почвы Крыма.	6	3	3	Опрос Тестирование Практическая работа
9.6.		Методика полевых записей.	3	3		Опрос
Всего часов			216	89	127	
1.	3	Раздел 1. «Введение в туризм»				
1.1.		Введение. Правила ТБ и работы клуба «Привал». Игры на знакомство и сплочение коллектива.	3	1	2	Беседа
1.2.		Экологические нормы туриста. Костровище, утилизация отходов, шумовой режим. Правила поведения в лесу и на туристических стоянках.	6	4	2	Опрос Внешний контроль
1.3.		Узлы в туризме. (двойные проводники, стремя, булинь)	3		3	Практическая работа Внешний контроль
1.4.		Связь в горах и лесу Радиостанции, сигналы, спутниковые средства.	4	2	2	Опрос Практическая работа
1.5.		Оценка расстояния и времени. Определение расстояния до	8		8	Практическая работа

		недоступного предмета, определение времени.				
2.		Раздел 2. «Ориентирование»				
2.1.		Системы позиционирования GPS. Работа с треком, программы и тематические сайты.	4	4		Тестирование Практическая работа
2.2.		Построение высотного профиля местности по изолиниям.	6	2	4	Практическая работа
2.3.		Ориентирование на местности при помощи компаса и карты. Участие в соревнованиях.	8		8	Внешний контроль Практическая работа
2.4.		Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Определение расстояния до объекта.	6	3	3	Опрос Внешний контроль Практическая работа
3.		Раздел 3. «Основы пешеходного туризма»				
3.1.		Планирование нитки маршрута по карте. Расчёт ходовых дней и запасных вариантов маршрута.	6	3	3	Тестирование Практическая работа
3.2.		Юридические аспекты планирования похода. Границы ООПТ, разрешения, страховка, регистрация в МЧС.	4	4		Опрос
3.3.		Составление продуктовой раскладки. Меню, закупка, организация дежурств и распределение веса.	6	2	4	Опрос Практическая работа
3.4.		Техника прохождения буреломов и зарослей.	8		8	Внешний контроль

						Практическая работа
4.		Раздел 4. «Материально-техническая база туризма»				
4.1.		Ремонт снаряжения в условиях похода. Состав ремнабора.	4	3	1	Опрос
4.2.		Туристские верёвки и репшнуры.	6	6		Опрос
4.3.		Запас прочности снаряжения.	6	3	3	Опрос Тестирование
4.4.		Сертификация снаряжения.	3	3		Опрос
4.5.		Фонари. Виды и характеристики.	5	2	3	Опрос
5.		Раздел 5. «Альпинизм»				
5.1.		Лавины. Оценка лавинной опасности. Правила поведения в чрезвычайной ситуации.	6	4	2	Внешний контроль Практическая работа
5.2.		Характеристики снежного покрова.	3	3		Тестирование
5.3.		Техника передвижения по снежно-ледовым склонам различной крутизны.	8		8	Практическая работа
5.4.		Организация лагеря при восхождении.	3	3		Опрос Тестирование
5.5.		Техника самозадержания при срывах.	4		4	Внешний контроль Практическая работа
6.		Раздел 6. «Спелеотуризм»				
6.1.		Правила ТБ. Передвижение по верёвке в технике SRT. Сложные перестёжки, переход через узел.	12	2	10	Внешний контроль Практическая работа Тестирование

6.2.		Прохождение узких горизонтальных и вертикальных ходов.	6	3	3	Внешний контроль Практическая работа
6.3.		Разбор топосъёмок наиболее известных вертикальных пещер.	6	2	4	Опрос Практическая работа
7.		Раздел 7. «Первая помощь»				
7.1.		Первая помощь при отравлении в походных условиях.	6	6		Опрос Тестирование
7.2.		Первая помощь при укусах.	6	4	2	Внешний контроль Практическая работа
7.3.		Первая помощь при сильном стрессе.	6	6		Тестирование
7.4.		Действия при переохлаждении и перегреве.	6	4	2	Внешний контроль Практическая работа
8.		Раздел 8. «Скалолазание»				
8.1.		Правила ТБ. Спортивная подготовка скалолазов.	6	3	3	Беседа Внешний контроль Практическая работа Опрос
8.2.		Лазание с верхней и нижней страховкой.	8		8	Внешний контроль Практическая работа
8.3.		Скалолазные районы России.	3	3		Опрос
8.4.		Психология скалолазания.	7	3	4	Опрос Тестирование
9.		Раздел 9. «Краеведение»				
9.1.		Гидрологические объекты Крыма.	6	3	3	Опрос
9.2.		Каптаж родников.	3	3		Опрос

9.3.		Крымские ООПТ.	4	2	2	Тестирование
9.4.		Народы Крыма. История заселения и миграции на полуострове.	6	6		Опрос
9.5		Основные исторические памятники архитектуры Крыма	5	2	3	Практическая работа
Всего часов			216	102	114	
1.	4	Раздел 1. «Введение в туризм»				
1.1.		Введение. Правила ТБ.	3	3		Беседа
1.2.		Узлы в туризме. Узлы грудной обвязки. Вспомогательные узлы. Узлы для связывания веревок. Характеристики узлов.	9	3	6	Внешний контроль Практическая работа
1.3.		Взаимодействие в группе. Распределение ролей, конфликты, поддержка отстающих и новичков.	3	3		Опрос
1.4.		Оценка скорости прохождения в зависимости от рельефа и погодных условий.	6	3	3	Внешний контроль Практическая работа
1.5.		Нормативная база. Профстандарт «инструктор-проводник», «педагог дополнительного образования»	3	3		Тестирование
2.		Раздел 2. «Ориентирование»				
2.1.		Система географических координат.	6	3	3	Практическая работа
2.2.		Картографические проекции.	6	6		Опрос
2.3.		Создание плана местности.	9	1	8	Практическая работа

2.4.		Итоговое тестирование.	3		3	Тестирование
3.		Раздел 3. «Основы пешеходного туризма»				
3.1.		Оценка категории сложности маршрута. Расчёт баллов, препятствия, логистика.	4	2	2	Практическая работа
3.2.		Составление отчёта о походе. Схемы, график высот, паспорт маршрута.	6	2	4	Практическая работа
3.3.		Лидерство. Психологические факторы, влияющие на человека в горах. Психология малых групп.	6	3	3	Опрос
3.4.		Особенности различных регионов для прохождения пешеходных походов.	5	3	2	Опрос
3.5.		Итоговое тестирование.	3		3	Тестирование
4.		Раздел 4. «Материально-техническая база туризма»				
4.1.		Хранение снаряжения в межсезонье.	6	6		Опрос
4.2.		Лёгкое и сверхлёгкое снаряжение.	9	6	3	Практическая работа
4.3.		Использование гамаков в многодневных походах.	6	2	4	Практическая работа
4.4.		Итоговое тестирование	3		3	Тестирование
5.		Раздел 5. «Альпинизм»				
5.1.		Точки страховки и станции на снежно-ледовом рельефе.	6	2	4	Практическая работа
5.2.		Стратегия и тактика спасработ в малой группе.	6	3	3	Практическая работа
5.3.		Узлы для проведения спасработ	6	3	3	Практическая работа
5.4.		Особенности транспортировки пострадавших на скальном	6		6	Внешний контроль Практическая работа

		рельефе, переправах, в гору, с горы.				Тестирование
6.		Раздел 6. «Спелеотуризм»				
6.1.		Правила ТБ. Техника движения по вертикальной верёвке. Посещение вертикальной пещеры.	12	1	11	Внешний контроль Практическая работа
6.2.		Создание топосъёмки пещеры. Современные методы картирования подземных полостей.	6	2	4	Практическая работа
6.3.		Организация подземного базового лагеря.	6	3	3	Опрос
7.		Раздел 7. «Первая помощь»				
7.1.		Причины несчастных случаев в походах.	3	3		Беседа
7.2.		Эвакуация из удалённых районов.	9	6	3	Опрос
7.3.		Медицина в походе, применение личных и групповых аптечек.	9	6	3	Практическая работа
7.4.		Итоговое тестирование.	3		3	Тестирование
8.		Раздел 8. «Скалолазание»				
8.1.		Организация станции.	6	3	3	Практическая работа
8.2.		Закладные элементы и мультипитчи.	9	3	6	Опрос
8.3.		Работа на скальном рельефе. Отработка всех полученных знаний.	6	2	4	Внешний контроль Практическая работа
8.4.		Итоговое тестирование.	3		3	Тестирование
9.		Раздел 9. «Краеведение»				
9.1.		Известные крымские исторические деятели.	6	2	4	Опрос

9.2.		Крым во времена ВОВ. Партизанское движение в Крыму.	6	3	3	Практическая работа
9.3.		Города Крыма. История.	6	6		Опрос
9.4.		Составление текста экскурсии по природному или историческому объекту	3		3	Практическая работа
9.5		Итоговое тестирование.	3		3	Тестирование
Всего часов			216	97	119	

Раздел № 3. Календарный учебный график

Таблица 2. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Всего учебных часов	Всего занятий в неделю
1 год	1 сентября	31 мая	36	72	216	2 раза в неделю по 3 часа
2 год	1 сентября	31 мая	36	72	216	2 раза в неделю по 3 часа
3 год	1 сентября	31 мая	36	72	216	2 раза в неделю по 3 часа
4 год	1 сентября	31 мая	36	72	216	2 раза в неделю по 3 часа

Раздел № 4. Содержание программы

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Введение в туризм, 24 часа.

Теория – 9 часов, практика – 15 часов.

1.1. Введение. Правила ТБ и работы клуба «Привал». Игры на знакомство и сплочение коллектива – 3 часа.

Теория

Вводная беседа, обсуждение правил техники безопасности. Внутренние правила клуба «Привал». Ознакомление с целями, задачами и режимом работы клуба «Привал». Основные правила техники безопасности при проведении занятий, игр и тренировок на открытой местности и в помещении. Нормы поведения в коллективе, распределение ролей и обязанностей в группе.

Практическая работа

Проведение комплекса игр на знакомство (например, «Снежный ком») для снятия барьеров и создания комфортной среды.

1.2. История развития туризма в Крыму и России – 5 часов.

Теория

Ключевые этапы становления туристской деятельности в России (XIX век — советский период — современность). Особенности развития туризма в Крыму: природные и историко-культурные предпосылки, роль региона как всесоюзной здравницы. Современные тенденции и перспективы туристской отрасли в Крыму и РФ.

Практическая работа

Работа с хронологическими таблицами и картами: нанесение на карту основных исторических маршрутов и туристских центров. Подготовка мини-докладов или презентаций о знаковых событиях и личностях в истории туризма. Анализ архивных путеводителей.

1.3. Экскурсия в музей, на природный объект, памятник природы и т.д – 4 часа.

Практическая работа

Поход на интересный природный объект, посещение музея Крыма.

1.4. Преодоление крутых склонов, зарослей, завалов – 6 часов.

Теория

Классификация естественных препятствий в пешем туризме: склоны разной крутизны, лесные заросли, буреломы и завалы. Принципы безопасного передвижения: выбор оптимального маршрута, оценка рисков, учёт погодных и сезонных факторов. Техника подъёма и спуска по крутым склонам. Способы преодоления зарослей и завалов: обход, проход сквозь препятствие, расчистка пути с соблюдением мер предосторожности.

Практическая работа

Отработка базовых приёмов передвижения по склонам во время полевого выхода.

1.5. Узлы в туризме. Основные узлы: прямой, восьмерка, встречный, проводник – 6 часов.

Теория

Назначение и классификация туристских узлов: соединяющие, стопорные, петлевые, вспомогательные. Характеристика основных узлов: прямой, восьмёрка, встречный, проводник. Типичные ошибки при вязании узлов и способы их предотвращения.

Практическая работа

Пошаговая отработка вязания каждого из четырёх узлов на учебных верёвках до автоматизма. Решение ситуационных задач: выбор подходящего узла для конкретной задачи (крепление палатки, организация переправы, страховка и т. п.). Соревнования на скорость и точность вязания узлов в команде.

2. Ориентирование, 24 часа.

Теория – 8 часов, практика – 16 часов.

2.1. Спортивное ориентирование. Правила ТБ – 3 часа.

Теория

Понятие спортивного ориентирования. Основные правила поведения на дистанции: соблюдение контрольных пунктов, запрет на использование электронных навигационных устройств (если предусмотрено регламентом). Техника безопасности при передвижении по пересечённой местности: учёт рельефа, опасных участков, работа в группе и поддержание связи. Меры предосторожности при ухудшении погодных условий, признаки переутомления и алгоритм действий при ЧП. Комплектация личного снаряжения для ориентирования.

2.2. Карта: масштаб, легенда и топографические знаки, виды ориентиров, изолинии и рельеф – 9 часов.

Теория

Масштаб карты: виды масштабов (численный, именованный, линейный), перевод расстояний на карте в реальные величины. Легенда карты: система условных знаков, их группировка (растительность, гидрография, рельеф, дорожная сеть, искусственные объекты). Виды ориентиров: точечные, линейные, площадные. Изолинии и рельеф: чтение высотных отметок, определение крутизны склонов по расстоянию между горизонталями, распознавание форм рельефа. Особенности чтения карт разных типов и их применение в зависимости от задачи.

Практическая работа

Работа с картами разного масштаба: измерение расстояний, расчёт времени движения с учётом рельефа. Упражнения на распознавание топографических знаков: расшифровка фрагментов карты, сопоставление условных обозначений с реальными объектами на местности. Анализ рельефа по горизонталям: построение профиля участка, определение оптимальных маршрутов с учётом крутизны склонов. Игра «Найди объект»: по описанию или координатам найти на карте заданные ориентиры и обосновать выбор маршрута к ним.

2.3. Компас: строение прибора, азимут – 4 часа.

Теория

Устройство компаса: основные элементы, принцип работы и влияние внешних факторов. Азимут: понятие истинного и магнитного азимута, склонение магнитной стрелки, способы учёта поправки. Правила обращения с компасом: хранение, транспортировка, проверка исправности прибора перед использованием. Базовые приёмы работы: ориентирование карты по компасу, определение направления на объект, измерение азимута.

Практическая работа

Ознакомление с разными типами компасов (планшетный, спортивный, жидкостный), сравнение их характеристик и сферы применения. Отработка навыков определения азимутов на неподвижные объекты в помещении и на улице. Упражнение «Движение по азимуту»: прохождение короткого маршрута по заданным направлениям с контролем точности.

2.4. Ориентирование на местности при помощи компаса и карты – 8 часов.

Практическая работа

Комплексная работа с картой и компасом: ориентирование карты по сторонам света, привязка к местности, определение текущей точки стояния. Движение по азимуту с учётом рельефа: выбор пути между ориентирами, обход препятствий, восстановление ориентировки после отклонения от маршрута. Учебная дистанция по спортивному ориентированию: прохождение маршрута с поиском контрольных пунктов, контроль времени и точности.

3. Краеведение, 24 часа.

Теория – 14 часов, практика – 10 часов.

3.1. Карта Крыма. Основные формы рельефа и природные зоны – 3 часа.

Теория

Ключевые формы рельефа Крыма: равнины севера, Крымские горы (3 гряды), побережья. Природные зоны: степь, лесостепь, горные леса,

субсредиземноморские ландшафты ЮБК. Как рельеф и зоны отражаются на карте: горизонтали, цветовые зоны, условные знаки.

3.2. Топонимика Крыма – 6 часов.

Теория

Происхождение названий: греческие, тюркские, славянские пласты; связь с природой, историей, занятиями людей. Примеры: «Ай-Петри» («Святой Пётр»), «Чатыр-Даг» («Шатёр-гора»), смысл названий рек и бухт. Роль топонимики в понимании истории и культуры региона.

Практическая работа

Составление мини-словаря топонимов по районам Крыма с кратким пояснением значения. Работа с картой: группировка названий по языковым пластам, поиск закономерностей.

3.3. Геологическое формирование Крымского полуострова – 6 часов.

Теория

Основные этапы: от морского бассейна к поднятию гор, роль складчатости и разломов. Главные структуры: Скифская платформа (север), Крымские горы (альпийский пояс), вулканические и карстовые участки. Следствия для рельефа и полезных ископаемых: известняки, мергели, минеральные источники.

Практическая работа

Анализ упрощённой геологической схемы Крыма: соотнесение цветов/знаков с формами рельефа. Мини-экскурсия (виртуальная/реальная) по типичным выходам пород (обнажения, скалы, пещеры).

3.4. Животный и растительный мир Крымского полуострова – 6 часов.

Теория

Видовое разнообразие и зональность: степные, лесные, прибрежные и горные экосистемы. Эндемики и редкие виды, роль заповедников. Сезонные изменения и миграции, адаптация к условиям среды.

Практическая работа

Фотоопределитель: сопоставление фото растений/животных с местом обитания на карте. Маршрутные наблюдения: фиксация типичных видов по зонам, простые учётные карточки.

3.5. Ядовитые растения и животные Крыма. Правила ТБ – 3 часа.

Теория

Распространённые опасные виды: борщевик, белладонна, ясенец, тис ягодный, паук-каракурт, сколопендра, гадюка. Признаки опасности: внешний вид, места обитания, сезонность.

4. Материально-техническая база туризма, 24 часа.

Теория – 12 часов, практика – 12 часов.

4.1. Личное снаряжение туриста – 6 часов.

Теория

Базовый комплект: рюкзак, спальник, коврик, одежда по принципу слоёв, обувь, посуда, фонарик. Критерии выбора: вес, сезонность, длительность похода, особенности маршрута. Правила укладки рюкзака: тяжёлые вещи внизу и ближе к спине, нужное под рукой, герметизация от влаги.

Практическая работа

Составление личного чек-листа под конкретный поход (1–3 дня / многодневка). Тренировочная укладка рюкзака с контролем веса и баланса.

4.2. Общественное снаряжение – 6 часов.

Теория

Основные позиции: палатки, тент, костровое/кухонное оборудование, ремнабор, аптечка, навигатор. Распределение по весу и функционалу между участниками, роль завхоза. Требования: прочность, ремонтопригодность, минимальный вес на человека.

Практическая работа

Планирование комплекта на группу (палатки по количеству человек, посуда и котлы по норме объёма). Распределение позиций между участниками

с учётом физподготовки и обязанностей. Отработка быстрой сборки/разборки палаток и установки лагеря.

4.3. Изготовление костровых принадлежностей, костровое оборудование – 6 часов.

Теория

Оборудование: тросик с крюками, тренога, отражатель, средства розжига; требования безопасности. Экологичность: минимальное воздействие на почву, использование старых кострищ, утилизация углей.

Практическая работа

Изготовление простых элементов: крюков, держателей, отражателя из подручных материалов. Обустройство костровой зоны, отработка безопасных способов розжига и тушения.

4.4. Личная аптечка. Состав туристической аптечки – 6 часов.

Теория

Личная аптечка: индивидуальные лекарства, средства от хронических заболеваний, аллергии. Групповая аптечка: базовый набор, учёт специфики маршрута. Упаковка: герметичность, жёсткость, маркировка, быстрый доступ, сроки годности.

Практическая работа

Комплектация аптечки по чек-листу, расфасовка по блокам (срочная помощь, плановые средства). Симуляция «полевых условий»: поиск нужного средства в аптечке на время, проверка комплектации перед выходом.

5. Альпинизм, 24 часа.

Теория – 8 часов, практика – 16 часов.

5.1. Введение. Правила ТБ. Правила передвижения по снежно-ледовому рельефу – 6 часов.

Теория

Основные опасности снежно-ледового рельефа: лавины, трещины, срывы, переохлаждение. Правила ТБ: проверка прогноза погоды и лавинной

обстановки, контроль состояния группы, запрет одиночных выходов. Базовые приёмы передвижения: постановка стопы, работа ледорубом, самозадержание, движение след в след. Порядок действий при ЧП.

5.2. Снаряжение в альпинизме – 6 часов.

Теория

Личное: кошки, ледоруб, страховочная система, каска, утеплённый комплект, гамаши; критерии подбора по рельефу и сезону. Специальное: верёвки, карабины, устройства для страховки и спуска, ледобуры, петли; назначение и совместимость. Контроль исправности: осмотр перед выходом, правила хранения и ухода, сроки эксплуатации.

Практическая работа

Подгонка и надевание снаряжения: настройка системы, фиксация кошек, размещение ледоруба на рюкзаке/системе.

5.3. Преодоление заснеженных участков рельефа, спусков и подъёмов – 8 часов.

Практическая работа

Подъём по склону разной крутизны: «ёлочка» на умеренном уклоне, ступени и «три такта» на крутом, использование ледоруба как опоры. Спуск: контролируемое скольжение на безопасном участке, спуск лицом к склону с опорой на ледоруб, движение по готовым ступеням.

5.4. Техника движения в связке – 4 часа.

Теория

Страховка при трещинах, помощь при срыве, контроль группы на сложном рельефе. Дистанции и распределение ролей: лидер, средние, замыкающий. Узлы и крепление: австрийский проводник для среднего участника, узлы на верёвке для снижения рывка, способы быстрого отстёгивания при аварии. Сигналы и взаимодействие: голосовые команды, жесты, действия при падении одного из участников.

Практическая работа

Отработка связок 2–3 человека: движение по учебной трассе с имитацией сложного участка, смена ролей.

6. Спелеотуризм, 24 часа.

Теория – 12 часов, практика – 12 часов.

6.1. Введение. Правила ТБ. Виды пещер и их особенности – 3 часа.

Теория

Основные опасности в пещерах. Правила ТБ: обязательное движение группой, регистрация маршрута в спасательных службах, запрет на посещение без снаряжения и опытного руководителя. Виды пещер: карстовые, лавовые, ледовые, морские; отличия по происхождению и условиям прохождения. Особенности микроклимата: высокая влажность, стабильная температура, отсутствие естественного света; влияние на экипировку и самочувствие.

6.2. Снаряжение спелеолога: личное и групповое – 6 часов.

Теория

Личное снаряжение: защитный комбинезон, каска с налобным фонарём (и запасным источником света), перчатки, обувь с хорошим сцеплением, страховочная система, карабины, спусковые/страховочные устройства, зажимы, педаль/пантин, поддержка для кроля. Групповое снаряжение: основная и вспомогательная верёвки, анкерные устройства, транспортные мешки, карабины, связь, аптечка, аварийный запас еды и воды. Критерии выбора: износостойкость, влагостойкость, надёжность креплений, совместимость элементов системы.

Практическая работа

Подгонка и сборка личной системы: надевание и регулировка обвязки, фиксация каски, размещение фонарей и запасных батарей.

6.3. Техника передвижения в вертикальных пещерах (техника SRT). Тренировки – 15 часов.

Теория

Суть SRT (Single Rope Technique): передвижение по одной основной верёвке с использованием специализированных устройств (жумар, кроль, спусковое устройство). Ключевые элементы: навеска верёвки, организация промежуточных точек. Базовые приёмы: подъём (работа жумаром и кролем), спуск (контролируемое торможение). Типичные ошибки.

Практическая работа

Освоение базовых движений на стенде: подъём с жумаром/кролем, спуск с контролем скорости, остановка и фиксация в любой точке. Прохождение учебных вертикальных участков.

7. Первая помощь, 24 часа.

Теория – 9 часов, практика – 15 часов.

7.1. Введение. Алгоритм оказания первой помощи – 6 часов.

Теория

Первая помощь. Базовый алгоритм. Вызов скорой/спасателей. Принципы первой помощи. Разбор наиболее часто встречающихся ошибок.

Практическая работа

Отработка последовательности на манекене: проверка признаков жизни без пропуска шагов. Тренировка вызова спасателей: чёткое сообщение координат, сути происшествия, состояния пострадавшего, времени события.

7.2. Первая помощь при кровотечении – 9 часов.

Теория

Виды кровотечений: капиллярное, венозное, артериальное. Алгоритм действий при каждом виде кровотечения. Давящая повязка.

Практическая работа

Наложение давящей повязки на разные участки (рука, нога, туловище) с контролем эффективности.

7.3. Первая помощь при ожогах и обморожениях – 9 часов.

Теория

Определение степени ожога и обморожения. Первая помощь при ожогах. Алгоритм действий. Ключевые особенности. Первая помощь при

обморожениях. Алгоритм действий. Ключевые особенности. Критерии срочного вызова медиков.

Практическая работа

Имитация охлаждения ожога: правильная техника, длительность, подбор безопасной температуры воды. Наложение повязки при «ожоге» без давления, аккуратное обращение с зоной с волдырями. Отработка медленного согревания «обморожённого» участка, разбор ошибок (растирание, резкое нагревание).

8. Скалолазание, 24 часа.

Теория – 13 часов, практика – 11 часов.

8.1. Введение. Правила ТБ. Категории сложности скалолазных маршрутов. Виды спортивного скалолазания – 3 часа.

Теория

Правила ТБ. Категории сложности: шкала (например, французская 5a–9c) как ориентир нагрузки и требований к технике; соответствие уровня подготовки спортсмена категории маршрута. Виды скалолазания: боулдеринг, трудность, скорость.

8.2. Возникновение и развитие скалолазания – 3 часа.

Теория

История появления скалолазания как вида спорта. Ключевые этапы: появление скалодромов, стандартизация категорий, развитие экипировки (обувь, магнезия, страховочные системы). Международные и российские соревнования, включение в олимпийскую программу; влияние на массовость и методику подготовки.

8.3. Личное снаряжение скалолаза – 6 часов.

Теория

Основные элементы: скальные туфли, страховочная система (обвязка), карабины и оттяжки, верёвка, магнезия, каска. Критерии выбора: соответствие виду скалолазания, размер и подгонка, износ и сроки эксплуатации.

Практическая работа

Подгонка и надевание обвязки, проверка фиксации пряжек и регулировки.

8.4. Техника передвижения по скальному рельефу. Постановка ног – 3 часа.

Теория

Принципы: экономичность движений, приоритет ног, использование микрорельефа, контроль центра тяжести. Постановка ног: работа носком, использование внутреннего и внешнего ребра, «зажим» пяткой; минимизация срывов за счёт точной постановки. Распределение нагрузки: перенос веса на ноги, руки — для баланса и удержания.

Практическая работа

Упражнения на баланс и точность: постановка стопы на узкие зацепы, удержание позиции без помощи рук. Отработка работы ребрами и пяткой на простых трассах, подбор оптимальной позиции для каждого зацепа. Серии коротких трасс с акцентом на технику ног: минимум перехватов руками, максимум контроля ногами.

8.5. Передвижение по скальному рельефу. Страховка напарника – 9 часов.

Теория

Виды страховки: верхняя и нижняя; назначение и ограничения каждого метода. Обязанности страхующего: постоянный контроль верёвки, готовность к рывку, правильная позиция, исключение провиса и трения. Команды и синхронизация. Узлы и крепление: восьмёрка для привязывания, контроль узла и длины хвостов, использование муфтованных карабинов.

Практическая работа

Комплексная тренировка в паре: спортсмен проходит короткую трассу, страхующий отрабатывает все этапы; смена ролей и разбор ошибок.

9. Основы пешеходного туризма, 24 часа.

Теория – 12 часов, практика – 12 часов.

9.1. Бивак. Бивачное снаряжение. Виды костров – 6 часов.

Теория

Принципы выбора места под бивак. Бивачное снаряжение: палатки, тенты, коврики, спальники, костровое оборудование, посуда, пилы/топоры, мешки для мусора. Виды костров и их назначение: «шалаш»; «колодец»; «таёжный» и «нодья»; «звёздный». Правила безопасности: дистанция от палаток и деревьев, снятие дёрна/очистка площадки, тушение до полного остывания, минимизация экологического следа.

Практическая работа

Подбор площадки на выбранной территории во время выхода: оценка по критериям безопасности и удобства, разметка зоны лагеря. Укладка разных типов костров. Отработка полного тушения костра и уборки места стоянки.

9.2. Палатка: строение, виды, правила установки – 6 часов.

Теория

Строение палатки: тент, внутренняя палатка, каркас (дуги), дно, тамбуры, вентиляционные окна, оттяжки; назначение каждого элемента. Виды палаток: трекинговые, экспедиционные, кемпинговые. Правила установки. Особенности для разных условий: горы, лес, сырая местность.

Практическая работа

Быстрая установка и демонтаж палаток разных типов, отработка нормативов по времени. Настройка натяжения тента и оттяжек для максимальной устойчивости при ветре.

9.3. Тактика движения. Выбор темпа, привалы и особенности движения в группе – 3 часа.

Практическая работа

Прохождение учебного маршрута с чередованием темпов (медленный, средний, ускоренный) и фиксацией самочувствия участников. Организация привалов по нормативам: выбор места, распределение обязанностей, контроль времени.

9.4. Должности в походе – 6 часов.

Теория

Основные роли: руководитель (общее руководство, принятие решений), завхоз (питание, раскладка продуктов), реммастер (ремонт снаряжения), медик (аптечка, первая помощь), штурман (навигация, карта), фотограф/летописец (фиксация маршрута).

Практическая работа

Ролевая игра «организация похода»: распределение должностей, постановка задач, согласование плана.

9.5. Наблюдения в походе. Ведение дневника – 3 часа.

Теория

Цели наблюдений: фиксация маршрута, оценка состояния группы, сбор данных о погоде, рельефе, флоре и фауне, анализ ошибок и удачных решений. Структура дневника: дата, участок маршрута, пройденное расстояние, время в движении/на привалах, погода, состояние участников, примечания (рельеф, ориентиры, находки). Практическая польза: отчёт для МКК, разбор похода, подготовка к следующим маршрутам, вклад в краеведческую работу.

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Введение в туризм, 24 часа.

Теория – 11 часов, практика – 13 часов.

1.1. Введение. Инструктаж по ТБ – 3 часа.

Теория

Цели и задачи вводного занятия: знакомство с группой, постановка задач на период обучения, распределение ролей. Основные правила ТБ в туризме: движение только группой, запрет на самовольные отлучки, соблюдение дисциплины на маршруте, контроль снаряжения. Потенциальные опасности: рельеф (осыпи, обрывы, броды), погода, дикие животные, ошибки в навигации; базовые меры профилактики.

1.2. Узлы в туризме (узлы для связывания двух верёвок, схватывающие, австрийский проводник) – 4 часа.

Теория

Узлы для связывания верёвок: встречный, грейпвайн; брамшкотовый; назначение и ограничения по прочности. Схватывающие узлы: принцип работы при нагрузке, применение для самостраховки и подъёма по верёвке. Австрийский проводник.

Практическая работа

Вязка каждого типа узлов на учебных верёвках с контролем правильности рисунка и затяжки. Испытание узлов под небольшой нагрузкой (натяжение, рывок) для понимания поведения при срыве.

1.3. Опасные метеоявления. Меры защиты. Метеонаблюдения: признаки ухудшения погоды – 6 часов.

Теория

Опасные явления: гроза, шквал, ливень, метель, туман; основные риски. Признаки ухудшения погоды. Меры защиты: выбор укрытия, отказ от нахождения на гребнях/у воды, отключение электроники, правильная позиция при грозе. Организация метеонаблюдений: фиксация температуры, направления ветра, облачности, осадков; использование простых приборов и визуальных ориентиров.

Практическая работа

Моделирование действий при разных явлениях: выбор безопасного места, укладка снаряжения, организация группы.

1.4. Маркировка туристских маршрутов. Виды маркировки, чтение и способы нанесения маркировки – 3 часа.

Теория

Виды маркировки: краска (точки/полосы), каменные туры, информационные таблички; применение в зависимости от ландшафта и срока действия маршрута. Система обозначений: цветовые коды троп, стрелки, указатели развилок, отметки километража/высоты; стандарты и местные особенности.

Практическая работа

Чтение реальных или учебных маркировок на местности: определение маршрута, точек поворота, опасных участков.

1.5. Техника траверса крутых склонов. Спуски и подъёмы – 8 часов.

Теория

Траверс: постановка ног «ёлочкой», опора на треккинговые палки, минимизация скольжения. Подъём: короткие шаги, перенос веса на внешнюю ногу, использование микрорельефа, отдых на ровных площадках; техника «зигзаг» на длинных крутых участках. Спуск: полусогнутые колени, шаг вниз с пятки, контроль центра тяжести, избегание «разбега» и прыжков.

Практическая работа

Отработка постановки стопы на учебном склоне: работа с разным углом наклона, использование рельефа для устойчивости.

2. Ориентирование, 24 часа.

Теория – 9 часов, практика – 15 часов.

2.1. Введение. Правила ТБ. Действия при потере ориентировки. Аварийный набор и его применение – 6 часов.

Теория

Правила ТБ на маршруте. Действия при потере ориентировки: остановка, анализ обстановки, определение доступных ориентиров, использование средств связи и подача сигналов бедствия. Состав аварийного набора и назначение элементов.

Практическая работа

Проверка элементов аварийного набора по чек-листу, фиксация исправности и сроков годности. Отработка алгоритма действий при потере ориентировки в учебной обстановке.

2.2. Движение по азимуту ночью и в тумане. Контроль шагов, обход препятствий – 6 часов.

Теория

Особенности выдерживания направления при ограниченной видимости. Способы контроля пройденного расстояния: подсчёт пар шагов, фиксация промежуточных ориентиров, учёт темпа и рельефа. Приёмы безопасного обхода препятствий с возвращением на линию азимута. Типичные ошибки в ночных и туманных условиях.

Практическая работа

Передвижение по азимуту на тренировочной площадке при пониженной освещённости либо в тумане. Контроль дистанции по количеству шагов и фиксация контрольных точек для корректировки курса.

2.3. Ориентирование на местности при помощи компаса и карты. Участие в соревнованиях – 8 часов.

Практическая работа

Работа с компасом и картой на местности — соотнесение видимых ориентиров с условными знаками. Выбор оптимального пути между контрольными точками с учётом рельефа и проходимости участков. Соревновательный формат — отработка скорости принятия решений, точности выхода на цель и рационального распределения сил. Разбор результатов.

2.4. Определение точки стояния по карте, компасу и окружающим объектам. Взятие обратного азимута – 4 часа.

Теория

Способы определения точки стояния: по характерным формам рельефа, линейным и точечным ориентирам, привязке к сетке карты. Принцип обратного азимута для возвращения по маршруту — исключение отклонения от линии движения. Типичные ошибки при оценке точки стояния и факторы, влияющие на точность ориентирования.

Практическая работа

Упражнения по определению точки стояния на разных участках местности с использованием карты, компаса и визуальных ориентиров.

Тренировка взятия и выдерживания обратного азимута, корректировка направления при отклонениях, контроль промежуточных точек.

3. Основы пешеходного туризма, 24 часа.

Теория – 10 часов, практика – 14 часов.

3.1. Бивак в сложных условиях. Выбор места, ветрозащита, ночёвка без палатки – 3 часа.

Теория

Выбор места под бивак в сложных условиях. Приёмы ветрозащиты. Ночёвка без палатки. Снежные укрытия, настилы из лапника; акцент на теплоизоляции от земли и сохранении тепла тела. Установка тента.

3.2. Организация питания в туристском путешествии. Режим питания в походах. Белки, жиры, углеводы, витамины, их необходимость для полноценного питания. Водно-солевой баланс – 6 часов.

Теория

Режим питания в походе. Баланс БЖУ. Витамины и микроэлементы. Водно-солевой баланс: нормы питья по температуре и нагрузке, восполнение электролитов, признаки обезвоживания и солевого дисбаланса, правила приёма жидкости.

Практическая работа

Составление раскладки продуктов на поход с учётом длительности, сложности маршрута и индивидуальных потребностей участников. Расчёт калорийности и баланса БЖУ для разных типов дней (равнина, горы, дневка) и корректировка по фактической нагрузке.

3.3. Фото- и видеофиксация маршрута: как делать отчётные кадры – 3 часа.

Теория

Фиксация ключевых точек маршрута, ориентиров, препятствий, состава группы, погодных условий; значение для отчёта, безопасности и анализа похода. Композиция и информативность кадра. Технические аспекты:

настройки камеры под условия (свет, движение), защита техники от влаги и ударов, организация хранения и дублирования данных.

Практическая работа

Подбор ракурсов на учебной площадке: съёмка ориентиров, рельефа, препятствий с разных точек для максимальной информативности. Разбор готовых кадров: оценка информативности, выявление недостающих деталей, формирование набора для итогового отчёта.

3.4. Техника передвижения с треккинговыми палками. Регулировка треккинговых палок – 6 часов.

Теория

Назначение треккинговых палок. Регулировка длины: под рост и уклон. Техника работы палками. Типичные ошибки: неправильная длина, жёсткие махи, игнорирование рельефа; последствия для суставов и баланса.

Практическая работа

Настройка треккинговых палок под рост и тип рельефа, проверка фиксации замков, подбор темляков и рукоятей. Отработка ритма и постановки палок на разных покрытиях (камень, трава, снег, рыхлый грунт).

3.5. Наведение верёвочных переправ: параллельная переправа, маятник, переправа по бревну с самостраховкой – 6 часов.

Практическая работа

Организация точек крепления: выбор надёжных опор, применение анкерных петель и карабинов, контроль натяжения и отсутствия перетирания верёвок. Параллельная переправа: монтаж двух линий (рабочая и страховочная), установка перил, фиксация самостраховки, порядок переправы участников и передачи снаряжения. Маятниковая переправа: расчёт траектории, выбор точки отрыва и приземления, техника раскачки и контроля скорости, страховка снизу и сверху. Переправа по бревну с самостраховкой: подготовка бревна (очистка, фиксация), организация перил, использование скользящей самостраховки, движение приставным шагом, порядок действий при потере равновесия.

4. Материально-техническая база туризма, 24 часа.

Теория – 15 часов, практика – 9 часов.

4.1. Современные материалы для изготовления снаряжения в туризме – 3 часа.

Теория

Синтетические ткани (нейлон, полиэстер). Мембранные материалы (Gore-Tex, аналоги). Утеплители (пух, синтетические волокна типа Primaloft). Лёгкие конструкционные материалы (алюминиевые сплавы, углепластик).

4.2. Устройство и выбор туристского рюкзака – 3 часа.

Теория

Анатомическая подвесная система. Распределение нагрузки, снижение давления на плечи и спину. Каркас, жёсткость и формирование правильного прилегания к телу, перенос веса на таз. Объём и зонирование. Материалы и пропитки.

Практическая работа

Примерка рюкзаков разного объёма с укладкой типового комплекта, оценка посадки и точек давления. Регулировка подвесной системы под рост и комплекцию, контроль положения пояса на тазовых костях. Отработка правильной укладки.

4.3. Обувь для разных видов туризма – 6 часов.

Теория

Треккинговые ботинки. Поддержка голеностопа. Лёгкая треккинговая обувь/кроссовки. Высокогорная и альпинистская обувь. Совместимость с кошками, теплоизоляция, жёсткость для работы на рельефе. Сменные и бивачные варианты (сандалии, лёгкие тапочки).

Практическая работа

Подбор обуви по колодке и размеру с учётом толщины носка, проверка фиксации пятки и свободы пальцев. Тестирование на учебном маршруте: оценка сцепления, амортизации, устойчивости на уклонах и камнях.

Отработка шнуровки под разные задачи (подъём, спуск, осыпь), контроль плотности прилегания без пережатия.

4.4. Спальные мешки и виды туристских ковров – 3 часа.

Теория

Типы спальников: кокон и одеяло. Выбор по сезону и температуре комфорта. Наполнители: пух; синтетика. Коврики: каремат; самонадувающиеся; надувные ковры. Показатель R-Value у ковриков. Оценка теплоизоляции для разных сезонов, подбор под условия ночёвки.

Практическая работа

Сравнение спальников и ковриков по весу, габаритам в чехле, ощущениям на холодной поверхности. Укладка и упаковка комплекта в рюкзак, отработка компактной укладки без повреждения наполнителя.

4.5. Системы приготовления пищи – 6 часов.

Теория

Газовые горелки. Типы баллонов. Мультитопливные горелки. Спиртовки и щепочницы. Интегрированные системы (горелка + котелок с радиатором).

Практическая работа

Сборка и запуск разных типов горелок. Кипячение воды в походных условиях.

4.6. Туристская посуда и групповая посуда – 3 часа.

Теория

Индивидуальная посуда (кружка, миска, ложка). Виды и материалы. Групповые котлы. Объём из расчёта 0,5–0,7 л на человека, толщина стенок, ручки и подвес, совместимость с разными типами горелок и костром. Материалы: титан; алюминий; нержавеющая сталь. Наборы туристической посуды.

5. Альпинизм, 24 часа.

Теория – 8 часов, практика – 16 часов.

5.1. Техника передвижения на разных типах рельефа (скальный, снежно-ледовый) – 8 часов.

Практическая работа

Отработка правила трёх точек опоры на скальном рельефе, выбор зацепов, распределение веса, контроль устойчивости при смене позиций. Передвижение в кошках по фирну и льду. Техника «три такта» на крутых снежных склонах.

5.2. Тактика восхождений. Акклиматизация – 6 часов.

Теория

Принципы тактики восхождений. Этапы акклиматизации. Признаки горной болезни и меры реагирования. Нормы набора высоты и продолжительности акклиматизационных выходов, роль дневки для восстановления и стабилизации состояния.

Практическая работа

Моделирование плана восхождения: расчёт дневных отрезков, точек ночёвок, «точки невозврата» с учётом рельефа и логистики по заданным условиям. Разбор реальных треков и метеосводок: оценка выбранной тактики, выявление ошибок, подбор оптимальных решений.

5.3. Особенности приготовления пищи в условиях высокогорья. Продуктовая раскладка – 4 часа.

Теория

Увеличение времени приготовления, необходимость герметичной посуды и ветрозащиты. Повышенные энергозатраты в высокогорье. Сублиматы и быстроразвариваемые крупы. Режим питания.

Практическая работа

Составление продуктовой раскладки на высотный выход с учётом длительности, сложности маршрута и индивидуальных потребностей участников.

5.4. Специальное снаряжение на восхождении – 6 часов.

Теория

Страховочно-спусковые устройства, карабины, оттяжки. Назначение, совместимость, правила эксплуатации и контроля износа. Ледорубы, кошки, ледовые инструменты. Подбор по типу маршрута, техника работы, транспортировка и безопасность. Верёвки (основная, вспомогательная). Длина, диаметр, динамические/статические свойства, организация станций и перил. Средства связи и навигации (рации, GPS, карты, компас). Резервные варианты, защита от влаги и холода, контроль заряда.

Практическая работа

Расчёт количества необходимого снаряжения для гипотетического восхождения. Разбор реальных случаев ЧП из-за недостаточного набора снаряжения.

6. Спелеотуризм, 24 часа.

Теория – 6 часов, практика – 18 часов.

6.1. Введение. Правила ТБ – 4 часа.

Теория

Обязательная регистрация группы и контрольный срок возвращения. Двойной независимый источник света у каждого участника плюс запас питания, исключение открытого огня в пещере. Запрет на одиночное передвижение, соблюдение звуковой связи. Действия при ЧП.

6.2. Техника передвижения по горизонтальным и вертикальным перилам. Прохождение перестёжек – 12 часов.

Теория

Суть SRT (Single Rope Technique): передвижение по одной основной верёвке с использованием специализированных устройств (жумар, кроль, спусковое устройство). Ключевые элементы: навеска верёвки, организация промежуточных точек. Базовые приёмы: подъём (работа жумаром и кролем), спуск (контролируемое торможение). Разбор типичных ошибок.

Практическая работа

Освоение базовых движений на стенде: подъём с жумаром/кролем, спуск с контролем скорости, остановка и фиксация в любой точке.

6.3. Посещение горизонтальной пещеры – 8 часов.

Практическая работа

Полевой выход в одну из необорудованных пещер Симферопольского района.

7. Первая помощь, 24 часа.

Теория – 6 часов, практика – 18 часов.

7.1. Алгоритм оказания первой помощи. Повторение – 3 часа.

Практическая работа

Отработка алгоритма на манекене или добровольце: проверка сознания, дыхания, вызов помощи, демонстрация действий при условном кровотечении. Разбор типичных ошибок: паника, преждевременное перемещение, игнорирование собственной безопасности.

7.2. Транспортировка пострадавшего. Способы, особенности и необходимое оборудование – 6 часов.

Практическая работа

Подбор метода транспортировки в зависимости от состояния пострадавшего. Транспортировка в одиночку, малой группой, большим количеством участников. Организация носилок из подручных материалов.

7.3. Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах. Иммобилизация конечности – 6 часов.

Теория

Признаки ушибов и вывихов. Виды переломов. Алгоритм действий при оказании первой помощи. Иммобилизация: применение штатных шин либо подручных материалов, прокладка в зонах костных выступов.

Практическая работа

Наложение импровизированных шин на манекене, подбор материалов и способов крепления под разные участки тела.

7.4. Первая помощь при потере сознания, остановке дыхания. СЛР – 9 часов.

Теория

Проверка дыхания, оценка проходимости дыхательных путей. Сердечно-лёгочная реанимация. Алгоритм, постановка рук, искусственное дыхание, основные ошибки. Критерии прекращения СЛР.

Практическая работа

Полная отработка СЛР на манекене: позиционирование, постановка рук, ритм и глубина компрессий, техника вдохов. Разбор типичных ошибок.

8. Скалолазание, 24 часа.

Теория – 12 часов, практика – 12 часов.

8.1. Правила ТБ. Основные хваты руками – 6 часов.

Теория

Соблюдение ТБ: проверка снаряжения, контроль зоны падения, согласование команд между партнёрами, исключение работы без страховки. Основные хваты: открытый (пальцы сверху зацепа); щипок (между большим и остальными пальцами); закрытый (крючок). Подбор хвата под тип зацепа и задачу движения, минимизация перенапряжения суставов и связок.

Практическая работа

Отработка основных хватов на зацепах разной формы и размера, контроль постановки пальцев и распределения нагрузки.

8.2. Техника отдыха при прохождении скальной трассы – 3 часа.

Теория

Зоны отдыха на трассе: полки, широкие зацепы, участки с удобной постановкой ног. Способы снятия нагрузки. Дыхание и контроль пульса. Тактика: чередование напряжённых отрезков и коротких пауз на отдых, расчёт запаса сил на финальный участок трассы.

8.3. Общественное снаряжение в скалолазании – 6 часов.

Теория

Базовый комплект: верёвки (динамические), оттяжки, карабины, страховочная система, каска, магнезия. Назначение, характеристики и принцип работы.

Практическая работа

Проверка комплекта по чек-листу: осмотр строп, швов, муфт, состояния протектора и оплётки верёвки.

8.4. Страховка с различными страховочными устройствами – 6 часов.

Теория

Типы устройств: «восьмёрка»; реверсо; полуавтоматы (например, GriGri). Принципы работы: контроль свободного конца верёвки, правильная заправка, исключение перекручивания и проскальзывания.

Практическая работа

Установка и заправка разных устройств на стенде, отработка правильной позиции страхующего. Имитация рывка и удержания, контроль плавности торможения и исключения резких нагрузок. Смена устройств, сравнение ощущений и эффективности, разбор ошибок при работе в паре.

8.5. Значение разминки для занятий по скалолазанию – 3 часа.

Теория

Профилактика травм: разогрев мышц, связок и суставов снижает риск растяжений и перегрузок. Постепенное повышение нагрузки: от лёгкой общей разминки к специфическим упражнениям для кистей, предплечий и корпуса.

9. Краеведение, 24 часа.

Теория – 12 часов, практика – 12 часов.

9.1. Карта Крыма. Повторение – 3 часа.

Практическая работа

Опрос по основным природным объектам Крымского полуострова.

9.2. Климат Крымского полуострова – 6 часов.

Теория

Климатические зоны Крыма. Факторы формирования климата. Сезонные особенности климата полуострова.

Практическая работа

Анализ климатических карт и графиков температур/осадков по разным станциям Крыма. Сопоставление метеоданных с рельефом.

9.3. Эндемики Крыма – 3 часа.

Теория

Понятие эндемизма и причины высокого числа эндемиков в Крыму: изолированность, разнообразие микроклиматов, древность флоры. Примеры растений-эндемиков. Примеры животных-эндемиков.

9.4. Основные географические объекты Крыма – 3 часа.

Практическая работа

Локализация на карте ключевых объектов: горные массивы, яйлы, перевалы, крупные реки. Определение высотных поясов и характерных форм рельефа. Соотнесение названий с визуальными признаками. Составление краткой характеристики 3–4 объектов (высота, протяжённость, значение для туризма и экологии).

9.5. Почвы Крыма – 6 часов.

Теория

Зональность почв: чернозёмы, бурые горно-лесные, коричневые. Факторы почвообразования: материнская порода, рельеф, увлажнение, растительность; влияние антропогенных факторов. Свойства и хозяйственное значение: плодородие, подверженность эрозии, особенности использования в рекреации и сельском хозяйстве.

Практическая работа

Определение типов почв по описанию и фрагментам профилей, сопоставление с картой почв Крыма. Анализ связи почв и растительности: какие растения характерны для разных типов почв.

9.6. Методика полевых записей – 3 часа.

Теория

Цели и форматы записей: дневник наблюдений, карточки объектов, маршрутный лист, фотофиксация с привязкой. Обязательные элементы: дата, время, место (координаты/ориентиры), погода, описание объекта, примечания и гипотезы. Способы фиксации данных: текстовые заметки, схемы, условные обозначения, шкалы оценок (например, степень эрозии).

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Введение в туризм, 24 часа.

Теория – 7 часов, практика – 17 часов.

1.1. Введение. Правила ТБ и работы клуба «Привал». Игры на знакомство и сплочение коллектива – 3 часа.

Теория

Вводная беседа, обсуждение правил техники безопасности. Внутренние правила клуба «Привал». Ознакомление с целями, задачами и режимом работы клуба «Привал». Основные правила техники безопасности при проведении занятий, игр и тренировок на открытой местности и в помещении. Нормы поведения в коллективе, распределение ролей и обязанностей в группе.

Практическая работа

Проведение комплекса карточных настольных игр для снятия барьеров и создания комфортной среды.

1.2. Экологические нормы туриста: костровище, утилизация отходов, шумовой режим. Правила поведения в лесу и на туристических стоянках – 6 часов.

Теория

Выбор разрешённого места под костровище и подготовка зоны. Правила утилизации отходов, запрет сжигания пластика. Соблюдение шумового режима, движение по тропам. Нормы поведения на охраняемых территориях.

Практическая работа

Обустройство и полное тушение костровища. Сортировка и упаковка отходов с расчётом объёма на группу. Отработка бесшумного передвижения и правильной установки лагеря.

1.3. Узлы в туризме (двойные проводники, стремя, булинь) – 3 часа.

Практическая работа

Вязка двойного проводника с контролем затяжки и длины концов. Отработка узла «стремя» для организации временной опоры. Вязка булиня с

обязательным контрольным узлом. Выполнение упражнения на скорость и качество вязки трёх узлов.

1.4. Связь в горах и лесу: радиостанции, сигналы, спутниковые средства – 4 часа.

Теория

Виды средств связи: рации, спутниковые трекеры, визуальные и звуковые сигналы. Регламент связи и способы экономии заряда устройств. Сигналы бедствия и порядок их подачи. Особенности распространения сигнала в горной и лесной местности.

Практическая работа

Настройка раций и передача координат. Подача сигналов с помощью свистка и сигнального зеркала, оценка их заметности.

1.5. Оценка расстояния и времени: определение расстояния до недоступного предмета, определение времени – 8 часов.

Практическая работа

Оценка дистанции глазомером и методом подсчёта шагов, калибровка личного шага. Определение времени без использования часов — по положению солнца. Расчёт времени движения с учётом рельефа, остановок и темпа, составление графика с резервом.

2. Ориентирование, 24 часа.

Теория – 9 часов, практика – 15 часов.

2.1. Системы позиционирования GPS. Работа с треком, программы и тематические сайты – 4 часа.

Теория

Системы позиционирования GPS и принципы их работы. Работа с треками: запись, анализ, экспорт и импорт данных. Программы для обработки треков и планирования маршрутов. Тематические сайты и источники картографических данных.

2.2. Построение высотного профиля местности по изолиниям – 6 часов.

Теория

Изолинии (горизонтали) и их значение для отображения рельефа. Правила чтения высотных отметок и интервалов между изолиниями. Принципы построения высотного профиля по карте. Интерпретация профиля для оценки сложности маршрута.

Практическая работа

Построение высотного профиля по фрагменту топокарты вручную.

2.3. Ориентирование на местности при помощи компаса и карты. Участие в соревнованиях – 8 часов.

Практическая работа

Совмещение компаса с картой, определение азимута и выдерживание направления. Участие в учебных соревнованиях по спортивному ориентированию. Анализ ошибок и корректировка тактики прохождения дистанции.

2.4. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Определение расстояния до объекта – 6 часов.

Теория

Ориентирование по растениям, животным и насекомым, рельефу и снегу, искусственным объектам. Ограничения данного метода ориентирования. Определение расстояния до объекта с помощью карты, глазомера, измерения времени или шагов.

Практическая работа

Измерение расстояний по картам разного масштаба, проверка результатов.

3. Основы пешеходного туризма, 24 часа.

Теория – 9 часов, практика – 15 часов.

3.1. Планирование нитки маршрута по карте. Расчёт ходовых дней и запасных вариантов маршрута – 6 часов.

Теория

Нитка маршрута и критерии её выбора по топокарте. Факторы учёта при планировании: рельеф, протяжённость, сложность препятствий. Расчёт ходовых дней с учётом темпа группы и высотного профиля. Запасные варианты маршрута и точки схода с маршрута.

Практическая работа

Прокладка нитки маршрута на фрагменте карты с выделением ключевых ориентиров. Определение дневных отрезков и мест стоянок. Моделирование альтернативных путей при ухудшении погоды или ЧП.

3.2. Юридические аспекты планирования похода. Границы ООПТ, разрешения, страховка, регистрация в МЧС – 4 часа.

Теория

Границы ООПТ и режим посещения территорий. Порядок получения разрешений для маршрутов в охраняемых зонах. Виды и условия оформления туристской страховки. Процедура регистрации группы в МЧС и обязательные сведения.

3.3. Составление продуктовой раскладки. Меню, закупка, организация дежурств и распределение веса – 6 часов.

Теория

Принципы формирования меню по дням и типам нагрузок. Нормы веса и калорийности на участника, учёт условий хранения. Организация дежурств и справедливое распределение нагрузки. Способы упаковки и защиты продуктов от влаги и ударов.

Практическая работа

Составление раскладки на многодневный маршрут с расчётом веса и КБЖУ. Распределение продуктов по участникам с учётом баланса веса. Отработка упаковки в гермомешки и распределения по рюкзакам. Планирование дежурств, фиксация ролей и обязанностей на каждый день.

3.4. Техника прохождения буреломов и зарослей – 8 часов.

Практическая работа

Выбор оптимальной траектории в зоне бурелома с минимизацией риска травм. Техника движения в густых зарослях: защита лица и снаряжения, контроль шага. Отработка навыков в походе.

4. Материально-техническая база туризма, 24 часа.

Теория – 15 часов, практика – 7 часов.

4.1. Ремонт снаряжения в условиях похода. Состав ремнабора – 4 часа.

Теория

Типичные поломки снаряжения в походе и способы экспресс-ремонта. Базовый и расширенный состав ремнабора под вид активности. Материалы и инструменты: скотч, изолента, стяжки, нитки, заплатки. Ограничения полевого ремонта и критерии замены снаряжения.

Практическая работа

Комплектация ремнабора по чек-листу для горного/пешеходного похода.

4.2. Туристские верёвки и репшнуры – 6 часов.

Теория

Типы верёвок: динамические, статические, их назначение и характеристики. Репшнуры: диаметры, прочность, применение в страховке и вспомогательных работах. Маркировка, срок службы, признаки износа и выбраковки. Правила хранения, сушки и ухода за верёвками.

4.3. Запас прочности снаряжения – 6 часов.

Теория

Понятие запаса прочности и коэффициенты безопасности для разных элементов. Нагрузки на снаряжение: статические и динамические, пиковые значения. Влияние износа, влаги, ультрафиолета на прочностные характеристики.

Практическая работа

Анализ паспортных данных и маркировки снаряжения (карабины, петли, верёвки). Осмотр комплекта на признаки износа: потёртости, деформации, коррозия.

4.4. Сертификация снаряжения – 3 часа.

Теория

Стандарты сертификации: UIAA, EN, ГОСТ, их значение и область применения. Маркировка сертифицированного снаряжения и расшифровка обозначений. Различия между обязательной и добровольной сертификацией.

4.5. Фонари. Виды и характеристики – 5 часов.

Теория

Типы фонарей: налобные, ручные, кемпинговые, их назначение. Ключевые характеристики: световой поток, дальность, режимы, тип питания. Влагозащита, ударопрочность, эргономика корпуса. Совместимость с аккумуляторами и запасными элементами питания.

Практическая работа

Сравнение моделей фонарей по параметрам и условиям применения. Тестирование яркости, времени работы, переключения режимов.

5. Альпинизм, 24 часа.

Теория – 10 часов, практика – 14 часов.

5.1. Лавины. Оценка лавинной опасности. Правила поведения в чрезвычайной ситуации – 6 часов.

Теория

Факторы лавинообразования: снег, рельеф, погода, состояние склона. Методы оценки лавинной опасности: наблюдения, тесты снежного покрова, прогнозы. Признаки повышенной угрозы: недавние сходы, трещины, «глухой» звук, осадки и ветер. Правила поведения при угрозе и в ЧС: выбор маршрута, дистанция в группе, действия при сходе лавины.

Практическая работа

Моделирование действий группы при сходе лавины: поиск, сигналы, организация работ. Разбор реальных случаев и типичных ошибок в поведении в лавиноопасной зоне.

5.2. Характеристики снежного покрова – 3 часа.

Теория

Слои снежной толщи: свежевыпавший снег, корки, глубинный иней, их свойства. Плотность, влажность и сцепление слоёв как показатели устойчивости. Формирование опасных структур и условия их развития.

5.3. Техника передвижения по снежно-ледовым склонам различной крутизны – 8 часов.

Практическая работа

Постановка шага и использование ледоруба на пологих и средних склонах. Отработка траверсов и смены направления, работа с рельефом. Действия при проскальзывании: стабилизация, самозадержание, возврат на маршрут.

5.4. Организация лагеря при восхождении – 3 часа.

Теория

Выбор площадки: защищённость от ветра, лавин, камнепадов, ровность поверхности. Размещение палаток и элементов лагеря, соблюдение дистанции и ориентации. Особенности высотной ночёвки и работы в условиях ограниченной видимости.

5.5. Техника самозадержания при срывах – 4 часа.

Практическая работа

Положение тела и хват ледоруба для эффективного торможения. Алгоритм действий при срыве: переворот, упор, торможение, остановка. Отработка самозадержания на учебном склоне с контролируемым скольжением.

6. Спелеотуризм, 24 часа.

Теория – 7 часов, практика – 17 часов.

6.1. Правила ТБ. Передвижение по верёвке в технике SRT. Сложные перестёжки, переход через узел – 12 часов.

Теория

Правила техники безопасности при работе в технике SRT. Принципы организации навески и контроля точек крепления. Схемы сложных перестёжек и алгоритмы действий при переходах. Порядок преодоления узлов на верёвке, допустимые методы и риски.

Практическая работа

Отработка базовых элементов SRT на учебной площадке. Выполнение сложных перестёжек с контролем самостраховки. Прохождение участков с узлами, выбор оптимальной тактики.

6.2. Прохождение узких горизонтальных и вертикальных ходов – 6 часов.

Теория

Особенности рельефа узких ходов. Тактика прохождения: оценка маршрута, точки опоры, распределение усилий. Способы страховки и самостраховки в стеснённых условиях. Типичные риски и меры предотвращения травм и застреваний.

Практическая работа

Прохождение тренировочных горизонтальных участков, контроль положения тела.

6.3. Разбор топосъёмок наиболее известных вертикальных пещер – 6 часов.

Теория

Структура и условные обозначения топосъёмок пещер. Чтение высотных отметок, уклонов, протяжённости участков. Анализ сложных узлов: колодцы, сужения, развилки.

Практическая работа

Разбор реальных топосъёмок популярных пещерных систем. Планирование маршрута по схеме, определение точек перестёжки.

7. Первая помощь, 24 часа.

Теория – 20 часов, практика – 4 часа.

7.1. Первая помощь при отравлении в походных условиях – 6 часов.

Теория

Виды отравлений в походе: пищевые, химические, растительные. Признаки и динамика состояния пострадавшего. Базовые меры первой помощи: промывание, сорбенты, контроль гидратации. Критерии срочной эвакуации и взаимодействия со спасателями.

7.2. Первая помощь при укусах – 6 часов.

Теория

Типы укусов: насекомые, змеи, животные, характерные симптомы. Алгоритмы действий в зависимости от вида укуса. Меры профилактики осложнений: обработка, контроль отёка и температуры. Показания к экстренной эвакуации и медицинской помощи.

Практическая работа

Отработка алгоритмов помощи на манекене и в ролевых сценариях. Наложение повязок, контроль состояния, фиксация динамики. Тренировка сбора информации для передачи медикам (время укуса, вид животного и т. п.).

7.3. Первая помощь при сильном стрессе – 6 часов.

Теория

Признаки острого стресса и панической реакции в походных условиях. Методы стабилизации состояния: дыхание, контакт. Роль психологической поддержки и распределения задач в группе. Критерии необходимости эвакуации и привлечения специалистов.

7.4. Действия при переохлаждении и перегреве – 6 часов.

Теория

Симптомы и стадии переохлаждения, меры согревания без риска осложнений. Признаки перегрева и теплового удара, тактика охлаждения.

Профилактика в разных условиях: одежда, режим, гидратация. Особенности помощи на маршруте и при транспортировке.

Практическая работа

Моделирование помощи при переохлаждении: укутывание, тёплые напитки, контроль температуры. Отработка мер при перегреве: перемещение в тень, охлаждение, контроль сознания.

8. Скалолазание, 24 часа.

Теория – 9 часов, практика – 15 часов.

8.1. Правила ТБ. Спортивная подготовка скалолазов – 6 часов.

Теория

Требования техники безопасности на скалодроме и естественном рельефе. Структура тренировочного процесса: разминка, основная нагрузка, заминка. Развитие силы хвата, выносливости, координации и гибкости. Контроль утомляемости и профилактика травм.

Практическая работа

Комплекс разминки и заминки для скалолазов, подбор под индивидуальные особенности. Отработка упражнений на силу хвата и предплечий.

8.2. Лазание с верхней и нижней страховкой – 8 часов.

Практическая работа

Организация верхней страховки: выбор точки, заправка устройства, контроль слабины. Лазание с верхней страховкой: темп, техника, взаимодействие со страхующим. Подготовка и организация нижней страховки, контроль первых точек. Лазание с нижней страховкой: работа с оттяжками, динамика, действия при срыве.

8.3. Скалолазные районы России – 3 часа.

Теория

Основные скалолазные регионы: Крым, Кавказ, Урал, Карелия. Характеристики районов: типы рельефа, категории трасс, сезонность.

Инфраструктура и доступность: подъезды, проживание, места для палаток. Рекомендации по планированию выездов и подбору маршрутов.

8.4. Психология скалолазания – 7 часов.

Теория

Психологические барьеры: страх высоты, неуверенность, боязнь срыва. Техники управления стрессом и концентрации внимания. Формирование уверенности: постановка целей, анализ прогресса.

Практическая работа

Упражнения на концентрацию и контроль дыхания перед стартом. Отработка коммуникации в связке: команды, сигналы, обратная связь.

9. Краеведение, 24 часа.

Теория – 16 часов, практика – 8 часов.

9.1. Гидрологические объекты Крыма – 6 часов.

Теория

Основные типы гидрологических объектов: реки, озёра, лиманы, родники, водохранилища. Особенности водного режима Крыма: сезонность стока, дефицит пресной воды. Крупнейшие водные объекты и их хозяйственное и рекреационное значение. Влияние рельефа и климата на распределение водных ресурсов.

Практическая работа

Локализация гидрологических объектов на карте Крыма, определение бассейнов стока. Составление краткой характеристики 3–4 объектов с указанием протяжённости, площади, особенностей.

9.2. Каптаж родников – 3 часа.

Теория

Понятие каптажа и его назначение: защита источника от загрязнений и потерь. Типы каптажных сооружений: открытые и закрытые, материалы и конструкции. Санитарные требования к обустройству родников. Принципы выбора места и расчёта водоотдачи.

9.3. Крымские ООПТ – 4 часа.

Теория

Категории ООПТ Крыма: заповедники, национальные парки, заказники, памятники природы. Режим охраны и допустимые виды деятельности на разных территориях.

Практическая работа

Определение границ ООПТ на карте, сопоставление с рельефом и ландшафтами. Разбор реальных маршрутов с учётом ограничений зон.

9.4. Народы Крыма. История заселения и миграции на полуострове – 6 часов.

Теория

Древние народы Крыма: тавры, скифы, греки, сарматы — основные ареалы расселения. Средневековые миграции и этнокультурные группы: готы, хазары, генуэзцы, армяне. Поздние волны переселений и формирование многонационального состава. Современные этнические группы и культурно-историческое наследие.

9.5. Основные исторические памятники архитектуры Крыма – 5 часов.

Теория

Античные и средневековые памятники: Херсонес, крепости, пещерные города. Памятники османского, генуэзского и русского периодов. Дворцово-парковые ансамбли Южного берега Крыма. Критерии историко-культурной ценности и охранный статус объектов.

Практическая работа

Планирование экскурсионного маршрута по 3–4 объектам с расчётом времени и логистики. Заполнение карточки объекта: название, период, особенности, доступность.

4 ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Введение в туризм, 24 часа.

Теория – 15 часов, практика – 9 часов.

1.1. Введение. Правила ТБ – 3 часа.

Теория

Проверка знаний по туризму, требования к обучающимся, правила поведения и ТБ.

1.2. Узлы в туризме. Узлы грудной обвязки. Вспомогательные узлы. Узлы для связывания веревок. Характеристики узлов – 9 часов.

Теория

Узлы грудной обвязки: варианты исполнения, надёжность, контроль фиксации. Вспомогательные узлы: схватывающие, контрольные, маркировочные — назначение и применение. Узлы для связывания верёвок: прямой, встречный, грейпвайн — условия использования. Характеристики узлов: прочность, склонность к затягиванию, поведение под нагрузкой.

Практическая работа

Отработка изученных узлов. Вязка на скорость.

1.3. Взаимодействие в группе. Распределение ролей, конфликты, поддержка отстающих и новичков – 3 часа.

Теория

Профилактика и разрешение конфликтов: коммуникация, правила обсуждения, принятие решений. Тактика поддержки отстающих: темп, привалы, перераспределение груза. Психологическая атмосфера и распределение нагрузки с учётом опыта участников.

1.4. Оценка скорости прохождения в зависимости от рельефа и погодных условий – 6 часов.

Теория

Нормативы скорости по типам рельефа: равнина, лес, горы, осыпи, снег. Поправки на уклон, покрытие, видимость и погодные факторы (ветер, осадки). Расчёт чистого ходового времени и коэффициента сложности. Учёт физической подготовки группы и загрузки рюкзаков.

Практическая работа

Расчёт скорости и времени на типовых участках маршрута, сравнение с нормативами. Корректировка графика движения при изменении погоды и состояния тропы. Моделирование задержек и внесение резервов в план.

1.5. Нормативная база. Профстандарт «инструктор-проводник», «педагог дополнительного образования» - 3 часа.

Теория

Общая нормативная база для туристской и педагогической деятельности. Профстандарт «Инструктор-проводник», «Педагог дополнительного образования». Требования к образованию, особенности работы.

2. Ориентирование, 24 часа.

Теория – 10 часов, практика – 14 часов.

2.1. Система географических координат – 6 часов.

Теория

Широта и долгота: определение, единицы измерения, форматы записи. Параллели и меридианы, отсчёт значений, связь с градусной сеткой карты. Точность координат и погрешности при навигации. Использование координат в GPS-навигации и полевых условиях.

Практическая работа

Определение координат объектов по топокарте и сравнение с GPS-данными. Отработка поиска объектов по координатам на местности.

2.2. Картографические проекции – 6 часов.

Теория

Понятие картографической проекции и неизбежных искажений. Основные виды проекций: цилиндрические, конические, азимутальные. Искажения длин, площадей, углов — как они проявляются. Выбор проекции под задачи: навигация, обзор, точные измерения.

2.3. Создание плана местности – 9 часов.

Теория

Масштаб и условные знаки для планов, отличия от топокарт. Методы съёмки: глазомерная, полярная, маршрутная, по створам. Привязка к ориентирам, определение направлений и расстояний. Оформление плана: заголовок, масштаб, легенда, стрелка «север».

Практическая работа

Проведение глазомерной съёмки небольшого участка, фиксация ориентиров.

2.4. Итоговое тестирование – 3 часа.

Практическая работа

Опрос и тестирование практических навыков по пройденным темам.

3. Основы пешеходного туризма, 24 часа.

Теория – 10 часов, практика – 14 часов.

3.1. Оценка категории сложности маршрута. Расчёт баллов, препятствия, логистика – 4 часа.

Теория

Критерии оценки категории сложности туристского маршрута. Система расчёта баллов по протяжённости, перепаду высот, количеству и типу препятствий. Классификация препятствий: локальные и протяжённые, их учёт в расчётах.

Практическая работа

Расчёт категории сложности по методике для заданного маршрута.

3.2. Составление отчёта о походе. Схемы, график высот, паспорт маршрута – 6 часов.

Теория

Структура отчёта о туристском походе, обязательные разделы и приложения. Правила построения схемы маршрута и графика высот. Содержание паспорта маршрута: параметры, сложность, особенности.

Практическая работа

Построение схемы маршрута с нанесением ключевых ориентиров и препятствий. Заполнение паспорта маршрута по шаблону. Подготовка текстового описания участков и фотоматериалов для отчёта.

3.3. Лидерство. Психологические факторы, влияющие на человека в горах. Психология малых групп – 6 часов.

Теория

Роли и функции лидера в туристской группе, стили руководства. Влияние высоты, усталости, изоляции на психоэмоциональное состояние. Динамика малой группы: сплочённость, конфликты, распределение ролей. Методы поддержания мотивации и профилактики напряжённости.

Практическая работа

Разбор примеров принятия решений в условиях неопределённости.

3.4. Особенности различных регионов для прохождения пешеходных походов – 5 часов.

Теория

Климатогеографические особенности популярных туристских регионов России. Специфика рельефа, водных преград, растительности и их влияние на тактику. Сезонные ограничения и типичные риски по регионам. Нормативные и организационные особенности посещения территорий.

Практическая работа

Сравнение маршрутов в разных регионах по сложности и логистике.

3.5. Итоговое тестирование – 3 часа.

Практическая работа

Опрос и тестирование практических навыков по пройденным темам.

4. Материально-техническая база туризма, 24 часа.

Теория – 14 часов, практика – 10 часов.

4.1. Хранение снаряжения в межсезонье – 6 часов.

Теория

Требования к условиям хранения: температура, влажность, защита от УФ и грызунов. Порядок подготовки снаряжения к длительному хранению

(очистка, сушка, ремонт). Особенности хранения разных типов снаряжения: текстиль, верёвки, металл, электроника.

4.2. Лёгкое и сверхлёгкое снаряжение – 9 часов.

Теория

Принципы снижения веса снаряжения без потери безопасности и функциональности. Категории лёгкого снаряжения: палатки, спальники, коврики, посуда, одежда. Материалы и технологии, обеспечивающие малый вес и высокую эффективность. Компромиссы: прочность, комфорт, погодные условия.

Практическая работа

Сравнение комплектов «стандарт» и «лёгкий» по весу, габаритам, функционалу. Анализ опыта использования сверхлёгкого снаряжения в реальных маршрутах.

4.3. Использование гамаков в многодневных походах – 6 часов.

Теория

Типы гамаков и комплектующих: тенты, стропы, узлы крепления, москитные сетки. Условия применения: лес, горы, равнина; ограничения по погоде и рельефу.

Практическая работа

Отработка установки гамака с тентом в разных условиях. Подбор узлов и точек крепления, расчёт натяжения и угла провиса.

4.4. Итоговое тестирование – 3 часа.

Практическая работа

Опрос и тестирование практических навыков по пройденным темам.

5. Альпинизм, 24 часа.

Теория – 8 часов, практика – 16 часов.

5.1. Точки страховки и станции на снежно-ледовом рельефе – 6 часов.

Теория

Виды точек страховки: ледобуры, снежные якоря, ледовые крючья, закладные. Принципы построения станций: распределение нагрузки, дублирование, выравнивание. Особенности работы на льду и в снегу, влияние температуры и структуры покрова. Критерии надёжности и проверки точек и станций.

Практическая работа

Построение станций из 2–3 точек, отработка выравнивания нагрузки.

5.2. Стратегия и тактика спасработ в малой группе – 6 часов.

Теория

Алгоритм действий при ЧП: оценка обстановки, безопасность спасателей, вызов помощи. Распределение ролей и задач в малой группе при проведении работ. Тактика поиска, подхода, стабилизации пострадавшего. Ограничения малой группы и критерии принятия решения об эвакуации своими силами.

Практическая работа

Моделирование сценария ЧП на маршруте, построение плана действий. Отработка командных ролей и передачи информации. Тренировка поиска и подхода к пострадавшему с учётом рельефа.

5.3. Узлы для проведения спасработ – 6 часов.

Теория

Узлы: двойной UIAA, Мунтера-мула, Гарда, мини-полиспаст, парсел-прусик, вай нот, узел для блокировки страховочного устройства.

Практическая работа

Тренировка завязывания узлов для проведения спасработ.

5.4. Особенности транспортировки пострадавших на скальном рельефе, переправах, в гору, с горы – 6 часов.

Практическая работа

Организация транспортировки на ровной местности и по склону: носилки, волокуши, обвязка. Техника движения в связке с пострадавшим, распределение нагрузки между участниками. Преодоление переправ с учётом

веса и состояния пострадавшего. Спуск и подъём пострадавшего с использованием станций и страховочных систем. Разбор тактических решений и типичных ошибок при эвакуации.

Опрос и тестирование практических навыков по пройденным темам.

6. Спелеотуризм, 24 часа.

Теория – 6 часов, практика – 18 часов.

6.1. Правила ТБ. Техника движения по вертикальной верёвке. Посещение вертикальной пещеры – 12 часов.

Теория

Правила техники безопасности при работе на вертикальной верёвке и в пещерах. Оборудование для SRT: спусковые и страховочные устройства, карабины, усы самостраховки. Техника подъёма и спуска, контроль скорости и точек контакта. Особенности посещения вертикальных пещер: навигация, освещение, коммуникация.

Практическая работа

Посещение вертикальной пещеры.

6.2. Создание топосъёмки пещеры. Современные методы картирования подземных полостей – 6 часов.

Теория

Принципы топосъёмки пещер: азимуты, углы наклона, расстояния. Традиционные инструменты: компас, клинометр, рулетка, журнал замеров. Современные методы: лазерное сканирование, фотограмметрия, мобильные приложения. Оформление плана пещеры: условные знаки, высотные отметки, привязка к ориентирам.

Практическая работа

Проведение топосъёмки фрагмента полости по классической методике.

6.3. Организация подземного базового лагеря – 6 часов.

Теория

Выбор площадки для лагеря: безопасность, вентиляция, удобство. Размещение элементов лагеря: палатки/тент, освещение, хранение

снаряжения. Санитарно-гигиенические требования и утилизация отходов под землёй. Связь, аварийные планы.

Практическая работа

Планирование схемы лагеря на фрагменте топосъёмки.

Опрос и тестирование практических навыков по пройденным темам.

7. Первая помощь, 24 часа.

Теория – 15 часов, практика – 9 часов.

7.1. Причины несчастных случаев в походах – 3 часа.

Теория

Человеческий фактор: ошибки планирования, переоценка возможностей, нарушение ТБ. Природные факторы: погода, рельеф, дикие животные, лавины, камнепады. Организационные причины: слабая подготовка группы, отсутствие связи, игнорирование прогнозов. Статистика и типология происшествий по видам туризма.

7.2. Эвакуация из удалённых районов – 9 часов.

Теория

Способы эвакуации: пешая, вертолётная, водная, комбинированная. Порядок взаимодействия с МЧС и спасательными службами. Документы и информация, необходимые для организации эвакуации. Факторы, влияющие на сроки и сложность эвакуации.

Практическая работа

Составление плана эвакуации для заданного района и сценария. Разбор реальных случаев эвакуации и допущенных ошибок.

7.3. Медицина в походе, применение личных и групповых аптечек – 9 часов.

Теория

Состав личной и групповой аптечки под тип и длительность маршрута. Показания и противопоказания к применению основных препаратов. Юридические и этические аспекты оказания первой помощи в походе.

Практическая работа

Комплектация аптечек по чек-листам для разных видов походов. Решение ситуационных задач с оценкой приоритетов и тактики.

7.4. Итоговое тестирование – 3 часа.

Практическая работа

Опрос и тестирование практических навыков по пройденным темам.

8. Скалолазание, 24 часа.

Теория – 8 часов, практика – 16 часов.

8.1. Организация станции – 6 часов.

Теория

Назначение и типы станций. Принципы надёжности: дублирование, распределение нагрузки, выравнивание. Материалы для станций: петли, репшнуры, карабины, закладные элементы. Критерии выбора схемы станции под условия и задачи.

Практическая работа

Отработка быстрой сборки и разборки станции в разных условиях. Разбор ошибок: неправильная геометрия, недостаточное дублирование.

8.2. Закладные элементы и мультипитчи – 9 часов.

Теория

Закладные элементы. Френды. Эксцентрики. Принципы установки и извлечения закладок, оценка надёжности. Понятие мультипитча, структура маршрута, организация промежуточных станций. Тактика прохождения мультипитчевых маршрутов, смена ролей в связке.

Практическая работа

Подбор и установка закладок на разных типах трещин. Отработка извлечения закладок без повреждения рельефа и снаряжения.

8.3. Работа на скальном рельефе. Отработка всех полученных знаний – 6 часов.

Теория

Интеграция навыков: страховка, станции, закладные, движение по рельефу. Тактическое планирование участка маршрута с учётом сложности и рисков.

Практическая работа

Прохождение комплексного участка с применением всех изученных техник.

8.4. Итоговое тестирование – 3 часа.

Практическая работа

Опрос и тестирование практических навыков по пройденным темам.

9. Краеведение, 24 часа.

Теория – 11 часов, практика – 13 часов.

9.1. Известные крымские исторические деятели – 6 часов.

Теория

Деятели античного и средневекового Крыма: правители, полководцы, учёные. Выдающиеся личности Нового и Новейшего времени, связанные с Крымом. Вклад исторических фигур в развитие культуры, науки, военного дела полуострова.

Практическая работа

Составление краткой биографической справки с указанием источников. Разработка мини-маршрута «по следам» выбранного деятеля.

9.2. Крым во времена ВОВ. Партизанское движение в Крыму – 6 часов.

Теория

Основные этапы боевых действий на территории Крыма в 1941–1944 гг. Организация и районы базирования партизанских отрядов, тактика действий. Взаимодействие партизан с подпольем и регулярными частями Красной армии.

Практическая работа

Поход по партизанским местам.

9.3. Города Крыма. История – 6 часов.

Теория

Этапы формирования и развития крупнейших городов Крыма. Ключевые исторические события, повлиявшие на облик и судьбу городов.

9.4. Составление текста экскурсии по природному или историческому объекту – 3 часа.

Практическая работа

Определение целевой аудитории и продолжительности экскурсии. Подбор ключевых фактов, легенд, цитат, формирование структуры рассказа. Составление маршрута и хронометража, расчёт времени на каждый объект. Написание и редактирование текста экскурсии, проверка на достоверность и логику.

9.5. Итоговое тестирование – 3 часа.

Практическая работа

Опрос и тестирование практических навыков по пройденным темам.

Раздел № 5. Воспитание

Туризм – это не только увлекательное приключение, но и мощный инструмент воспитания и развития школьников. Он сочетает в себе физическую активность, познание окружающего мира и формирование важных жизненных навыков. Спортивная туристская подготовка, организация и проведение походов помогают детям расти здоровыми, самостоятельными и ответственными людьми.

Растущая отчуждённость между людьми вызывает необходимость использовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений. В современных условиях, когда рушатся старые стереотипы патриотизма, именно туризм и краеведение, объединяющие в себе многие предметы и науки, могут стать эффективным средством обучения и воспитания школьников.

Поскольку школьный туризм неотделим от краеведческой работы, то есть углублённого изучения своей малой родины во время походов, экспедиций, экскурсий, о нём можно говорить не только как об уникальном оздоровительном комплексе, но и как о важнейшем средстве воспитания.

По силе влияния на сознание ребёнка воспитание и обучение в туристском походе стоит на порядок выше, чем любое аудиторное занятие. Потому что здесь есть длительное по времени проживание педагогической ситуации в условиях природной среды, задействованы все каналы получения информации. А проживание ситуации рождает эмоции, которые в детстве фиксируются в сознании очень сильно. Ситуации и связанные с ними эмоции могут сохраняться на протяжении всей жизни. Неделя похода может дать такой педагогический эффект, какого в городских условиях не получить и за год. Природная среда, особые условия выполнения многих бытовых операций, без которых невозможно обеспечение своей жизнедеятельности, романтика путешествий, замкнутость и автономность группы делают туристскую деятельность эмоционально и педагогически насыщенной. Участие в туристских походах трансформируется для учащихся в личный опыт, который может стать эталоном для их будущей взрослой жизни.

В походных условиях внутри замкнутой и автономно существующей группы возникает множество ситуаций, проходя через которые ребёнок учится строить взаимоотношения с другими людьми. Формирование коммуникативных навыков для большинства ребят происходит, как правило, совершенно естественно без какого-то «специально организованного педагогического влияния». В условиях замкнутой туристской группы приходится строить отношения и сосуществовать на одном пространстве с

другими людьми. Учиться быть терпимее, принимать других такими, какие они есть. Как правило, детский туристский коллектив – это разновозрастное объединение детей, в котором практически всегда старшие, более опытные ребята становятся наставниками для младших и помощниками для руководителя. Кто-то становится командиром, кто-то – ответственным за питание, кто-то – ответственным за снаряжение. А младшие в этом естественном педагогическом процессе в свою очередь становятся помощниками у своих старших товарищей и перенимают у них опыт. За счет этого воспитывается ответственность, трудолюбие, терпимость, укрепляются характер, терпение и воля. На формирование нравственных установок влияет деятельность, в которой присутствуют отношения между людьми. Ведь нравственное положение, о котором подросток узнаёт, например, от взрослых, должно получить подтверждение в процессе проживания им ситуаций, в которых есть отношения между людьми, есть межличностная коммуникация. В этом случае в сознании ребенка то или иное нравственное положение проявляется в различных ракурсах и либо принимается окончательно, либо отторгается. Иначе все слова-нотации, адресованные подросткам, о том, «что такое хорошо и что такое плохо», не усваиваются.

Туристские походы с детьми по родной земле – это не что иное, как очень сильное средство воспитания чувства патриотизма. Говоря о воспитании патриотизма важно разделять формирование патриотического сознания и формирование чувства патриотизма. Патриотическое сознание формируется в процессе обучения. Это сфера интеллекта, которая, если рассматривать его формально, представляет собой результат усвоения некоторого набора патриотических установок. Чувство патриотизма формируется в процессе проживания множества ситуаций, связанных со своей Родиной, и ощущается человеком не столько сознанием, сколько душой и телом, т. е. через эмоциональные и физические переживания. Когда дети ногами ходят по своей земле, глазами видят её, дышат её воздухом, чувствуют её, переживают свои походные трудности в тесном с ней контакте, происходит резонанс информационного влияния, эмоциональных переживаний и физических ощущений и формируется чувство единения со своей землей, т.е. чувство патриотизма. Сформированное в подростковом возрасте чувство патриотизма является очень сильным. Воспитание самостоятельности, ответственности, навыков взаимодействия с другими, воли, нравственных установок в совокупности с патриотическим воспитанием в результате формируют настоящего гражданина своей страны.

Цели воспитания в дополнительном образовании:

– обеспечение актуализации обучающимися ценностно-смыслового компонента в осваиваемой сфере деятельности;

– содействие обучающимся в понимании значимости туристско-краеведческой деятельности как основы для самореализации и профессионального самоопределения;

– помощь в формировании личностных качеств обучающихся, освоении способов регулирования собственных действий, взаимодействия с партнерами в различных сферах деятельности, освоение способов самопознания, самоопределения, преодоления собственных трудностей.

Приоритетные направления воспитательной деятельности:

Гражданско-патриотическое воспитание соответствует патриотическому, гражданскому воспитанию и предполагает организацию деятельности по изучению национальных традиций, этнических культур, деятельности детских общественных организаций, воспитание любви к родному краю, патриотических и гражданских чувств.

Нравственное, эстетическое и духовное воспитание, воспитание семейных ценностей - соответствует нравственному, духовному, семейному воспитанию и предполагает образование и воспитание личности обучающихся, организацию работы с семьей, изучение семейных традиций, воспитание у учащихся уважения к семейным ценностям, отношениям, организация совместной деятельности педагогов и родителей, формирование толерантного отношения к людям другой национальности; способствует формирование единого воспитательного пространства, главной ценностью которого является личность ребенка, его счастье, его успех. Содействует формированию у педагогов и родителей способности адекватно и эффективно действовать в сложной проблемной ситуации.

Физкультурно-оздоровительное, здоровьесберегающее воспитание — соответствует физическому воспитанию учащихся к собственному здоровью, сохранение и укрепление нравственного, психического и физического здоровья, формирование основ безопасности, воспитание способности выпускника осознанно вести здоровый образ жизни, заниматься физическим совершенствованием, организация деятельности по формированию здорового образа жизни, организация туристической, спортивной работы, воспитание гармонично развитой личности.

Экологическое воспитание — соответствует экологическому воспитанию учащихся и предполагает организацию природосообразной деятельности, формирование у учащихся ценностного отношения к природе, к процессу освоения природных ресурсов региона, страны.

Воспитание положительного отношения к труду и творчеству — соответствует трудовому воспитанию, организации трудовой и профориентационной деятельности обучаемых, воспитание трудолюбия, культуры труда.

Профориентационное воспитание — соответствует формированию у учащихся готовности самостоятельно планировать и реализовывать перспективы персонального образовательно-профессионального маршрута в условиях свободы выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности, в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда.

Основные задачи воспитательной работы:

- Формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- Приобщение детей к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения;
- Обеспечение развития личности и её социально-психологической поддержки, формирование личностных качеств, необходимых для жизни;
- Воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде обитания;
- Развитие воспитательного потенциала семьи;
- Поддержка социальных инициатив и достижений обучающихся.

Основные направления воспитания и социализации:

- Воспитание гражданственности, патриотизма, социальной ответственности и компетентности, уважения к правам, свободам и обязанностям человека.
- Воспитание нравственных чувств, убеждений и этического сознания.
- Воспитание трудолюбия, творческого отношения к образованию, труду, жизни, подготовка к сознательному выбору профессии.
- Формирование ценностного отношения к семье, здоровью и здоровому образу жизни.
- Воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание).
- Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и ценностях, основ эстетической культуры (эстетическое воспитание).

Все направления воспитания и социализации важны, дополняют друг друга и обеспечивают развитие личности на основе духовных, нравственных и культурных традиций.

Направление воспитательной работы	Задачи работы по направлению
Гражданско-патриотическое воспитание	– Формировать у воспитанников чувства долга, собственного достоинства, ответственности, чести, гражданственности. – Воспитывать любовь и уважение к традициям Отечества, семьи.
Нравственно-эстетическое воспитание	– Формировать у воспитанников нравственность, культуру поведения, эстетический вкус, уважение личности. – Создание условий для развития у творческих способностей.
Экологическое воспитание	– Формировать правильное отношение к окружающей среде. – Проведение природоохранных акций.
Физкультурно-оздоровительное воспитание	– Популяризация занятий физической культурой и спортом. – Пропаганда здорового образа жизни
Работа по профилактике терроризма, экстремизма и этносепаратизма	– Воспитание культуры толерантности и межнационального согласия; – Достижение необходимого уровня правовой культуры как основы толерантного сознания и поведения; – Формирование у воспитанников этнокультурное взаимоуважение, основанного на принципах уважения прав и свобод человека, стремления к межэтническому миру и согласию, готовности к диалогу;

Название мероприятия	сроки проведения	отв.
Гражданско-патриотическое воспитание		
День окончания Второй мировой войны (03.09)	сентябрь	ПДО
Международный день мира (21.09)	сентябрь	ПДО
Акция ко Дню пожилого человека (01.10)	октябрь	ПДО
День народного единства (04.11)	ноябрь	ПДО
Международный день толерантности (16.11)	ноябрь	ПДО
День неизвестного солдата (03.12)	декабрь	ПДО
День героев Отечества (09.12)	декабрь	ПДО
Снятие блокады Ленинграда (27.01)	январь	ПДО
День защитника Отечества (23.02)	февраль	ПДО

День воссоединения Крыма с Россией (18.03)	март	ПДО
Первый в космосе (12.04)	апрель	ПДО
Акция «Георгиевская ленточка»	май	ПДО
Акция «Бессмертный полк»	май	ПДО
Нравственно-эстетическое воспитание		
«Золотая осень» - путешествия, выставки, акции, конкурсы	осень	ПДО
Мероприятия в рамках международного Дня толерантности (посещение дома инвалидов, престарелых)	ноябрь	ПДО
«Новый год стучится в двери» - праздники, концерты, выставки, благотворительные акции	декабрь	ПДО
Международный день родного языка (21.02) – конференции, беседы, викторины	февраль	ПДО
Широкая Масленица – праздники, концерты, выставки	февраль	ПДО
Международный женский день (08.03) – праздники, концерты, выставки, акции	март	ПДО
Всемирный день Земли (22.04)– беседы, акции, выставки, конкурсы	апрель	ПДО
«Спасибо деду за победу» - конкурсы, акции, выставки, походы по боевым местам	май	ПДО
Экологическое воспитание		
Акции по уборке туристических стоянок, обочин, скверов, парков, леса, рек и т.п.	в течение года	ПДО
Акция «Кормушка»	декабрь - апрель	ПДО
Акция «Сохраним крымские первоцветы» - просветительская работа, конкурсы, выставки.	февраль - март	ПДО
Акция «Сохраним можжевельники Крыма» - просветительская работа, конкурсы, выставки.	ноябрь-март	ПДО
Акция «Знакомитесь - Тюльпаны Шренка» - просветительская работа, конкурсы, выставки.	апрель	ПДО

Уборка памятников погибшим в годы ВОВ	апрель-май	ПДО
Физкультурно-оздоровительное воспитание		
«Туриада», посвященная Международному дню туризма (27.09)	сентябрь	ПДО
Туристский слет «Памяти друга»	октябрь	ПДО
«Приз закрытия сезона» им. В.Н. Ничипуренко	ноябрь	ПДО
Открытое зимнее первенство «Крымская зима», памяти О.В. Перцева	декабрь-январь	ПДО
«Приз открытия сезона», весеннее первенство среди обучающихся «ЦДЮТК»	март-апрель	ПДО
«Туристская весна», соревнования по туризму среди обучающихся «ЦДЮТК»	апрель-май	ПДО
Туристский слет обучающихся «ЦДЮТК»	апрель-май	ПДО
Туристские походы, экскурсии	в течение года	ПДО
Участие в массовых спортивных мероприятиях, организованных Министерством спорта РК	в течение года	ПДО
Работа по профилактике терроризма, экстремизма и этносепаратизма		
Беседа о солидарности в борьбе с терроризмом	сентябрь	ПДО
Что нужно знать о терроризме	декабрь	ПДО
Основные принципы противодействия терроризму и экстремизму	май	ПДО
Семейное воспитание		
Родительские собрания	в течение года	ПДО
День отца (третье воскресенье октября)	октябрь	ПДО
Мамин день (последнее воскресенье ноября)	ноябрь	ПДО
Международный день семьи (15.05)	май	ПДО
Совместные с родителями походы, экскурсии, акции	в течение года	ПДО
Организация отдыха и оздоровления.	май-июнь	ПДО

Цель и задачи воспитания

Цель воспитательной работы — создание условий для формирования социально активной, нравственной личности, любящей свою малую родину, бережно относящейся к природе и культурному наследию Крыма.

Задачи воспитания:

- воспитание чувства патриотизма, уважения к многонациональной культуре Крыма, её традициям и истории;
- формирование бережного отношения к природе, навыков экологической культуры;
- развитие доброжелательности, толерантности, чувства ответственности и товарищества;
- формирование навыков здорового образа жизни и безопасного поведения.

Целевые ориентиры воспитания

Целевые ориентиры воспитания определены в соответствии с традиционными российскими духовно-нравственными ценностями и включают: патриотизм и гражданскую идентичность, уважение к людям труда и старшему поколению, ценность семьи, природы и Родины, дружбу и взаимопомощь, самостоятельность и ответственность за свои поступки.

Формы и методы воспитания

Формы воспитания: экскурсии, туристские походы и соревнования, мастер-классы, тематические беседы, игровые и праздничные программы. Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация, воспитание на личном примере, контроль и самоконтроль, оценка и самооценка.

Условия воспитания и анализ результатов

Воспитательная работа осуществляется в едином образовательно-воспитательном пространстве объединения через привлечение обучающихся к участию в экскурсиях, походах, соревнованиях, акциях и мастер-классах. Ожидаемым результатом является высокий уровень сплочённости коллектива, рост личностных достижений и повышение интереса к занятиям. Анализ результатов воспитания проводится посредством педагогического наблюдения, анкетирования, анализа участия обучающихся в мероприятиях.

Раздел № 6. Планируемые результаты

После первого года обучения участники клуба:

— ориентируются на местности по компасу и карте, определяют азимут;

— овладевают базовыми навыками скалолазания, техники спелеотуризма, пешеходного туризма;

— узнают новое о природе и истории родного края;

— уверенно ставят палатку, разводят костёр, вяжут основные туристские узлы;

— приобретают опыт участия в походах выходного дня;

— могут преодолевать простейшие естественные препятствия: переправы по бревну, подъёмы и спуски по крутым и осыпным склонам;

— оказывают первую помощь при ссадинах, ожогах и обморожениях;

— грамотно пользуются личным и общественным снаряжением.

После второго года обучения участники клуба:

— совершенствуют технику пешеходного туризма: вяжут новые узлы, организуют страховку;

— уверенно ориентируются в условиях пересечённой местности, определяют точку стояния по карте, компасу и окружающим объектам;

— работают с верёвкой, выполняют спуски и подъёмы по навесным перилам;

— слаженно работают в команде;

— приобретают опыт двух-трёхдневных походов, участия в соревнованиях;

— оказывают первую помощь при обмороках и лёгких травмах.

После третьего года обучения участники клуба:

— овладевают обширными знаниями по истории родного края и его природе;

— повышают физический уровень развития;

— знают технику безопасности и умеют предупредить последствия своих действий;

— проводят простейшие спелеологические наблюдения;

— самостоятельно планируют степенные походы, распределяют снаряжение и продукты;

— участвуют в соревнованиях по туризму и ориентированию;

— осваивают верхнюю и нижнюю страховку в скалолазании.

После четвертого года обучения участники клуба:

— владеют углубленными специальными туристическими навыками;

— умеют самостоятельно организовывать и проводить походы;

— оказывают расширенную первую помощь;

— организуют краеведческие экспедиции с фотофиксацией и описанием объектов;

— участвуют в региональных соревнованиях и слётах;

— приобретают опыт участия в категорийных походах по Крыму;

— развивают личную ответственность, дисциплину, стрессоустойчивость и умение работать в команде.

В ходе освоения программы обучающиеся должны стать еще более выносливы и физически, и морально, обладать повышенным чувством личной и общественной ответственности, уметь доводить начатое дело до конца. Из подростков должен получиться сплочённый, надёжный, дружный, весёлый коллектив.

Раздел № 7. Ресурсное обеспечение

7.1. Кадровое обеспечение

Кадровое обеспечение программы «Туристский клуб «Привал»» осуществляется педагогами дополнительного образования, имеющими среднее профессиональное или высшее образование по направлению подготовки и отвечающими квалификационным требованиям и профессиональным стандартам, или обучающимися по образовательным программам высшего образования по специальности и направлению подготовки и успешно прошедшие промежуточную аттестацию не менее чем за два года обучения.

7.2. Материально-техническое обеспечение

Помещение: учебный кабинет, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами: столы и стулья для педагога и учащихся, классная доска, шкафы и стеллажи для хранения учебной литературы, наглядных пособий и снаряжения.

Общественное снаряжение: палатки и тенты фирм отечественных и зарубежных производителей; костровое снаряжение (котлы, треноги, пилы и т.д.); аптечка; картографический материал разного масштаба; техника фото и видео фиксации; рюкзаки, коврики туристические; спальники и др.

Специальное снаряжение: страховочные системы и беседки отечественных и зарубежных сертифицированных производителей; каски скалолазные; веревки статические и динамические производства России и зарубежные; карабины, закладки, шлямбурные крючья, оттяжки; ледорубы кошки и т.д.

7.3. Методическое обеспечение

Занятия проводятся очно, в условиях сетевого взаимодействия.

В процессе обучения предполагается использование следующих методов организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:

словесные (рассказ, лекция, беседа педагога с учениками, знакомство с новым теоретическим материалом); наглядные (схемы на доске, демонстрация картографического материала, фотографий, иллюстраций и др.); практические (упражнения с применением специального снаряжения, подготовка к соревнованиям, походы, знакомство с аспектами туристической, спелео, скалолазной техники, спортивное ориентирование); методы самостоятельной работы и работы под руководством преподавателя (работа с картой, с компасом, литературой).

Использование этих методов для выполнения образовательной программы туристского клуба подкреплено методическими видами продукции (разработки игр, заданий, бесед, тестов и опросов, упражнений, походов, экскурсий, конкурсов, соревнований и т.д.), дидактическим и лекционным материалом. Также имеется база по материально-техническому обеспечению (туристическое и специализированное снаряжение, теоретические материалы, книги, отчеты и т.д.)

Методическое сопровождение работы педагога по организации учебного процесса предполагает формирование групп учеников в зависимости от их способностей к обучению, физической подготовке и возрастных особенностей. Обязательно учитываются психологические и индивидуальные особенности учащихся, личностные качества и достижения.

Методическое сопровождение воспитательной работы предполагает помощь при построении здоровых отношений между учениками в коллективе, решению конфликтных ситуаций, единении учеников в процессе увлечения общей идеей и интересом к занятиям в туристском клубе. Кроме методов формирования сознания учеников посредством лекций, проводимых бесед, разъяснений, используются методы организации деятельности и формирования поведения: поручения, упражнения, воспитывающие ситуации, педагогические требования. Очень важным моментом в воспитании также служат методы стимулирования учеников: соревнования, поощрения, наказание. Какой-либо четкой системы наказаний нет. Руководитель может

заставить провинившегося проделать лишний объем работы или упражнений по ОФП.

В программе обучения используются методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности (проведение теоретических и практических командных соревнований – прохождение трасс на скорость, спортивное ориентирование; познавательные игры; грамоты и дипломы за участие в массовых мероприятиях), методы стимулирования и мотивации долга и ответственности в учении (работа в команде и постановка коллективных задач на занятиях; выдвижение требований, поручения; проведение уроков на тему патриотизма, экологии, истории Крыма; дальнейшее тематическое проведение походов и соответствующих мероприятий; наказание за невыполнение заданий).

Методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности: методы устного контроля и самоконтроля (диалог с учениками по материалам лекций на уроках), методы письменного контроля и самоконтроля (решение тестов, кроссвордов по пройденным темам, основным понятиям и терминам в туризме, задачи по работе с туристической картой), методы практического контроля и самоконтроля (правильность выполнения поставленных задач, возложенных обязанностей в походе и на практических занятиях).

В образовательной программе туристского клуба огромную роль играет ее практическая часть, реализуемая через организацию массовых мероприятий: походов, тренировок, поездок, экскурсий, соревнований. Методическое сопровождение массовой работы при выполнении программы активных мероприятий предполагает тесное взаимодействие с родителями учеников и их участие в проводимых мероприятиях вместе с детьми. Тем самым, происходит развитие взаимопонимания внутри семьи между детьми и родителями, взаимодействует триединая система связи в процессе обучения «преподаватель-ученик-родитель», укрепляется и закаляется командно-семейный дух.

В решении задач воспитания важно взаимодействие семьи и школы с учреждениями дополнительного образования. При этом обязательно проводится знакомство родителей с программой занятий, с графиком и маршрутом туристских путешествий.

Структура учебного занятия

В целом учебное занятие любого типа как модель можно представить в виде последовательности следующих этапов: организационного, проверочного, подготовительного, основного, контрольного, рефлективного (самоанализ), итогового, информационного. Каждый этап отличается от другого сменой видов деятельности, содержанием и конкретной задачей. Основанием для выделения этапов может служить процесс усвоения знаний, который строится как смена видов деятельности учащихся: восприятие – осмысление – запоминание – применение – обобщение – систематизация.

Алгоритм учебного занятия включает в себя следующие этапы:

1 этап: *организационный*. Приветствие. Перед началом занятия приветствие всех участников занятия.

2 этап: *проверочный*. Повторение пройденного материала. Краткий обзор предыдущего занятия: вспомнить тему, основную мысль предыдущей встречи; вывод, сделанный в результате проведенного занятия. Проверка домашнего задания (если такое задание было). Основное требование заключается в том, чтобы практическое задание было выполнено согласно требованиям к выполнению практических работ.

3 этап: *подготовительный*. Введение в предлагаемый образовательный материал или информацию. Введение начинается с вопросов, которые способствуют наращиванию интереса у детей к новому материалу. Стимулирование интереса обучающихся через введение аналогий, способствующих концентрации внимания и сохранению интереса.

4 этап: *основной*. Предлагаемый образовательный материал или информация.

Изложение нового материала или информации предлагается обучающимся в определенной форме. Педагог готовит наглядные пособия и материалы, вопросы аналитического содержания.

5 этап: *контрольный*. Обобщение. Детям предлагается самим дать оценку информации. Подвести итог общему рассуждению. Выделить основную главную мысль, заложенную в материале, информации.

6 этап: *итоговый*. Вывод. Советы и рекомендации по практическому применению материала, информации.

7 этап: *рефлективный*. Заключение. Сформулировав советы и рекомендации, обучающимся предлагается использовать материал, информацию в своей практической творческой деятельности.

7.4. Информационно-телекоммуникационное обеспечение

Дидактический и мультимедийный материал: современные издания по безопасности в горах; аудио, видео и фотоматериалы, интернет-источники по походам, использованию снаряжения, лекциям, первой помощи; иллюстрации по использованию специального и общественного снаряжения; книги; отчеты о пешеходных и горных походах различных к.с.

Раздел № 8. Список литературы

Список литературы, использованной педагогом при написании образовательной программы

1. Конституция Российской Федерации;
2. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации до 2010 года, № 233 от 07.03.1995 г., с изменениями и дополнениями, внесенными постановлением Правительства РФ от 07.12.06. № 752)
4. Перечень образовательных учреждений дополнительного образования детей, утв. Приложением к инструктивному письму Минобразования России от 24.03.97. № 12
5. Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей СанПИН 2.4.4.125-03
6. Примерные требования к программам дополнительного образования детей от 11.12.2006 г. №06-1844
7. Программа дополнительного образования детей — основной документ педагога. Информационно-методический сборник. Выпуск № 5. –СПб «РЦ ШДО» 2010г. 60с.
8. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. – М.: ЦЦЮТур МО РФ, 1995г.
9. Буйлова Л.Н., Буданова Г.П. Дополнительное образование: норматив. док. и материалы. — М.: Просвещение, 2008.
10. Драгачев, С. П. Туризм и здоровье / С. П. Драгачев// М.: Знание, 1984. - 345 с
11. Примерное содержание воспитания школьников. Рекомендации по организации системы воспитательной работы общеобразовательной школы. Под ред. доктора педагогических наук, профессора И.С. Марьенко. М., Просвещение, 1980.

12. Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1983г.
13. Специальные виды туризма. / Бабкин А.В. Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. - 252 с.
14. Безопасность туризма: учебник / А.Г. Бобкова, С.А. Кудреватых, Е.Л. Писаревский ; под общ. ред. д-ра юрид. наук Е.Л. Писаревского. – М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. – 272 с.
15. "Спортивный горный туризм"/ Максимов Л. -М., 2011. 708 с., ил. ISBN 978-5-903185-26-9. Пер. Ф-т 305 х 215 мм.
16. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и
соревнований учащихся. – М., ЦДЮТур МО РФ, 1997. 56с.
17. Шенев В.А. Спортивно – прикладной туризм. (Программа, разработки занятий,
рекомендации 8-9 классы). – Волгоград: Учитель, 2009. 76 с.
18. Багров Н.В., Боков В.А., Экология Крыма. Симферополь, 2003, 88 с.
19. Заволодько Н.Н., Тимченко З.В., Новик В.А., Хромова Р.Н. Водное хозяйство Крыма: история развития, современное состояние. - Симферополь: Доля, 2003, 158 с.
20. «Красная книга Республики Крым. Растения, водоросли и грибы», Симферополь, ООО «ИТ «Ариал», 2015 г, 481 с.

Список литературы, рекомендованный педагогам (коллегам) для освоения данного вида деятельности

1. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / Под ред. С. В. Белова, А. В. Ильницкой. — М.: Высш. шк., 2001. — 485 с.
2. Борис Маринов. Проблемы безопасности в горах. Сокращенный перевод с болгарского Коренькова А.М. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - 208 с.
3. Начальная подготовка альпинистов. Часть I. Введение / Под общей ред. П.П. Захарова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 296 с. (Школа альпинизма)

4. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов -М.: Профиздат, 1987. - 224 с.
5. Маринов Б. Проблемы безопасности в горах. — М.: Физкультура и спорт, 1981.
6. Головачев М. В. Костры: Учеб. пособие. — Н. Новгород: Изд-во ННГУ, 1998.
7. Гостюшин А. В., Шубина С. И. Азбука выживания. — М.: Знание, 1995.
8. Добарина И. А., Жигарев О. Л. Основы школьного туризма: Метод, пособие для учителей и студ. пед. университетов. —Новосибирск: Изд-во НГПУ, 1998.
9. Штюрмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. — М.: Физкультура и спорт, 1983.
10. Гостюшин А. Энциклопедия экстремальных ситуаций. — М., 1995.
11. Плешанов Е. Я. Я + природа: Справ, пособие по выживанию и безопасности человека в природе. — Воронеж, 1997.
12. Иванова С.А. Педагогические основы начальной подготовки юных туристов-проводников в системе дополнительного образования. Автореф. дис. . канд. пед. наук. М., 2000. - 195 с.
13. Бардин К.В. Азбука туризма (о технике пешеходных путешествий) Пособие для учителей, руководителей туристских походов со школьниками. - М.: Просвещение», 1981. - 205 с.
14. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм Москва: Физкультура и спорт, 1990 126 с.
15. Устиновский Н.Н. Обеспечение страховки на туристских соревнованиях Екатеринбург, 2000. - 47 с.

Список литературы, рекомендованной учащимся, для успешного освоения данной образовательной программы

1. Словарь юного туриста / В. М. Куликов, Л. М. Ротштейн, Ю. В. Константинова -М. «ФЦДЮТиК» 2008. – 76с.

2. Легенды Крыма / П.Е. Гармаш, В.С. Стефанюк -г.Симферополь "СВІТ"» 2008 г.ISBN: 966-8112-01-6 64 с.

3. Восхождение / Анатолий Букреев, Г. Вестон Де Уолт. –М. МЦНМО, 2002 ISBN: 5-94057-039-9 - 376 с, 16 с. ил.

4. Мои путешествия / Федор Конюхов -М. Манн, Иванов и Фербер, 2015 ISBN: 978-5-00057-393-8 -336с.

5. Охотники за растениями. Ползуны по скалам / Майн Рид -изд. Дрофа, Библиотека путешествий, 2006 SBN: 5-7107-9702-2. -656с.

6. Тайны горного Крыма / Т. М. Фадеева -г. Симферополь, Бизнес-Информ 2003 ISBN: 966-7189-95-3. -256 с

7. Знаете ли вы Крым? / Владимир Сухоруков - г. Симферополь, Таврия, 1986 -141 с

8. Осторожно. Горы! / Владислав Душевский, Олег Гриппа - г. Симферополь, Таврия, 1981 -125 с. ил. 16 см.

9. Щербаков, Д.И. По горам Крыма, Кавказа и Средней Азии: Путевые очерки. - Изд. 2-е, доп. и перераб. - М. : Гос. изд-во геогр. лит., 1954. - 199с.

10. Начальная подготовка альпинистов. Часть I. Введение / Под общей ред. П.П. Захарова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 296 с. (Школа альпинизма)

11. Плешанов Е. Я. Я + природа: Справ, пособие по выживанию и безопасности человека в природе. — Воронеж, 1997.

Список литературы, рекомендованной родителям в целях расширения диапазона образовательного воздействия и помощи родителям в обучении и воспитании ребенка

1. Юркина Л. Ю. Социально-психологическая подготовка туристов-школьников. Автореф. дис. . канд. психол. наук. СПб., 1998. -18 с.

2. Айдаралиев А.А., Максимов А.Л. Адаптация человека к экстремальным условиям: Опыт прогнозирования. - Л., Наука, 1988. - 126 с.

3. Волков К.Н. Основные педагогические проблемы организации летней работы с детьми. Автореф. дис. . канд. пед. наук. М., 1985. - 14 с.
4. Похлебин В.П. Педагогические основы семейного туризма в системе дополнительного образования Автореф. дис. . канд. пед. наук. М., 1999. - 126 с.
5. Иванова С.А. Педагогические основы начальной подготовки юных туристов-проводников в системе дополнительного образования. Автореф. дис. . канд. пед. наук. М., 2000. - 195 с.
6. Рамзаева Л.А. Семейный туризм как средство воспитания подростков в системе дополнительного образования. Автореф. дис. . канд. пед. наук. М., 2002. - 127 с.

Раздел № 9. Приложения

9.1. Оценочные материалы

Оценочные материалы итоговой аттестации

(тестирование по темам программы)

Базовый уровень (1-й год обучения)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Целью данной работы является определение степени усвоения программы «Туристский клуб «Привал».

Задачей данного тестирования является проверка знаний по темам программы.

Продолжительность выполнения работы: 60-70 минут.

Критерии оценивания. Система оценивания - рейтинговая. Максимальный балл - 5, минимальный - 0.

Вопросы для тестирования на знания Крыма и общей туристической подготовки

1. Назовите самую высшую точку Крыма и ее высоту_____

2. Назовите еще 4 вершины Крыма, входящие в пятерку высших точек полуострова_____

_____

3. Назовите названия горных массивов (плато, яйла - их может быть несколько), на которых расположены пять вершин Крыма (полуторатысячники)_____

_____

4. Назовите 3 любых водохранилища в Крыму и где они находятся_____

_____

5. Как называется глубокая речная долина с очень крутыми, нередко отвесными склонами и узким дном, обычно полностью занятым руслом реки_____

_____

6. Назовите самую длинную реку Крыма_____

7. Устройство, облегчающее ориентирование на местности путем указания на стороны света_____

8. Устройство, которое получает сигналы со спутника, с целью определения информации о местоположении объекта, широте и долготе, а также о высоте_____

_____

9. Самая глубокая пещера Крыма _____

10. Самая протяженная пещера Крыма _____

11. Пещера Крыма, входящая в пятёрку красивейших оборудованных пещер мира_____

_____

12. Самая южная точка Крымского полуострова _____

13. Самая восточная точка Крымского полуострова _____

14. Самая западная точка Крымского полуострова _____

15. Назовите названия 5 любых рек Крыма _____

_____

16. Изображение земной поверхности, содержащее координатную сетку с условными знаками на плоскости в уменьшенном виде _____

17. Отношение длины отрезка на плане, снимке к его действительной длине на местности

_____

18. Направление движения объекта, относительно определённых географических ориентиров и координат, с указанием основных пунктов. Содержит начальный пункт старта и конечный. Обычно заранее намечается перед началом перемещения _____

_____

19. Назовите известные заповедники и национальные парки Крыма _____

_____

20. Как называется список редких и находящихся под угрозой исчезновения животных, растений и грибов _____

21. Назовите любое спусковое устройство, применяемое в альпинизме _____

_____

22. Назовите названия 5 узлов, применяемых в туризме/альпинизме _____

_____

23. Назовите названия 5 известных каньонов и ущелий Крыма _____

_____

24. Назовите названия 5 любых водопадов Крыма _____

_____

25. Как называется скоростной спуск по верёвке на крутых и отвесных стенах _____

_____

26. Назовите единственную ядовитую змею Крыма _____

27. Как называется горное пастбище, то есть относительно горизонтальный участок горной местности, имеющий достаточное количество плодородной почвы и влаги в летнее время для выпаса скота _____

28. Назовите самого опасного паука в Крыму _____

29. Самый обширный горный массив в Крыму (120 км^2), с множеством карстовых образований (около 3,5 тысяч), пользующийся популярностью у спелеологов _____

_____

30. Куда показывает стрелка магнитного компаса? _____



31. Наука, изучающая географические названия, их происхождение, смысловое значение, развитие, современное состояние, написание и произношение _____

_____

32. Как переводятся следующие географические названия:

* Чатыр-Даг _____ *Кара-Даг _____ *Кизил-Коба _____

*Ай-Петри _____ *Куш-Кая _____ *Шайтан-Мердвен _____

*Учан-Су _____ *Кизил-Таш _____ *Баш-Дере _____

33. Назовите ядовитое растение Крыма, способное оставить химический ожог на теле. При цветении выделяется вещество, позволяющее цветку гореть, но не сгорать _____

_____

34. Что обозначают следующие топографические знаки на карте:

 _____  _____  _____  _____

 _____ _____ _____  _____

35. Назовите названия 5 необорудованных пещер Крыма и где они находятся. _____

_____

36. Назовите 5 представителей животного мира Крыма, занесенных в Красную книгу____

_____

37. Назовите 5 представителей растительного мира Крыма, занесенных в Красную книгу_

_____

В лист оценки достижений вносятся следующие условные обозначения:

«*» (высокий уровень, 158-185 баллов) - усвоение программного материала в полном объеме; правильное и последовательное выполнение различных заданий; овладение практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой, самостоятельная работа со специальным оборудованием, проведение объективного анализа результатов своей деятельности, проявление творческого подхода при выполнении заданий.

«+» (средний уровень, 121-158) - усвоение программного материала в полном объеме; правильное и последовательное выполнение различных заданий при помощи педагога, с мелкими замечаниями и исправлениями, небольшими недочетами.

«-» (достаточный уровень, 100 -121) — усвоение программного материала не в полной мере; выполнение различных заданий с затруднением, исправлениями, замечаниями и небольшими недочетами.

«0» (низкий уровень, менее 100) — программа усвоена частично; материал некоторых тем вызвал трудности, рекомендовано пройти курс занятий повторно.

9.2. Методические материалы

НАСТОЛЬНАЯ ИГРА «ПРИРОДА КРЫМА» КАК ИНСТРУМЕНТ ОБУЧЕНИЯ В ПРОГРАММАХ ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Возраст обучающихся: 5-17 лет

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность авторской разработки состоит в наглядности и удобстве восприятия информации. Дети в современном мире часто перегружены информацией и, благодаря массовости использования гаджетов, усваивают материал поверхностно. Настольные игры всегда вызывают интерес, а элемент соревнования дает дополнительный стимул стать лучше соперников, узнать и запомнить больше, сосредоточиться на новой информации с максимальной отдачей. Полученные в ходе игры знания о флоре и фауне Крыма позволят учащимся в полевых выходах быть готовыми к неожиданным и к запланированным встречам, дающим возможность поделиться с окружающими своими знаниями и наблюдениями.

Новизна методики заключается в адаптации известной игры «мемо» под одну из тем программы туристско-краеведческого направления – «природа Крыма». Для настольной игры были выбраны 4 приоритетные группы: «редкие животные Крыма», «редкие насекомые Крыма», «редкие птицы Крыма» и «редкие растения Крыма», с авторской подборкой видов, фотографий и проработкой дизайна карт (приложение 1, 2, 3).

В отличие от привычной игры «мемо», при создании тематических карточек был проработан баланс карт. В авторской разработке задействуется не одна пара для каждого вида, а по две пары. Таким образом, всего в игре участвуют 64 карты: 16 тематических изображений в 4 экземплярах. Благодаря такому балансу учащимся легче находить пары, поскольку возрастает вероятность открыть карточки в нескольких местах, а повторное нахождение пары дает возможность более эффективного закрепления информации.

Для детей и подростков особенно актуально использовать игровые методы психологического воздействия, которые способствуют активизации запоминания и делают какую-либо деятельность интересной. Таким образом, целенаправленные действия являются продуктивными в непроизвольном запоминании. При такой структуре деятельности складываются наиболее благоприятные условия для образования и закрепления нейронных связей.

Педагогическая целесообразность: простота создания и удобство использования настольной карточной игры позволяет педагогам использовать в ходе своей деятельности данную разработку, а также адаптировать под свои регионы или любую актуальную тематику (пейзажи, вершины, архитектура, памятники и пр.). Также можно использовать настольную игру как этап соревнований, конкурсов, тематических квестов туристско-краеведческой направленности.

Цель: ознакомить учащихся с редкими, интересными растениями и животными полуострова.

Задачи:

1. *Развивающая*: способствовать развитию познавательного интереса, наблюдательности, логического мышления и памяти у обучающихся через игровую форму подачи материала.
2. *Образовательная*: ознакомить учащихся с помощью игры с интересными фактами о флоре и фауне Крыма, с представителями Красной книги, с эндемиками полуострова, опасными и полезными видами.
3. *Воспитательная*: пробудить интерес к окружающему миру и сформировать у детей бережное отношение к природе

Планируемые результаты:

1. *Предметные*: овладение знаниями по теме «природа Крыма»; развитие зрительной памяти; формирование представления о флоре и фауне полуострова.

2. *Метапредметные*: умение самостоятельно анализировать уровень усвоения материала; умение слушать и слышать; умение устанавливать причинно-следственные связи, производить анализ и синтез информации; умение вступать в диалог и сотрудничать с другими людьми; умение отслеживать действия партнера, а также прогнозировать их в перспективе.

3. *Личностные*: адекватная реакция на трудности и преодоление боязни совершить ошибку; сформированная учебная мотивация; умение соотносить поступки и события с принятыми социальными нормами и принципами.

Оборудование: настольная игра (одна или несколько карточных колод), методические материалы по теме «Красная книга Крыма», фотоальбом.

Участники: в игре можно участвовать, начиная от 2 человек, возрастом от 5 лет. Оптимальное количество 6-8 игроков. При большем количестве рекомендовано разбить участников игры на пары.

ХОД ИГРЫ

Правила:

Первый участник определяется жеребьевкой либо игру начинает педагог. Открываются две любые карты и переворачиваются изображением вверх. Игроки смотрят на фото, педагог произносит название (учащиеся также могут прочитать название на карточке). Если карточки совпали, то игрок забирает их себе и совершает следующий ход. Если же карточки не совпали, то ход переходит к следующему игроку по часовой стрелке. В ходе игры педагог рассказывает интересные факты об изображенных на карточках представителях флоры или фауны. Так, в процессе неоднократно повторяются и проговариваются названия открываемых карт, а изображенные объекты воспринимаются участниками визуально, аудиально и даже кинестетически, в момент хода. Игрок, нарушающий правила, пропускает свой ход. Не запрещено отвлекать соперников хитрыми маневрами или словесно.

Выигрывает тот, кто собрал за игру наибольшее количество пар. Победитель имеет право начинать первым следующую игру.

Вариант 1

Игра предусматривает 2-8 участников. Используется одна колода карт. Карты выкладываются рубашкой вверх квадратом 8 х 8 карт. Участники поочередно совершают ходы, запоминая открываемые в ходе игры карты. Постепенно названия и зрительные образы откладываются в памяти. Оптимально выделять для игры одно занятие, чтобы повторить 3-4 круга.

Длительность: 15-20 минут

Вариант 2

Количество участников: 4-12. Используется две и более колоды одновременно, объединяя несколько групп различных карт (например, растения + животные). Принцип ходов и самой игры соблюдается по основным правилам. Рекомендовано играть после ознакомления по Варианту 1 с каждой тематической колодой карт.

Длительность: 30-40 минут

Вариант 3

Количество участников: 6-12. Можно использовать любое количество колод, начиная от одной. Принцип хода игры соблюдается, при этом участники разбиваются на пары и работают командами. Так достигается больший охват запоминания и укрепляется процесс социализации в группах. Рекомендовано играть после ознакомления по Варианту 1 с каждой тематической колодой карт.

Длительность: 15-40 минут

Вариант 4

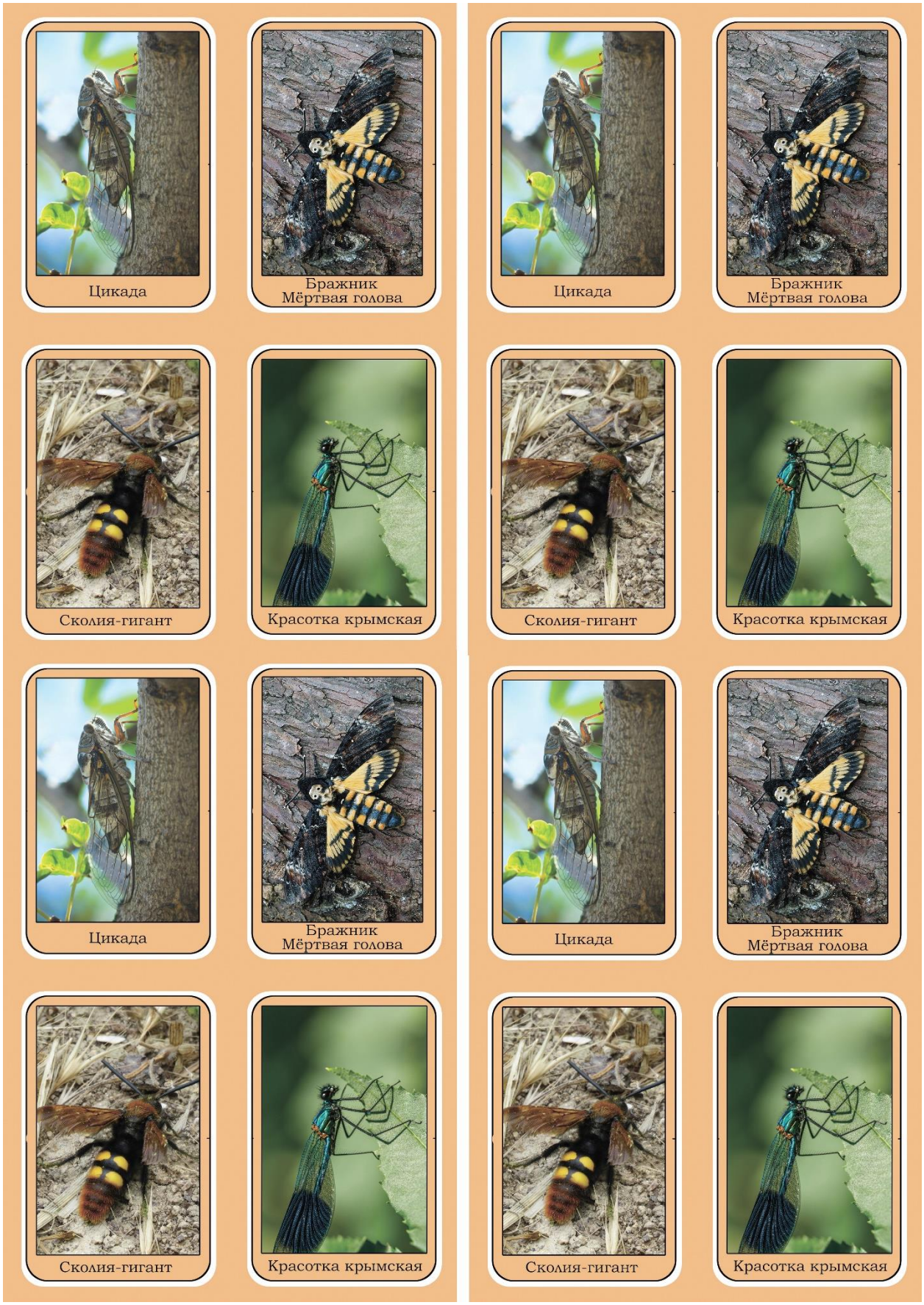
Количество участников: 6-12. Идеально подходит для проведения командных соревнований. Можно использовать любое количество колод. Количество участников делится на две команды либо участвуют игроки разных групп, объединений, клубов. Задача каждой команды максимально

запомнить карты по ходу игры и вывести команду к победе. Игроки учатся работать в команде и оптимизировать работу в ходе игры.

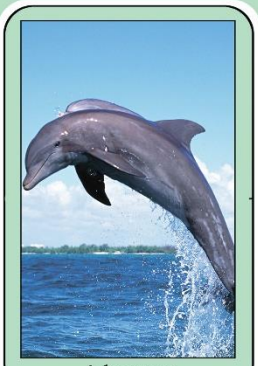
Длительность: 15-40 минут

Рефлексия: Подводя итоги игры, учащимся предлагается выписать на листочек названия тех представителей флоры/фауны, которых они запомнили. В результате более 60% названий дети вспоминают, в большинстве полных, то есть указывают видовую и родовую составляющую названия. Обсуждаем в группе, что понравилось больше всего, какие недостатки заметили, получается ли работать в команде, что не получается и почему, что легче всего дается?

Приложение 1

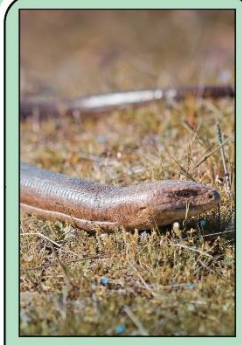


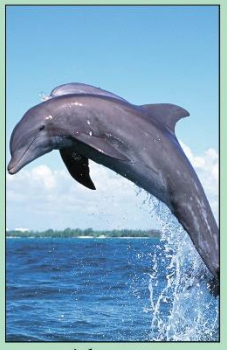

Желтопузик


Афалина


Квакша

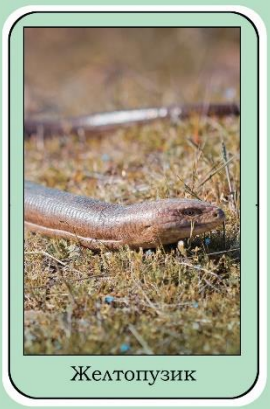

Муфлон

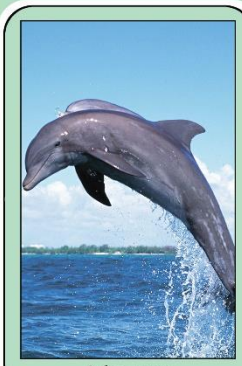

Желтопузик


Афалина


Квакша


Муфлон


Желтопузик


Афалина


Квакша


Муфлон


Желтопузик


Афалина


Квакша


Муфлон


Ирис лесной
Крокус (шафран)
Ирис лесной
Крокус (шафран)
Комперия Компера
Пролеска двулистная
Комперия Компера
Пролеска двулистная
Ирис лесной
Крокус (шафран)
Ирис лесной
Крокус (шафран)
Комперия Компера
Пролеска двулистная
Комперия Компера
Пролеска двулистная

ПЛАН–КОНСПЕКТ №1

учебного занятия в группе (воспитанников, учащихся, слушателей) клуба «Привал» по туризму 1 года обучения, начального уровня обучения

Тема: Природа Крыма, история образования, достопримечательности.

Цель: приобщить учащихся к культуре окружающего мира, ознакомить с интересными местами полуострова.

Задачи:

1. Преподнести учащимся знания о полуострове Крым, истории, особенных природных местах.

2. Развить познавательный интерес к истории полуострова, его достопримечательностям.

3. Обеспечить высокую творческую активность при выполнении практической работы.

Тип занятия: комбинированный урок.

Форма проведения занятий: лекция и практическое задание с фотографиями

Оборудование: -

Методический и дидактический материалы, наглядность, ТСО: дидактический материал с подборкой фотографий достопримечательностей полуострова.

План занятия:

1.Организационная часть.

2.Актуализация опорных знаний.

3.Повторение теоретических сведений.

4.Практическая часть.

5.Повторение и закрепление изученного.

6.Рефлексия.

Ход занятия:

1. Организационный момент: приветствие, организация группы, подготовка к работе на занятии, проверка по журналу количества учащихся, проверка готовности учащихся к занятию по истории полуострова, природных местах.

2. Повторение и проверка знаний, готовность к изучению новой темы. Какие интересные природные достопримечательности посещали дети? Что интересного узнали в школе? Слышали о вулкане в Крыму? Может ли он начать извергаться?

3. **Ознакомление с новыми знаниями и умениями**:

Лекция: История образования Крыма

Около 5500 года до н. э., в результате прорыва вод из Средиземного моря и образования Босфорского пролива, за довольно краткий период были затоплены значительные территории, и образовался Крымский полуостров.

История происхождения крымских гор

Система крымских гор — это три параллельные гряды, состоящие из горных хребтов, куэст и яйл, разделенные двумя долинами. Во времена древности, около 200 миллионов лет назад, полуостров Крым находился под водой, поглощенный огромным океаном Тетис. Большая часть горных массивов Крыма имеет осадочное происхождение, но есть и исключения.

Например, потухший **вулкан Карадаг**, некогда действовавший, о чем свидетельствует причудливая форма застывшей магматической массы, тончайший плодородный слой и геологические исследования. Сейчас на территории массива находится заповедная зона, объект режимный и находится под охраной. Он является достаточно посещаемым экскурсионным объектом, располагается в восточном Крыму между поселком Курортное и Коктебелем. Уникальной особенностью является магнитная аномалия из-за включения железистых пород. Из-за чего компас здесь показывает отклонение от севера. Здесь же находятся знаменитые **Золотые ворота**, к которым можно подплыть на катере, совершая морскую экскурсию вокруг Карадага.

Другой интересный процесс образования, не характерный для Крыма, — знаменитая **Медведь гора** или **Аю-Даг** — представляет собой лакколит, или «несостоявшийся» вулкан. Магма застывает прямо внутри горы, при этом извержения не происходит. Стоит упомянуть про извержение древнего вулкана **мыса Фиолент**, о котором не так часто упоминается, в отличие от предыдущих вулканов. По обе стороны мыса в береговом обрыве на протяжении нескольких километров видны застывшие потоки лавы и пласты туфов.

Также отметим интересную вершину Крыма — **гору Сокол**. Мало кто знает, что она является самым высоким в Европе коралловым рифом! Причудливая форма, напоминающая птицу с расправленными крыльями, и образования породы на склонах горы дарят множество разнообразных маршрутов для альпинистских тренировок. Большинство других крымских вершин представлены известковыми породами, легко подвергаются эрозии и разрушению под действием ветра и влаги, с образованием причудливых форм.

Белая скала или **Ак-Кая** — достопримечательность в степном Крыму. Располагается около Белогорска, рядом с одноименным поселком Белая скала. Свое название она получила из-за известкового сложения морских микроорганизмов, животных и моллюсков в своей структуре. Здесь часто ходят на археологические экскурсии студенты, а прямо под ногами можно найти раковины, окаменевшие остатки белемнитов. Если присмотреться к стенам, то достаточно отчетливо видны временные слои осадочных образований. Неподалеку найдено скифское городище, ведутся раскопки.

4. Упражнения на освоение и закрепление знаний, умений, навыков.

Опрос:

Какие вы знаете вулканы в Крыму? Как называется наука о составе, строении, движениях и истории развития земной коры и размещении в ней полезных ископаемых? Назовите скалу, представляющую собой самый огромный коралловый риф в Европе.

Практическое задание:

С помощью таблицы (Приложение 4) с видами и интересными объектами Крыма учащиеся определяют достопримечательности полуострова, их местоположение. В ходе занятия педагог подсказывает детям известные факты о природном, архитектурном или историческом объекте, с чем связано или схоже название и т.п.

Достопримечательности:

1. Форосская церковь
2. Храм-маяк в Малореченском
3. Белая скала
4. Ласточкино гнездо
5. Массандровский дворец
6. Зубцы Ай-Петри
7. Херсонес
8. Балаклавская бухта
9. Бахчисарайский дворец
10. Генуэзская крепость

5. **Подведение итогов занятия, формулирование выводов**

Каждый природный объект имеет свою историю происхождения. На это требовались определенные условия, много времени и воздействие различных факторов, чтобы у нас была возможность любоваться красотами природы. Человек также немного творец, и архитектурные достопримечательности не менее интересны и богаты своей историей

6. Рефлексия

Какой факт им запомнился больше всего? Какое из упомянутых сегодня на занятии мест дети хотели бы посетить?

Список литературы:

1. *Милеев В.С., Розанов С.Б., Барабошкин Е.Ю., Шалимов И.В.* (1997) Геологическое строение и эволюция Горного Крыма // Вестник Московского Государственного Университета. Серия 4. Геология, (3):17–21.

2. Ена В.Г., Ена Ал.В., Ена Ан.В. «Открыватели земли Крымской» Симферополь : Бизнес-Информ, 2007. 520 с.

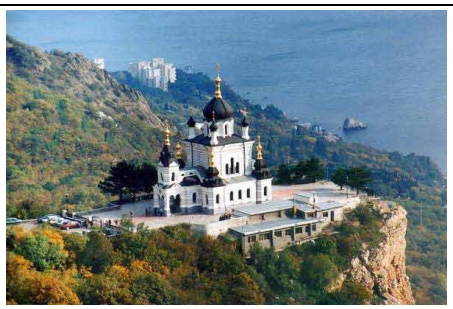
3. Интернет статьи:

a. http://mountime.ru/?page_id=19580

b. http://www.bibliotekar.ru/7-istoriya-kryma/6.htm

c. https://top10.travel/dostoprimechatelnosti-kryma/

Приложение 4

1		2	
3		4	
5		6	
7		8	
9		10	

ПЛАН – КОНСПЕКТ №2

учебного занятия в группе (воспитанников, учащихся, слушателей) клуба «Привал» по туризму 2 года обучения, базового уровня обучения

Тема: Водные ресурсы Крыма.

Цель: Обеспечить условия по формированию сознательной дисциплины и расширить кругозор учащихся по отношению к водным ресурсам.

Задачи:

1. Способствовать развитию умения правильно и внимательно воспринимать информацию, запоминать факты о значимых объектах, топонимику.
2. Обеспечить ситуации, способствующие развитию умений определять водные ресурсы полуострова
3. Содействовать развитию умений применять полученные знания в нестандартных условиях.

Тип занятия: комбинированный урок.

Форма проведения занятий: лекция и практическое задание.

Оборудование: -

Методический и дидактический материалы, наглядность, ТСО: кроссворд-задание, фотографии видов Крыма.

План занятия:

1. Организационная часть.
2. Актуализация опорных знаний.
3. Повторение теоретических сведений.
4. Практическая часть.
5. Повторение и закрепление изученного.
6. Рефлексия.

Ход занятия:

1. Организационный момент: приветствие, организация группы, подготовка к работе на занятии, проверка по журналу количества учащихся, проверка готовности учащихся к занятию по предмету водных ресурсов.

2. Повторение и проверка знаний: проверка имеющихся у детей знаний, умений, их готовность к изучению новой темы.

3. **Ознакомление с новыми знаниями и умениями**: лекционный материал и знакомство с водными ресурсами Крыма, их видами, особенностями, уникальностью, географией, топонимикой

4. Упражнения на освоение **и закрепление знаний, умений, навыков** по образцу, а также их применение в сходных ситуациях, использование упражнений творческого характера:

После полученной на лекции информации детям дается кроссворд по водным ресурсам Крыма.

5. **Подведение итогов занятия, формулирование выводов**

По окончании задания дети коллективно сверяют свои ответы, заполняют пробелы, выявляют сильные и слабые стороны полученных ими знаний.

6. Рефлексия

Какие самые интересные факты запомнились?

Что было непонятным, сложным?

Что вы уже знали о водных ресурсах, где бывали?

Список литературы:

1. Устойчивый Крым. Водные ресурсы, Симферополь, изд-во Таврида, 2003 г

2. Презентация: https://infourok.ru/prezentaciya-vodnie-resursi-krima-531481.html

Лекция по теме: ВОДНЫЕ РЕСУРСЫ КРЫМА

Водные ресурсы Крыма отличаются большим разнообразием ресурсов. Он омывается двумя морями, а внутри основные водоемы Крыма — это реки, озера и водохранилища.

Водоемы Крыма: моря

Вокруг Крыма расположено всего два моря — Азовское и Черное. Однако они обладают таким количеством достопримечательностей, что манят туристов из стран бывшего СССР. А черноморское побережье Крыма по популярности уступает лишь Сочи.

Азовское море — самое мелководное в мире. Его максимальная глубина всего 15 метров, а возле берегов море настолько мелкое, что нередко приходится уходить за горизонт, чтобы вода достигала пояса. Пляжи Азовского моря не пользуются такой популярностью у крымчан и гостей полуострова, потому там можно даже в пик сезона найти свободное место. В древности его считали большим озером. Соленость его немногим выше 14 промилле несмотря на то, что в Сиваше она местами составляет 87 промилле. Керченский пролив соединяет **моря Крыма** между собой.

Черное море разделяется на две зоны — поверхностные воды и мертвая зона сероводорода, начинающаяся с глубины чуть более 100 метров. Самыми популярными местами отдыха являются побережья Ялты и Евпатории, однако чистейшая вода находится на Тарханкуте. В древности море называли Понт Аксинский — негостеприимное.

Водные ресурсы Крыма: озера

Водоемы Крыма разделяются на естественные — озера и искусственные — водохранилища. Все озера Крыма можно разделить на пресные и соленые. Преимущественно они располагаются вдоль побережья морей. Потому они имеют большое содержание соли. Пресные озера расположены преимущественно в горных районах. Многие водоемы отличаются уникальными пейзажами, привлекающими туристов, любителей рыбалки и пикников. К самым живописным относятся:

— Кояшское;

— Юсуповское;

— Бирюзовое;

— Кастель;

— Панагия.

Некоторые озера богаты лечебными грязями, помогающими при лечении суставов и заболеваний кожи. Особенно выделяются среди них Сасык, Сакское и Чокрак, расположенное недалеко от Генеральских пляжей керченского полуострова.

Реки – главные водоемы Крыма

На территории полуострова протекает множество рек. Большая их часть представляет только временные водотоки, появляющиеся в период таяния снегов и дождей. Именно в этот период рекомендуется их посещать. В это время на реках образуются знаменитые крымские водопады, привлекающие сотни туристов в любое время года. Хотя даже крупные реки Крыма нередко почти полностью пересыхают летом.

Самой крупной водной артерией полуострова является Салгир, протянувшийся на 232 км от Чатыр-Дага до Сиваша. Однако самыми полноводными реками Крыма считаются Бельбек и Черная. В них можно купаться даже в летний сезон. Многие реки стекают в специально образованные водохранилища, питающие крупные города.

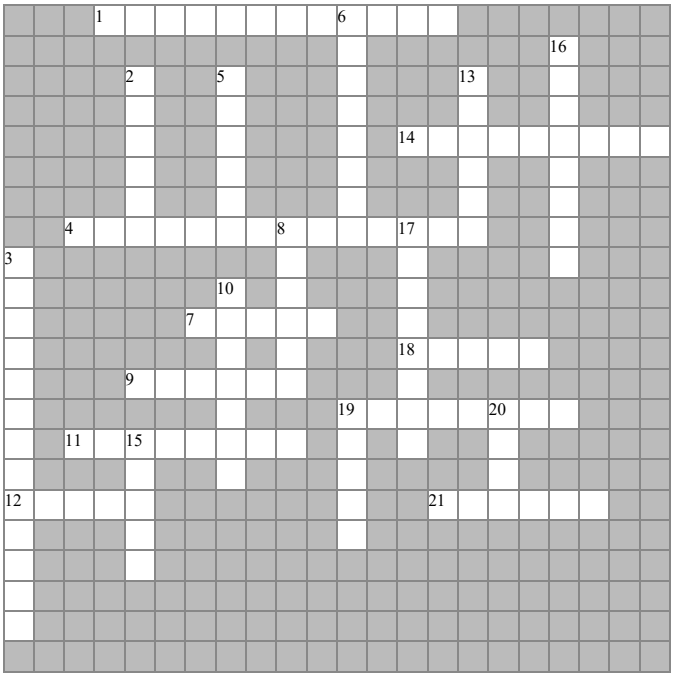
Водные ресурсы Крыма: водопады

На полуострове сконцентрировано множество интересных водопадов. Большая их часть отличается полноводностью только в весенний период. Летом большая их часть превращается в тонкие потоки. Потому **водные богатства Крыма**, которыми считаются водопады, лучше посещать в период таяния снегов в марте-апреле. На реках появляются настоящие пенящиеся каскады, которые нередко протягиваются на километры. Большая их часть

находится в районе главной гряды Крымских гор. Самыми популярными среди туристов водопадами являются:

- Учан-Су;
- Джур-Джур;
- Су-Учхан;
- водопад Головкинского;
- Серебряные струи;
- Гейзер.

Кроссворд по теме «Водные ресурсы Крыма»



По горизонтали:

1. «Побережье тысячи бухт», дикие пляжи на Азовском побережье, близ Керчи
4. Самое крупное водохранилище Крыма
7. Естественные замкнутые водоемы, не имеющие выхода в море
9. Естественный выход подземных вод на земную поверхность
11. Самый полноводный водопад Крыма
12. Место, где река/ручей берет свое начало
14. Красивое горное озеро над Медведь-горой, около с. Запрудное
18. Залив, называемый из-за повышенной солености «мертвым морем»
19. Самое мелкое море в мире (глубина до 15 метров)
21. Самый высокий водопад Крыма в районе Ялты

По вертикали:

2. Самая крупная, протяженная река в Крыму
3. Искусственные водоемы, созданные для накопления водных ресурсов
5. Водопад в районе предгорий Алушты, вода при падении создает необычный фонтан
6. Самая высокогорная река в Крыму (расположена на Долгоруковской яйле)
8. Озеро в районе Керчи, с целебными грязями и минералами
10. Река, образующая один из основных каньонов полуострова
13. Основной соленый водоем Крыма
(... море)
15. Красивейшее «Ущелье трех гор» около Ялты, образуемое рекой Бала
16. Водные ресурсы, образованные падением воды в реке с уступа, пересекающего речное русло
17. Солёное озеро розового цвета на южном побережье Керченского полуострова.
19. Крупная река на территории Нац.парка «Крымский», переводится с как «яблоко»
20. Река, в долине которой расположены пещерные города Тепе-Кермен, Качи-Кальон

9.3. Календарно-тематическое планирование

Таблица 4. Календарно-тематическое планирование

Первый год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	Прим.
Сентябрь				
1	Введение. Правила ТБ и работы клуба «Привал». Игры на знакомство и сплочение коллектива.	3		
2	История развития туризма в Крыму.	3		
3	История развития туризма в России.	3		
4	Интересные природные объекты Крыма.	3		
5	Экскурсия в городской краеведческий музей или природный музей (при заповеднике), природный объект и т.д.	3		
6	Преодоление крутых склонов, зарослей, завалов.	3		
7	Узлы в туризме. Основные узлы (прямой, восьмерка,).	3		
8	Узлы в туризме. Основные узлы (встречный, проводник).	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Октябрь				
1	Спортивное ориентирование. Правила ТБ.	3		
2	Масштаб карты.	3		
3	Легенда и топографические знаки карт для ориентирования.	3		
4	Виды ориентиров, изолинии и рельеф.	3		
5	Компас. Строение прибора, азимут.	4		

6	Ориентирование на местности при помощи компаса и карты.	8		
ИТОГО:		24 ч.		
Ноябрь				
1.	Карта Крыма. Основные формы рельефа и природные зоны.	3		
2.	Топонимика Крыма.	3		
3.	Топонимика Крыма. Составление мини-словаря топонимов по районам Крыма с кратким пояснением значения.	3		
4.	Геологическое формирование Крымского полуострова.	3		
5.	Анализ геологического профиля Крыма. Основные горные породы полуострова.	3		
6.	Животный мир Крымского полуострова. Красная книга.	3		
7.	Растительный мир Крымского полуострова. Красная книга.	3		
8.	Ядовитые растения и животные Крыма. Правила ТБ.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Декабрь				
1	Личное снаряжение туриста.	3		
2	Правила укладки туристского рюкзака.	3		
3	Общественное снаряжение.	3		
4	Составление списка общественного снаряжения для многодневного выхода.	3		
5	Изготовление костровых принадлежностей, костровое оборудование.	3		

6	Правила оборудования кострища. Минимизация воздействия на окружающую среду.	3		
7	Личная аптечка. Состав туристической аптечки.	3		
8	Правила упаковки снаряжения в многодневных выходах.	3		
ИТОГО:		24 ч		
Январь				
1.	Введение. Правила ТБ в альпинизме.	3		
2.	Правила передвижения по снежно-ледовому рельефу.	3		
3.	Личное снаряжение альпиниста.	3		
4.	Групповое снаряжение в альпинизме.	3		
5.	Преодоление заснеженных участков рельефа, спусков и подъёмов.	8		
6.	Техника движения в связке.	4		
ИТОГО:		24 ч.		
Февраль				
1	Введение. Правила ТБ. Виды пещер и их особенности.	3		
2	Личное снаряжение спелеолога.	3		
3	Групповое снаряжение в спелеологии.	3		
4	Техника SRT. Подъём по верёвке.	3		
5	Техника шага с педалью и устройством пантин.	3		
6	Техника SRT. Спуск по верёвке.	3		
7	Техника SRT. Прохождение перестёжек вверх и вниз.	3		
8	Психология человека в замкнутых пространствах.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Март				

1.	Введение. Алгоритм оказания первой помощи.	3		
2.	Отработка алгоритма оказания первой помощи. ПЗ.	3		
3.	Первая помощь при кровотечении.	3		
4.	Перевязочные материалы, перевязка при кровотечении.	3		
5.	Отработка алгоритма действий при кровотечении.	3		
6.	Первая помощь при ожогах.	3		
7.	Первая помощь при обморожениях.	3		
8.	Отработка алгоритма действий при ожогах и обморожении.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Апрель				
1	Введение. Правила ТБ. Категории сложности скалолазных маршрутов. Виды спортивного скалолазания.	3		
2	Возникновение и развитие скалолазания.	3		
3	Личное снаряжение скалолаза.	3		
4	Подгонка снаряжения под каждого участника.	3		
5	Техника передвижения по скальному рельефу. Постановка ног.	3		
6	Передвижение по скальному рельефу.	3		
7	Баланс в скалолазании. Упражнения на баланс.	3		
8	Страховка напарника.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Май				
1.	Бивак. Бивачное снаряжение. Обустройство лагеря.	3		

2.	Виды костров. Техника безопасности при разведении костра.	3		
3.	Виды и конструкция палаток. Правила установки.	3		
4.	Отработка постановки разных видов палаток.	3		
5.	Тактика движения. Выбор темпа, привалы и особенности движения в группе.	3		
6.	Должности в походе.	3		
7.	Распределение должностей и обсуждение основных этапов подготовки к походу.	3		
8.	Наблюдения в походе. Ведение дневника			
ИТОГО:		24 ч		
ВСЕГО:		216 ч.		

Второй год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	Прим.
Сентябрь				
1.	Введение. Инструктаж по ТБ.	3		
2.	Узлы в туризме (узлы для связывания двух верёвок, схватывающие, австрийский проводник).	4		
3.	Опасные метеоявления. Меры защиты.	3		
4.	Метеонаблюдения: признаки ухудшения погоды.	3		
5.	Маркировка туристских маршрутов. Виды маркировки, чтение и способы нанесения маркировки.	3		
6.	Техника траверса крутых склонов. Спуски и подъёмы.	8		

ИТОГО:		24 ч.		
Октябрь				
1.	Введение. Правила ТБ.	3		
2.	Действия при потере ориентировки. Аварийный набор и его применение.	3		
3.	Движение по азимуту ночью и в тумане. Контроль шагов, обход препятствий	3		
4.	Отработка движения по азимуту на пересечённой местности.	3		
5.	Ориентирование на местности при помощи компаса и карты. Участие в соревнованиях.	8		
6.	Определение точки стояния по карте, компасу и окружающим объектам. Взятие обратного азимута.	4		
ИТОГО:		24 ч.		
Ноябрь				
1.	Бивак в сложных условиях. Выбор места, ветрозащита, ночёвка без палатки.	3		
2.	Организация питания в туристском путешествии. Режим питания в походах. Белки, жиры, углеводы, витамины, их необходимость для полноценного питания.	3		
3.	Водно-солевой баланс. Пополнение, очищение воды в походе.	3		
4.	Фото- и видеофиксация маршрута: как делать отчётные кадры.	3		
5.	Техника передвижения с треккинговыми палками. Регулировка треккинговых палок.	3		
6.	Отработка движения с треккинговыми палками.	3		

7.	Наведение верёвочных переправ: параллельная переправа, маятник.	3		
8.	Наведение верёвочных переправ: переправа по бревну с самостраховкой.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Декабрь				
1.	Современные материалы для изготовления снаряжения в туризме.	3		
2.	Устройство и выбор туристского рюкзака.	3		
3.	Обувь для разных видов туризма.	3		
4.	Спальные мешки и виды туристских ковров.	3		
5.	Системы приготовления пищи.	3		
6.	Приготовление пищи при помощи различных систем приготовления пищи.	3		
7.	Туристская посуда и групповая посуда.	3		
8.	Сравнение снаряжения различных ценовых категорий.	3		
ИТОГО:		24 ч		
Январь				
1.	Техника передвижения на разных типах рельефа (скальный, снежно-ледовый).	8		
2.	Тактика восхождений. Акклиматизация.	3		
3.	Разработка плана восхождения по заданным условиям.	3		
4.	Особенности приготовления пищи в условиях высокогорья. Продуктовая раскладка.	4		
5.	Специальное снаряжение на восхождении.	3		
6.	Одежда для экстремальных условий.	3		
ИТОГО:		24 ч.		

Февраль				
1.	Введение. Правила ТБ. Особенности пещерной биоты.	4		
2.	Техника передвижения по горизонтальным и вертикальным перилам.	8		
3.	Прохождение перестёжек.	4		
4.	Посещение горизонтальной пещеры.	8		
ИТОГО:		24 ч.		
Март				
1.	Алгоритм оказания первой помощи. Повторение.	3		
2.	Транспортировка пострадавшего. Способы, особенности и необходимое оборудование.	3		
3.	Отработка транспортировки пострадавшего разными способами.	3		
4.	Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах. Иммобилизация конечности.	3		
5.	Отработка практических навыков по иммобилизации конечности.	3		
6.	Первая помощь при потере сознания, остановке дыхания.	3		
7.	Сердечно-лёгочная реанимация. Отработка на манекене.	3		
8.	Разбор чрезвычайных ситуаций с применением первой помощи в условиях похода.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Апрель				
1.	Введение. Правила ТБ.	3		
2.	Основные хваты руками. Виды зацепов.	3		

3.	Техника отдыха при прохождении скальной трассы.	3		
4.	Общественное снаряжение в скалолазании.	4		
5.	Страховка с различными страховочными устройствами.	8		
6.	Значение разминки для занятий по скалолазанию.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Май				
1.	Карта Крыма. Повторение.	3		
2.	Климат Крымского полуострова.	3		
3.	Анализ климатических карт Крыма.	3		
4.	Эндемики Крыма.	3		
5.	Основные географические объекты Крыма.	3		
6.	Почвы Крыма.	3		
7.	Анализ почвенных карт Крыма.	3		
8.	Методика полевых записей.	3		
ИТОГО:		24 ч		
ВСЕГО:		216 ч.		

Третий год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	Прим.
Сентябрь				
1.	Введение. Правила ТБ и работы клуба «Привал». Игры на знакомство и сплочение коллектива.	3		
2.	Выбор разрешённого места под костровище и подготовка зоны.	3		

3.	Сортировка и упаковка отходов с расчётом объёма на группу.	3		
4.	Узлы в туризме (двойные проводники, стремя, булинь).	3		
5.	Связь в горах и лесу: радиостанции, сигналы, спутниковые средства	4		
6.	Оценка расстояния и времени: определение расстояния до недоступного предмета, определение времени.	8		
ИТОГО:		24 ч.		
Октябрь				
1.	Системы позиционирования GPS. Работа с треком.	3		
2.	Программы для обработки треков и планирования маршрутов. Тематические сайты и источники картографических данных.	3		
3.	Построение высотного профиля местности по изолиниям.	3		
4.	Анализ рельефа фрагмента топокарты. Ориентация склонов, крутизна, водоразделы и тальвеги.	3		
5.	Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Определение расстояния до объекта.	3		
6.	Совмещение компаса с картой, определение азимута и выдерживание направления.	3		
7.	Ориентирование на местности при помощи компаса и карты.	3		
8.	Темп передвижения на соревнованиях по спортивному ориентированию.	3		

ИТОГО:		24 ч.		
Ноябрь				
1.	Планирование нитки маршрута по карте. Расчёт ходовых дней.	3		
2.	Запасные варианты маршрута и точки схода с маршрута.	3		
3.	Юридические аспекты планирования похода. Границы ООПТ, разрешения, страховка, регистрация в МЧС.	3		
4.	Составление продуктовой раскладки по заданным условиям.	3		
5.	Закупка продуктов. Организация дежурств в походе. Распределение веса.	3		
6.	Тактика преодоления буреломов.	3		
7.	Техника движения в густых зарослях.	3		
8.	Отработка передвижения по буреломам и зарослям.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Декабрь				
1.	Ремонт снаряжения в условиях похода. Состав ремнабора.	3		
2.	Типы веревок. Репшнуры.	3		
3.	Маркировка, срок службы, признаки износа и выбраковки верёвок и репшнуров.	3		
4.	Запас прочности снаряжения.	3		
5.	Правила хранения снаряжения.	3		
6.	Сертификация снаряжения.	3		
7.	Фонари. Виды и характеристики.	3		
8.	Основные виды аккумуляторов для фонарей.	3		

ИТОГО:		24 ч		
Январь				
1.	Лавины. Оценка лавинной опасности.	3		
2.	Действия при сходе лавин.	3		
3.	Характеристики снежного покрова.	3		
4.	Передвижение с ледорубом.	3		
5.	Отработка приёмов передвижения с ледорубом. Передвижение в связках.	3		
6.	Организация лагеря при восхождении.	3		
7.	Техника самозадержания при срывах.	3		
8.	Отработка самозадержания на учебном склоне с контролируемым скольжением.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Февраль				
1.	Правила техники безопасности при работе в технике SRT.	3		
2.	Схемы сложных перестёжек и алгоритмы действий при переходах.	3		
3.	Порядок преодоления узлов на верёвке.	3		
4.	Прохождение узких горизонтальных и вертикальных ходов.	3		
5.	Отработка базовых элементов SRT на учебной площадке.	3		
6.	Структура и условные обозначения топосъёмок пещер.	3		
7.	Разбор реальных топосъёмок популярных пещерных систем.	3		
8.	Разработка плана посещения вертикальной пещеры по имеющейся топосъёмке.	3		

ИТОГО:		24 ч.		
Март				
1.	Виды и признаки отравлений в походе.	3		
2.	Первая помощь при отравлении в походных условиях.	3		
3.	Первая помощь при укусах.	3		
4.	Отработка алгоритма оказания первой помощи при укусах.	3		
5.	Признаки острого стресса и панической реакции в походных условиях. Методы стабилизации состояния.	3		
6.	Роль психологической поддержки и распределения задач в группе.	3		
7.	Порядок действий при переохлаждении.	3		
8.	Порядок действий при перегреве.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Апрель				
1.	Правила ТБ. Спортивная подготовка скалолазов.	3		
2.	Комплекс разминки и заминки для скалолазов, подбор под индивидуальные особенности.	3		
3.	Организация верхней страховки.	3		
4.	Лазание с верхней страховкой.	3		
5.	Подготовка и организация нижней страховки, контроль первых точек. Лазание с нижней страховкой.	3		
6.	Скалолазные районы России.	3		
7.	Психологические барьеры в скалолазании.	3		
8.	Упражнения на концентрацию и контроль дыхания перед стартом.	3		

ИТОГО:		24 ч.		
Май				
1.	Основные типы гидрологических объектов. Влияние рельефа и климата на распределение водных ресурсов.	3		
2.	Основные водные ресурсы полуострова.	3		
3.	Каптаж родников.	3		
4.	Крымские ООПТ.	3		
5.	Народы Крыма. История заселения и миграции на полуострове.	3		
6.	Современные этнические группы и культурно-историческое наследие.	3		
7.	Основные исторические памятники архитектуры Крыма.	3		
8.	Планирование экскурсионного маршрута с расчётом времени и логистики.	3		
ИТОГО:		24 ч		
ВСЕГО:		216 ч.		

Четвертый год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	Прим.
Сентябрь				
1.	Введение. Правила ТБ.	3		
2.	Узлы в туризме. Узлы грудной обвязки.	3		
3.	Узлы в туризме. Вспомогательные узлы.	3		
4.	Узлы в туризме. Узлы для связывания веревок. Характеристики узлов.	3		

5.	Взаимодействие в группе. Распределение ролей, конфликты, поддержка отстающих и новичков.	3		
6.	Оценка скорости прохождения в зависимости от рельефа и погодных условий	3		
7.	Расчёт скорости и времени на типовых участках маршрута, сравнение с нормативами.	3		
8.	Нормативная база. Профстандарт «инструктор-проводник», «педагог дополнительного образования».	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Октябрь				
1.	Система географических координат.	3		
2.	Использование координат в GPS-навигации и полевых условиях.	3		
3.	Понятие картографической проекции и неизбежных искажений.	3		
4.	Ориентирование по карте и компасу. Участие в соревновании.	4		
5.	Создание плана местности.	8		
6.	Итоговое тестирование.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Ноябрь				
1.	Оценка категории сложности маршрута. Расчёт баллов, препятствия, логистика.	3		
2.	Составление отчёта о походе. Заполнение паспорта маршрута по шаблону.	3		
3.	Построение схемы маршрута с нанесением ключевых ориентиров и препятствий.	3		

4.	Подготовка текстового описания участков и фотоматериалов для отчёта.	3		
5.	Лидерство. Психологические факторы, влияющие на человека в горах.	3		
6.	Психология малых групп.	3		
7.	Особенности различных регионов для прохождения пешеходных походов.	3		
8.	Итоговое тестирование.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Декабрь				
1.	Порядок подготовки снаряжения к длительному хранению.	3		
2.	Особенности хранения разных типов снаряжения.	3		
3.	Лёгкое и сверхлёгкое снаряжение.	3		
4.	Материалы и технологии, обеспечивающие малый вес и высокую эффективность.	3		
5.	Анализ опыта использования сверхлёгкого снаряжения в реальных маршрутах.	3		
6.	Типы гамаков и комплектующие к ним.	3		
7.	Использование гамаков в многодневных походах.	3		
8.	Итоговое тестирование.	3		
ИТОГО:		24 ч		
Январь				
1.	Виды точек страховки в альпинизме.	3		
2.	Принципы построения станций.	3		
3.	Распределение ролей и задач в малой группе при проведении работ.	3		
4.	Стратегия и тактика спасработ в малой группе.	3		

5.	Узлы для проведения спасработ (двойной UIAA, Мунтера-мула, Гарда, мини-полиспаст).	3		
6.	Узлы для проведения спасработ (парсел-прусик, вай нот, узел для блокировки страховочного устройства)	3		
7.	Особенности транспортировки пострадавших на скальном рельефе, переправах, в гору, с горы	3		
8.	Итоговое тестирование.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Февраль				
1.	Правила ТБ. Техника движения по вертикальной верёвке.	3		
2.	Посещение вертикальной пещеры.	8		
3.	Создание топосъёмки пещеры.	4		
4.	Современные методы картирования подземных полостей.	3		
5.	Организация подземного базового лагеря.	3		
6.	Итоговое тестирование.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Март				
1.	Причины несчастных случаев в походах.	3		
2.	Эвакуация из удалённых районов.	3		
3.	Порядок взаимодействия с МЧС и спасательными службами.	3		
4.	Составление плана эвакуации для заданного района и сценария.	3		
5.	Медицина в походе, применение личных и групповых аптечек	3		

6.	Юридические и этические аспекты оказания первой помощи в походе.	3		
7.	Решение ситуационных задач с оценкой приоритетов и тактики.	3		
8.	Итоговое тестирование.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Апрель				
1.	Организация станции.	3		
2.	Отработка быстрой сборки и разборки станции в разных условиях.	3		
3.	Закладные элементы. Френды.	3		
4.	Понятие мультипитча, структура маршрута, организация промежуточных станций.	3		
5.	Тактика прохождения мультипитчевых маршрутов, смена ролей в связке.	3		
6.	Работа на скальном рельефе.	3		
7.	Прохождение полосы препятствий с применением всех изученных техник.	3		
8.	Итоговое тестирование.	3		
ИТОГО:		24 ч.		
Май				
1.	Известные крымские исторические деятели.	3		
2.	Разработка мини-маршрута «по следам» исторического деятеля.	3		
3.	Крым во времена Великой Отечественной войны.	3		
4.	Партизанское движение в Крыму.	3		
5.	Этапы формирования и развития крупнейших городов Крыма.	3		

6.	Исторически важные объекты промышленности Крымского полуострова.	3		
7.	Составление текста экскурсии по природному или историческому объекту.	3		
8.	Итоговое тестирование.	3		
ИТОГО:		24 ч		
ВСЕГО:		216 ч.		

9.4. Лист корректировки программы

№ п/п	Дата внесения изменений	Причина корректировки	На основании / в соответствии с чем внесена корректировка	Внесенные изменения (в каком разделе программы)	Кем внесены изменения (ФИО, подпись)	Согласование с заведующим подразделения, заместителем по УВР (подпись)	Причина корректировки	На основании / в соответствии с чем внесена корректировка