

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» августа 2025 г.
Протокол № 1

СОГЛАСОВАНО

Директор
М.В. О.У.
С. Ю. Новикова
«01» 09 2025 г.
М.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК»
Е. А. Осокина
«01» сентября 2025 г.
М.П.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Туристы-краеведы»

| | |
|---------------------------|---|
| Направленность | туристско-краеведческая |
| Срок реализации программы | 3 года |
| Вид программы | модифицированная |
| Уровень | базовый |
| Возраст обучающихся | 10-15 лет |
| Составитель | Стахурский И. И., педагог дополнительного образования |

г. Симферополь
2025 год

Содержание

| | |
|---|----|
| 1. Комплекс основных характеристик программы..... | 3 |
| 1.1. Пояснительная записка..... | 3 |
| 1.2. Цель и задачи программы..... | 9 |
| 1.3. Воспитательный потенциал программы..... | 10 |
| 1.4. Содержание программы..... | 12 |
| 1.5. Планируемые результаты освоения курса дополнительного образования обучающихся..... | 20 |
| Комплекс организационно-педагогических условий..... | 27 |
| 2.1. Календарный учебный график..... | 27 |
| 2.2. Условия реализации программы..... | 27 |
| 2.3. Формы аттестации..... | 32 |
| 2.4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ..... | 34 |
| Приложения | 38 |
| 3.1. Оценочные материалы | 38 |
| 3.2. Лист корректировки..... | 43 |
| 3.3. План воспитательной работы | 44 |
| 3.4. Календарно-тематическое планирование | 48 |

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Настоящая программа разработана в соответствии с нормативно-правовой основой.

Нормативно-правовая основа программы

В настоящее время основой разработки дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ является следующая нормативно-правовая база:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 29 декабря 2022 г.);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31 июля 2020 года);
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- 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 Российской Федерации 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 молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

- образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;
 - Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
 - Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
 - Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
 - Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 19.12.2022 г.);
 - 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 молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
 - Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
 - Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;
 - Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо

Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;

- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «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 Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;
- Устав ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК».

1.1.1. Направленность программы.

Данная программа является **модифицированной** общеобразовательной общеразвивающей программой туристско-краеведческой направленности, составленной на основе программы «Введение в туризм» Идовой Л.Н.

Программа «Туристы-краеведы» – возможность познания учащимися родного края, реализации интересов в получении базовых туристских знаний, умений и навыков средствами дополнительного образования.

Программа направлена на освоение знаний по топографии, географии, географии, краеведению, умений и навыков, необходимых для профессиональной ориентации, социального, нравственного, духовно-патриотического, интеллектуального уровня обучающихся, воспитания самостоятельности.

В процессе туристско-краеведческой деятельности расширяется сфера общения обучающихся, происходит приобретение навыков социального воздействия, накопления положительного опыта поведения, создаются благоприятные условия для формирования нравственных качеств личности и командного духа.

1.1.2. Актуальность. Основанием для разработки данной программы послужил тот факт, что общеобразовательные школы уделяют мало внимания методике получения навыков общения с группами людей разных возрастов, а также приобретению практических знаний и навыков, необходимых во время путешествий, походов выходного дня, экспедиций. Кроме того, она направлена на формирование социальной активности в условиях современной жизни, развитие

самостоятельности, ответственности, командного духа, дает начальный багаж знаний, необходимых для выживания в экстремальных условиях и профориентационные знания по профессиям: спасатель, инструктор-проводник и др.

Исходя из этого новизна и педагогическая целесообразность данной образовательной программы заключается в том, что она позволяет построить процесс обучения объединив различные компоненты туристской, краеведческой и спортивной деятельности вместе.

Данная программа предназначена для дополнительного образования учащихся основной школы, интересующихся туризмом, спортивной подготовкой и экспедиционной деятельностью. Она предполагает овладение навыками преодоления естественных препятствий, ведения быта в полевых условиях, а также автономного существования.

Кроме того, актуальность данной программы ежегодно увеличивается в связи с тем, что Крым – это туристский регион, развитие которого набирает силы. Поэтому ранняя профориентация и подготовка квалифицированных кадров в этой сфере, становится все острее.

1.1.3. Новизна. Изменения, происходящие в мире в конце XX – начале XXI века, обусловили необходимость формирования активной личности, способной делать выбор, отвечать за него, уметь строить отношения с разными людьми, в том числе с различными ценностными основами. В Концепции федерального государственного образовательного стандарта общего образования сказано: «Развитие личности – смысл и цель современного образования... Новыми нормами становятся жизнь в постоянно изменяющихся условиях, что требует умения решать постоянно возникающие новые, нестандартные проблемы; жизнь в условиях поликультурного общества».

С каждым годом совершенствуется нормативная база, которая определяет особенности обучения детей, программы обучения. Все острее встает актуальность формирования личностных образовательных результатов школьников, которая продиктована необходимостью социализации учащихся, приобщения к системе общечеловеческих ценностей, формирования основ гражданской идентичности, развитию умения учиться как первого шага к самообразованию и самовоспитанию, развитию самостоятельности, инициативы и ответственности личности как условия ее самоактуализации, в том числе ранней профориентации.

1.1.4. Отличительные особенности этой программы от уже существующих программ данной направленности является то, что в нее включены не только игровые и соревновательные элементы, а также большое количество часов, отведенных на практическую работу, которые дадут ребятам возможность не только проявить себя в сложных бытовых условиях, но и раскрыть специфику многообразия природных условий и богатейшей истории Крыма.

Данная программа может быть использована в факультативной или кружковой работе общеобразовательных учебных заведений или использоваться как вспомогательный модуль при изучении курса краеведения, охватывающего регион в целом, в т.ч. для детей особых категорий, с учетом заключения ПМПК.

1.1.5. Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что в процессе активного изучения родного края применяются нестандартные формы обучения. Краеведческая и экспедиционная деятельность позволяет достичь эффективного объединения обучения и воспитания, формирует самостоятельность мышления и поступков обучающихся, способствует проявлению творческих способностей и инициативы, благоприятствует развитию тенденций в выборе будущей профессии. Исследования местного материала во время походов, являются подготовительным этапом к процессу ознакомления с природными условиями, социально-экономическим укладом региона и его туристскими возможностями. В данной программе используется метод погружения, что заставляет воспитанников самостоятельно принимать решения, брать на себя ответственность, целиком проживать те или иные ситуации и события.

Программа составлена на основе личностно-ориентированного подхода. Где учебный материал дифференцируется с учётом физических и психологических особенностей каждого обучающегося. Педагог, учитывая уровень подготовки, возраст, интересы учащихся, в установленном порядке может вносить изменения в распределение учебного времени на изучение отдельных тем программы.

1.1.6. Адресат программы

Программа «Туристы-краеведы» разработана для обучающихся, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям спортом в возрасте от 6 до 17 лет, интересующихся спортом, туризмом, изучением природы своей малой Родины.

7-9 лет

Характерные черты этого возраста — подвижность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность и вместе с тем неумение долго концентрировать свое внимание на чем-либо. В эту пору

высок естественный авторитет взрослого. Все его предложения принимаются и выполняются очень охотно. Его суждения и оценки, выраженные эмоциональной и доступной для детей форме, легко становятся суждениями и оценками самих детей. Дети этого возраста весьма дружелюбны, легко вступают в общение. Для них все большее значение начинают приобретать оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их увлекает совместная коллективная деятельность. В этом возрасте ребята склонны постоянно меряться силами, готовы соревноваться буквально во всем.

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. Они начинают обращать эти требования и к самим себе. Они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную подготовительную работу, упорно преодолевая препятствия. Чем насыщеннее, энергичнее, напряженнее их жизнь, тем более 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.

1.1.7. Объем и срок освоения программы, уровень программы, формы обучения

Срок освоения программы 3 года и составляет 432 часа.

Руководитель творческого объединения корректирует количество часов, выделенных на изучение отдельных тем, перераспределяет учебное время в зависимости от учебной нагрузки, местных условий, уровня подготовки воспитанников, запланированных походов или массовых мероприятий, но использует не менее 25% предложенного времени.

Уровень программы – базовый.

Форма обучения – очная. Форма реализации – очная сетевая.

1.1.8. Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса происходит в соответствии с индивидуальными учебными планами в творческих объединениях, сформированных в группы учащихся одного или разного возраста, являющихся основным составом творческого объединения, состав группы постоянный, занятия групповые, индивидуально – групповые, возможны также индивидуальные занятия, при подготовке воспитанников к исследовательским конкурсам, виды занятий определяются содержанием программы.

1.1.9. Режим занятий

Программа «Туристы-краеведы» предусматривает обучение на протяжении 36 недель (весь учебный год, включая осенние, зимние и весенние каникулы).

Занятия проводятся еженедельно 2 раза в неделю в соответствии с утвержденным расписанием. Продолжительность теоретических занятий до 2-х академических часов, практических до 4 академических часов с перерывами между занятиями 15 минут, а также возможностью совмещения теоретических и практических занятий.

При проведении экскурсий и одно-трехдневных походов, а также участия в массовых мероприятиях рекомендуется для однодневного мероприятия использовать 8 часов учебного времени, двухдневного мероприятия - 14 часов, трехдневного - 22 часа.

1.2. Цели и задачи программы

Целью программы является формирование у учащихся мотивации к занятиям туристско-краеведческой деятельностью. Подготовка ребенка к осознанному и ответственному выбору жизненного и профессионального пути, формирование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых будущему специалисту для самостоятельной педагогической и организационной работы в сфере туризма, освоение начальных туристских

знаний, умений и навыков, создание благоприятной атмосферы для формирования системы нравственных ценностей, основ здорового образа жизни.

Исходя из цели программы реализуются следующие **задачи**:

Образовательные

- способствовать формированию лидерских качеств (навыков руководства и умений руководить, психологической и коммуникативной культуры, способности к рефлексии);
- организовать занятия по овладению подростком специфическими знаниями, методиками и формами развития собственного и организаторского потенциала;
- способствовать формированию у подростков устойчивых навыков самоконтроля и взаимоконтроля;
- познакомить обучающихся с разнообразными формами досуговой деятельности и алгоритмом их подготовки;
- организовать по окончании курса обучения проведение путешествий воспитанниками.

Развивающие

- способствовать развитию аналитического и критического мышления, самооценки, навыков работы в группе, в команде; творческих и интеллектуальных способностей; эмоциональной устойчивости в сложных психологических ситуациях, упорства и настойчивости;
- развивать исполнительские способности обучающихся;
- развивать у учащихся стремление к участию в общественной деятельности.

Воспитательные

- способствовать воспитанию культуры ведения досуговых мероприятий через овладение основами правильной речи, ораторского мастерства;
- создать условия для: нравственного становления обучающихся, мотивации к социально значимой деятельности, активизации самоуправления, создания благоприятного психологического климата снижения уровня тревожности в детском коллективе.

1.3. Воспитательный потенциал дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Воспитательная работа в рамках программы «Туристы-краеведы» направлена на воспитание чувства патриотизма и бережного отношения к природе; развитию доброжелательности по отношению к товарищам, воспитании чувства ответственности при выполнении своей работы. В современных условиях, когда рушатся старые стереотипы патриотизма, именно туризм и краеведение,

объединяющие в себе многие предметы и науки, могут стать эффективным средством воспитания школьников.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели, обучающиеся творческого объединения «Туристы-краеведы» привлекаются к участию в экскурсиях, туристских походах и соревнованиях, краеведческих конкурсных программах различного уровня, акциях и мастер-классах.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий в процессе реализации данной программы будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, уровня личностных достижений, повышение интереса к занятиям.

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

1.4. Содержание программы

Учебный план

| № | Наименование модулей и тем | Всего часов | Из них | | Формы контроля |
|----------|---|-------------|-----------|--------------|----------------------------|
| | | | лекции | Практические | |
| 1 | Вступительная часть | 12 | 12 | - | |
| 1.1 | Вступительное занятие. Понятие о туризме. | 6 | 6 | - | |
| 1.2 | Техника безопасности при проведении учебных занятий и туристско-краеведческих путешествий | 6 | 6 | - | взаимоконтроль |
| 2 | ОФП и гигиена | 148 | 8 | 140 | |
| 2.1 | Физическая подготовка. | 54 | 2 | 52 | пр. работа |
| 2.2 | Спортивные игры. Участие в массовых мероприятиях. | 62 | - | 62 | пр. работа |
| 2.3 | Правила санитарии и гигиены. | 6 | 6 | - | опрос |
| 2.4 | Первая помощь. | 26 | - | 26 | пр. работа |
| 3 | Спортивно-туристская подготовка | 266 | 36 | 230 | |
| 3.1 | Особенности видов спортивного туризма | 12 | 12 | - | опрос |
| 3.2 | Спортивное ориентирование. Топографическая подготовка | 74 | 12 | 62 | пр. работа, взаимоконтроль |

| | | | | | |
|-----|--|------------|-----------|------------|---------------------|
| 3.3 | Туристское снаряжение | 18 | 6 | 12 | опрос |
| 3.4 | Туристский быт. Организация питания в туристском путешествии, организация бивака | 64 | - | 64 | опрос, пр. работа |
| 3.5 | Техника пешеходного туризма | 86 | - | 86 | пр. работа |
| 3.6 | Специальная подготовка | 12 | 6 | 6 | пр. работа |
| 4 | Итоговое занятие | 6 | 6 | - | тест, пр. работа |
| | Всего: | 432 | 56 | 376 | |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ «ТУРИСТЫ-КРАЕВЕДЫ»

1 год обучения

1.1. Вводное занятие (2 часа)

Место и роль детско-юношеского туризма и краеведения в системе внешкольного образования. Обсуждение плана работы кружка на год.

1.2. Понятие о туризме.

Техника безопасности при проведении занятий в помещениях, спортивных залах, на спортивных площадках и на местности. Безопасные условия организации путешествий.

2. Общая физическая подготовка и гигиена (48 часов)

2.1. Физическая подготовка. Спортивные игры.

Общеразвивающие физические упражнения – основа занятий физической культурой и спортом. Ходьба и бег. Виды ходьбы. Походный шаг. Строй туристской группы. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для ног, шеи, туловища. Упражнения с предметами.

Понятие «Выносливость организма». Занятия легкой атлетикой, как средство укрепления организма. Прыжки. Упражнения по метанию. Гимнастические упражнения с предметами и без предметов. Гимнастические приборы. Меры безопасности при выполнении упражнений на гимнастических снарядах. Закаливание организма водой. Разучивание отдельных комплексов утренней гимнастики: упражнения подготовительной, основной и заключительной частей.

Разучивание различных видов ходьбы и бега, координации движений тела при изменении скорости и направления шага и бега.

2.2. Спортивные игры и эстафеты. Правила спортивных игр и безопасность их проведения. Туристские и спортивные эстафеты.

Разучивание упражнений для различных групп мышц. Бег на короткие и средние дистанции. Отработка техники преодоления естественных препятствий при беге по пересеченной местности. Прыжки в длину с разбега и с места. Отработка гимнастических движений с предметами и без них. Отработка страховки партнера.

Практические занятия.

Тренировочный туристский поход. Отработка приемов преодоления искусственных и естественных препятствий. Туристский строй.

Участие в массовых мероприятиях (соревнованиях, экспедициях, походах).

2.3. Общие гигиенические требования: умывание, купание, закаливание. Поддержание чистоты тела. Меры по предупреждению потертостей при ходьбе. Требования к одежде и обуви, личному туристскому снаряжению. Профилактика заболеваний и травм в походе. Приемы самоконтроля. Водносолевой баланс. Питьевой режим. Обеззараживание воды.

2.4. Первая помощь.

Помощь при желудочных и простудных заболеваниях, при тепловом ударе, при травмах и заболеваниях, возникших из-за неправильных действий туристов (ожоги, раны, порезы, отравления). Потертости, мозоли, переломы и их виды, вывихи, растяжения, сотрясение мозга, ушиб головы, живота, груди. Острая сосудистая недостаточность, обморок, шок. Виды кровотечений. Правила и техника наложения жгута. Помощь пострадавшему на воде. Предотвращение травматизма. Походная аптечка. Первая доврачебная помощь в зимних походах.

Практические занятия.

Отработка приемов самоконтроля физического состояния. Оказание первой помощи и транспортировки пострадавшего. Наложение повязок, шин при различных типах переломов, вывихов, растяжений, ушибов и т.д.

Изготовление носилок из подручных средств, способы транспортировки пострадавшего, техника реанимации. Помощь при травмах и отравлении травами, грибами. Комплектование походной аптечки.

3. Спортивно - туристская подготовка (92 часа)

3.1. Особенности видов спортивного туризма

Чем интересен и полезен спортивный туризм. Виды спортивного туризма: пешеходный, горный, водный, лыжный, велосипедный и другие.

Особенности видов спортивного туризма.

3.2. Спортивное ориентирование. Топографическая подготовка

Понятие о геодезии и картографии. Условные топографические знаки. Изображение горизонталей и рельефа на картах. Измерение расстояний на карте

и на местности. Общие сведения об ориентировании на местности. Компас и его строение. Понятие об азимуте. Спортивное ориентирование как вид спорта. Масштаб карт. Упражнения по чтению карт спортивного ориентирования.

Ориентирование с помощью компаса, карты, по местным предметам и явлениями природы. Определение на карте точки своего местонахождения, расстояний до удаленных объектов, их размеров.

Практические занятия.

Изготовление карт топографических знаков. Топографические задачи, игры, диктанты. Разработка схемы маршрута. Работа с компасом, курвиметром, транспортиром, визирной линейкой. Проверка компаса, определение азимутов на местности. Движение по указанному азимуту. Определение сторон горизонта по местным предметам. Пользование картами и схемами на местности.

3.3. Туристское снаряжение

Групповое и личное снаряжение для туристского путешествия в зависимости от района путешествия, способа передвижения, времени года и погоды.

Виды рюкзаков, палаток, спальных мешков и др. Основные требования к снаряжению. Уход за снаряжением и его ремонт. Комплектация ремонтного набора.

3.4. Туристский быт. Организация питания в туристском путешествии

Общие требования к местам привалов и ночевок. Выбор места для бивака (с учетом правил охраны природы). Снятие бивака. Уборка места привала. Противопожарные мероприятия. Различные типы костров и их назначение. Обустройство места для костра. Разжигание костра. Сушка и ремонт одежды, обуви. Противопожарная безопасность. Режим дня в путешествии.

Набор продуктов. Режим питания и калорийность пищи в путешествии. Меню, хранение продуктов. Санитарные требования. Приготовление пищи в различных погодных условиях.

Практические занятия.

Составление списков группового и индивидуального снаряжения. Ознакомление с имеющимся снаряжением. Установка палаток, использование оборудования для приготовления пищи. Подготовка и ремонт имеющегося снаряжения. Изготовление оборудования для сушки одежды и обуви. Упаковка снаряжения и укладка рюкзака. Туристский поход. Составление списка необходимых продуктов и меню для одно - двухдневного и многодневного путешествия.

Практические навыки пользования ремонтным набором, установка и снятие палаток, разжигание костра, приготовление пищи.

3.5. Техника пешеходного туризма

Практические занятия.

Правила соревнований по технике пешеходного туризма, классификация соревнований, требования к классу дистанции соревнований. Вязка узлов. Техника преодоления естественных препятствий в различных условиях:

- вязка узлов (проводник, восьмерка, срединный, схватывающий Прусика, двойной проводник, грейпвайн, шкотовый, брамшкотовый, академический, прямой, встречный, ткацкий и др.);
- движение тропами (приемы движения на подъемах и спусках);
- движение травянистыми склонами (способы «елочка», «серпантин», «спортивный»);
- движение через лесную чащу (способы преодоления лесных завалов буреломов, скоплений валунов и др.);
- движение через болото, способы преодоления;
- способы преодоления водных преград (вброд, по камням, по мостикам, «маятник», «цирк», с помощью навесной переправы).

3.6. Подготовка к летней экспедиции

Цели и задачи экспедиции. Изучение района экспедиции. Методы сбора краеведческих материалов. Полевая тетрадь и полевой дневник, требования к их ведению, специальные вопросники.

Практические занятия.

Распределение обязанностей между членами группы. Работа с картографическим материалом в целях разработки маршрута экспедиции. Составление сметы и материальное обеспечение экспедиции.

Правила проведения соревнований по видам спортивного туризма. Общие понятия о Правилах туристских соревнований. Положения и условия проведения соревнований как основные документы о соревнованиях. Судейство соревнований. Таблица штрафов. Командная карточка.

4. Итоговое занятие (2 часа)

Подведение итогов работы кружка за год. Награждение лучших воспитанников кружка по итогам обучения. Задание на лето.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ «ТУРИСТЫ-КРАЕВЕДЫ»

2 год обучения

1.1. Вводное занятие (2 часа)

Место и роль детско-юношеского туризма и краеведения в системе внешкольного образования. Обсуждение плана работы кружка на год.

1.2. Понятие о туризме.

Техника безопасности при проведении занятий в помещениях, спортивных залах, на спортивных площадках и на местности. Безопасные условия организации путешествий.

2. Общая физическая подготовка и гигиена (46 часов)

2.1. Физическая подготовка. Спортивные игры.

Общеразвивающие физические упражнения – основа занятий физической культурой и спортом. Ходьба и бег. Виды ходьбы. Походный шаг. Строй туристской группы. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для ног, шеи, туловища. Упражнения с предметами.

Понятие «Выносливость организма». Занятия легкой атлетикой, как средство укрепления организма. Прыжки. Упражнения по метанию. Гимнастические упражнения с предметами и без предметов. Гимнастические приборы. Меры безопасности при выполнении упражнений на гимнастических снарядах. Закаливание организма водой. Разучивание отдельных комплексов утренней гимнастики: упражнения подготовительной, основной и заключительной частей.

Разучивание различных видов ходьбы и бега, координации движений тела при изменении скорости и направления шага и бега.

2.2. Спортивные игры и эстафеты. Правила спортивных игр и безопасность их проведения. Туристские и спортивные эстафеты.

Разучивание упражнений для различных групп мышц. Бег на короткие и средние дистанции. Отработка техники преодоления естественных препятствий при беге по пересеченной местности. Прыжки в длину с разбега и с места. Отработка гимнастических движений с предметами и без них. Отработка страховки партнера.

Практические занятия.

Тренировочный туристский поход. Отработка приемов преодоления искусственных и естественных препятствий. Туристский строй.

Участие в массовых мероприятиях (соревнованиях, экспедициях, походах).

2.3. Общие гигиенические требования: умывание, купание, закаливание. Поддержание чистоты тела. Меры по предупреждению потертостей при ходьбе. Требования к одежде и обуви, личному туристскому снаряжению. Профилактика заболеваний и травм в походе. Приемы самоконтроля. Водносолевой баланс. Питьевой режим. Обеззараживание воды.

2.4. Первая помощь.

Помощь при желудочных и простудных заболеваниях, при тепловом ударе, при травмах и заболеваниях, возникших из-за неправильных действий туристов (ожоги, раны, порезы, отравления). Потертости, мозоли, переломы и их виды, вывихи, растяжения, сотрясение мозга, ушиб головы, живота, груди. Острая сосудистая недостаточность, обморок, шок. Виды кровотечений. Правила и техника наложения жгута. Помощь пострадавшему на воде. Предотвращение травматизма. Походная аптечка. Первая доврачебная помощь в зимних походах.

Практические занятия.

Отработка приемов самоконтроля физического состояния. Оказание первой помощи и транспортировки пострадавшего. Наложение повязок, шин при различных типах переломов, вывихов, растяжений, ушибов и т.д.

Изготовление носилок из подручных средств, способы транспортировки пострадавшего, техника реанимации. Помощь при травмах и отравлении травами, грибами. Комплектование походной аптечки.

3. Спортивно - туристская подготовка (92 часа)

3.1. Особенности видов спортивного туризма

Чем интересен и полезен спортивный туризм. Виды спортивного туризма: пешеходный, горный, водный, лыжный, велосипедный и другие.

Особенности видов спортивного туризма.

3.2. Спортивное ориентирование. Топографическая подготовка

Понятие о геодезии и картографии. Условные топографические знаки. Изображение горизонталей и рельефа на картах. Измерение расстояний на карте и на местности. Общие сведения об ориентировании на местности. Компас и его строение. Понятие об азимуте. Спортивное ориентирование как вид спорта. Масштаб карт. Упражнения по чтению карт спортивного ориентирования.

Ориентирование с помощью компаса, карты, по местным предметам и явлениями природы. Определение на карте точки своего местонахождения, расстояний до удаленных объектов, их размеров.

Практические занятия.

Изготовление карт топографических знаков. Топографические задачи, игры, диктанты. Разработка схемы маршрута. Работа с компасом, курвиметром, транспортиром, визирной линейкой. Проверка компаса, определение азимутов на местности. Движение по указанному азимуту. Определение сторон горизонта по местным предметам. Пользование картами и схемами на местности.

3.3. Туристское снаряжение

Групповое и личное снаряжение для туристского путешествия в зависимости от района путешествия, способа передвижения, времени года и погоды.

Виды рюкзаков, палаток, спальных мешков и др. Основные требования к снаряжению. Уход за снаряжением и его ремонт. Комплектация ремонтного набора.

3.4. Туристский быт. Организация питания в туристском путешествии

Общие требования к местам привалов и ночевок. Выбор места для бивака (с учетом правил охраны природы). Снятие бивака. Уборка места привала. Противопожарные мероприятия. Различные типы костров и их назначение. Обустройство места для костра. Разжигание костра. Сушка и ремонт одежды, обуви. Противопожарная безопасность. Режим дня в путешествии.

Набор продуктов. Режим питания и калорийность пищи в путешествии. Меню, хранение продуктов. Санитарные требования. Приготовление пищи в различных погодных условиях.

Практические занятия.

Составление списков группового и индивидуального снаряжения. Ознакомление с имеющимся снаряжением. Установка палаток, использование оборудования для приготовления пищи. Подготовка и ремонт имеющегося снаряжения. Изготовление оборудования для сушки одежды и обуви. Упаковка снаряжения и укладка рюкзака. Туристский поход. Составление списка необходимых продуктов и меню для одно - двухдневного и многодневного путешествия.

Практические навыки пользования ремонтным набором, установка и снятие палаток, разжигание костра, приготовление пищи.

3.5. Техника пешеходного туризма

Практические занятия.

Правила соревнований по технике пешеходного туризма, классификация соревнований, требования к классу дистанции соревнований. Вязка узлов. Техника преодоления естественных препятствий в различных условиях:

- вязка узлов (проводник, восьмерка, срединный, схватывающий Прусика, двойной проводник, грейпвайн, шкотовый, брамшкотовый, академический, прямой, встречный, ткацкий и др.)
- движение тропами (приемы движения на подъемах и спусках);
- движение травянистыми склонами (способы «елочка», «серпантин», «спортивный»);
- движение через лесную чащу (способы преодоления лесных завалов буреломов, скоплений валунов и др.);
- движение через болото, способы преодоления;

– способы преодоления водных преград (вброд, по камням, по мостикам, «маятник», «цирк», с помощью навесной переправы).

3.6. Подготовка к летней экспедиции

Цели и задачи экспедиции. Изучение района экспедиции. Методы сбора краеведческих материалов. Полевая тетрадь и полевой дневник, требования к их ведению, специальные вопросники.

Практические занятия.

Распределение обязанностей между членами группы. Работа с картографическим материалом в целях разработки маршрута экспедиции. Составление сметы и материальное обеспечение экспедиции.

Правила проведения соревнований по видам спортивного туризма. Общие понятия о Правилах туристских соревнований. Положения и условия проведения соревнований как основные документы о соревнованиях. Судейство соревнований. Таблица штрафов. Командная карточка.

4. Итоговое занятие (2 часа)

Подведение итогов работы кружка за год. Награждение лучших воспитанников кружка по итогам обучения. Задание на лето.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ «ТУРИСТЫ-КРАЕВЕДЫ»

3 год обучения

1. Вводное занятие (2 часа)

1.1. Понятие о туризме.

Понятие о спортивном туризме. Группы дисциплин: «маршрут» и «дистанция». Цели и задачи соревнований по спортивному туризму.

Обсуждение плана работы кружка на год. Техника безопасности при проведении занятий в помещениях, спортивных залах, на спортивных площадках и на местности. Безопасные условия организации путешествий.

2. Общая физическая подготовка и гигиена (60 часов)

2.1. Физическая подготовка. Спортивные игры.

Общеразвивающие физические упражнения – основа занятий физической культурой и спортом. Ходьба и бег. Виды ходьбы. Походный шаг. Строй туристской группы. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для ног, шеи, туловища. Упражнения с предметами.

Понятие «Выносливость организма». Занятия легкой атлетикой, как средство укрепления организма. Прыжки. Упражнения по метанию. Гимнастические

упражнения с предметами и без предметов. Гимнастические приборы. Меры безопасности при выполнении упражнений на гимнастических снарядах. Закаливание организма водой. Разучивание отдельных комплексов утренней гимнастики: упражнения подготовительной, основной и заключительной частей.

Разучивание различных видов ходьбы и бега, координации движений тела при изменении скорости и направления шага и бега.

2.2. Спортивные игры и эстафеты. Правила спортивных игр и безопасность их проведения. Туристские и спортивные эстафеты.

Разучивание упражнений для различных групп мышц. Бег на короткие и средние дистанции. Отработка техники преодоления естественных препятствий при беге по пересеченной местности. Прыжки в длину с разбега и с места. Отработка гимнастических движений с предметами и без них. Отработка страховки партнера.

Практические занятия.

Тренировочный туристский поход. Отработка приемов преодоления искусственных и естественных препятствий. Туристский строй.

Участие в массовых мероприятиях (соревнованиях, экспедициях, походах).

2.3. Общие гигиенические требования: умывание, купание, закаливание. Поддержание чистоты тела. Меры по предупреждению потертостей при ходьбе. Требования к одежде и обуви, личному туристскому снаряжению. Профилактика заболеваний и травм в походе. Приемы самоконтроля. Водносолевой баланс. Питьевой режим. Обеззараживание воды.

2.4. Первая помощь.

Помощь при желудочных и простудных заболеваниях, при тепловом ударе, при травмах и заболеваниях, возникших из-за неправильных действий туристов (ожоги, раны, порезы, отравления). Потертости, мозоли, переломы и их виды, вывихи, растяжения, сотрясение мозга, ушиб головы, живота, груди. Острая сосудистая недостаточность, обморок, шок. Виды кровотечений. Правила и техника наложения жгута. Помощь пострадавшему на воде. Предотвращение травматизма. Походная аптечка. Первая доврачебная помощь в зимних походах.

Практические занятия.

Отработка приемов самоконтроля физического состояния. Оказание первой помощи и транспортировки пострадавшего. Наложение повязок, шин при различных типах переломов, вывихов, растяжений, ушибов и т.д.

Изготовление носилок из подручных средств, способы транспортировки пострадавшего, техника реанимации. Помощь при травмах и отравлении травами, грибами. Комплектование походной аптечки.

3. Спортивно - туристская подготовка (80 часов)

3.1. Особенности видов спортивного туризма

Чем интересен и полезен спортивный туризм. Виды спортивного туризма: пешеходный, горный, водный, лыжный, велосипедный и другие.

Особенности видов спортивного туризма.

3.2. Спортивное ориентирование. Топографическая подготовка

Понятие о геодезии и картографии. Условные топографические знаки. Изображение горизонталей и рельефа на картах. Измерение расстояний на карте и на местности. Общие сведения об ориентировании на местности. Компас и его строение. Понятие об азимуте. Спортивное ориентирование как вид спорта. Масштаб карт. Упражнения по чтению карт спортивного ориентирования.

Ориентирование с помощью компаса, карты, по местным предметам и явлениями природы. Определение на карте точки своего местонахождения, расстояний до удаленных объектов, их размеров.

Практические занятия.

Изготовление карт топографических знаков. Топографические задачи, игры, диктанты. Разработка схемы маршрута. Работа с компасом, курвиметром, транспортиром, визирной линейкой. Проверка компаса, определение азимутов на местности. Движение по указанному азимуту. Определение сторон горизонта по местным предметам. Пользование картами и схемами на местности.

3.3. Туристское снаряжение

Групповое и личное снаряжение для туристского путешествия в зависимости от района путешествия, способа передвижения, времени года и погоды.

Виды рюкзаков, палаток, спальных мешков и др. Основные требования к снаряжению. Уход за снаряжением и его ремонт. Комплектация ремонтного набора.

3.4. Туристский быт. Организация питания в туристском путешествии

Общие требования к местам привалов и ночевок. Выбор места для бивака (с учетом правил охраны природы). Снятие бивака. Уборка места привала. Противопожарные мероприятия. Различные типы костров и их назначение. Обустройство места для костра. Разжигание костра. Сушка и ремонт одежды, обуви. Противопожарная безопасность. Режим дня в путешествии.

Набор продуктов. Режим питания и калорийность пищи в путешествии. Меню, хранение продуктов. Санитарные требования. Приготовление пищи в различных погодных условиях.

Практические занятия.

Составление списков группового и индивидуального снаряжения. Ознакомление с имеющимся снаряжением. Установка палаток, использование оборудования для приготовления пищи. Подготовка и ремонт имеющегося снаряжения. Изготовление оборудования для сушки одежды и обуви. Упаковка снаряжения и укладка рюкзака. Туристский поход. Составление списка необходимых продуктов и меню для одно - двухдневного и многодневного путешествия.

Практические навыки пользования ремонтным набором, установка и снятие палаток, разжигание костра, приготовление пищи.

3.5. Техника пешеходного туризма

Практические занятия.

Правила соревнований по технике пешеходного туризма, классификация соревнований, требования к классу дистанции соревнований. Вязка узлов. Техника преодоления естественных препятствий в различных условиях:

- вязка узлов (проводник, восьмерка, срединный, схватывающий Прусика, двойной проводник, грейпвайн, шкотовый, брамшкотовый, академический, прямой, встречный, ткацкий и др.)
- движение тропами (приемы движения на подъемах и спусках);
- движение травянистыми склонами (способы «елочка», «серпантин», «спортивный»);
- движение через лесную чащу (способы преодоления лесных завалов буреломов, скоплений валунов и др.);
- движение через болото, способы преодоления;
- способы преодоления водных преград (вброд, по камням, по мостикам, «маятник», «цирк», с помощью навесной переправы).

3.6. Специальная подготовка

- Чрезвычайные ситуации природного характера и действия в случае их возникновения;
- Психологические факторы, влияющие на безопасность группы в походе;
- Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты;
- Изготовление временных укрытий в летний и зимний период;
- Организация поисково-спасательных работ силами группы;
- Изготовление укрытий и снаряжения из подручных средств;
- Особенности радиосвязи.

4. Итоговое занятие (2 часа)

Подведение итогов работы кружка за год. Награждение лучших воспитанников кружка по итогам обучения. Задание на лето.

Прогнозируемый результат по итогам изучения программы

«Туристы-краеведы»

Учащиеся должны знать:

- основные правила безопасности участников туристских походов и соревнований, при преодолении отдельных препятствий, организации бивака;
- правила экологической безопасности, сохранения природы при проведении туристских путешествий и соревнований;
- виды спортивного туризма и их особенности;
- основные правила ориентирования на местности, порядок работы с картой и компасом при ориентировании на местности;
- виды костров и их назначение;
- туристское снаряжение для путешествия по родному краю;
- правила организации учебного места;
- основные исторические и природные достопримечательности родного края.

Учащиеся должны уметь:

- ориентироваться на местности с помощью карты и компаса, проходить несложные маршруты по легенде;
- разрабатывать маршруты 1-3 – дневных туристских походов по родному краю;
- двигаться по слабо пересеченной местности, преодолевать травяные и песчаные склоны средней крутизны (с самостраховкой альпенштоком и /или взаимопомощью), заболоченные участки по кочкам или жердям, овраги по бревну или веревке с перилами;
- вязать основные туристские узлы - прямой, академический, восьмерку, проводник, схватывающий, удавку и т.п.;
- устанавливать палатку, разжигать костер в различных погодных условиях;
- готовить простые блюда в походных условиях на костре;
- составлять описание маршрута 1-3 – дневного похода;
- соблюдать правила санитарии, гигиены и техники безопасности,
- бережно относиться к инструментам, оборудованию и снаряжению;
- оценивать собственные достижения и достижения других кружковцев;
- сотрудничать и распределять обязанности при коллективной работе.

Ученики должны принять участие в соревнованиях по спортивному туризму и / или 1 - 3-дневной туристско-краеведческой путешествия.

1.5. Планируемые результаты изучения программы «Туристы-краеведы»

Эффективность освоения программы зависит от степени погружения в особенности профессиональной деятельности, поэтому при разработке заданий следует учитывать, чтобы в них наглядно были представлены пути и возможности переноса теоретических знаний в практическую деятельность, а также зависимость эффективности этой деятельности от качества теоретических знаний.

Любой ученик, с любыми способностями, с любым уровнем знаний может успешно заниматься по данной программе, т.к. уровень подачи материала может быть разным; учащиеся могут выполнять множество видов действий и найти соответствующие своим способностям и индивидуальным особенностям. Задача педагога – дать возможность каждому учащемуся наиболее эффективно использовать свои способности, быть успешным в выбранном им виде деятельности.

Результатом изучения дисциплины «Введение в туризм» станет обширный комплекс компетенций необходимых в жизни.

Предметные результаты по итогам освоения дисциплины «Введение в туризм» обучающиеся должны:

знать:

- туристские возможности региона;
- основные требования к отчету о краеведческой экспедиции и туристском походе;
- схему и описание маршрута похода или экспедиции;
- права и обязанности участников путешествий и соревнований;
- основные правила безопасности участников туристских походов и соревнований, при преодолении отдельных препятствий, организации бивака;
- правила экологической безопасности, сохранения природы при проведении туристских путешествий и соревнований;
- виды спортивного туризма и их особенности;
- основные правила ориентирования на местности, порядок работы с картой и компасом при ориентировании на местности;
- виды костров и их назначение;
- туристское снаряжение для путешествия по родному краю;
- правила организации учебного места;

уметь:

- работать со специальной литературой в архивах, библиотеках, научных учреждениях;

- давать характеристику района проведения экспедиции;
- систематизировать собранный материал;
- оценивать собственные достижения и достижения других кружковцев;
- сотрудничать с ровесниками во время коллективной работы;
- составлять определенный раздел отчета о походе или экспедиции, техническое описание маршрута;
- разрабатывать маршруты экспедиций и походов;
- ориентироваться на местности с помощью карты и компаса, проходить несложные маршруты по легенде;
- разрабатывать маршруты 1-3 – дневных туристских походов по родному краю;
- двигаться по слабо пересеченной местности, преодолевать травяные и песчаные склоны средней крутизны (с самостраховкой альпенштоком и /или взаимопомощью), заболоченные участки по кочкам или жердям, овраги по бревну или веревке с перилами;
- вязать основные туристские узлы - прямой, академический, восьмерку, проводник, схватывающий, удавку и т.п.;
- устанавливать палатку, разжигать костер в различных погодных условиях;
- готовить простые блюда в походных условиях на костре;
- соблюдать правила санитарии, гигиены и техники безопасности,
- бережно относиться к инструментам, оборудованию и снаряжению;
- сотрудничать и распределять обязанности при коллективной работе.

Метапредметными результатами, приобретенными на базе освоения программы «Введение в туризм», станут универсальные способности, которые потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни обучающихся:

- понимание туристско-краеведческой деятельности как культуры, способствующей развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- владение умением осуществлять поиск информации, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания;
- способность обучающегося к самостоятельному приобретению новых знаний, умений и навыков;
- умение работать в команде;
- творчески подходить к решению нестандартных ситуаций;
- знать и применять способы контроля над эмоциями, психологического настроя на участие в соревнованиях и походах;

- уметь отстаивать и аргументировать свою точку зрения;
- уметь выслушивать мнение оппонента.

Личностные результаты обучения основаны на формировании образованной личности, обладающей системой мировоззренческих взглядов и ценностных ориентиров. Важнейшими личностными результатами обучения станут:

- осознание себя как члена общества (гражданин России, житель Республики Крым);
- разумное и бережное отношение к окружающей среде, необходимости ее сохранения и рационального природопользования;
- патриотизм, любовь к своей малой родине, своей стране. Уважение к истории, культуре, национальным особенностям, традициям и образу жизни других народов региона.
- умение формулировать своё отношение к актуальным проблемам современности.

Информационная компетенция:

- ученик умеет самостоятельно систематизировать, анализировать и отбирать необходимую для решения учебных задач информацию и передавать ее;
- коммуникативная компетенция: ученик владеет способами совместной деятельности при работе в группе, умениями искать и находить компромиссы;
- учебно-познавательная: ученик умеет организовывать планирование, анализ, рефлекссию, самооценку учебно-познавательной деятельности;

Личностная компетенция:

- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
- уважительное отношение к окружающим и их интересам;
- проявление позитивного отношения к проблемам класса, школы, коллектива в целом.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Учебный период - с 01 сентября по 31 мая.

Количество учебных недель – 36 недель.

Продолжительность каникул – 01 июня – 31 августа.

На освоение учебного материала отводится 144 часа в год.

Программа рассчитана на 2 года обучения. Занятия проводятся 2 раза в неделю, в соответствии с утверждаемым расписанием. Продолжительность теоретических занятий до 2-х академических часов, практических до 4 академических часов с перерывами между занятиями 15 минут.

При планировании теоретических и практических занятий, путешествий и соревнований учитываются сезонные изменения погоды. Во время каникул планируются массовые мероприятия: походы, соревнования и т.д.

2.2. Условия реализации программы.

Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик. Педагог должен воспитывать у учащихся умения и навыки самостоятельного принятия решений. Для проведения теоретических и практических занятий можно привлекать учителей-предметников, опытных экскурсоводов, инструкторов, гидов, спасателей и т.п.

Практические умения и навыки отрабатываются на занятиях в помещении (класс, спортивный зал) и на местности (на пришкольном участке, в парке, городских улицах, лесу и т.д.). В период осенних, зимних, весенних, летних каникул практические навыки отрабатываются во время проведения походов выходного дня и других туристско-краеведческих мероприятиях.

2.2.1. Материально – техническое обеспечение

Для теоретических занятий: компьютер, мультимедийный проектор, экран, карта Республики Крым, карточки с изображением достопримечательностей.

Для практических занятий: компьютер, мультимедийный проектор, экран, карта Республики Крым, наглядный и раздаточный материал.

Снаряжение для походной и экспедиционной деятельности.

2.2.2. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Использование на занятиях электронных изданий: чтение лекций с использованием слайд-презентаций, графических объектов, видео- аудио- материалов (через Интернет), информационных (справочных) систем, баз данных. Организация взаимодействия с обучающимися посредством электронной почты, скайп, компьютерное тестирование, подготовка докладов на семинарах с использованием электронного офиса.

2.2.3. Кадровое обеспечение реализации программы «Введение в туризм» 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.

2.2.4. Методическое обеспечение образовательной программы

1) Особенности организации образовательного процесса

Занятия проводятся в очной форме с применением сетевой формы взаимодействия, 1-3 раза в неделю, в соответствии с утверждаемым расписанием. Программа не предъявляет особых требований к уровню подготовленности обучающихся. С учетом времени освоения программы и объема материала в группе могут заниматься обучающиеся как одинакового возраста, так и разных возрастных групп.

2) При реализации программы могут быть использованы различные методики мониторинга усвоения обучающимися учебного материала, организации воспитательной работы, работы педагога по организации учебного процесса, комплектования учебной группы, анализа результатов деятельности, авторские методики проведения занятия.

Методы обучения

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесные: рассказ, объяснение, беседа, диспут, работа с книгой, дискуссия, лекция;

- наглядные: использование музейных витрин, просмотр фотографий, видеофильмов, картин, схем, плакатов, рисунков, макетов, карт, графического изображения;
- практические: походы, соревнования, работа на компьютере, зачетные занятия. Для эффективного усвоения учебного материала практическую деятельность следует проводить на местности в форме походов, соревнований, экспедиций.

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный (качественный показ, демонстрация техники; просмотр видео материалов, мастер-классов, посещение экскурсионных объектов для повышения общего уровня развития учащихся);
- частично-поисковый;
- исследовательский;
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание ситуаций, приближенных к реальным);
- индивидуальный подход к каждому учащемуся с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

4) Методы воспитания

- убеждение;
- поощрение;
- стимулирование;
- мотивация;
- воспитание на личном примере;
- контроль и самоконтроль;
- оценка и самооценка.

5) Формы организации образовательного процесса

Групповая, индивидуально-групповая, массовая. Участие в походах, соревнованиях и конкурсах также может быть предусмотрено вне сетки часов.

Возможные формы организации учебного занятия

Разные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса детей к обучению (практические и зачетные занятия).

Свободные формы имеют характер расширенного активного досуга (экскурсии, походы, квесты, игры, праздники).

Рекомендуемые типы занятий: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного,

практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия, контрольно-проверочные занятия, тестирование.

Рекомендуемые формы занятий: учебные занятия в кабинете и учебно-тренировочные занятия на местности. Кроме того, используются такие формы, как конкурс, поход, путешествие, игра, лекция, видеозанятие и др.

Во время проведения практических занятий учащиеся приходят в свободной форме.

б) Педагогические технологии

- технология индивидуального обучения;
- технология группового обучения;
- технология коллективного взаимообучения;
- технология дифференцированного обучения;
- технология проблемного обучения;
- коммуникативная технология обучения;
- технология коллективной творческой деятельности.

7) Алгоритм учебного занятия включает в себя следующие этапы:

В целом учебное занятие любого типа как модель можно представить в виде последовательности следующих этапов: организационного, проверочного, подготовительного, основного, контрольного, рефлексивного (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.

1 этап: организационный. Задача: подготовка детей к работе на занятии. Содержание этапа: организация начала занятия, создание психологического настроя на учебную деятельность и активизация внимания.

2 этап: проверочный. Задача: установление правильности и осознанности выполнения домашнего задания (если было), выявление пробелов и их коррекция. Содержание этапа: проверка домашнего задания (творческого, практического), проверка усвоения знаний предыдущего занятия.

3 этап: подготовительный (подготовка к новому содержанию). Задача: обеспечение мотивации и принятие детьми цели учебно-познавательной деятельности. Содержание этапа: сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности детей (к примеру, эвристический вопрос, познавательная задача, проблемное задание детям).

4 этап: основной. В качестве основного этапа могут выступать следующие:

а) Усвоение новых знаний и способов действий. Задача: обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в объекте изучения. Целесообразно при усвоении новых знаний использовать задания и вопросы, которые активизируют познавательную деятельность детей.

б) Первичная проверка понимания. Задача: установление правильности и осознанности усвоения нового учебного материала, выявление неверных представлений и их коррекция. Применяют пробные практические задания, которые сочетаются с объяснением соответствующих правил или обоснованием

с) Закрепление знаний и способов действий. Задача: обеспечение усвоения новых знаний и способов действий. Применяют тренировочные упражнения, задания, которые выполняются самостоятельно детьми.

д) Обобщение и систематизация знаний. Задача: формирование целостного представления знаний по теме. Распространенными способами работы являются беседа и практические задания.

5 этап: контрольный. Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция. Используются тестовые задания, виды устного и письменного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности (репродуктивного, творческого, поисково-исследовательского).

6 этап: итоговый. Задача: дать анализ и оценку успешности достижения цели и наметить перспективу последующей работы. Содержание этапа: педагог сообщает ответы на следующие вопросы: как работали ребята на занятии, что нового узнали, какими умениями и навыками овладели? Поощряет ребят за учебную работу.

7 этап: рефлексивный. Задача: мобилизация детей на самооценку. Может оцениваться работоспособность, психологическое состояние, результативность работы, содержание и полезность учебной работы.

8 этап: информационный. Информация о домашнем задании (если необходимо), инструктаж по его выполнению, определение перспективы следующих занятий. Задача: обеспечение понимания цели, содержания и способов выполнения домашнего задания, логики дальнейших занятий. Изложенные этапы могут по-разному комбинироваться, какие-либо из них могут не иметь места в зависимости от педагогических целей.

8) Дидактические материалы

В качестве дидактического и методического материала на занятиях используются:

- раздаточный материал;
- наглядные пособия;
- дидактические пособия (карточки, вопросы и задания для устного или письменного опроса, тесты, кроссворды по темам)

- туристская и краеведческая литература для чтения;
- сведения из интернета;
- обучающие прикладные программа в электронном виде;
- картографические пособия по родному краю;
- фотографии;
- основная и дополнительная литература, книги, брошюры, пособия;
- компьютерные презентации по темам;

2.3. Формы аттестации

Теоретические и практические зачеты, тестирование, участие в конкурсах, викторинах. Аттестация проводится для определения результативности освоения программы.

Метод применения информационно-коммуникационных технологий, который позволяет обучать детей на основе самостоятельного поиска информации в сети интернет, обмена информацией на специализированных WEB-страницах по туристской и спортивной подготовке, выполнение диагностических тестов и заданий по соответствующим темам, а также выполнение определенных задач во время проведения соревнований и походов.

Результаты аттестации заносятся в диагностическую карту должны отражать уровень планируемых результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

- материалы тестирования;
- грамоты, свидетельства, сертификаты;
- конкурсные материалы;
- журнал посещаемости;
- маршрутный лист;
- приказы об участии в конкурсах;
- видеозапись;
- фотоотчет.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- открытое занятие;
- викторина, конкурс, защита реферата, квест;
- поход;
- олимпиада, конференция;
- защита отчетов о походе или экспедиции.

Формы контроля

Входной контроль – проводится при необходимости или на начальном этапе формирования коллектива, изучаются отношения ребенка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка, а также при зачислении на второй и последующий годы обучения.

Текущий контроль – проводится в течение года, возможен на каждом занятии; определяет степень усвоения учащимися учебного материала, готовность к восприятию нового материала, выявляет учащихся, отстающих или опережающих обучение; позволяет педагогу подобрать наиболее эффективные методы и средства обучения.

Промежуточный контроль – проводится по окончании изучения темы, модуля, в конце полугодия, года, изучается динамика освоения предметного содержания ребенком, личностного развития, взаимоотношений в коллективе.

Итоговый контроль – проводится в конце обучения по программе с целью определения изменения уровня развития качеств личности каждого ребенка, его творческих способностей, определения результатов обучения, ориентирования на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение.

Формы проведения контроля учащихся определяются педагогом в соответствии с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой: педагогическое наблюдение, опрос, контрольное задание, самостоятельная работа, участие в слете, походе, экспедиции, соревнование, которые перечисляются согласно учебному плану (проекты, творческие задания, соревнования, слеты и т.д.).

2.4. Список литературы

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ для педагога:

1. Авинда Владлен. Лик земли прекрасной и печальной: Лирический путеводитель по Восточному Крыму, – Симферополь: Таврия, 2002.
2. Атлас туриста. Крым. – Москва: ГУГК, 1985-1986, 1998.
3. Атлас. Автономная Республика Крым. – ЗАО «Институт передовых технологий», Таврический национальный университет им. В.И. Вернадского, Институт географии НАН Украины, 2003.
4. Балабанов И.В. Узлы. Издание пятое – М.: Издатель Балабанов, 2004.
5. Бардин К.В. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981.
6. Ганопольський В.И. Уроки туризму. – К.: Шкільний світ. - 2004.
7. Гармаш П. Путеводитель по Крыму. – Симферополь, 2000.
8. Географический энциклопедический словарь. Понятия и термины. Главный редактор Трешников А.Ф.-М.: Советская энциклопедия, 1988.
9. География Крыма. Учебное пособие для 8-9 класса под ред. Саприной В.И. – Симферополь: Союзкарта, 2000.
10. Ена В.Г. Заповедные ландшафты Крыма.- Симферополь: Таврия, 1983.
11. Закалдаев Н.В., Пешком по Крыму или Крымские тропы. – Киев: Атика, 2003.
12. Закалдаев Н.В., Пешком по Крыму или Перевалы горного Крыма. – Симферополь, 2005.
13. Колотуха О.В. Дитячо-юнацький туризм в Україні. – Кіровоград РВЦ Кіровоградського держ. пед. ун-ту, 2001.
14. Кострица М.Ю., Обозный В.В. Школьная краеведческо-туристская работа. – К: Вища школа, 1995.
15. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. 2-е издание – М.: Профиздат, 1990
16. Куприн А. М. Занимательная топография. М.: Просвещение, 1977 г, 121 с.
17. Панкова С.В. Туристичне краєзнавство. Навчальний посібник. – К.: Альтерпрес, 2008.
18. Подгородецкий П.Д. Крым. Природа. – Симферополь: Таврия, 1988.
19. Подгородецкий П.Д., Кудрявцев В.Б. География Крыма. – Симферополь: Крымучпедиз, 1995.
20. Пустовойт В.О., Дехтярь В.Д. Организация и проведение учебно-туристской практики. Учебное пособие. – К.: КУТЕП, 2008.
21. Стрижев А. Н. Туристу о природе. (Мир туристских интересов – фенологические наблюдения в походе). М: Профиздат, 1986 г, 176 с.
22. Скрягин Л. Н. Морские узлы. М: Транспорт, 1994 г, 128 с.

23. Туристский терминологический словарь/авт.сост. Зорин И.В., Квартальнов В.А. – М., 1999.
24. Штюмер Ю.А. Краткий справочник туриста. – М. «Просвещение»,1985.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ для обучающегося:

1. Все о туризме. Туристская библиотека // www.tourlib.net.
2. Акелькин В. И. и др. Люди идут по свету. Книга-концерт. М.: Физкультура и спорт, 1990 г, 399 с.
3. Андреев Ю. А. и др. Среди нехоженых дорог одна – моя. Сборник туристских песен. М.: Профиздат, 1989 г.,440 с.
4. Коструб А. А. Медицинский справочник туриста. М: Профиздат, 1990 г, 256 с.
5. Куприн А. М. Занимательная топография. М.: Просвещение, 1977 г, 121 с.
6. Стрижев А. Н. Туристу о природе. (Мир туристских интересов – фенологические наблюдения в походе). М: Профиздат, 1986 г, 176 с.
7. Скрягин Л. Н. Морские узлы. М: Транспорт, 1994 г, 128 с.
8. Сухарев Д. А. и др. Авторская песня. Антология. Екатеринбург.: У-Фактория, 2002 г., 606 с.
9. Попчиковский В. Ю. и др. Туристские спортивные маршруты. М.: Профиздат, 1989 г
10. Информационный модуль Всемирной туристской организации // www.world-tourism.org.
11. Информационный модуль по туризму в Internet // www.travel.net.;www.hotels.net.
12. Каталог туристских сайтов // www.tourlib.columb.net.
13. Новости из мира туризма // www.visas.com.ua.
14. <http://tourest.ru>, - туристическая библиотека спорта и туризма Российской Федерации
15. <http://www.biblioclub.ru>- ЭБС «Универсальная библиотека онлайн» - издательские тематические коллекции по естественным, физико-математическим, техническим наукам, а также гуманитарным и социальным наукам.
16. <http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС «IPRbooks” - 15 000 тыс. изданий по всем отраслям знаний — учебники, монографии, журналы.
17. Учебный сервер ТНУ (<http://edu.crimea.edu/>) учебно-методический комплексы, учебные ресурсы, каталоги преподавателей, расписание занятий, методические материалы.

18. Образовательный портал (<http://dlc.crimea.edu>) Полнотекстовый электронные учебники, каталог ссылок, учебные фильмы, справочники, энциклопедии, пособия
19. Сервер Научной библиотеки ТНУ (<http://www.tnu.crimea.ua/tnu/>) Новости, сведения о библиотеках Крыма, каталоги, периодика, словари, справочники, авторефераты, полезные ссылки.
20. Крымская Межвузовская электронная библиотека (<http://elib.crimea.edu/>) Образовательные и научные ресурсы вузов Крыма, раритетные издания, проекты, гранты, календарь мероприятий.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ для родителей:

21. Акелькин В. И. и др. Люди идут по свету. Книга-концерт. М.: Физкультура и спорт, 1990 г, 399 с.
22. Коструб А. А. Медицинский справочник туриста. М: Профиздат, 1990 г, 256 с.
23. Куприн А. М. Занимательная топография. М.: Просвещение, 1977 г, 121 с.
24. Стрижев А. Н. Туристу о природе. (Мир туристских интересов – фенологические наблюдения в походе). М: Профиздат, 1986 г, 176 с.
25. Скрягин Л. Н. Морские узлы. М: Транспорт, 1994 г, 128 с.
26. Информационный модуль Всемирной туристской организации // www.world-tourism.org.
27. Информационный модуль по туризму в Internet // [www.travel.net.](http://www.travel.net;); www.hotels.net.
28. Каталог туристских сайтов // www.tourlib.columb.net.
29. Новости из мира туризма // www.visas.com.ua.
30. <http://tourest.ru>, - справочник по туризму
31. <http://tourest.ru>, - туристическая библиотека спорта и туризма Российской Федерации
32. <http://katalog.turkompot.ru>, - Интернет-портал, посвященный туризму сайты туроператорских и турагентских фирм.
33. <http://www.biblioclub.ru>- ЭБС «Универсальная библиотека онлайн» - издательские тематические коллекции по естественным, физико-математическим, техническим наукам, а также гуманитарным и социальным наукам.
34. <http://rucont.ru> -«Руко́нт» - межотраслевая электронная библиотека на базе технологии Контекстум, национальный цифровой ресурс.
35. <http://www.polpred.com> - База данных «Polpred. com. - обзор СМИ

36. <http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС «IPRbooks» - 15 000 тыс. изданий по всем отраслям знаний — учебники, монографии, журналы.
37. Крымская Межвузовская электронная библиотека (<http://elib.crimea.edu/>)
Образовательные и научные ресурсы вузов Крыма, раритетные издания, проекты, гранты, календарь мероприятий.

3. Приложения

3.1. Оценочные материалы

| | |
|----|---|
| 1. | <p>«Вязка узлов» Задача: завязать максимальное количество узлов из «Регламента». Оборудование: судейские веревки для вязки узлов. Действия: связка вяжет известные ей узлы. Дополнительные условия: зачетные узлы не должны повторяться. КВ этапа: 2 мин; «Цена этапа»: 3 балла за каждый правильно завязанный узел, 2 балла за узел с нарушениями (перехлест, незатянутый узел, нерасправленный, отсутствие к.у.).</p> |
| 2. | <p>«Траверс – Спуск по склону» Параметры: $L_{\text{траверс}} = 15\text{м}$, $L_{\text{спуск}} = 25\text{м}$, участки спуска до $<90^0$; Оборудование: ИС – КЛ/ОЗ/ТО1 – 2 карабина, траверс 7 ППС, ТО2 – ОЗ/ 3 судейских карабина. ЦС блока – КЛ/БЗ; Действия: этап траверс - движение первого по пп. 7.5, второго по пп. 7.13 с ВКС. Этап спуск – движение по пп. 7.12.; Дополнительные условия: допускается нахождение 2 участников в ОЗ этапа. Штрафы согласно таблицы штрафов Регламента; КВ этапа: 8 мин; «Цена этапа»: 40 баллов.</p> |
| 3. | <p>«Разведение костра» Параметры: судейское место разведение огня, колба для проверки средств розжига на герметичность, участникам необходимо пережечь веревку $d=6\text{мм}$ (касание веревки дровами/руками - запрещено). Действия: развести огонь для пережигания веревки; розжиг костра при помощи искры или спичек; Дополнительные условия: Запрещено использовать бумагу, зажигалки, легко воспламеняющиеся жидкости и иные вещества усиливающие горение, при этом использование заготовленного трута допускается. КВ этапа: 7 мин; «Цена этапа»: Успешно разведенный костер при помощи искры и выполненное задание 35 баллов, Успешно разведенный костер при помощи спичек и выполненное задание 25 баллов (3 спички, каждая последующая минус 1 балл).</p> |
| 4. | <p>«Транспортировка условного пострадавшего» Параметры: $L=250\text{м}$, вся дистанция помещена в маркированный коридор; Оборудование: 2 жерди (2-2,5м), 3 поперечены (50-60см); Действия: Связка вяжет жесткие носилки из судейских жердей и поперечен, командных веревок и/или полотнища. Обязательна фиксация пострадавшего минимум в 3 точках (пострадавший «судья» - до 30 кг). Дополнительные условия: движение участников строго по обозначенному коридору – нарушение данного требования – штраф 5 баллов за каждый факт нарушения. В случае падения носилок, или полного намокания - команда снимается. Небрежное отношение с пострадавшим – штраф 3 балла. Допускается опускание носилок на сухую поверхность. Транспортировка командного снаряжения по маршруту этапа не обязательна. Проверка носилок на «жесткость» (смещение носилок по диагонали) – штраф 5 баллов и</p> |

| | |
|----|--|
| | исправление данного нарушения до устранения замечаний судьи; КВ этапа: 20 мин; «Цена этапа»: 70 баллов. |
| 5. | <u>Болото «Кочки»</u> Параметры: точки опоры до 15 штук; Оборудование: ИС, ЦС – БЗ/КЛ; Действия: участники преодолевают «БОЛОТО», используя только судейские опоры; Дополнительные условия: за каждое одиночное касание, ОЗ, участник получает штраф 1 балл, (за каждое нарушение), касание ОЗ двумя о более точками опоры – штраф 3 балла (за каждое), использование любого оборудования или растительности, кроме опор – штраф 3 балла (за каждый факт нарушения); КВ этапа: 3 мин; «Цена этапа»: 15 баллов. |
| 6. | <u>Переправа по параллельным веревкам</u> Параметры: L=18м, α5°; Оборудование: ИС – КЛ 1,5м ОЗ, ЦС – ОЗ/КЛ 0,5м; ИС – ТО горизонтальная опора или карабин; Действия: участники восстанавливают верхнюю перильную веревку по пп 7.6.12. Движение участников по 7.8., 7.7.; Дополнительные условия: на протяжении прохождения этапа участники должны находиться на самостраховке в ОЗ – непрерывно. Этап судится по Бесштрафовой системе оценке нарушений «Регламента». КВ этапа: 7 мин; «Цена этапа»: 45 баллов. |
| 7. | <u>Болото «Гать»</u> Параметры: опоры до 15 штук; Оборудование: 1 жердь (2-2,5м); ИС, ЦС – БЗ/КЛ. Действия: участникам необходимо преодолеть «БОЛОТО» при помощи судейских жердей и опор; Дополнительные условия: за каждое одиночное касание участник получает штраф 1 балл, (за каждое нарушение), касание ОЗ двумя о более точками опоры – штраф 3 балла (за каждое), использование любого оборудования или растительности, кроме опор и жердей – штраф 3 балла (за каждый факт нарушения); КВ этапа: 4 мин; «Цена этапа»: 30 баллов. |
| 8. | <u>«Равновесие»</u> Оборудование: судейские перила; Действия: участникам необходимо преодолеть этап стоя ногами на перилах слеклайна (одновременно), при этом необходимо удерживать друг друга использовать вспомогательные точки опоры запрещено. Дополнительные условия: Связка имеет 3 попытки КВ этапа: 5 мин; «Цена этапа»: 30/20/10/0 баллов. |
| 9. | <u>«Преодоление густой растительности»</u> Действия: участникам необходимо преодолеть густые заросли, строго по указанному маршруту в карте из пункта А в пункт Б. Условием выполнения задания является нахождение «Черного ящика». Дополнительные условия: Связка имеет 1 попытку. КВ этапа: 7 мин; «Цена этапа»: 20 баллов. |

Нормативы испытаний (тестов) (выборочно)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО
II СТУПЕНЬ
(возрастная группа от 9 до 10 лет)

| № п/п | Испытания (тесты) | Нормативы | | | | | |
|---------------------------------------|--|-----------|---------|--------|---------|---------|--------|
| | | Мальчики | | | Девочки | | |
| | | бронза | серебро | золото | бронза | серебро | золото |
| Обязательные испытания (тесты) | | | | | | | |
| 1. | Бег на 30 м (с) | 6,2 | 6,0 | 5,4 | 6,4 | 6,2 | 5,6 |
| | или бег на 60 м (с) | 11,9 | 11,5 | 10,4 | 12,4 | 12,0 | 10,8 |
| 2. | Бег на 1000 м (мин, с) | 6.10 | 5.50 | 4.50 | 6.30 | 6.20 | 5.10 |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) | 2 | 3 | 5 | - | - | - |
| | или подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз) | 9 | 12 | 20 | 7 | 9 | 15 |
| | или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз) | 10 | 13 | 22 | 5 | 7 | 13 |
| 4. | Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) | +2 | +4 | +8 | +3 | +5 | +11 |
| Испытания (тесты) по выбору | | | | | | | |
| 5. | Челночный бег 3x10 м (с) | 9,6 | 9,3 | 8,5 | 9,9 | 9,5 | 8,7 |
| 6. | Прыжок в длину с разбега (см) | 210 | 225 | 285 | 190 | 200 | 250 |
| | или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 130 | 140 | 160 | 120 | 130 | 150 |
| 7. | Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин) | 27 | 32 | 42 | 24 | 27 | 36 |
| 8. | Метание мяча весом 150 г (м) | 19 | 22 | 27 | 13 | 15 | 18 |
| 9. | Бег на лыжах на 1 км (мин, с)* | 8.15 | 7.45 | 6.45 | 10.00 | 8.20 | 7.30 |
| | или кросс на 2 км (бег по пересечённой местности) (мин, с) | 18.00 | 16.00 | 13.00 | 19.00 | 17.30 | 15.00 |

| | | | | | | |
|--|----|----|----|----|----|----|
| Количество испытаний (тестов) в возрастной группе | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия ВФСК ГТО | 7 | 7 | 8 | 7 | 7 | 8 |

*Проводится при наличии условий для организации проведения тестирования.

Нормативы испытаний (тестов) (выборочно)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО
III СТУПЕНЬ

(возрастная группа от 11 до 12 лет)

| № п/п | Испытания (тесты) | Нормативы | | | | | |
|---------------------------------------|---|-----------|---------|--------|---------|---------|--------|
| | | Мальчики | | | Девочки | | |
| | | бронза | серебро | золото | бронза | серебро | золото |
| Обязательные испытания (тесты) | | | | | | | |
| 1. | Бег на 30 м (с) | 5,7 | 5,5 | 5,1 | 6,0 | 5,8 | 5,3 |
| | или бег на 60 м (с) | 10,9 | 10,4 | 9,5 | 11,3 | 10,9 | 10,1 |
| 2. | Бег на 1500 м (мин, с) | 8.20 | 8.05 | 6.50 | 8.55 | 8.29 | 7.14 |
| | или бег на 2000 м (мин, с) | 11.10 | 10.20 | 9.20 | 13.00 | 12.10 | 10.40 |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) | 3 | 4 | 7 | - | - | - |
| | или подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз) | 11 | 15 | 23 | 9 | 11 | 17 |
| | или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз) | 13 | 18 | 28 | 7 | 9 | 14 |
| 4. | Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) | +3 | +5 | +9 | +4 | +6 | +13 |
| Испытания (тесты) по выбору | | | | | | | |
| 5. | Челночный бег 3x10 м (с) | 9,0 | 8,7 | 7,9 | 9,4 | 9,1 | 8,2 |
| 6. | Прыжок в длину с разбега (см) | 270 | 280 | 335 | 230 | 240 | 300 |
| | или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 150 | 160 | 180 | 135 | 145 | 165 |
| 7. | Метание мяча весом 150 г (м) | 24 | 26 | 33 | 16 | 18 | 22 |
| 8. | Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин) | 32 | 36 | 46 | 28 | 30 | 40 |
| 9. | Бег на лыжах на 2 км (мин, с)* | 14.10 | 13.50 | 12.30 | 15.00 | 14.40 | 13.30 |
| | Или кросс на 3 км (бег по пересечённой местности) (мин, с) | 18.30 | 17.30 | 16.00 | 21.00 | 20.00 | 17.40 |
| № п/п | Испытания (тесты) | Нормативы | | | | | |
| | | Мальчики | | | Девочки | | |
| | | бронза | серебро | золото | бронза | серебро | золото |
| Испытания (тесты) по выбору | | | | | | | |
| 11. | или из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия» | 13 | 20 | 25 | 13 | 20 | 25 |

| | | | | | | | |
|--|--|----|----|----|----|----|----|
| 12. | Туристский поход с проверкой туристских навыков (протяжённость не менее, км) | 5 | | | | | |
| Количество испытаний (тестов) в возрастной группе | | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 |
| Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия ВФСК ГТО | | 7 | 7 | 8 | 7 | 7 | 8 |

* Проводится при наличии условий для организации проведения тестирования.

**Нормативы испытаний (тестов) (выборочно)
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО**

IV СТУПЕНЬ

(возрастная группа от 13 до 15 лет)

| № п/п | Испытания (тесты) | Нормативы | | | | | |
|---------------------------------------|--|---------------|----------------|---------------|---------------|----------------|---------------|
| | | Мальчики | | | Девочки | | |
| | | <i>бронза</i> | <i>серебро</i> | <i>золото</i> | <i>бронза</i> | <i>серебро</i> | <i>золото</i> |
| Обязательные испытания (тесты) | | | | | | | |
| 1. | Бег на 30 м (с) | 5,3 | 5,1 | 4,7 | 5,6 | 5,4 | 5,0 |
| | или бег на 60 м (с) | 9,6 | 9,2 | 8,2 | 10,6 | 10,4 | 9,6 |
| 2. | Бег на 2000 м (мин, с) | 10.00 | 9.40 | 8.10 | 12.10 | 11.40 | 10.00 |
| | или бег на 3000 м (мин, с) | 15.20 | 14.50 | 13.00 | - | - | - |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) | 6 | 8 | 12 | - | - | - |
| | или подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз) | 13 | 17 | 24 | 10 | 12 | 18 |
| | или сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз) | 20 | 24 | 36 | 8 | 10 | 15 |
| 4. | Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см) | +4 | +6 | +11 | +5 | +8 | +15 |
| Испытания (тесты) по выбору | | | | | | | |
| 5. | Челночный бег 3x10 м (с) | 8,1 | 7,8 | 7,2 | 9,0 | 8,8 | 8,0 |
| 6. | Прыжок в длину с разбега (см) | 340 | 355 | 415 | 275 | 290 | 340 |
| | или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 170 | 190 | 215 | 150 | 160 | 180 |
| 7. | Метание мяча весом 150 г (м) | 30 | 34 | 40 | 19 | 21 | 27 |
| 8. | Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 1 мин) | 35 | 39 | 49 | 31 | 34 | 43 |
| 9. | Бег на лыжах на 3 км (мин, с)* | 18.50 | 17.40 | 16.30 | 22.30 | 21.30 | 19.30 |
| | или бег на лыжах на 5 км (мин, с)* | 30.00 | 29.15 | 27.00 | - | - | - |

| | | | | | | | |
|--|---|-----------------|----------------|---------------|----------------|----------------|---------------|
| | или кросс на 3 км (бег по пересечённой местности) (мин, с) | 16.30 | 16.00 | 14.30 | 19.30 | 18.30 | 17.00 |
| 10. | Плавание на 50 м (мин, с) | 1.25 | 1.15 | 0.55 | 1.30 | 1.20 | 1.03 |
| 11. | Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол и с упора для винтовки, дистанция 10 м (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом | 15 | 20 | 25 | 15 | 20 | 25 |
| | или из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия» | 18 | 25 | 30 | 18 | 25 | 30 |
| 12. | Самозащита без оружия (очки) | 15-20 | 21-25 | 26-30 | 15-20 | 21-25 | 26-30 |
| № п/п | Испытания (тесты) | Норматив | | | | | |
| | | Мальчики | | | Девочки | | |
| | | <i>бронза</i> | <i>серебро</i> | <i>золото</i> | <i>бронза</i> | <i>серебро</i> | <i>золото</i> |
| Испытания (тесты) по выбору | | | | | | | |
| 13. | Туристский поход с проверкой туристских навыков (протяжённость не менее, км) | 10 | | | | | |
| Количество испытаний (тестов) в возрастной группе | | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 | 13 |
| Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия ВФСК ГТО | | 7 | 8 | 9 | 7 | 8 | 9 |

*Проводится при наличии условий для организации проведения тестирования.

3.2. Лист корректировки:

Лист корректировки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Введение в туризм»

| № 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) |
|-------|-------------------------|-----------------------|---|---|--------------------------------------|--|
| | | | | | | |
| | | | | | | |

3.3. План воспитательной работы:

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 формированию 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 природоохранной 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 | <ul style="list-style-type: none"> – Формировать у воспитанников чувства долга, собственного достоинства, ответственности, чести, гражданственности. – Воспитывать любовь и уважение к традициям Отечества, семьи. |
| Нравственно-эстетическое воспитание | <ul style="list-style-type: none"> – Формировать у воспитанников нравственность, культуру поведения, эстетический вкус, уважение личности. – Создание условий для развития у творческих способностей. |
| Экологическое воспитание | <ul style="list-style-type: none"> – Формировать правильное отношение к окружающей среде. – Проведение природоохранных акций. |
| Физкультурно-оздоровительное воспитание | <ul style="list-style-type: none"> – Популяризация занятий физической культурой и спортом. – Пропаганда здорового образа жизни |
| Работа по профилактике терроризма, экстремизма и этносепааратизма | <ul style="list-style-type: none"> – 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 |
|---|-------------------------|
| Гражданско-патриотическое воспитание | |
| День окончания Второй мировой войны (03.09) | сентябрь |
| Международный день мира (21.09) | сентябрь |
| Акция ко Дню пожилого человека (01.10) | октябрь |
| День народного единства (04.11) | ноябрь |
| Международный день толерантности (16.11) | ноябрь |
| День неизвестного солдата (03.12) | декабрь |
| День героев Отечества (09.12) | декабрь |
| Снятие блокады Ленинграда (27.01) | январь |
| День защитника Отечества (23.02) | февраль |
| День воссоединения Крыма с Россией (18.03) | март |
| Первый в космосе (12.04) | апрель |
| Акция «Георгиевская ленточка» | май |
| Акция «Бессмертный полк» | май |
| Нравственно-эстетическое воспитание | |
| «Золотая осень» - путешествия, выставки, акции, конкурсы | осень |
| Мероприятия в рамках международного Дня толерантности (посещение дома инвалидов, престарелых) | ноябрь |

| | |
|---|------------------|
| «Новый год стучится в двери» - праздники, концерты, выставки, благотворительные акции | декабрь |
| Международный день родного языка (21.02) – конференции, беседы, викторины | февраль |
| Широкая Масленица – праздники, концерты, выставки | февраль |
| Международный женский день (08.03) – праздники, концерты, выставки, акции | март |
| Всемирный день Земли (22.04)– беседы, акции, выставки, конкурсы | апрель |
| «Спасибо деду за победу» - конкурсы, акции, выставки, походы по боевым местам | май |
| Экологическое воспитание | |
| Акции по уборке туристических стоянок, обочин, скверов, парков, леса, рек и т.п. | в течение года |
| Акция «Кормушка» | декабрь - апрель |
| Акция «Сохраним крымские первоцветы» - просветительская работа, конкурсы, выставки. | февраль - март |
| Акция «Сохраним можжевельники Крыма» - просветительская работа, конкурсы, выставки. | ноябрь-март |
| Акция «Знакомьтесь - Тюльпаны Шренка» - просветительская работа, конкурсы, выставки. | апрель |
| Уборка памятников погибшим в годы ВОВ | апрель-май |
| Физкультурно-оздоровительное воспитание | |
| «Туриада», посвященная Международному дню туризма (27.09) | сентябрь |
| Туристский слет «Памяти друга» | октябрь |
| «Приз закрытия сезона» им. В.Н. Ничипуренко | ноябрь |
| Открытое зимнее первенство «Крымская зима», памяти О.В. Перцева | декабрь-январь |
| «Приз открытия сезона», весеннее первенство среди обучающихся «ЦДЮТК» | март-апрель |
| «Туристская весна», соревнования по туризму среди обучающихся «ЦДЮТК» | апрель-май |
| Туристский слет обучающихся «ЦДЮТК» | апрель-май |
| Туристские походы, экскурсии | в течение года |
| Участие в массовых спортивных мероприятиях, организованных Министерством спорта РК | в течение года |
| Работа по профилактике терроризма, экстремизма и этносепаратизма | |
| Беседа о солидарности в борьбе с терроризмом | сентябрь |
| Что нужно знать о терроризме | декабрь |
| Основные принципы противодействия терроризму и экстремизму | май |
| Семейное воспитание | |
| Родительские собрания | в течение года |
| День отца (третье воскресенье октября) | октябрь |
| Мамин день (последнее воскресенье ноября) | ноябрь |
| Международный день семьи (15.05) | май |
| Совместные с родителями походы, экскурсии, акции | в течение года |
| Организация отдыха и оздоровления. | май-июнь |

3.4. Календарно-тематическое планирование

на I полугодие 2025/2026 уч. года, группа № __1__, год обучения 3.

Понедельник 15:00 – 17:00

Четверг 14:00 – 16:00

Руководитель: Стахурский И.И.

| № п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Дата | Прим. |
|-----------------|--|--------------|------------|-------|
| Сентябрь | | | | |
| 1. | Вводное занятие. Понятие о туризме (2 ч.) Понятие о спортивном туризме. Группы дисциплин: «маршрут» и «дистанция». Цели и задачи мероприятий по спортивному туризму. Обсуждение плана работы кружка на год. Техника безопасности при проведении занятий в помещениях, спортивных залах, на спортивных площадках и на местности. Безопасные условия организации мероприятий. | 2 | 04.09.2025 | |
| 2. | Общая физическая подготовка и гигиена (60 ч.) Общеразвивающие физические упражнения – основа занятий физической культурой и спортом. | 2 | 08.09.25 | |
| 3. | Ходьба и бег. Виды ходьбы. Походный шаг. Строй туристской группы. | 2 | 11.09.25 | |
| 4. | Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. | 2 | 15.09.25 | |
| 5. | Упражнения для ног, шеи, туловища. Упражнения с предметами. | 2 | 18.09.25 | |
| 6. | Понятие «Выносливость организма». Занятия легкой атлетикой, как средство укрепления организма. Прыжки. Упражнения по метанию. | 2 | 22.09.25 | |
| 7. | Гимнастические упражнения с предметами и без предметов. Гимнастические приборы. Меры безопасности при выполнении упражнений на гимнастических снарядах. | 2 | 25.09.25 | |
| 8. | Закаливание организма водой. Разучивание отдельных комплексов утренней гимнастики: упражнения подготовительной, основной и заключительной частей. | 2 | 29.09.25 | |
| ИТОГО: | | 16 | | |

| Октябрь | | | | |
|----------------|--|----|----------|--|
| 1. | Тренировка различных видов ходьбы и бега, координация движений тела при изменении скорости и направления шага и бега. | 2 | 02.10.25 | |
| 2. | Спортивные игры и эстафеты. Правила спортивных игр и безопасность их проведения. Туристские и спортивные эстафеты. | 2 | 06.10.25 | |
| 3. | Бег в медленном темпе 15 мин. Разминка. Разучивание упражнений для различных групп мышц. | 2 | 09.10.25 | |
| 4. | Бег в медленном темпе 15 мин. Разминка. Бег на короткие и средние дистанции. | 2 | 13.10.25 | |
| 5. | Бег в медленном темпе 15 мин. Разминка. Отработка техники преодоления естественных препятствий при беге по пересеченной местности. | 2 | 16.10.25 | |
| 6. | Бег в медленном темпе 15 мин. Разминка. Прыжки в длину с разбега и с места. | 2 | 20.10.25 | |
| 7. | Бег в медленном темпе 15 мин. Разминка. Отработка гимнастических движений с предметами и без них. Отработка страховки партнера. | 2 | 23.10.25 | |
| 8. | Бег в медленном темпе 15 мин. Разминка. Спортивные игры (футбол, эстафеты). | 2 | 27.10.25 | |
| ИТОГО: | | 16 | | |
| Ноябрь | | | | |
| 1. | Бег в медленном темпе 15 мин. Разминка. Спортивные игры (пионербол, эстафеты). | 2 | 03.11.25 | |
| 2. | Отработка приемов преодоления искусственных и естественных препятствий. Туристский строй. | 2 | 06.11.25 | |
| 3. | Общие гигиенические требования: умывание, купание, закаливание. Поддержание чистоты тела. Меры по предупреждению потертостей при ходьбе. | 2 | 10.11.25 | |
| 4. | Требования к одежде и обуви, личному туристскому снаряжению. Профилактика заболеваний и травм в походе. Приемы самоконтроля. Водносолевой баланс. Питательный режим. Обеззараживание воды. | 2 | 13.11.25 | |
| 5. | Первая помощь. Помощь при желудочных и простудных заболеваниях, при тепловом ударе, при травмах и заболеваниях, возникших из-за неправильных действий туристов (ожоги, раны, | 2 | 17.11.25 | |

| | | | | |
|----------------|--|----|----------|--|
| | порезы, отравления). Потертости, мозоли, переломы и их виды, вывихи, растяжения, сотрясение мозга, ушиб головы, живота, груди. | | | |
| 6. | Острая сосудистая недостаточность, обморок, шок. Виды кровотечений. Правила и техника наложения жгута. Помощь пострадавшему на воде. Предотвращение травматизма. Походная аптечка. Первая доврачебная помощь в зимних походах. | 2 | 20.11.25 | |
| 7. | Отработка приемов самоконтроля физического состояния. Оказание первой помощи и транспортировки пострадавшего. Наложение повязок, шин при различных типах переломов, вывихов, растяжений, ушибов. | 2 | 24.11.25 | |
| 8. | Изготовление носилок из подручных средств, способы транспортировки пострадавшего, техника реанимации. Помощь при травмах и отравлении травами, грибами. Комплектование походной аптечки. | 2 | 27.11.25 | |
| ИТОГО: | | 16 | | |
| Декабрь | | | | |
| 1. | Спортивно - туристская подготовка. Виды спортивного туризма: пешеходный, горный, водный, лыжный, велосипедный и другие. Особенности видов спортивного туризма. Польза спортивного туризма. | 2 | 01.12.25 | |
| | Понятие о геодезии и картографии. Условные топографические знаки. Изображение горизонталей и рельефа на картах. Измерение расстояний на карте и на местности. | 2 | 04.12.25 | |
| 2. | Общие сведения об ориентировании на местности. Компас и его строение. Понятие об азимуте. | 2 | 08.12.25 | |
| 3. | Спортивное ориентирование как вид спорта. | 2 | 11.12.25 | |
| 4. | Масштаб карт. Упражнения по чтению карт спортивного ориентирования. | 2 | 15.12.25 | |
| 5. | Ориентирование с помощью компаса, карты, по местным предметам и явлениями природы. Определение на карте точки своего местонахождения, расстояний до удаленных объектов, их размеров. | 2 | 18.12.25 | |

| | | | | |
|--------|--|----|----------|--|
| 6. | Изготовление карт топографических знаков. Топографические задачи, игры, диктанты. Разработка схемы маршрута. | 2 | 22.12.25 | |
| 7. | Работа с компасом, курвиметром, транспортиром, визирной линейкой. Проверка компаса, определение азимутов на местности. | 2 | 25.12.25 | |
| ИТОГО: | | 16 | | |

на II полугодие 2025/2026 уч. года, группа № __1__, год обучения 3.

Понедельник 15:00 – 17:00

Четверг 14:00 – 16:00

Руководитель: Стахурский И.И.

| № п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Дата | Прим. |
|----------------|--|--------------|----------|-------|
| Январь | | | | |
| 1. | Топографические задачи, игры, диктанты. Разработка схемы маршрута. | 2 | 05.01.26 | |
| 2. | Движение по указанному азимуту. Определение сторон горизонта по местным предметам. | 2 | 10.01.26 | |
| 3. | Туристское снаряжение. Групповое и личное снаряжение для туристского путешествия в зависимости от района путешествия, способа передвижения, времени года и погоды. | 2 | 12.01.26 | |
| 4. | Виды рюкзаков, палаток, спальных мешков и др. Основные требования к снаряжению. | 2 | 15.01.26 | |
| 5. | Уход за снаряжением и его ремонт. Комплектация ремонтного набора. Составление списков группового и индивидуального снаряжения. Ознакомление с имеющимся снаряжением. | 2 | 19.01.26 | |
| 6. | Туристский быт. Организация питания в туристском путешествии. Общие понятия. | 2 | 22.01.26 | |
| 7. | Общие требования к местам привалов и ночевки. Выбор места для бивака (с учетом правил охраны природы). | 2 | 26.01.26 | |
| 8. | Снятие бивака. Уборка места привала. | 2 | 29.01.26 | |
| ИТОГО | | 16 | | |
| Февраль | | | | |
| 1. | Установка и снятие палаток различных типов. Разжигание костра, приготовление пищи | 2 | 02.02.26 | |

| | | | | |
|---------------|--|----|----------|--|
| 2. | Противопожарные мероприятия. Различные типы костров и их назначение. | 2 | 05.02.26 | |
| 3. | Обустройство места для костра. Разжигание костра. | 2 | 09.02.26 | |
| 4. | Сушка и ремонт одежды, обуви. | 2 | 12.02.26 | |
| 5. | Противопожарная безопасность во время короткой и длительной стоянки. | 2 | 16.02.26 | |
| 6. | Оборудования для приготовления пищи и его использование. | 2 | 19.02.26 | |
| 7. | Изготовление оборудования для сушки одежды и обуви. Способы сушки одежды и обуви. | 2 | 26.02.26 | |
| 8. | Упаковка снаряжения и укладка рюкзака. | 2 | 28.02.26 | |
| ИТОГО | | 16 | | |
| Март | | | | |
| 1. | Составление списка необходимых продуктов и меню для одно - двухдневного и многодневного путешествия. | 2 | 02.03.26 | |
| 2. | Практические навыки пользования ремонтным набором. | 2 | 05.03.26 | |
| 3. | Отработка практических навыков организации быта в полевых условиях. | 4 | 12.03.26 | |
| 4. | Техника пешеходного туризма. Правила соревнований по технике пешеходного туризма, классификация соревнований, требования к классу дистанции соревнований. | 2 | 16.03.26 | |
| 5. | Вязка узлов (проводник, восьмерка, срединный, схватывающий Прусика, двойной проводник, штык, стремя). | 2 | 19.03.26 | |
| 6. | Вязка узлов (грейпвайн, шкотовый, брамшкотовый, академический, прямой, встречный, ткацкий, баррел, булинь). | 2 | 23.03.26 | |
| 7. | Техника преодоления естественных препятствий в различных условиях (общая характеристика препятствий). | 2 | 26.03.26 | |
| ИТОГО | | 16 | | |
| Апрель | | | | |
| 1. | Движение тропами (приемы движения на подъемах и спусках). | 2 | 02.04.26 | |
| 2. | Движение травянистыми склонами (способы «елочка», «серпантин», «спортивный»). | 2 | 06.04.26 | |

| | | | | |
|------------|--|----|----------|--|
| 3. | Движение через лесную чащу (способы преодоления лесных завалов буреломов, скоплений валунов и др.). | 2 | 09.04.26 | |
| 4. | Движение через болото, способы преодоления. | 2 | 16.04.26 | |
| 5. | Способы преодоления водных преград (вброд, по камням, по мостикам, «маятник», «цирк», с помощью навесной переправы). | 2 | 20.04.26 | |
| 6. | Организация и преодоление навесной переправы. Самостраховка. | 2 | 23.04.26 | |
| 7. | Организация переправы по бревну, по параллельным перилам. | 2 | 27.04.26 | |
| 8. | Спуск (подъем) по склону с самостраховкой. | 2 | 30.04.26 | |
| ИТОГО | | 16 | | |
| Май | | | | |
| 1. | Переправа маятником. Особенности страховки. | 2 | 04.05.26 | |
| 2. | Преодоление водных препятствий. Организация страховки при движении в брод через реку. Движение по болотистой местности (кочки, гать). | 2 | 07.05.26 | |
| 3. | Преодоление полосы препятствий (2 кл. дистанции). | 2 | 14.05.26 | |
| 4. | Специальная подготовка. Чрезвычайные ситуации природного характера и действия в случае их возникновения. Психологические факторы, влияющие на безопасность группы в походе. | 2 | 18.05.26 | |
| 5. | Ориентирование и сохранение движения без компаса и карты. Изготовление временных укрытий в летний и зимний период. | 2 | 21.05.26 | |
| 6. | Организация поисково-спасательных работ силами группы. Особенности радиосвязи. Изготовление укрытий и снаряжения из подручных средств. | 2 | 25.05.26 | |
| 7. | Итоговое занятие. Выполнение тестовых заданий по технике пешеходного туризма. | 2 | 28.05.26 | |
| 8. | Подведение итогов работы кружка за год. Награждение лучших воспитанников кружка по итогам обучения. Задание на лето. | 2 | 29.05.26 | |
| ИТОГО | | 16 | | |