

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа им. А. Невского»
Курского района Курской области**

Принято на заседание ПС
Протокол № 1 от «31» августа 2022г.
Председатель ПС  И.А. Гапонова



***Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
«Пеший туризм»***

*Программа рассчитана на детей 7-18 лет
Срок реализации 1 год*

**Составитель:
Гончаров Юрий Иванович**

**п. Искра
2022 г.**

Пояснительная записка

Актуальность. Туристская деятельность во всех её формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. Вовлечение обучающихся в туристско-краеведческую деятельность позволяет педагогу решать одновременно, в комплексе, вопросы обучения, воспитания, оздоровления, профессиональной ориентации и социальной адаптации подростков, формирования навыков здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности.

Педагогическую целесообразность туризма и краеведения впервые теоретически обосновал основоположник научной педагогики в России К.Д. Ушинский (1824–1871). В своей книге для первоначального классного чтения «Родное слово» (1864) он, придавая большое значение «местному элементу», рассматривал его как одно из важных средств наглядности и связи с окружающей жизнью. «Отечествоведение» – так определил К.Д. Ушинский эту отрасль знаний.

Краеведческий подход к преподаванию ряда предметов успешно используется в образовательном процессе и в наши дни. Занятия туризмом, краеведением предполагают погружение обучающихся во многие области знаний как общеобразовательного цикла (история, география, биология и другие), так и дополнительного образования.

Данная дополнительная общеобразовательная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует:

- созданию необходимых условий для личностного развития обучающихся, позитивной социализации и самоопределению;
- удовлетворению индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном развитии, а также в занятиях экологией;
- формированию и развитию творческих способностей учащихся;
- обеспечению духовно-нравственного, гражданского, экологического, воспитания учащихся;
- формированию потребности в осуществлении общественно-полезной и природоохранной деятельности;

- формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся.

В процессе реализации программы выявляются основные муниципальные и региональные проблемы экологии и природопользования. В ходе исследования этих проблем происходит формирование мотивационно-ценностного отношения к исследовательской деятельности, обучение технологии исследования, что может послужить основой для самоопределения учащихся.

Актуальность программы обусловлена тем, что знания и умения, необходимые для организации учебно-исследовательской деятельности, в будущем станут основой для реализации учебно-исследовательских проектов. Программа позволяет реализовать актуальные в настоящее время компетентностный, личностно-ориентированный и системно-деятельностный подходы в обучении.

Содержание программы основано на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации: Федеральный закон РФ от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ;
3. Национальный проект «Образование»: утвержден протоколом № 10 от 03.09.2018 г. президиума Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и проектам;
4. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
1. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

3. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.

4. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный протоколом № 11 от 30.11.2016 г. заседания президиума Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам;

5. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам: утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196;

6. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»: утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты от 05.05.2018 г. № 298н;

7. Об образовании в Курской области: закон Курской области от 09.12.2013 г. № 121-ЗКО;

8. Государственная программа Курской области «Развитие образования в Курской области»: утверждена постановлением Администрации Курской области 15.10.2013 г. № 737-па;

9. Проект «Доступное дополнительное образование для детей в Курской области»: утвержден протоколом № 3 от 16.11.2017 г. заседания Совета по стратегическому развитию и проектам (программам);

Программа адресована на школьный возраст, 7 – 17 лет.

Характеристика контингента учащихся

Средний школьный возраст (младший подростковый возраст 7-13 лет)

В младшем подростковом возрасте характерно усиление независимости от взрослых. Этот период связан с постепенным обретением чувства взрослости. Начинаются изменения социальной ситуации развития - учащийся находится в состоянии между взрослым и ребенком, Все подвергается оценке и переоценке, обретает новое значение и смысл. Наступает интенсивное развитие самовосприятия, самонаблюдения, самосознания. Появляется качественно новое познавательное отношение к знаниям. Изменяется мышление - переход к абстрактному мышлению, появляется возможность проникать в сущность вещей, понимать закономерности отношений между ними. У детей появляется желание иметь свою точку зрения, всё взвесить и осмыслить, потребность в размышлениях о предметах и явлениях. Несмотря на то, что данный возраст рассматривается как начальный период отчуждения от взрослых (стремление противостоять взрослым, отстаивать собственную независимость и права), одновременно с этим - ожидание от взрослых помощи, защиты, поддержки, их одобрения и оценок.

Младший подросток начинает ощущать близость с природой, по-новому воспринимать искусство, у него появляется мир ценностей, потребность в личных коммуникациях. Роль ведущей в младшем подростковом возрасте играет социально-значимая деятельность. Приобщение к общественно-полезному труду приводит к осознанию себя как участника общественно-трудовой деятельности.

В старшем подростковом возрасте происходит смена социальной ситуации развития и внутренней позиции школьника, в результате чего ускоряются процессы формирования его личности. Происходит становление характера. Формируется нравственное мировоззрение – нравственное сознание и поведение. Усиливается тяга к межличностному одновозрастному общению. В этот период расширяется жизненный мир личности, круг ее общения, развивается стремление к самостоятельности в умственной деятельности. Вместе с самостоятельностью мышления развивается и критичность. Подросток должен знать, зачем нужно выполнять то или другое задание. Подростки склонны к выполнению самостоятельных заданий и практических работ на уроках. Ярko проявляет себя подросток и в играх. Большое место занимают игры-походы, путешествия. Они любят подвижные игры, но такие, которые содержат в себе элемент соревнования. Особенно ярko в подростковом возрасте проявляются интеллектуальные игры, которые носят состязательный характер. В связи с «чувством зрелости» у подростка появляется специфическая социальная активность,

стремление приобщаться к разным сторонам жизни и деятельности взрослых, приобрести их качества, умения и привилегии.

Старший школьный возраст - юношеский (14 до 17 лет)

В старших классах расширяется круг знаний, эти знания ученики применяют при объяснении многих фактов действительности, они более осознанно начинают относиться к учению. На первое место выдвигаются мотивы, связанные с жизненными планами учащихся, их намерениями в будущем, мировоззрением и самоопределением. Возникает потребность проявить свои способности в связи с развитием интеллектуальных сил. Развиваются такие черты волевой активности, как целеустремленность, настойчивость, инициативность. Все чаще старший школьник начинает руководствоваться сознательно поставленной целью, появляется стремление углубить знания в определенной области, возникает стремление к самообразованию. В старшем школьном возрасте устанавливается прочная связь между профессиональными и учебными интересами. Происходит систематизация знаний по различным предметам, установление межпредметных связей. Все это создает почву для овладения общими законами природы и общественной жизни, что приводит к формированию научного мировоззрения.

Формирование групп учащихся происходит по возрастному принципу. Занятия по программе проводятся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, что выражается в осуществлении индивидуального подхода к каждому обучающемуся, в определении его возможностей, склонностей и способностей, дифференцировании нагрузки.

Объем и срок реализации программы

Курс включает в себя теоретическую и практическую части. Общее количество часов – 216 часов

Срок реализации программы - 1 год

В соответствии с г.2, ст.17, п.4 ФЗ № 273 «Об образовании в Российской Федерации» форма обучения – очная

Концептуальные идеи образовательной программы:

Туризм – это познание. Программа ориентирована на познание родного края, России, её исторического, природного, культурного многообразия. При этом обучающиеся включаются в активную поисково-исследовательскую

деятельность в области краеведения. Обучение в объединении предполагает активное использование знаний школьного курса, расширение этих знаний посредством применения теоретических знаний в практической деятельности при подготовке и проведении походов.

Туризм – это любовь к Родине, своему родному краю. Совершая походы по родному краю, необъятным просторам России, обучающиеся воочию убеждаются в могуществе нашей страны, её несметных природных ресурсах, многообразии исторических, культурных, природных памятников. Негативное антропогенное вмешательство в уникальную природу, безразличие к сохранению исторического и культурного наследия не оставляют равнодушными юных туристов, способствуют формированию активной жизненной позиции обучающихся.

Туризм – это труд. Освоение программы предполагает приобретение и развитие таких социально значимых качеств обучающихся, как: трудолюбие, настойчивость, целеустремленность. Занятия в объединении требуют систематической работы, в результате которой формируется отношение к труду как социально и личностно значимой ценности. В условиях автономного существования туристской группы, в походе обучающиеся понимают, что только их труд лежит в основе успешного преодоления маршрута.

Туризм – это здоровье. Три четверти времени занятий в объединении обучающиеся находятся на практических занятиях, в походах и на соревнованиях на свежем воздухе. Регулярные занятия по общей и специальной физической подготовке, походы способствуют закаливанию, укреплению здоровья, физическому совершенствованию подростков. Правильное дозирование педагогом физических нагрузок способствует укреплению костно-мышечного аппарата, кровеносной системы, предупреждению, профилактике и лечению заболеваний дыхательных путей.

Туризм – это общение и взаимовыручка. Занятия в туристском объединении предполагают тесное общение членов объединения на всех стадиях занятий (подготовки, проведения и подведения итогов походов). Взаимовыручка, как средство решения многих больших и маленьких проблем воспринимается юными туристами как должное. Важно помнить, что дружба, сплоченность группы – одно из условий безопасности её действий.

Туризм – это самостоятельность действий, принятия решений при условии заботы о благополучии всех членов группы, самостоятельность с высокой степенью ответственности за безопасность собственную и группы в целом.

Туризм – это социализация. Коллективная деятельность в туристском объединении, в конечном итоге, способствует быстрой адаптации обучающихся к условиям социальной среды, к различным социальным ситуациям, деятельности в микро- и макрогруппах; к культурным, психологическим и социологическим факторам. При этом у обучающихся развиваются личностные качества, необходимые для работы в коллективе, для осознания необходимости единства слова и дела, полезного намерения. В таких условиях у них укрепляются объективные факторы самооценки; мотивация, направленная на самосовершенствование и самореализацию.

В целом все эти компоненты – необходимые и достаточные условия воспитания человека полезного обществу, способного к созидательному производительному труду, защите Отечества – патриота своей Родины.

В то же время образовательная программа дополнительного образования по туристско-краеведческой деятельности ориентирована на решение проблемы педагогического руководства формированием личности юного туриста-краеведа, исследователя родного края, первопроходца новых маршрутов по ещё не полностью изученным местам нашей Родины. Она будет способствовать развитию социальной активности, созидательного творчества личности, ответственности за процесс и результаты собственной деятельности.

Структура программы

Образовательная программа «Пешеходный туризм» состоит из трёх модулей: ознакомительного (1-й год обучения), базового (2-й год обучения) и углубленного (3-й год обучения), которые можно осваивать как целостно в заявленной последовательности, так и автономно по программе каждого модуля.

Ознакомительный модуль – первый год обучения. Дети принимаются без специального отбора (при наличии медицинского допуска). Продолжительность обучения 1 год. Возраст обучающихся – 1-6 класс. Режим занятий – 6 часов в неделю. Освоение этого модуля позволит обучающимся овладеть основами краеведения, организации туристского быта, техники туризма и ориентирования.

Базовый модуль – второй год обучения. Продолжительность обучения 1 год. Возраст обучающихся – 6-8 класс. Режим занятий – 6 часов в неделю.

На этом этапе обучающиеся приобретают те необходимые знания, умения и навыки, которые позволят им участвовать в многодневных походах, краеведческих экспедициях, а также впоследствии позволят им обучать младших школьников, оказывать консультативную помощь одноклассникам, быть помощником педагога дополнительного образования. На этом этапе обучения происходит переход на самостоятельную деятельность обучающихся в выполнении туристских должностей.

Углубленный модуль – третий год обучения. Возраст обучающихся – 8-11 классы. Режим занятий – 6 часов в неделю. Решение задач, определенных на этот период, позволит обучающимся приобрести необходимые знания, опыт в обучении младших школьников и поведения в различных экстремальных ситуациях в природной среде, часто возникающих во время проведения походов. Подготовка к занятиям неизбежно приведёт обучающихся к необходимости постоянного поиска новых знаний, к процессу самообразования, самосовершенствования. Обучающиеся попробуют себя в социальной роли педагога, наставника.

Организационно-педагогические условия

Адресат программы. Программа рассчитана на 3 года обучения и адресована обучающимся 1-11 классов, что соответствует сложившейся практике обучения в организациях дополнительного образования туристско-краеведческой направленности.

Отличительные особенности образовательной программы:

модульное построение программы позволяет обучающимся выбрать уровень освоения программы, определить перспективы дальнейших занятий по данной программе, по одному из видов туризма, краеведения или спортивному ориентированию;

комплексность программы – содержание каждого модуля образовательной программы состоит из образовательных блоков:

- туризм;
- ориентирование;
- краеведение;

- основы гигиены, первая помощь;
- общая и специальная физическая подготовка;
- специальная туристская подготовка.

Образовательная программа практико-ориентированная, даёт представление обучающимся о специфике туризма и краеведения, использовании приобретаемых навыков в будущих профессиях.

Педагогические принципы жизнедеятельности туристско-краеведческого объединения:

- обеспечение общественно полезной, нравственно-ценной и личностно-значимой для обучающихся направленности туристско-краеведческой и специальной деятельности;
- насыщение деятельности детей элементами творчества и инициативы, основой которых становится последовательное переключение с воспроизводящих на активные творческие, поисковые виды деятельности;
- дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса, создание ситуации успеха для каждого обучающегося, что помогает подросткам выступать в наиболее благоприятной для него роли, находить наилучшее применение своим способностям, полнее раскрывать и выражать индивидуальность;
- организацию работы таким образом, чтобы она стала источником положительных эмоций, доставляла детям удовлетворение и радость, предоставления каждому равных возможностей в выполнении различных должностей в туристской группе (командир группы, завхоз, штурман, краевед, фотограф и т.д.).

Основные формы организации образовательного процесса: занятия проводятся с полным составом объединения.

Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик и оборудования, современных информационных технологий.

Практические занятия проводятся в помещении (в классе, спортзале), на местности (на пришкольном участке, стадионе, в парке, в лесу), в 1–3-дневных учебно-тренировочных походах, во время проведения туристских мероприятий, экскурсий. В период осенних, зимних, весенних каникул практические навыки отрабатываются в многодневных степенных или категорийных походах, учебно-тренировочных лагерях, на соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях.

Особое внимание необходимо обратить на общую и специальную физическую подготовку занимающихся в объединениях детей.

После каждого года обучения за рамками учебных часов планируется проведение зачетного степенного или категорийного похода или участие в многодневном слете, соревнованиях, туристском лагере, сборах и т.п.

Методы обучения юных туристов-краеведов:

- объяснительно-иллюстративный метод;
- репродуктивный метод;
- метод проблемного изложения;
- частично-поисковый или эвристический метод;
- исследовательский метод,

которые последовательно предполагают повышение степени активности и самостоятельности в деятельности обучаемых.

Принципы, на основе которых строится реализация образовательной **программы**:

принцип связи обучения с практикой, выражающийся в стимулировании обучающихся использовать полученные знания в решении практических задач, анализировать и преобразовывать окружающую действительность;

принципы доступности и наглядности, как наиболее действенные в эффективности и качествах обучения членов объединения;

принцип дифференциации и индивидуализации – создание комфортных условий для развития индивидуальных способностей обучающихся, и реализации их личных образовательных маршрутов;

принцип сознательности и активности обучающихся в обучении – один из главных принципов в деятельности объединения. Он позволяет научить юных туристов осознавать цели обучения, планировать и организовывать свою работу. При этом обучающиеся проявляют повышенный интерес к знаниям, ставят проблемы, определяют пути их решения, учатся достигать поставленных целей;

принцип диагностической направленности – процессуальный контроль «продвижения» к намеченной цели и достижения её; оценка и коррекция педагогом дополнительного образования собственных педагогических действий.

Цель программы: создание условий для формирования у обучающихся ключевых компетенций: ценностно-смысловых, учебно-познавательных, социокультурных, коммуникативных через включение их в учебную и практико-ориентированную деятельность в области туризма и краеведения.

Задачи

обучающие:

- сформировать навыки и умения безопасного нахождения в природной среде во время походов, экспедиций;
- научить рациональным приёмам преодоления естественных препятствий, ориентирования на местности;
- способствовать повышению общего уровня информационной культуры;
- привить умения и навыки самостоятельной деятельности в туристской группе;

развивающие:

- развивать мыслительную деятельность (сравнение, обобщение, анализ, синтез);
- способствовать развитию устойчивого интереса к выбранной деятельности;
- развивать творческие способности обучающихся;
- содействовать развитию психических процессов: памяти, внимания, воображения, мышления;

воспитывающие:

- содействовать созданию коллектива единомышленников;
- воспитывать самостоятельность, ответственность;
- формировать потребность бережного отношения к природе;
- способствовать формированию физической культуры и здорового образа жизни.

Ожидаемым результатом реализации программы является формирование у обучающихся в области -

ценностно-смысловых компетенций:

- умение владеть способами самоопределения в ситуациях выбора на основе собственных представлений, умений и навыков;

- умение принимать решения, брать на себя ответственность за их последствия, осуществлять самостоятельные действия и поступки на основе выбранных целевых и смысловых установок;
- умение осуществлять индивидуальную образовательную деятельность (траекторию) с учетом общих требований и норм;

учебно-познавательных компетенций:

- умение ставить цель и организовывать процесс её достижения;
- уметь организовывать планирование, анализ, рефлексию, самооценку своей учебно-познавательной деятельности;
- владеть техникой и тактикой пешеходного туризма;
- владеть навыками ориентирования на местности;
- умение выступать устно и письменно о результатах своей деятельности с использованием компьютерных средств и технологий (текстовые и графические редакторы, презентации);

социокультурных компетенций:

- уметь определять свое место и роль, систему взаимоотношения в окружающем мире: в семье, в классе, туристском объединении;
- владеть культурными нормами и традициями родного края, России;
- иметь представление о системах социальных норм и ценностей в России и других странах;
- иметь осознанный опыт жизни в многонациональном, многокультурном, многоконфессиональном обществе;

коммуникативных компетенций:

- владеть способами совместной деятельности в группе, приемами действий в ситуациях общения, умениями искать и находить компромиссы;
- владеть способами взаимодействия с окружающими, выступать с устным сообщением, уметь задать вопрос, корректно вести диалог;

информационных компетенций:

- владеть навыками работы с различными источниками информации: книгами, учебниками, справочниками, атласами, картами, определителями, энциклопедиями, каталогами, словарями, Интернетом;
- самостоятельно искать, систематизировать, анализировать и отбирать необходимую для решения учебных задач информацию, организовывать, преобразовывать, сохранять и передавать её;
- применять для решения учебных задач информационные и телекоммуникационные технологии: аудио и видеозапись, электронную почту, Интернет;

природоведческих и здоровьесберегающих компетенций:

- знать и применять правила поведения в экстремальных ситуациях в природной, техногенной и социальной средах;
- знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о собственном здоровье, личной безопасности; владеть способами оказания первой помощи;
- иметь физическую и техническую подготовку, и умение использовать их в походах и на соревнованиях.

Условия реализации примерной образовательной программы.

Организация учебно-тренировочного процесса по программе предусматривается в течение учебного года (36 недель). Педагог может увеличивать объемы учебно-тренировочных нагрузок и продолжительность занятий в каникулярное время. Как правило, в это время организуются учебно-тренировочные походы, сборы, профильные лагеря с круглосуточным пребыванием занимающихся. Рекомендуются использовать методику «погружения» детей (подростков) в проблему (учебно-тренировочный или образовательный процесс, туристско-спортивные мероприятия или организация быта в полевых условиях), для разрешения которой необходимо коллективно-командное (самодеятельное) решение комплекса задач за сравнительно ограниченный временной отрезок с полной концентрацией средств и сил.

Особое внимание необходимо уделять обеспечению безопасности и предупреждению травматизма при изучении материала каждого годового цикла-модуля, при проведении каждого занятия, тренировки, старта.

Каждый годовой цикл предусматривает организацию и проведение зачетного туристского похода, экспедиции, участия в соревнованиях, подготовка к которым должна осуществляться в течение всего года. Она должна включать краеведческое изучение региона; разработку маршрута; переписку с общественно-туристскими и детско-юношескими

организациями (объединениями) региона; распределение должностных обязанностей; организационную и хозяйственную подготовку; проверку тактико-технической, морально-волевой, физической готовности воспитанников к учебным походам по родному краю. Педагогу необходимо уделять внимание психологической подготовке воспитанников к зачетному мероприятию, культуре межличностного общения, формированию коллектива.

Программа объединения рассчитана на обучающихся 6–11 классов и предусматривают приобретение ими основных знаний о своем крае, технике и тактике туризма, ориентирования на местности, ведения краеведческих наблюдений и исследований, оказания первой доврачебной помощи.

Педагогу необходимо учитывать принципы организации самодеятельности объединения (группы) для успешной реализации программы:

- обеспечение общественно полезной, нравственно-ценной и личностно-значимой для обучающихся направленности туристско-краеведческой и специальной деятельности;
- насыщение деятельности детей элементами творчества и инициативы, основой которых становится последовательное переключение с воспроизводящих на активные творческие, поисковые виды деятельности;
- дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса, что помогает подросткам выступать в наиболее благоприятной для него роли, находить наилучшее применение своим способностям, полнее раскрывать и выражать индивидуальность;
- организацию работы таким образом, чтобы она стала источником положительных эмоций, доставляла детям удовлетворение и радость.

Рекомендуемый минимальный состав группы первого года обучения – 12 человек, второго года – не менее 10 человек, в последующие годы – не менее 8 человек. Занятия проводятся с полным составом объединения.

Условиями реализации программы являются: наличие учебного кабинета, полигона по спортивному ориентированию и туризму, необходимого туристского снаряжения и инвентаря для организации занятий по туризму, спортивному ориентированию, технических средств; обеспечение наполняемости группы в соответствии с программой.

Показатели эффективности реализации программы:

- активная жизненная позиция и активное участие обучающихся в жизнедеятельности объединения;
- приобретение необходимых умений и навыков организации туристского быта, организации похода, подведения его итогов;
- приобретение необходимых умений и навыков самостоятельного преодоления препятствий, ориентирования, участия в соревнованиях;
- владение способами самостоятельного приобретения необходимых знаний из различных источников информации, включая Интернет-ресурсы;
- высокий уровень мотивации обучающихся к участию в походах, соревнованиях;
- устойчивый интерес обучающихся к участию в деятельности объединения;
- нацеленность обучающихся на конструктивную помощь педагогу в проведении занятий;
- профессиональное самоопределение обучающихся по туристско-краеведческому, педагогическому направлениям деятельности.

Оценка и контроль результатов. В течение учебного года в объединении с целью проверки качества знаний, умений и навыков, эффективности обучения проводятся три вида контроля:

входной контроль – в начале учебного года;

промежуточный контроль – в течение учебного года;

промежуточная аттестация – в конце учебного года.

Контроль знаний, умений и навыков производится в форме педагогического наблюдения, беседы с обучающимися, тестовых заданий, творческих работ, соревнований, зачетного туристского похода.

Методы проверки: наблюдение, анкетирование, тестирование, опрос. В процесс оценки собственных достижений вовлекаются обучающиеся, что является концентрированным выражением общественного мнения группы о каждом подростке.

Уровень теоретической подготовки определяется через зачетные теоретические занятия по разделам программы в форме: контрольно-тренировочных тестов и заданий, анкетирования и опроса.

Уровень практической подготовки определяется с помощью контрольно-практических заданий, сдачи спортивных нормативов, во время зачетных учебно-тренировочных занятий и сборов, работы обучающихся в качестве помощников руководителей, участия в соревнованиях различного уровня, творческих конкурсах, во время зачетных учебно-тренировочных, степенных и категорийных походов.

Уровень социально-психологической, морально-волевой подготовки и воспитанности отслеживается через тестирование и наблюдения педагога.

Наиболее качественные показатели уровня обучения дают итоговые походы и другие многодневные мероприятия, являющиеся для членов объединения своеобразным экзаменом на проверку таких качеств, как самостоятельность, выносливость, физическая подготовка, овладение туристскими и специальными навыками и умениями. Каждый обучающийся оценивается педагогом, друзьями и в зависимости от этой оценки у каждого из них определяется статус в группе.

Степень достижения результатов оценивается по трем уровням (на основании Приложения 1 «Перечень знаний, умений и навыков членов туристского объединения «Пешеходный туризм»):

низкий уровень: обучающийся выполняет задания по инструкции, под руководством педагога, без желания участвует в общественно полезных делах;

средний уровень: обучающийся выполняет задания при консультативной помощи педагога, охотно участвует в общественно полезных делах, но сам не проявляет инициативы;

высокий уровень: обучающийся выполняет задание самостоятельно, сам проявляет творчество и инициативу в организации общественно полезных дел.

Учебная программа ознакомительного модуля объединения «Пешеходный туризм»

1. Основы туристской подготовки

Туристские путешествия, история развития туризма.

Воспитательная роль туризма. Личное и групповое туристское снаряжение. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Подготовка к походу, путешествию. Питание в туристском походе. Туристские должности в группе. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий. Подведение итогов похода. Туристские слеты и соревнования.

Практические занятия

Укладка рюкзаков, подгонка, ремонт снаряжения.

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

Составление плана подготовки 1–3-дневного похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана-графика движения в 1–3-дневном походе.

Подготовка личного и общественного снаряжения.

Составление меню и списка продуктов для 1-3-х дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.

Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

Составление отчета о походе. Ремонт и сдача инвентаря. Подготовка экспонатов для школьного музея и предметных кабинетов.

Участие в туристских соревнованиях школы, учреждения дополнительного образования, района в качестве участников.

2. Топография и ориентирование

Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки. Ориентирование по горизонту, азимут. Компас. Работа с компасом. Измерение расстояний. Способы ориентирования. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.

Практические занятия

Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты.

Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

Упражнения на глазомерную оценку азимутов, на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки. Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений.

Измерение своего среднего шага (пары шагов). Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба. Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде.

Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий восстановления местонахождения.

3. Краеведение

Родной край, его природные особенности, история, известные земляки. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев. Изучение района путешествия. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры

Практические занятия

Знакомство с картой своего края. «Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин.

Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов.

Подготовка и заслушивание докладов по району предстоящего похода.

Проведение различных краеведческих наблюдений. Сбор материалов для школьного музея, предметных кабинетов.

Знакомство с краеведческими объектами. Изучение краеведческой литературы.

4. Основы гигиены и первая помощь

Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. Походная медицинская аптечка. Основные приемы оказания первой помощи. Приемы транспортировки пострадавшего.

Практические занятия

Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

Формирование походной медицинской аптечки.

Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи). Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

5. Общая и специальная физическая подготовка туриста (ФПТ)

Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. Общая физическая подготовка (КСУ). Специальная физическая подготовка

Практические занятия

Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.

Тренировки для развития общей и специальной физической подготовки обучающихся в зале, на стадионе, в лесу.

Учебная программа базового модуля объединения «Пешеходный туризм»

1. Основы туристской подготовки

Туристские путешествия. История развития туризма.

Личное и групповое снаряжение. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Подготовка к походу, путешествию.

Питание в туристском походе.

Техника и тактика в туристском походе.

Обязанности членов туристской группы по должностям. Общественная работа в коллективе.

Подведение итогов туристского путешествия.

Практические занятия

Комплектование личного и общественного снаряжения. Подгонка личного снаряжения. Изготовление, усовершенствование и ремонт снаряжения.

Выбор места бивака. Самостоятельная работа по развешиванию и свертыванию лагеря. Установка палаток в различных условиях. Заготовка дров, работа с пилой и топором.

Изучение маршрутов учебно-тренировочных и зачетного (летнего) походов. Составление подробного плана-графика похода. Заполнение маршрутной документации. Составление сметы расходов.

Составление меню, списка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения и подведения итогов походов.

Выполнение общественных поручений в коллективе.

Выполнение обязанностей помощника руководителя в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

Подготовка и составление отчета о походе. Ремонт туристского инвентаря и снаряжения. Подготовка отчетного вечера, выставки или газеты по итогам похода. Подготовка экспонатов для передачи в школьный музей.

2. Топография и ориентирование

Топографическая и спортивная карта.

Компас. Работа с компасом. Измерение расстояний.

Способы ориентирования. Ориентирование по местным предметам.

Действия в случае потери ориентировки.

Соревнования по ориентированию.

Практические занятия

Упражнения на запоминание условных знаков. Изучение элементов рельефа по моделям и на местности. Определение по горизонталям различных форм рельефа. Выбор путей движения группы с учетом основных форм и элементов рельефа.

Упражнения по определению азимута, снятие азимута с карты. Тренировка на прохождение азимутальных отрезков, прохождение через контрольные пункты по азимуту без использования карты.

Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, определению ширины реки, оврага.

Упражнения по определению точки своего местонахождения на местности при помощи карты.

Определение сторон горизонта по местным предметам, небесным светилам. Действия при потере ориентировки.

Участие в соревнованиях по спортивному и туристскому ориентированию.

3. Краеведение

Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Изучение района путешествия. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры

Практические занятия

Экскурсии в музеи, посещение экскурсионных объектов. Работа со справочным материалом и литературой по истории края. Встречи с представителями науки и культуры, ветеранами войны и труда, интересными людьми.

Выбор и изучение района похода, разработка маршрута.

Знакомство с отчетами туристских групп, совершивших поход в данном районе. Знакомство по литературным и другим источникам с историей, природой, климатом района путешествия. Подготовка писем в адрес образовательных учреждений (школ, домов детского творчества и др.) с запросами по уточнению сведений о районе похода и о возможности остановки (ночлега) во время похода.

Выполнение заданий государственных и общественных организаций. Проведение краеведческих наблюдений. Сбор гербариев, материалов для школьных музеев. Участие в работе среди местного населения.

4. Основы гигиены и первая помощь

Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний. Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений.

Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Приемы транспортировки пострадавшего.

Практические занятия

Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними. Применение средств личной гигиены на тренировках и в походах.

Формирование походной аптечки. Знакомство с лекарственными препаратами и их использованием. Сбор и использование лекарственных растений.

Освоение способов бинтования ран, наложения жгута. Приемы искусственного дыхания, закрытого массажа сердца. Оказание первой помощи условно пострадавшим.

Разучивание различных способов транспортировки пострадавшего, изготовление носилок и волокуш.

5. Общая и специальная физическая подготовка(ФПТ)

Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии на него физических упражнений. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка.

Практические занятия

Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля. Изучение приемов самомассажа.

Тренировки для развития общей и специальной физической подготовки обучающихся в зале, на стадионе, в лесу.

6. Специальная туристская подготовка(СПТ)

Туристские слеты и соревнования. Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях. Понятие страховки, само страховки.

Практические занятия

Отработка техники движения и преодоления естественных препятствий.

Разбор причин возникновения аварийных и экстремальных ситуаций в походах и на соревнованиях.

Подготовка инвентаря и снаряжения для проведения школьного или районного соревнований. Участие в выборе района соревнований, слета.

Участие в постановке этапов дистанции. Работа в качестве судей на этапах. Участие в соревнованиях.

Учебная программа углубленного модуля объединения «Пешеходный туризм»

1. Туристская подготовка

Личное и групповое туристское снаряжение. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе. Подготовка к походу, путешествию. Подведение итогов похода. Особенности других видов туризма (по выбору).

Практические занятия

Изготовление туристского снаряжения.

Организация ночлега в различных условиях. Работа с печкой и газовой горелкой.

Расчет меню и калорийности дневного рациона в различных вариантах. Приготовление пищи на газовой горелке.

Разработка маршрута похода.

Ремонт туристского инвентаря и снаряжения. Подготовка экспонатов для передачи в школьный музей, предметные кабинеты. Проведение отчетного вечера или выставки по итогам похода, выпуск газеты. Подготовка и составление отчета о проведенном походе.

2. Топография и ориентирование

Топографическая и спортивная карта. Ориентирование в сложных условиях. Соревнования по ориентированию.

Практические занятия

Планирование маршрута похода на топографической карте. Копирование карт и схем. Составление схем и кроки. Занятия на местности со спортивными картами разных масштабов. Упражнения на участках карты с отсутствием элементов местности, снятием дорожной сети, рельефа. Игры и упражнения на местности с использованием спортивных карт.

Прохождение маршрута с использованием крупномасштабных карт, азимутальных участков, участков с измерением пройденного расстояния.

Участие в соревнованиях по ориентированию.

3. Краеведение

Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры.

Практические занятия

Работа со справочной литературой и картографическим материалом по родному краю. Встречи с представителями науки, культуры, промышленности, сельского хозяйства своего населенного пункта. Участие в создании летописи своего населенного пункта, родной школы. Походы и экскурсии по памятным местам. Посещение музеев.

Выполнение заданий различных организаций, учреждений, школы. Проведение краеведческих наблюдений. Сбор материалов для школьного музея, предметных кабинетов. Приведение в порядок памятников истории и культуры, воинских захоронений. Работа среди местного населения.

4. Обеспечение безопасности

Психологические факторы, влияющие на безопасность группы в походе. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий.

Основные приемы оказания первой помощи, транспортировки пострадавшего.

Практические занятия

Отработка приемов страховки и само страховки при организации переправ. Вязка узлов. Ведение дневника метеонаблюдений и определение изменений погоды.

Разучивание приемов оказания первой доврачебной помощи пострадавшему, приемов транспортировки.

5. Общая и специальная физическая подготовка(ФПТ)

Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка.

Практические занятия

Тренировки для развития общей и специальной физической подготовки обучающихся в зале, на стадионе, в лесу.

6. Специальная туристская подготовка(СПТ)

Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе. Соревнования по разным видам туризма.

Практические занятия

Отработка техники движения и преодоления препятствий. Организация наведения переправ.

Подготовка судейской документации. Участие в подготовке и судействе туристской полосы препятствий: выбор района, расстановка и оборудование этапов.

Участие в соревнованиях регионального уровня, анализ прохождения дистанций, получение разрядов по спортивному туризму.

Методическое обеспечение образовательной программы Формы, методы и приемы обучения

Ознакомительный модуль

№	Раздел, тема программы	Формы обучения	Методы и приемы	Формы подведения итогов	Дидактические материалы, ТСО
<i>Основы туристской подготовки</i>					
1.1	Туристские путешествия, история развития туризма	лекция, беседа	словесный, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, показ)	анкетирование	фотоматериалы о туристских походах разных лет, разных видов туризма, мультимедийный комплект
1.2	Воспитательная роль туризма	лекция, беседа	словесный, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, показ)	беседа	фотоматериалы о туристских походах разных лет, разных видов туризма, мультимедийный комплект
1.3	Личное и групповое снаряжение	лекция, беседа, практическое занятие, игра-соревнование	практический, наглядный, словесный, объяснительно-иллюстративный (объяснение, познавательная игра, упражнение, показ)	тестирование, устный опрос, наблюдение	учебный видеофильм «Туристское снаряжение», личное снаряжение туриста, групповое снаряжение туриста, походная посуда, костровое оборудование, ремонтный набор, комплект заданий, упражнений, тестов, дидактическая игра «Уложи рюкзак», раздаточный материал, плакаты, мультимедийный комплект
1.4	Организация	лекция,	практический, наглядный,	тестирование,	презентация «Бивак. Устройство бивака»,

	туристского быта. Привалы и ночлеги	беседа, практическое занятие, игра- соревнование	словесный, объяснительно- иллюстративный (объяснение, познавательная игра, упражнения)	устный опрос, наблюдение	плакаты, групповое снаряжение, комплект заданий, упражнений, тестов, раздаточный материал, плакаты, мультимедийный комплект
1.5	Подготовка к походу, путешествию	лекция, беседа, практическое занятие, дискуссия, игра	словесный, наглядный, практический, проблемно- поисковый, объяснительно- иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение, познавательная игра, работа с книгой, с компьютером)	устный опрос, тестирование, доклад	картографический материал, отчеты о туристских походах, краеведческая литература, фото-, видеоматериалы о туристских походах, мультимедийный комплект
1.6	Питание в туристском походе	лекция, беседа, практическое занятие	словесный, наглядный, практический, объяснительно- иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, игра)	тестирование, выполнение практических заданий	плакаты, таблицы, походная посуда, костровое оборудование, раздаточный материал, продукты питания
1.7	Туристские должности в группе	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, практический, проблемно- поисковый, объяснительно- иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Личное снаряжение, групповое снаряжение, таблицы
1.8	Правила движения в походе, преодоление препятствий	лекция, беседа, практическое занятие, дискуссия, игра- соревнование	практический, наглядный, словесный, объяснительно- иллюстративный, метод проблемного изложения (объяснение, рассказ, упражнение, показ, демонстрация, самостоятельная работа, тренировка)	устный опрос, наблюдение, выполнение практических заданий	Личное снаряжение, групповое снаряжение, таблицы, видеоматериалы о туристских соревнованиях, мультимедийный комплект
1.9	Техника безопасности при проведении туристских	лекция, беседа, практическое занятие, игра-	Практический, наглядный, словесный, объяснительно- иллюстративный, метод проблемного изложения	устный опрос, наблюдение	Личное снаряжение, групповое снаряжение, таблицы, видеоматериалы о туристских соревнованиях, мультимедийный комплект

	походов, занятий	соревнование	(объяснение, рассказ, упражнение, показ, демонстрация, самостоятельная работа)		
1.10	Подведение итогов туристского похода	беседа, практическое занятие,	словесный, наглядный, практический (обсуждение, самостоятельная работа)	отчет о походе, стенгазета, фотоотчет, видеоролик, презентация	Мультимедийный комплект, бумага, фломастеры, краски
1.11	Туристские слеты, соревнования	лекция, беседа	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, показ)	анкетирование	Фотоматериалы о туристских соревнованиях, видеофильм о туристских соревнованиях, мультимедийный комплект
<i>Топография и ориентирование</i>					
2.1	Понятие о топографической и спортивной карте	лекция, беседа, практическое занятие, игра	словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение, познавательная игра)	тестирование, устный опрос, топографический диктант	Топографические карты; плакаты; карточки с топонимами; комплект заданий, упражнений, тестов
2.2	Условные знаки	лекция, беседа, практическое занятие	словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение, познавательная игра)	тестирование, устный опрос, топографический диктант	Топографические карты; плакаты «Условные топонимы», карточки с топонимами; комплект заданий, упражнений, тестов; дидактическая игра «Топонимы»
2.3	Ориентирование по горизонту, азимут	лекция, беседа, практическое занятие, игра, соревнования	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический, частично-поисковый (объяснение,	тестирование, наблюдение, устный опрос,	Комплект тестов, заданий, упражнений; спортивные карты; плакаты; компасы; мультимедийный комплект

			рассказ, упражнение, познавательная игра, самостоятельная работа)		
2.4	Компас. Работа с компасом. Измерение расстояний	лекция, беседа, практическое занятие, игра, игра-соревнование	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический (объяснение, рассказ, упражнение, познавательная игра, самостоятельная работа)	тестирование, наблюдение, устный опрос, диктант	Комплект тестов, заданий, упражнений; спортивные карты; плакаты; компасы; презентация «Компас. Виды компасов»; мультимедийный комплект, разные виды компасов
2.5.	Способы ориентирования	лекция, беседа, практическое занятие, игра-соревнование	словесный, наглядный, практический, соревновательный (объяснение, рассказ, упражнение, познавательная игра, самостоятельная работа)	тестирование, наблюдение, устный опрос	Комплект тестов, заданий, упражнений; спортивные карты; плакаты; компасы; презентация «Компас. Виды компасов»; средства отметки на КП; мультимедийный комплект
2.6.	Ориентирование по местным предметам	Лекция, беседа, практическое занятие, игра	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический (объяснение, рассказ, упражнение, познавательная игра, самостоятельная работа)	тестирование, наблюдение, устный опрос	Комплект тестов, заданий, упражнений; мультимедийный комплект
2.7	Действия в случае потери ориентировки	лекция, беседа, практическое занятие, игра	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический, эвристический (объяснение, рассказ, упражнение, познавательная игра, самостоятельная работа)	тестирование, наблюдение, устный опрос	Комплект тестов, заданий, упражнений; спортивные карты; плакаты; компасы; презентация «Компас. Виды компасов»; средства отметки на КП; дидактическая игра «Условные знаки спортивных карт», мультимедийный комплект
Краеведение					
3.1	Родной край, его природные	лекция, беседа, практическое	словесный, наглядный, практический, проблемно-	тестирование, викторины,	Карта родного края; краеведческая литература о родном крае; комплект заданий, кроссвордов,

	особенности, история, известные земляки	занятие, путешествие, творческая мастерская, экскурсия	поисковый, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, работа с книгой, картами, самостоятельная работа)	кресворды, творческие работы	викторин; презентация о родном крае, фото-, видеоматериалы; плакаты; мультимедийный комплект
3.2	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	лекция, беседа, экскурсия, путешествие	словесный, наглядный, практический, проблемно-поисковый, объяснительно-иллюстративный, исследовательский (объяснение, рассказ, демонстрация, работа с картами, самостоятельная работа)	тестирование, викторины, кроссворды, мини-доклады, презентации	Карта родного края; краеведческая литература о родном крае; комплект заданий, кроссвордов, викторин; презентация о родном крае, фото-, видеоматериалы; плакаты; мультимедийный комплект
3.3	Изучение района путешествия	лекция, доклады	словесный, наглядный, практический, проблемно-поисковый, объяснительно-иллюстративный, исследовательский (объяснение, рассказ, демонстрация, работа с книгой, картами, самостоятельная работа)	доклады, презентации	Карта района предполагаемого путешествия; краеведческая литература о районе путешествия; мультимедийный комплект
3.4	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	практические занятия	словесный, практический, проблемно-поисковый (объяснение, рассказ, демонстрация, самостоятельная работа)	педагогическое наблюдение	
<i>Основы гигиены и первая доврачебная помощь</i>					
4.1	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение, самостоятельная	тестирование, устный опрос, наблюдение	Плакаты, тесты, мультимедийный комплект

			работа)		
4.2	Походная медицинская аптечка	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Медицинская аптечка, плакаты, презентация (видеофильм) «Оказание первой медицинской помощи», мультимедийный комплект
4.3	Основные приёмы оказания первой помощи	лекция, игра, практическое занятие	словесный, наглядный, практический, проблемно-поисковый, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение, познавательная игра, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение, решение ситуационных задач	Медицинская аптечка, плакаты, презентация (видеофильм) «Оказание первой медицинской помощи», мультимедийный комплект
4.4	Приемы транспортировки пострадавшего	лекция, игра, практическое занятие	словесный, наглядный, практический, проблемно-поисковый, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение, познавательная игра, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Медицинская аптечка, плакаты, презентация «Оказание первой медицинской помощи», шесты, концы веревок, мультимедийный комплект
<i>Общая и специальная физическая подготовка</i>					
5.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, практический (рассказ, показ, демонстрация)	контрольные тесты и упражнения	Плакаты, тесты, мультимедийный комплект
5.2	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение	лекция, практическое занятие, экскурсия в	словесный, наглядный, практический (показ, демонстрация, упражнение)	контрольные тесты и упражнения	Тонометр, весы медицинские, спирометр, плакаты, тесты, мультимедийный комплект

	спортивных травм на тренировках	поликлинику			
5.3	Общая физическая подготовка	практическое занятие, тренировка, игра	словесный, наглядный, практический (показ, упражнение, спортивная игра, тренировка, соревнования)	контрольные тесты и упражнения	Спортивный зал, спортивный инвентарь
5.4	Специальная физическая подготовка	лекция, практическое занятие, тренировка, игра	словесный, наглядный, практический (показ, упражнение, спортивная игра, тренировка, соревнования)	контрольные тесты и упражнения	Спортивный зал, спортивный инвентарь

Методическое обеспечение образовательной программы Формы, методы и приемы обучения

Базовый модуль

№	Раздел, тема программы	Формы обучения	Методы и приемы	Формы подведения итогов	Дидактические материалы, ТСО
<i>Основы туристской подготовки</i>					
1.1	Туристские путешествия. История развития туризма	лекция, беседа	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, показ)	анкетирование	Фотоматериалы о туристских походах, презентация «Законы юных туристов», мультимедийный комплект
1.2	Личное и групповое снаряжение	лекция, беседа, практическое занятие, игра-соревнование	практический, наглядный, словесный, объяснительно-иллюстративный(объяснение, познавательная игра, упражнение, показ, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Учебный видеофильм «Туристское снаряжение»; личное снаряжение; групповое снаряжение; походная посуда; костровое оборудование; ремонтный набор; плакаты; комплект заданий, упражнений, тестов; мультимедийный комплект
1.3	Организация туристского быта.	лекция, беседа,	практический, наглядный, словесный, объяснительно-	тестирование, устный опрос,	Презентация «Бивак. Устройство бивака»; плакаты; групповое снаряжение; комплект

	Привалы и ночлеги	практическое занятие, игра-соревнование	иллюстративный (объяснение, познавательная игра, упражнения, решение ситуационных задач)	наблюдение	заданий, упражнений, тестов; мультимедийный комплект
1.4	Подготовка к походу, путешествию	лекция, беседа, практическое занятие, игра	словесный, наглядный, практический, проблемно-поисковый, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, упражнение, познавательная игра, решение ситуационных задач)	устный опрос, тестирование, доклад	Маршрутная документация, краеведческая литература о маршруте похода, презентация «Организация туристских походов», мультимедийный комплект
1.5	Питание в туристском походе	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, игра, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Плакаты, таблицы, походная посуда, костровое оборудование, раздаточный материал
1.6	Техника и тактика в туристском походе	лекция, беседа, практическое занятие, соревнование	практический, наглядный, словесный, объяснительно-иллюстративный, метод проблемного изложения(объяснение, рассказ, упражнение, показ, демонстрация, самостоятельная работа, решение ситуационных задач)	устный опрос, наблюдение, сдача нормативов	Личное снаряжение, групповое снаряжение, таблицы, видеоматериалы о туристских соревнованиях, мультимедийный комплект
1.7	Обязанности членов туристской группы по должностям	Лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, практический (рассказ, показ, демонстрация)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Инструктивные документы
1.8	Общественная работа в	лекция, практическое	словесный, наглядный, практический (рассказ, показ,	тестирование, устный опрос,	

	коллективе	занятие	демонстрация)	наблюдение	
1.9	Подведение итогов туристского путешествия	беседа, практическое занятие, отчет	словесный, наглядный, практический(обсуждение, самостоятельная работа)	отчет о походе, стенгазета, фотоматериалы, видеоролик, презентация	Мультимедийный комплект
<i>Топография и ориентирование</i>					
2.1	Топографическая и спортивная карта	лекция, беседа, практическое занятие, игра	словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение, познавательная игра)	тестирование, устный опрос, топографический диктант	Топографические карты; плакаты; карточки с топонимами; комплект заданий, упражнений, тестов; презентация «Рельеф. Условные знаки спортивных карт»; дидактическая игра «Топонимы»; курвиметр
2.2	Компас. Работа с компасом	лекция, беседа, практическое занятие	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, показ, самостоятельная работа, познавательная игра)	наблюдение, устный опрос	Компасы, планшеты, спортивные карты
2.3	Измерение расстояний				Компасы, курвиметр, планшеты, спортивные и топографические карты
2.4	Способы ориентирования	лекция, беседа, практическое занятие, игра, игра-соревнование	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический (объяснение, рассказ, упражнение, познавательная игра, самостоятельная работа)	тестирование, наблюдение, устный опрос, диктант, соревнования	Комплект тестов, заданий, упражнений; спортивные карты; плакаты; компасы; презентация «Обучение техники ориентирования», дидактическая игра («Условные знаки спортивных карт»), мультимедийный комплект
2.5	Ориентирование по местным приметам	лекция, беседа, практическое занятие, игра-соревнование	словесный, наглядный, практический (объяснение, рассказ, упражнение, самостоятельная работа, решение ситуационных задач)	тестирование, наблюдение, устный опрос	Видеоролики соревнований по спортивному ориентированию, мультимедийный комплект
2.6	Действия в случае потери ориентировки	лекция, беседа	словесный, наглядный, практический, эвристический (объяснение, рассказ,	тестирование, устный опрос	Комплект тестов, заданий, упражнений; спортивные карты; плакаты

			упражнение, самостоятельная работа, решение ситуационных задач)		
2.7	Соревнования по ориентированию	лекция, беседа, соревнование	практический, соревновательный (упражнение, самостоятельная работа)	тестирование, наблюдение, соревнования	Правила соревнований по спортивному ориентированию, плакаты, компасы, средства отметки на КП
<i>Краеведение</i>					
3.1	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	лекция, беседа, экскурсия, путешествие, игра	словесный, наглядный, практический, проблемно-поисковый, объяснительно-иллюстративный, исследовательский (объяснение, рассказ, демонстрация, работа с книгой, самостоятельная работа)	тестирование, викторины, кроссворды, рефераты, презентации	Карта родного края; краеведческая литература о родном крае; комплект заданий, кроссвордов, викторин; презентация о родном крае, фото-, видеоматериалы; плакаты; мультимедийный комплект
3.2	Изучение района путешествия	лекция, доклады	словесный, наглядный, практический, проблемно-поисковый, объяснительно-иллюстративный, исследовательский (объяснение, рассказ, демонстрация, работа с книгой, картами самостоятельная работа)	доклады, презентации	Карта района предполагаемого путешествия; краеведческая литература о районе путешествия; мультимедийный комплект
3.3	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	практические занятия	словесный, практический, проблемно-поисковый, (объяснение, рассказ, демонстрация, самостоятельная работа)	педагогическое наблюдение	Каталоги экскурсионных объектов и памятников родного края, каталоги фауны и флоры родного края, карты, мультимедийный комплект
<i>Основы гигиены и первая доврачебная помощь</i>					

4.1	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Плакаты, тесты, мультимедийный комплект
4.2	Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Медицинская аптечка, плакаты, определитель лекарственных растений, презентация (видеофильм) «Оказание первой медицинской помощи», мультимедийный комплект
4.3	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи	лекция, игра, практическое занятие	словесный, наглядный, практический, проблемно-поисковый, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение, познавательная игра, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение, решение ситуационных задач	Медицинская аптечка, плакаты, презентация (видеофильм) «Оказание первой медицинской помощи», мультимедийный комплект
4.4	Приемы транспортировки пострадавшего	лекция, игра, практическое занятие		тестирование, устный опрос, наблюдение	Медицинская аптечка, плакаты, презентация «Оказание первой медицинской помощи», шесты, концы веревок, мультимедийный комплект
<i>Общая и специальная физическая подготовка</i>					
5.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, практический (рассказ, показ, демонстрация)	контрольные тесты и упражнения	Плакаты, тесты, мультимедийный комплект
5.2.	Врачебный контроль, самоконтроль,	лекция, практическое	словесный, наглядный, практический (показ,	контрольные тесты и	Тонометр, весы медицинские, спирометр, плакаты, тесты, мультимедийный комплект

	предупреждение спортивных травм на тренировках	занятие, экскурсия в поликлинику	демонстрация, упражнение)	упражнения	
5.3	Общая физическая подготовка	практическое занятие, тренировка, игра	словесный, наглядный, практический (показ, упражнение, спортивная игра, тренировка, соревнования)	контрольные тесты и упражнения	Спортивный зал, спортивный инвентарь
5.4	Специальная физическая подготовка	лекция, практическое занятие, тренировка, игра	словесный, наглядный, практический (показ, упражнение, спортивная игра, тренировка, соревнования)	контрольные тесты и упражнения	Спортивный зал, спортивный инвентарь
<i>Специальная туристская подготовка</i>					
6.1	Туристские слеты и соревнования	лекция, практическое занятие, соревнования	практический, наглядный, словесный, объяснительно-иллюстративный, соревновательный (объяснение, рассказ, упражнение, показ, разъяснение, тренировка, самостоятельная работа)	тестирование, наблюдение, соревнования	Личное снаряжение, групповое снаряжение, специальное туристское снаряжение, видеофильм «Туристские узлы»; презентация «Туристские узлы»; комплект заданий; мультимедийный комплект
6.2	Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях	лекция, беседа, практическое занятие	словесный, наглядный, словесный, объяснительно-иллюстративный, эвристический (объяснение, рассказ, упражнение, показ, демонстрация, самостоятельная работа, решение ситуационных задач)	устный опрос, наблюдение	Плакаты, таблицы, мультимедийный комплект
6.3.	Понятие страховки, само страховки	лекция, беседа, практическое занятие, соревнование		устный опрос, наблюдение, практические занятия, сдача нормативов	Личное снаряжение, групповое снаряжение, таблицы, видеоматериалы о туристских соревнованиях, мультимедийный комплект

Методическое обеспечение образовательной программы

Формы, методы и приемы обучения

Углубленный модуль

№	Раздел, тема программы	Формы обучения	Методы и приемы	Формы подведения итогов	Дидактические материалы, ТСО
<i>Туристская подготовка</i>					
1.1	Нормативные документы по туризму	лекция, беседа, практическое занятие	словесный, объяснительно-иллюстративный (объяснение, познавательная игра, упражнение, показ, самостоятельная работа)	устный опрос	Тексты нормативных документов
1.2	Личное и групповое туристское снаряжение. Усовершенствование снаряжения	лекция, беседа, практическое занятие, игра, игра-соревнование	практический, наглядный, словесный, объяснительно-иллюстративный (объяснение, познавательная игра, упражнение, показ, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Учебный видеофильм «Туристское снаряжение»; личное снаряжение; групповое снаряжение; походная посуда; костровое оборудование; ремонтный набор; плакаты; комплект заданий, упражнений, тестов; мультимедийный комплект
1.3	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Быт в экстремальных ситуациях	лекция, беседа, практическое занятие, дискуссия, игра, игра-соревнование	практический, наглядный, словесный, объяснительно-иллюстративный (объяснение, познавательная игра, упражнения, решение ситуационных задач)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Презентации («Бивак. Устройство бивака», «Типы костров»); плакаты; групповое снаряжение; комплект заданий, упражнений, тестов; раздаточный материал; плакаты; мультимедийный комплект
1.4	Подготовка к походу, путешествию	лекция, беседа, практическое занятие, дискуссия, путешествие,	словесный, наглядный, практический, проблемно-поисковый, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение, познавательная игра, работа с книгой, решение	устный опрос, тестирование	Маршрутная документация, краеведческая литература о маршруте похода, презентация «Организация туристских походов», мультимедийный комплект

		игра	ситуационных задач)		
1.5	Подведение итогов похода	беседа, практическое занятие, отчет	словесный, наглядный, практический (обсуждение, самостоятельная работа)	отчет о походе, стенгазета	Мультимедийный комплект
1.6	Питание в походе	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, игра, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Плакаты, таблицы, походная посуда, костровое оборудование, раздаточный материал
1.7	Особенности других видов туризма (по выбору)	лекция, беседа, практическое занятие, соревнование	практический, наглядный, словесный, объяснительно-иллюстративный, метод проблемного изложения (объяснение, рассказ, показ, демонстрация, самостоятельная работа, решение ситуационных задач)	устный опрос, наблюдение, сдача нормативов	Личное снаряжение, групповое снаряжение по избранному виду туризма, таблицы, видеоматериалы о туристских соревнованиях, мультимедийный комплект
<i>Топография и ориентирование</i>					
2.1	Топографическая и спортивная карта. Топографическая съемка, корректировка карты	лекция, беседа, практическое занятие, игра, путешествие	словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный (объяснение, рассказ, демонстрация, упражнение, познавательная игра, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, топографический диктант	Топографические карты; плакаты; карточки с топонимами; комплект заданий, упражнений, тестов; дидактическая игра «Топонимы»
2.2	Ориентирование в сложных условиях	лекция, беседа, практическое занятие	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический (объяснение, рассказ, познавательная игра, самостоятельная работа)	тестирование, наблюдение, устный опрос, диктант	Комплект тестов, заданий, упражнений; спортивные карты; плакаты; компасы; мультимедийный комплект

2.3	Соревнования по ориентированию	беседа, соревнование	практический, соревновательный (упражнение, самостоятельная работа)	тестирование, наблюдение	Правила соревнований по спортивному ориентированию, плакаты, компасы, средства отметки на КП
<i>Краеведение</i>					
3.1.	Всероссийское туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество»	лекция, практическое занятие, конференция	словесный, исследовательский, метод проектов	исследовательская работа	Мультимедийный комплект
3.2	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	лекция, беседа, экскурсия, путешествие, игра	наглядный, практический, проблемно-поисковый, объяснительно-иллюстративный, исследовательский (объяснение, рассказ, демонстрация, работа с книгой, самостоятельная работа)	тестирование, викторины, кроссворды, рефераты, презентации	Карта родного края; краеведческая литература о родном крае; комплект заданий, кроссвордов, викторин; презентация о родном крае, фото-, видеоматериалы; плакаты; мультимедийный комплект
3.3	Изучение района путешествия	лекция, доклады	проблемно-поисковый, исследовательский (объяснение, рассказ, демонстрация, работа с книгой, картами самостоятельная работа)	доклады, презентации	Карта района предполагаемого путешествия; краеведческая литература о районе путешествия; мультимедийный комплект
3.4	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	лекция, беседа, путешествие, творческая мастерская, экскурсия,	словесный, наглядный, практический, проблемно-поисковый, объяснительно-иллюстративный, исследовательский (объяснение, рассказ,	тестирование, викторины, кроссворды, мини-доклады, презентации, творческие	Карта родного края, мультимедийный комплект

		игра	демонстрация, работа с книгой, самостоятельная работа)	работы	
Обеспечение безопасности в походе					
4.1	Психологические факторы, влияющие на безопасность группы в походе	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический (объяснение, рассказ, упражнение, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Таблицы «Перечни факторов», мультимедийный комплект
4.2	Причины возникновения экстремальных ситуаций в природной среде	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический (объяснение, рассказ, упражнение, самостоятельная работа, решение ситуационных задач)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Мультимедийный комплект
4.3	Техника безопасности при преодолении естественных препятствий	лекция, практическое занятие, тренировка	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический (объяснение, рассказ, упражнение, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Личное, групповое и специальное снаряжение
4.4	Тактика и техника движения в экстремальных ситуациях	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический (объяснение, рассказ, упражнение, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Личное, групповое и специальное снаряжение
4.5	Действия в экстремальных ситуациях по обеспечению личной и групповой безопасности	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический (объяснение, рассказ, упражнение, самостоятельная работа)	тестирование, устный опрос, наблюдение	Личное, групповое и специальное снаряжение
4.6	Оказание первой доврачебной	лекция, практическое	словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный,	тестирование, устный опрос,	Плакаты, тесты, карточки заданий. Медицинская аптечка

	помощи, приемы транспортировки пострадавшего	занятие	практический (объяснение, рассказ, упражнение, самостоятельная работа)	наблюдение	
<i>Общая и специальная физическая подготовка</i>					
5.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	лекция, практическое занятие	словесный, наглядный, практический (рассказ, показ, демонстрация)	контрольные тесты и упражнения	Плакаты, тесты, мультимедийный комплект
5.2	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	лекция, практическое занятие, экскурсия в поликлинику	словесный, наглядный, практический (показ, демонстрация, упражнение)	контрольные тесты и упражнения	Тонометр, весы медицинские, спирометр, плакаты, тесты, мультимедийный комплект
5.3	Общая физическая подготовка	практическое занятие, тренировка, игра	словесный, наглядный, практический (показ, упражнение, спортивная игра, тренировка, соревнования)	контрольные тесты и упражнения	Спортивный зал, спортивный инвентарь
5.4	Специальная физическая подготовка	лекция, практическое занятие, тренировка, игра	словесный, наглядный, практический (показ, упражнение, спортивная игра, тренировка, соревнования)	контрольные тесты и упражнения	Спортивный зал, спортивный инвентарь
<i>Специальная туристская подготовка</i>					
6.1.	Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе	лекция, беседа, практическое занятие, соревнование	практический, наглядный, словесный, объяснительно-иллюстративный, метод проблемного изложения (объяснение, рассказ, показ, демонстрация, самостоятельная	устный опрос, наблюдение, сдача нормативов	Личное снаряжение, групповое снаряжение, таблицы, видеоматериалы о туристских соревнованиях, мультимедийный комплект

			работа, решение ситуационных задач)		
6.2.	Соревнования по туризму	лекция, беседа, практическое занятие, дискуссия, игра-соревнование, соревнования по разным видам туризма	практический, наглядный, словесный, объяснительно-иллюстративный, метод проблемного изложения (объяснение, рассказ, упражнение, показ, самостоятельная работа, решение ситуационных задач)	устный опрос, наблюдение, сдача нормативов	Личное снаряжение, групповое снаряжение, таблицы, видеоматериалы о туристских соревнованиях, мультимедийный комплект

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Личностные результаты освоения программного материала проявляются в следующих областях культуры.

В области познавательной культуры:

- Владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности;
- Владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма.

В области нравственной культуры:

- Способность управлять своими эмоциями;
- Владение умением предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций.

В области эстетической культуры:

- Формирование культуры движений.

В области физической культуры и спорта:

- Владение умениями бегать, метать, выполнять гимнастические упражнения, в спортивных играх играть одну из спортивных игр, демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- Понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека;
- Понимание туризма как средства организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек.

В области нравственной культуры:

- Бережное отношение к собственному здоровью;
- Проявления уважительного отношения к окружающим.

В области эстетической культуры:

- Знание факторов, потенциально опасных для здоровья;
- Понимание культуры движений.

В области физической культуры:

- Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий.

Предметные результаты

Предметные результаты, так же как личностные и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- Знания по истории развития пешеходного туризма;
- Знания о здоровом образе жизни.

В области нравственной культуры:

- Способность проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями;
- Способность проявлять дисциплинированность уважение к товарищам по команде и соперникам во время соревновательной деятельности.

В области эстетической культуры:

- Умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки;
- Способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития.

В области физической культуры:

- Способность подбирать идеальную для себя технику передвижения на перилах, на дистанциях между заданиями, трассах спортивного ориентирования;

- Способность составлять планы занятий с использованием приобретённых знаний и умений по технике и тактике пешеходного туризма;
- Умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на занятиях новых двигательных действий.

По окончании программы обучающийся должен знать:

- Правила проведения соревнований по спортивному туризму и спортивному ориентированию, особо значимые разделы Регламента проведения спортивных соревнований по спортивному туризму.
- Технику безопасности по проведению самостоятельных занятий.
- Краеведческий материал о родном крае.

По окончании программы обучающийся должен уметь:

- Преодолеть дистанцию пешеходная индивидуальное прохождение, связка, группа.
- Закончить дистанцию по спортивному ориентированию
- Достичь квалификационных разрядов по спортивному туризму и спортивному ориентированию.

Знания, умения и навыки обучающихся туристского объединения «Пешеходный туризм»

Знания, умения и навыки при завершении ознакомительного модуля

Ожидаемым результатом реализации программы ознакомительного модуля является формирование у обучающихся - ценностно-смысловых компетенций:

- умение принимать решения при выполнении обязанностей в туристской группе под контролем педагога;
- умение осуществлять поиск необходимых материалов при изучении района похода;

учебно-познавательных компетенций:

- владеть техникой передвижения в походе, преодоления несложных естественных препятствий;
- владеть навыками самостоятельного ориентирования на местности и участия в массовых соревнованиях своей возрастной группы;
- умение выступать устно и составлять письменный краткий отчёт о своей деятельности;

социокультурных компетенций:

- владеть культурными нормами и традициями родного края;
- владеть навыками по подготовке к походу, выполнения различных должностей в походе;

коммуникативных компетенций:

- умение совместно выполнять поручения в микрогруппах;
- умение выступать с устным сообщением, задавать вопросы, корректно вести диалог;
- владеть навыками выступлений с сообщениями в группе или перед незнакомой аудиторией;

информационных компетенций:

- владеть навыками работы с источниками информации: книгами, учебниками, справочниками, атласами, картами, Интернетом;
- самостоятельно искать и отбирать необходимую для подготовки похода или какого-либо сообщения информацию;

природоведческих и здоровьесберегающих компетенций:

- знать и применять правила юных туристов, основные правила поведения в экстремальных ситуациях в природной среде;
- знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о личной безопасности;
- владеть способами оказания первой доврачебной помощи;
- иметь достаточную для зачетного похода физическую и техническую подготовку.

№	Название разделов и тем	Знания	Умения и навыки
<i>Основы туристской подготовки</i>			
1.1	Туристские путешествия, история развития туризма	Основные сведения по истории развития туризма в России. Виды туризма. Основные задачи и содержание туристско-краеведческого движения обучающихся «Отечество»	
1.2	Воспитательная роль туризма	Роль туризма в становлении личности. Законы, правила, нормы поведения юных туристов	
1.3	Личное и групповое туристское снаряжение	Требования, предъявляемые к туристскому снаряжению. Перечень личного и группового снаряжения для походов выходного дня	Уметь составить список необходимого снаряжения. Владеть навыками укладки рюкзака и ухода за снаряжением
1.4	Организация туристского быта.	Основные требования к месту привала и бивака. Порядок	Уметь выбрать место для привала, бивака.

	Привалы и ночлеги	работы по разворачиванию и свертыванию лагеря. Основные типы костров и их назначение. Меры безопасности при обращении с огнем и при заготовке дров	Владеть навыками установки палатки, заготовки дров, разведения костра
1.5	Подготовка к походу, путешествию	Порядок подготовки к походу. Основные источники сведений о районе похода	Владеть навыками сбора сведений о районе похода, составления плана-графика движения. Уметь составить план подготовки похода, подготовить снаряжение для похода
1.6	Питание в туристском походе	Основные требования к продуктам, используемым в походе. Правила хранения продуктов в походе. Принцип составления меню и списка продуктов	Уметь составить меню и список продуктов, подготовить их к транспортировке. Владеть навыками приготовления пищи костре
1.7	Туристские должности в группе	Перечень должностей членов туристской группы и основные их обязанности	Овладение навыками 2-3 туристских должностей, включая должность командира
1.8	Правила движения в походе, преодоление препятствий	Основные правила движения группы на маршруте. Общие характеристики естественных препятствий и правила их преодоления	Владеть навыками передвижения в группе по различному равнинному рельефу, растительности, преодоления несложных естественных препятствий
1.9	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий	Меры безопасности при проведении тренировочных занятий и в походе, при преодолении естественных препятствий. Правила поведения в населенных пунктах	Владеть навыками самостраховки альпенштоком, вязать узлы: ткацкий, прямой, проводник, восьмерка, булинь
1.10	Подведение итогов туристского похода	Порядок подведения итогов похода	Уметь оформлять отчет о походе, ремонтировать снаряжение. Владеть навыками подготовки экспонатов для школьного музея и предметных кабинетов
1.11	Туристские слеты, соревнования	Основные сведения по подготовке и проведению туристских соревнований. Виды туристских соревнований	Принять участие в туристских соревнованиях в качестве участника
<i>Топография и ориентирование</i>			
2.1	Понятие о топографической и спортивной картах	Понятие о масштабе карты. Оформление карт. Их отличительные свойства. Различия топографических и спортивных карт	Уметь определять масштаб и расстояние по картам. Иметь навыки копирования маршрута на кальку

2.2	Условные знаки	Группы условных знаков. Изображение рельефа на карте. Типичные формы рельефа	Иметь навыки чтения карты, определения рельефа по горизонталям
2.3	Ориентирование по горизонту, азимут	Стороны горизонта. Понятие азимута и его определение	Иметь навыки измерения и построения азимутов
2.4	Компас. Работа с компасом	Устройство компаса. Четыре действия с компасом. Понятие «ориентиры»	Иметь навыки выполнения четырех действий с компасом. Уметь двигаться по азимуту с помощью компаса
2.5	Измерение расстояний	Способы измерения расстояния по карте и на местности. Использование курвиметра	Уметь измерять расстояния на карте и на местности
2.6	Способы ориентирования	Способы ориентирования с помощью карты в походе. Виды ориентиров. Сохранение направления движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий. Организация разведки маршрута. Движение по легенде	Владеть навыками определения точки стояния. Уметь сохранять заданное направление движения
2.7	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки	Определение сторон горизонта по небесным светилам и местным предметам. Порядок действий в случае потери ориентировки	Владеть навыками определения сторон горизонта по небесным светилам и местным предметам. Уметь определять направления выхода в случае потери ориентировки
<i>Краеведение</i>			
3.1	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки	Основные сведения о климате, растительном и животном мире родного края. Транспортные магистрали. Основные сведения по истории, культуре своего населенного пункта и своего края	Уметь подготовить краткое сообщение о родном крае (климат, растительность, рельеф)
3.2	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	Памятники истории, культуры и природы родного края. Музеи	Уметь показать на карте основные памятники истории, культуры и природы родного края
3.3	Изучение района путешествия	Планирование маршрута с учетом посещения интересных мест. Сбор краеведческих сведений о районе похода	Уметь подготовить доклад о районе похода. Владеть навыками сбора сведений и разработки маршрута по интересным местам своего края
3.4	Общественно полезная работа в	Порядок выполнения краеведческих заданий на маршруте	Владеть навыками выполнения

	путешествии, охрана природы и памятников культуры		краеведческих заданий на маршруте, изучения краеведческих объектов
<i>Основы гигиены и первая доврачебная помощь</i>			
4.1	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	Гигиенические требования при занятиях туризмом. Гигиена тела, одежды и обуви. Сущность закаливания и систематических занятий спортом	Владеть навыками соблюдения гигиенических норм. Уметь выполнять комплекс утренней физической зарядки, процедур закаливания
4.2	Походная медицинская аптечка	Состав медицинской аптечки, ее хранение при транспортировке. Назначение и дозировка препаратов. Личная аптечка	Уметь собрать медицинскую (групповую и личную) аптечку на поход выходного дня и многодневный поход
4.3	Основные приемы оказания первой помощи	Правила оказания первой помощи при тепловом и солнечном ударе, ожогах. Оказание помощи утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Наложение повязок	Владеть способами оказания первой помощи утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током и способами наложения повязок
4.4	Приемы транспортировки пострадавшего	Способы транспортировки. Определение способа транспортировки пострадавшего	Владеть способами изготовления транспортировочных средств и транспортировка пострадавшего
<i>Общая и специальная физическая подготовка</i>			
5.1	Сведения о строении организма человека и влиянии физических упражнений	Краткие сведения о строении организма человека. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья и предотвращение травматизма	
5.2	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм	Значение врачебного контроля и самоконтроля	Владеть способами самоконтроля и ведение дневника самоконтроля
5.3	Общая физическая подготовка (ОФП)	Значение регулярной ОФП в укреплении здоровья и подготовке к походам	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке с превышением их на 10–15%
5.4	Специальная физическая подготовка	Значение специальной физической подготовки в развитии различных групп мышц	

В конце первого года обучения обучающиеся должны совершить поход 1-ой-2-ой степени сложности или принять участие в туристско-краеведческом многодневном мероприятии (лагерь слет, соревнования и т.д.).

***Минимум знаний, умений и навыков
при завершении базового модуля обучения***

Ожидаемым результатом реализации программы является формирование у обучающихся в области ценностно-смысловых компетенций:

- умение принимать самостоятельные решения при выполнении обязанностей в туристской группе;
- умение принимать решения, брать на себя ответственность за их последствия, осуществлять самостоятельные действия и поступки на основе выбранных целевых и смысловых установок при подготовке похода, участия в походе;
- умение осуществлять исследовательскую деятельность;

учебно-познавательных компетенций:

- умение составлять план, определять цель и организовывать процесс её достижения;
- владеть техникой и тактикой пешеходного туризма, самостоятельно организовывать страховку;
- владеть навыками ориентирования на местности и участия в соревнованиях по спортивному ориентированию;
- умение выступать устно и письменно о результатах своей деятельности с использованием компьютерных средств и технологий (текстовые и графические редакторы, презентации);

социокультурных компетенций:

- уметь определять свое место и роль, систему взаимоотношения в окружающем мире: в семье, в классе, в туристском объединении;
- владеть культурными нормами и традициями родного края, России;
- иметь представление о системе социальных норм и ценностей в России;
- иметь представление о принципах жизнедеятельности в многонациональном, многокультурном, многоконфессиональном обществе;

коммуникативных компетенций:

- владеть способами совместной деятельности в группе, приемами действий в ситуациях общения; умениями находить компромиссы в ситуации конфликта;
- владеть способами взаимодействия с окружающими, уметь задать вопрос, корректно вести диалог;
- владеть навыками выступлений с сообщениями в группе или перед незнакомой аудиторией;

информационных компетенций:

- владеть навыками работы с различными источниками информации: книгами, учебниками, справочниками, атласами, картами, определителями, энциклопедиями, каталогами, словарями, Интернетом;
- самостоятельно искать, систематизировать, анализировать и отбирать необходимую для решения учебных задач информацию; преобразовывать, сохранять и передавать эту информацию;

природоведческих и здоровье сберегающих компетенций:

- знать и применять правила поведения в экстремальных ситуациях в природной, техногенной и социальной средах;
- знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о собственном здоровье, личной и общественной безопасности;
- владеть способами оказания первой помощи;
- иметь достаточную для зачетного похода физическую и техническую подготовку.

№	Название разделов и тем	Знания	Умения и навыки
<i>Основы туристской подготовки</i>			
1.1	Туристские путешествия, история развития туризма	История освоения территории России, знаменитые русские путешественники и исследователи. История развития туризма в России. История развития детско-юношеского туризма в стране, родном крае, районе, городе. Виды туризма. Разрядные требования по спортивному туризму, спортивному ориентированию	
1.2.	Личное и групповое туристское снаряжение	Требования к туристскому снаряжению. Перечень группового и личного снаряжения туриста. Подготовка снаряжения к походу. Обувь туриста и уход за ней. Кухонное оборудование для летних и зимних условий. Ремонтный набор. Снаряжение для краеведческой работы. Специальное снаряжение.	Уметь подготовить личное и групповое снаряжение к походу, обеспечить влагонепроницаемость рюкзака, палатки. Владеть навыками сушки и ремонта одежды и обуви в походе. Владеть навыками обращения со специальным снаряжением
1.3.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	Требования к месту бивака. Организация бивака в различных условиях. Ночлег в палатке с разборной печкой и без неё. Правила хранения кухонных и костровых принадлежностей. Правила работы дежурных по кухне. Использование газовых горелок.	Уметь выбрать место для бивака. Самостоятельно организовать работу по развешиванию и свертыванию лагеря. Владеть навыками разведения костра в любых условиях, приготовления пищи на костре или на газовой горелке
1.4.	Подготовка к походу, путешествию	Изучение сложных участков маршрута и составление планов их преодоления. Составление профиля маршрута Оформление походной документации и порядок утверждения маршрутов многодневных походов в МКК. Смета расходов на	Владеть навыками разработки маршрута, заполнения маршрутной документации, составления сметы расходов

		подготовку и проведение похода	
1.5.	Питание в туристском походе	Калорийность, вес и нормы дневного рациона. Составление меню, списка продуктов на день, на весь поход. Приготовление пищи на газовой горелке.	Уметь составить меню и список продуктов, рассчитать калорийность дневного рациона. Владеть навыками приготовления пищи на костре, газовой горелке
1.6.	Техника и тактика в туристском походе	Понятие о тактике и технике в туристском походе. Тактика планирования нитки маршрута. Порядок разработки плана-графика похода. Изучение, разведка сложных участков маршрута	Владеть навыками планирования маршрута, составления плана-графика похода. Владеть навыками движение по различному рельефу и преодолевать естественные препятствия.
1.7	Обязанности членов туристской группы по должностям	Обязанности заместителя командира по питанию (завпит), заместителя командира по снаряжению, проводника, краеведа, санитара, ремонтного мастера, фотографа, ответственного за составление отчета о походе	Владеть навыками самостоятельного выполнения обязанностей по должностям в туристской группе в период подготовки, проведения и подведения итогов походов
1.8	Общественная работа в коллективе	Обязанности турорга класса, члена школьного туристского штаба, совета музея, организатора и судьи соревнований.	Выполнение общественных поручений в коллективе
1.9	Подведение итогов туристского путешествия	Анализ собственных действий и группы в целом. Отчет ответственных за свою работу. Порядок обработки собранных материалов и составление отчета о походе. Подготовка экспонатов для школьного музея.	Уметь оформлять отчет о походе, ремонтировать снаряжение. Владеть навыками подготовки экспонатов для школьного музея и предметных кабинетов
<i>Топография и ориентирование</i>			
2.1	Топографическая и спортивная карта	Топографические и спортивные карты. Условные знаки топографических и спортивных карт. Изображение рельефа на картах	Уметь читать карту, представлять рельеф, планировать маршрут движения. Владеть навыками ориентирования с помощью спортивной карты, определять путь движения с учетом основных форм и элементов рельефа
2.2	Компас. Работа с компасом	Правила пользования компасом. Ориентирование карты и компаса. Азимут, снятие азимута с карты и на предмет. Движение по азимуту. Приемы обхода препятствий	Владеть навыками работы с компасом: ориентирование карты, определение азимутов

2.3	Измерение расстояний	Способы измерения расстояний на карте и на местности. Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага, высоты дерева	Уметь определять расстояния до недоступного предмета, ширину реки, оврага, высоту дерева
2.4	Способы ориентирования	Ориентирование в походе с помощью топографической карты, не дающей полной информации о местности. Определение своего местонахождения при наличии сходной (параллельной) ситуации. Движение в походе при использовании кроки и схем участков маршрута. Организация разведок в походе. Движение по легенде. Особенности ориентирования в различных природных условиях: в горах, в тундре, на воде.	Владеть навыками ориентирования в сложных условиях, в различных природных условиях. Владеть необходимыми навыками ориентирования для участия в соревнованиях
2.5	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки	Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Определение сторон горизонта при помощи местных предметов. Причины, приводящие к потере ориентировки. Порядок действий туриста в случае потери ориентировки. Ориентирование при использовании спортивной карты, определение точки своего стояния и выбор пути движения	Владеть навыками определения сторон горизонта по местным предметам, небесным светилам. Владеть навыками действий при потере ориентировки. Уметь ориентироваться в сложных условиях, выполнять функции проводника (штурмана) в походе. Владеть навыками ориентирования при использовании спортивной карты, определять точки своего стояния и выбор пути движения
2.6	Соревнования по ориентированию	Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию. Обязанности участников соревнований. Определение результатов в соревнованиях по ориентированию. Туристское ориентирование, движение по обозначенному маршруту. Составление плана прохождения КП и распределение сил на дистанции. Тактические действия спортсмена до старта, на старте, на дистанции и на КП. Снаряжение ориентировщика	Уметь определять оптимальный маршрут движения. Участвовать в соревнованиях по спортивному и туристскому ориентированию

Краеведение

3.1	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	Общегеографическая, экономическая характеристика родного края. Население края, его национальный состав. История края. Рельеф, климат, гидрография, растительность, полезные ископаемые. Знаменитые земляки, их роль в истории края. Край в период Великой Отечественной войны. Экскурсионные объекты на территории края. Музеи. История своего населённого пункта, школы, ее выпускники. Наиболее интересные места и маршруты края для проведения походов	Владеть навыками работы со справочной литературой и картографическим материалом родного края. Уметь проводить исследовательскую работу, создавать летопись своего населённого пункта, родной школы. Принимать участие в походах и экскурсиях по памятным местам
3.2	Изучение района путешествия	Выбор и изучение района похода, разработка маршрута. Определение путей подъезда к началу маршрута, наличия экскурсионных объектов на маршруте	Владеть навыками изучения района и составления маршрута похода по интересным местам своего края
3.3	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	Содержание и методика краеведческих наблюдений по истории, географии, биологии, экологии, литературе и другим школьным предметам в соответствии с местными условиями. Деятельность по охране природы в условиях похода. Техника проведения краеведческих наблюдений и фиксации их. Правила сбора и хранение реликтовых и других материалов. Редкие и охраняемые растения и животные. Работа среди местного населения: участие в общественных мероприятиях, концертах. Составление отчётов о проведённых походах и путешествиях	Уметь проводить краеведческие наблюдения, собирать гербарии, материалы для школьных музеев. Владеть навыками выполнения заданий различных организаций, учреждений, школы. Иметь навыки работы среди местного населения, приведения в порядок памятников истории и культуры, воинских захоронений

Основы гигиены и первая доврачебная помощь

4.1	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	Личная гигиена при занятиях туризмом. Гигиена одежды и обуви. Роль закаливания в увеличении сопротивляемости организма простудным заболеваниям. Вредные привычки: курение, употребление спиртных напитков и их влияние на организм человека	Владеть навыками соблюдения гигиенических норм. Уметь выполнять комплекс утренней физической зарядки, процедур закаливания
4.2	Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений	Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств. Показания и противопоказания к применению лекарственных препаратов. Индивидуальная аптечка туриста. Лекарственные растения, возможности их использования в походных условиях	Уметь укомплектовать медицинскую (групповую и личную) аптечку на поход выходного дня и многодневный поход. Иметь навыки сбора и применения лекарственных растений
4.3	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Заболевания и травмы, обусловленные участием в туристских походах. Предупреждение и лечение заболеваний. Заболевания, связанные с укусами членистоногих и змей, клещей. Помощь при обмороке, ожогах, отморожениях, тепловом и солнечном ударе. Ушибы, ссадины, потертости. Искусственное дыхание, закрытый массаж сердца. Обработка ран, наложение жгута, ватно-марлевой повязки, способы бинтования ран. Первая помощь при переломах, ранах, кровотечениях	Владеть навыками предупреждения травм и заболеваний и оказания первой доврачебной помощи при различных травмах и заболеваниях
4.4	Приемы транспортировки пострадавшего	Иммобилизация (обездвиживание) пострадавшего подручными и специальными средствами. Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж	Владеть навыками иммобилизации пострадавшего. Уметь изготовить транспортировочные средства и транспортировать пострадавшего

<i>Общая и специальная физическая подготовка</i>			
5.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	Строение организма человека. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья и предотвращение травматизма	
5.2	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	Значение врачебного контроля и самоконтроля	Уметь вести самоконтроль и дневник самоконтроля
5.3	Общая физическая подготовка	Значение регулярной общей физической подготовки в укреплении здоровья и подготовке к походам	Быть способным выполнить принятые в школьной программе нормативы по физической подготовке с превышением их на 10–15%
5.4	Специальная физическая подготовка	Значение специальной физической подготовки в развитии различных групп мышц	
<i>Специальная туристская подготовка</i>			
6.1	Туристские слеты и соревнования	Основные мероприятия по подготовке туристских слетов и соревнований. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. Положение, условия проведения соревнований. Права и обязанности участников	Владеть навыками участия в соревнованиях в качестве участника
6.2	Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях	Система обеспечения безопасности в туризме. Опасности в туризме: субъективные и объективные. Меры по исключению субъективных и преодолению объективных опасностей. Деятельность маршрутно-квалификационных комиссий	Уметь определять причины возникновения аварийных и экстремальных ситуаций в походах, предугадывать и предотвращать возникновение экстремальных ситуаций
6.3	Понятие страховки, само страховки	Характеристика естественных препятствий в походе. Определение способов их преодоления. Техника движения по различному рельефу,	Владеть навыками движение по различному рельефу и преодолевать естественные препятствия. Уметь организовывать само страховку и страховку

		растительности. Правила организации страховки и само страховки. Техника вязания узлов	членов группы; вязать узлы: простой и двойной проводник, восьмерка, прямой, схватывающие узлы, встречный
--	--	---------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Минимум
знаний, умений и навыков при завершении
углубленного модуля обучения**

Ожидаемым результатом реализации программы является формирование у обучающихся - ценностно-смысловых компетенций:

- уметь принимать решения, брать на себя ответственность за их последствия, осуществлять самостоятельные действия и поступки при выполнении обязанностей в группе, при проведении занятий в качестве инструктора;
- владеть способами самоопределения в ситуациях выбора на основе собственных представлений, умений и навыков;
- уметь осуществлять индивидуальную образовательную деятельность при подготовке к проведению занятий, выполнении исследовательских работ;

учебно-познавательных компетенций:

- уметь ставить цель и организовывать процесс её достижения;
- уметь организовывать планирование, анализ, рефлексию, самооценку своей учебно-познавательной деятельности;
- владеть техникой и тактикой пешеходного туризма в сложных климато-географических условиях;
- владеть навыками ориентирования на местности, в т.ч. в сложных и экстремальных условиях;
- уметь выступать устно и письменно о результатах своей деятельности с использованием компьютерных средств и технологий (текстовые и графические редакторы, презентации);

социокультурных компетенций:

- уметь определять свое место и роль, систему взаимоотношения в окружающем мире: в семье, в классе, туристском объединении;
- владеть культурными нормами и традициями родного края, России;
- иметь представление о системах социальных норм и ценностей в России и других странах;
- иметь представление о принципах жизнедеятельности в многонациональном, многокультурном, многоконфессиональном обществе;

коммуникативных компетенций:

- владеть навыками руководства деятельностью группы, приемами общения; умениями находить компромиссы;
- владеть способами взаимодействия с окружающими, выступать с устным сообщением, уметь проводить учебные теоретические и практические занятия с обучающимися, задать вопрос, корректно вести диалог;

информационных компетенций:

- владеть навыками работы с различными источниками информации: книгами, учебниками, справочниками, атласами, картами, определителями, энциклопедиями, каталогами, словарями, Интернетом;
- самостоятельно искать, систематизировать, анализировать и отбирать необходимую для решения учебных задач информацию, организовывать, преобразовывать, сохранять и передавать её;
- применять для решения учебных задач информационные и телекоммуникационные технологии: аудио и видеозапись, электронную почту, Интернет;

природоведческих и здоровье сберегающих компетенций:

- знать и применять правила поведения в экстремальных ситуациях в природной, техногенной и социальной средах;
- знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о собственном здоровье, личной и общественной безопасности;
- владеть способами оказания первой доврачебной помощи;
- иметь физическую и техническую подготовку, и умение использовать их в походах и на соревнованиях.

№	Название разделов и тем	Знания	Умения и навыки
Туристская подготовка			
1.1	Нормативные документы по туризму	Инструкция по организации и проведению туристских походов с обучающимися Российской Федерации. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. Правила вида спорта «Спортивный туризм». Разрядные требования по спортивному туризму. Положение об организаторе и инструкторе детско-юношеского туризма	
1.2	Личное и групповое снаряжение. Усовершенствование снаряжения	Усовершенствование туристского снаряжения. Техника изготовления тентов, чехлов для топора, пилы, котлов, бахил. Конструкции самодельных палаток, спальных мешков, рюкзаков	Уметь усовершенствовать и изготавливать самодельное снаряжение (по выбору)
1.3	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Быт в экстремальных ситуациях	Организация ночлегов в летний и зимний период. Использование костров для обогрева при организации ночлегов в экстремальных ситуациях. Способы добывания огня без спичек. Организация питания в экстремальных условиях. Охота и рыбалка.	Иметь навыки строительства временных укрытий: тентов навесов, шалашей, пещер, траншей, иглу. Уметь разжигание костёр типа «нодья». Иметь навыки добывания огня без спичек
1.4	Подготовка к походу, путешествию	Порядок проведения мероприятий по подготовке к походу	Владеть навыками разработки маршрутов для проведения учебных походов в качестве стажеров-руководителей групп, маршрута летнего зачетного похода
1.5	Подведение итогов похода	Анализ действий стажеров-руководителей групп по проведению учебных походов	Уметь организовать работу по оформлению отчета о походе, ремонту снаряжения, подготовке экспонатов для школьного музея и предметных кабинетов
1.6	Питание в походе	Способы уменьшения веса и увеличения калорийности дневного рациона в категорийном походе. Организация питания в экстремальных условиях. Охота и рыбалка. Использование в пищу дикорастущих растений. Приготовление пищи в экстремальных условиях	Обладать навыками охоты и рыбалки. Уметь приготовить пищу в экстремальных ситуациях

1.7	Особенности других видов туризма (по выбору)	Особенности подготовки похода, личного и общественного снаряжения. Техника и тактика вида туризма, организация привалов и ночлегов	Владеть навыками участия в походе другого вида туризма (по выбору)
<i>Топография и ориентирование</i>			
2.1	Топографическая и спортивная карта. Топографическая съемка, корректировка карты	Свойства карт Чтение карты и составление схем и кроки. Прокладка и описание маршрута. Копирование карт и схем. Маршрутная глазомерная съемка. Кроки. Корректировка спортивной карты	Уметь проводить маршрутную глазомерную съемку, корректировку карты, копирование карт. Копирование оригиналов расчлененных карт
2.2	Ориентирование в сложных условиях	Особенности ориентирования в сложном походе. Ориентирование при отсутствии крупномасштабных карт. Разведка, маркировка пути движения. Движение при потере видимости. Глазомер в горах. Оценка пройденного пути по времени движения	Владеть навыками ориентирования в сложных условиях, выполнять обязанности проводника (штурмана) группы в сложном походе
2.3	Соревнования по ориентированию	Тактические действия спортсмена до старта, на старте, на дистанции и контрольных пунктах (КП). Снаряжение ориентировщика	Иметь навыки спортивного ориентирования для участия в соревнованиях
<i>Краеведение</i>			
3.1	Всероссийское туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество»	Цели и задачи движения «Отечество». Содержание работы по подпрограммам движения. Массовые мероприятия в программе движения	Уметь организовать краеведческие исследования в рамках движения «Отечество» по теме, определенной для группы или персонально
3.2	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	Общегеографическая, экономическая характеристика родного края. Население края, его национальный состав. История края. Рельеф, климат, гидрография, растительность, полезные ископаемые. Знаменитые земляки, их роль в истории края. Край в период Великой Отечественной войны. Экскурсионные объекты на территории края. Музеи. История своего населённого пункта, школы, ее выпускники. Наиболее интересные места и маршруты края для проведения походов	Владеть навыками работы со справочной литературой и картографическим материалом родного края. Уметь проводить исследовательскую работу, создавать летопись своего населённого пункта, родной школы. Принимать участие в походах и экскурсиях по памятным местам
3.3	Изучение района путешествия	Изучение района похода, путешествия в	Иметь навыки по организации изучения материалов

		зависимости от целей, стоящих перед группой. Границы, климат, рельеф, гидрография, растительность и другие природные условия района. Транспортные пути. История, памятные события, произошедшие на территории района путешествия. Экскурсионные объекты на маршруте	и подготовки докладов по району предстоящего путешествия
3.4	Общественно-полезная работа в путешествиях, охрана природы и памятников культуры		Владеть навыками выполнения краеведческих заданий на маршруте, изучения краеведческих объектов, проведения природоохранных мероприятий
<i>Обеспечение безопасности в походе</i>			
4.1	Психологические факторы, влияющие на безопасность группы в походе	Факторы успешных действий группы на маршруте, соревнованиях. Лидер в группе и его влияние на состояние психологического климата. Причины возникновения конфликтов в группе и способы их устранения	Уметь предвидеть и устранять причины возникновения конфликтов в группе
4.2	Причины возникновения экстремальных ситуаций в природной среде	Основные причины возникновения экстремальных ситуаций по вине руководителя: просчеты руководителя группы в подготовительный период, ошибки руководителя группы в период проведения похода	Уметь определить причины возникновения экстремальных ситуаций (на примерах действий группы и примерах, описанных в литературе)
4.3	Техника безопасности при преодолении естественных препятствий	Меры безопасности при движении по снежникам и при переправе через реки. Виды страховки: групповая, само страховка, комбинированная. Приемы и способы страховки. Само страховка на месте и в движении. Узлы: удавка, булинь, брамшкотовый, академический и другие. Техника их вязания. Основные признаки изменения погоды	Обладать навыками организации страховки и само страховки при организации переправ и движении по снежникам. Уметь вязать узлы. Уметь вести дневника метеонаблюдений и определять (предсказывать) изменения погоды
4.4	Тактика и техника движения в экстремальных ситуациях	Выбор и сохранение направления движения при отсутствии карты, компаса. Использование троп, дорог. Движение вдоль оврагов, ручьев к реке, по реке к населенным пунктам. Выход к населенному	Обладать навыками руководства действиями группы в имитированных условиях возникновения экстремальных ситуаций

		пункту зимой (использование дорог, лыжни, проторенных местным населением троп)	
4.5	Действия в экстремальных ситуациях по обеспечению личной и групповой безопасности	Действия группы при потере ориентировки. Организация разведки маршрута. Отход к прежней стоянке и ожидание помощи. Подача сигналов бедствия. Международная кодовая таблица сигналов. Действия при наличии тяжелобольного или травмированного участника. Действие при отставании одного или нескольких членов группы. Действия при других чрезвычайных ситуациях	Обладать навыками действий в экстремальных ситуациях в природной среде
4.6	Оказание первой доврачебной помощи, приемы транспортировки пострадавшего	Измерение температуры, пульса, артериального давления. Согревающие и охлаждающие процедуры. Помощь при переломах, ранах, кровотечениях. Травмы области брюшной полости. Травмы головы и туловища. Подготовка инструментов для инъекции, забор лекарств и выполнение подкожных, внутривенных и внутримышечных инъекций (на тренажере). Остановка кровотечения из носа, из десны, из уха, из легких, из пищеварительного тракта, внутреннего кровотечения в брюшную полость. Основные приемы реанимации. Шок. Искусственное дыхание. Закрытый массаж сердца. Оказание помощи при поражении молнией, поражении электрическим током (с соблюдением правил безопасности). Имобилизация пострадавшего. Правила наложения шин. Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление транспортировочных средств	Владеть навыками оказания первой доврачебной помощи пострадавшему
<i>Общая и специальная физическая подготовка</i>			
5.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	Сведения о строении мускулатуры человека и влиянии специальных физических упражнений на развитие мышц, укрепление здоровья и предотвращение травматизма	Знать комплексы физических упражнений для поддержания тонуса мышц и снятия мышечной усталости
5.2	Врачебный контроль,	Значение врачебного контроля и самоконтроля	Обладать навыками самоконтроля и ведения

	самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках		дневника самоконтроля
5.3	Общая физическая подготовка	Значение регулярной общей физической подготовки в укреплении здоровья и подготовке к походам	Быть способным выполнить принятые в школьной программе нормативы по физической подготовке с превышением их на 10-15%
5.4	Специальная физическая подготовка	Значение специальной физической подготовки в развитии различных групп мышц	
<i>Специальная туристская подготовка</i>			
6.1	Техника преодоления естественных препятствий	Переправы через реки. Страховка и самостраховка при организации переправ, при движении по ледникам, снежникам, сыпучим склонам	Уметь организовывать переправы через реки и двигаться по ледникам, снежникам, сыпучим склонам
6.2	Соревнования по туризму	Тактика и специальная техника прохождения различных дистанций соревнований по спортивному туризму в закрытых помещениях и природной среде. Обеспечение личной безопасности при прохождении дистанций	Владеть навыками безопасного и тактически грамотного преодоления пешеходных дистанций спортивного туризма

Кадровое обеспечение программы

Занятия ведет педагог дополнительного образования, хорошо владеющий как общепедагогическими компетенциями, так и специальными знаниями.

Умеет ставить цели и задачи в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся.

Умеет осуществлять отбор содержания обучения, осуществлять отбор форм и методов организации самостоятельной и коллективной творческой деятельности обучающихся в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Умеет организовывать образовательный процесс с учетом уровня здоровья учащихся, обеспечить формирование у учащихся навыков учебной деятельности. Умеет обеспечить у учеников формирование навыков самоорганизации.

Умеет обеспечить взаимопонимание участников образовательного процесса, поддержать обучающихся и коллег в работе, анализировать поступки и поведение обучающихся. Умеет организовать свою деятельность и деятельность обучающихся для достижения намеченных целей.

Формы аттестации и контроля

Процесс обучения предусматривает следующие виды контроля:

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
<i>Входной контроль</i>		
В начале учебного года	Определение уровня развития детей, их творческих способностей	Тест
<i>Текущий контроль</i>		
В течение всего учебного года	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового	Педагогическое наблюдение

	материала. Повышение ответственности и заинтересованности детей в обучении. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	
<i>Промежуточный контроль</i>		
В конце большой темы, полугодия.	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Участие в соревнованиях Походы
<i>Итоговый контроль</i>		
В конце учебного года по окончании обучения по программе	Определение изменения уровня развития детей, их творческих способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование учащихся на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение. Получение сведений для совершенствования общеобразовательной программы и методов обучения.	Защита творческого проекта

Оценочные материалы. Входная диагностика проводится в сентябре с целью выявления уровня знаний и умений. Для обучения по программе ребенок должен иметь опыт участия в походе не менее первой категории сложности, уметь организовать свой походный быт, грамотно подбирать личное снаряжение, иметь навыки самообслуживания, самодиагностики физического состояния. Диагностика проводится в форме беседы с изучением портфолио. Портфолио может быть представлено в электронном или бумажном виде и должно подтверждать наличие туристского опыта у ребенка. Во время проведения входной диагностики педагог заполняет информационную карту. Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся. Формы: педагогическое наблюдение; участие в

соревнованиях;-сдача нормативов физической подготовки;-выполнение тестовых заданий на знание нормативных документов, основ спортивного туризма, основ психологии, руководящих документов по безопасности, первой помощи, разрядных требований, организации быта и приготовления пищи;-решение ситуационных задач (кейсов);-выполнение практической работы по подготовке к нестационарному мероприятию, походу выходного дня, категорийному походу;-выполнение практической работы в природных условиях по ориентированию по карте, установке бивака, приготовлении пищи;-подготовке документации для соревнований, регистрации документов в МЧС, прохождения маршрутно-квалификационной комиссии, отчетов.Промежуточный контрольпредусмотрен два раза в год (январь, май) с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.Формы:-выполнение работы в качестве судьи соревнований;-результаты участия в соревнованиях;-разбор проведенных с участием учащихся в качестве организаторов мероприятий, соревнований, походов выходного дня, категорийных походов.Итоговый контрольпроводится в конце обучения по программе.Формы:-анализ педагогом и учащимися результатов стажировки каждого учащегося в качестве инструктора.Методики, методы и технологии.В процессе реализации программы применяются:Интерактивные технологии, направленные на активизацию деятельности самих субъектов в образовательном процессе и их развитие. Это рефлексивные технологии(анализ отчетов проведенных походов, анализ действий судьи на соревнованиях, анализ работы как инструктора), технологии самопознанияисамооценки(психологические тесты, тренинги).Информационные технологии,направленные на овладение новыми средствами поиска, применения и переработки учебной или научной информации, а именно средствами компьютерной техники, Интернета, ауди-и видеотехники.Это работа с картографическим материалом в Интернете, изучение электронных отчетов, поиск информации для подготовки к походу, отправка по электронной почте документов в МЧС, работа в программе «Предпоход».Коммуникативные технологии, направленные на совершенствование способов взаимодействия с людьми и связаны с организацией парной, групповой, коллективной работой.

Это диалогические технологии, технологии организации групповой и коллективной деятельности, тренинг общения и. др.В программе коммуникативные технологии используются при проведении тренингов по психологии, работа по подготовке к походу (подготовка, сбор и упаковка снаряжения, упаковка продуктов,

распределение обязанностей в походе и т.д.). Гуманитарные технологии обеспечивают формирование социально-значимых качеств, дополняют другие образовательные технологии, применяемые в программе – технологии организации сотрудничества, совместной групповой и коллективной деятельности, благоприятной коммуникации и общения, сотворчества и работы в команде. А так же, гуманитарные технологии служат средством актуализации и развития ценностно-смысловой сферы учащихся в процессе обучения и общения, согласования профессиональных и жизненных ценностей, стремления и готовности к самопознанию своих интеллектуальных, профессиональных, организаторских, лидерских возможностей. Широко при обучении по программе применяются методы проблемного обучения, в основном это решение задач, возникающих перед инструктором: решение вопросов обеспечения безопасности группы на маршруте, решение конфликтных ситуаций, решение задач организации первой помощи и транспортировки пострадавшего, решение задач, связанных с безопасным преодолением группой возможных препятствий и т.д. В учебном процессе по программе используется кейс-технология. Основным ее предназначением является обучение способам решения практико-ориентированных неструктурированных образовательных, научных или профессиональных проблем. Кейс-технология используется при обучении навыкам оказания первой помощи

Таблица контрольных нормативов

№	Вид	Удовлетворительно	Хорошо
1	Приседание на одной ноге	45	57
2	Подтягивание на перекладине	3	8
3	Сгибание рук в упоре лежа	10	18
4	Кросс (юноши – 800 м. девушки 500м)	2.50 2..09	2.40 1.56
5	Прохождение обрывистого склона (30-40 Град.)	Неуверенно	Уверенно

6	Прохождение по бревну	Неуверенно	Уверенно
7	Марш-бросок с грузом 5 кг по грунтовке длиной 30 км	за любое время	6 ч. 30 мин.

Список литературы

1. Алексеев А.А. Пособие по составлению отчетов о туристских походах, путешествиях и спортивных турах/ - М. 2010, с 99.
2. Бардин К. В., Азбука туризма/ Москва «Просвещение», 1981, с.115
3. Бардин К.В. Туризма. Пособие для руководителей туристских походов в школе/ М., 1973, с.137.
4. Биржаков М.Б., Введение в туризм,/ СПб.: Издательский дом "Герда", 2000. - 192 с.8
5. Болдырев С.Н., Жмуров В.И., Косарев Е.А., Сложные туристские походы/ - М.: Профиздат, 1976. - 136 с.
6. Буйленко В.Ф. Туризм, Ростов-на-Дону/ Феникс, 2008. - 416 с.10
7. Варламов В. Г., ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ В ПЕШЕМ ПОХОДЕ, Центральное рекламно-информационное бюро "Турист", Москва, 1983, с. 22.
8. Виноградов Ю., Митрухова Т. Воскресные путешествия пешком./ - Л.: Лениздат, 2008. - 144 с.
9. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я., Булатов В.Г., Туризм и спортивное ориентирование/ Москва "Физкультура и спорт" 1987, с. 67.
10. Грицак Ю.П. Организация самодеятельного туризма, Учебное пособие для студентов специальности «туризм»./ - Харьков: Экограф, 2008. - с. 164
11. Квартальнов В.А. Туризм,/ М.: Финансы и статистика, 2002. - с. 320
12. Константинов Ю. С. «Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей»/ М.: ФЦДЮТК, 2011-180 с.
13. Константинов Ю.С. Система туристско-краеведческой деятельности в школе. Теория и практика дополнительного образования./ М.: «Просвещение» 2010, стр. 49-52.

14. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста./ М.: Профиздат, 2009. - 241 с.
15. Лукоянов П.И. Зимние спортивные походы./ - М.: ФиС, 1988. - 191с.
16. Макаревич Э.А. Туристские походы выходного дня./ - Мн.: Полымя, 1985. - 79с.
17. Макаренко С.Н., Саак А.Э. История туризма./ Таганрог: Издательство ТРТУ, 2003. - 94 с.4
18. Остапец А. А., Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся: Методические рекомендации/ -- М., РМАТ, 2001. -- 1987 с.6
19. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов/ М.: Профиздат, 2007. - 224 с.
20. Разрядные требования по спортивному туризму на 2001-2004 г.//Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму на 2001-2004 гг. -- М. 2001 г.; стр. 28.
21. Семеновский В. Снаряжение туриста./ Москва-Ленинград: Государственное издательство, 1929, с. 244.
22. Соколова М.В. История туризма, Учебное пособие./ - М.: Мастерство, 2012. - 352 с.
23. Суханов А.П., Питание и ведение хозяйства в туристском походе/ Красноярск, 2003, с. 45.
24. Сысоева О.Е.: Организация летнего отдыха детей./ - М.: Владос., 1999. - 176с.
25. Туризм в школе: Книга руководителя путешествия/ И.А. Верба, С.М. Голицин, В.М. Куликов, Е.Г. Рябов./ - М.: Физкультура и спорт, 1983. - 160с.
26. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм: Учебник/ Под общ. Ред. Ю.Н. Федотова./ - М.: Советский спорт, 2009. - 364с.
27. Шимановский В.Ф. и Ганопольский В.И., Питание в туристском путешествии./ - М.: Профиздат, 2006. - 176 с.

**Календарно-тематический план
1-ый год обучения**

Дата проведения занятия		Наименование тем и разделов	Краткое содержание	Общее количество учебных часов			Средства обучения	Примечание
По плану	По факту			теория	практика	всего		
		Понятие о туризме.	Туризм-средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков. Анкетирование участников объединения.	1		1	Фотографии разных видов туризма, анкеты.	
		Техника безопасности при проведении занятий	Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице.	1		1	Игра-лото «Можно-нельзя».	
		ФПТ. (КСУ)	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, ватенки, мел.	
		Наблюдение в природе.	Экскурсия по территории школы с определением пород деревьев и кустарников, установка табличек для дальнейшего наблюдения за растительностью и животным миром в соответствии с погодой и сезонными изменениями.	-	1	1	Таблички с названиями пород деревьев и кустарников, дневник наблюдений, фотоаппарат.	
		История развития туризма в России.	Краткая история развития туризма в России 1918-2017 годы. Проведение Всероссийских туристских мероприятий за предыдущие 5 лет. Участие в них команд Курской области.	1		1	Слайды с Всероссийских соревнований.	
		История и культура края.	Экскурсия по школе и микрорайону школы. История создания школы, ее местоположения, микрорайона школы (улиц Ильича, 8 Марта, Союзной и т.д.)	-	1	1	Фотоальбомы по истории школы.	
		История и культура края.	Историческая справка по городу Курску.	1	-	1	Фотографии старых и новых видов города Курска.	
		Туристские	Беседа о памятниках истории и культуры города	1		1	Фотографии памятников	

		возможности края.	Курска. Экскурсия к близлежащим памятникам.				истории и культуры города Курска	
		Географическое положение Курской области.	Географическое положение Курской области. «Путешествия» по карте.	1		1	Атлас Курской области	
		Наблюдение в природе.	Экскурсия по территории школы с целью наблюдения за растительностью и животным миром в соответствии с погодой и сезонными изменениями. Измерение температуры воздуха на улице, наблюдение за погодой в начале занятия и в конце.	-	1	1	Дневник наблюдений за растительностью и животным миром, термометр.	
		Географическое положение Курской области.	«Путешествие» по карте. Краеведческая викторина «Край родной».	-	1	1	атлас Курской области, викторина	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник		1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		ФПТ. (КСУ)	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел	
		Природные условия и ресурсы края.	Природные условия и ресурсы Курской области. «Путешествие» по карте.	1		1	Атлас Курской области	
		Полезные ископаемые Курской области.	«Путешествия» по карте. Игра «Угадай что это?».	-	1	1	Атлас Курской области, образцы полезных ископаемых	
		Растительный и животный мир Курской области.	Игра-лото «Растения и животные».	1		1	Игра-лото «Растения и животные»	
		Климат Курской области.	«Путешествие» по карте.	-	1	1	Атлас Курской области.	
		ФПТ. (КСУ)	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел	
		Туристские возможности края.	Особо охраняемые природные территории Курской области. Природные заказники Курской области.	1		1	Атлас Курской области, фотографии природных заказников	
		История и культура края.	Составление кроссвордов по истории города Курска. Краеведческая викторина «Люби и знай свой город».	1		1	Викторина, портреты знаменитых людей, фотографии памятников города Курска.	
		Гидрография края.	Реки, озера, болота Курской области.	-	1	1	Атлас и карта Курской	

			«Путешествие» по карте.				области	
		Наблюдение в природе.	Экскурсия по территории школы с целью наблюдения за растительностью и животным миром в соответствии с погодой и сезонными изменениями. Измерение температуры воздуха на улице, наблюдение за погодой в начале занятия и в конце.	-	1	1	Дневник наблюдений за растительностью и животным миром, термометр.	
		Топографическая и спортивная карты.	Изучение форм рельефа на карте и на местности. Упражнения на запоминание условных знаков.	-	1	1	Топографическая карта, карточки с топографическими знаками.	
		Ориентирование.	Компас, его устройство, правила обращения. Понятие об азимуте.		1	1	Компас, флажки.	
		Топографическая и спортивная карты.	Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты.		1	1	Топографическая и спортивная карты, карточки с топографическими знаками и знаками спортивных карт.	
		Условные знаки.	Условные знаки спортивной карты. Игра «Найди отличие».	1		1	Топографическая карта, карточки с топографическими знаками.	
		Способы ориентирования.	Условные знаки спортивной карты. Тесты.	-	1	1	Компас, спортивная карта.	
		Ориентирование по местным предметам.	Экскурсия по территории школы с целью определения сторон света. Ориентирование по местным предметам. Игра «Определи стороны света».	-	1	1	-	
		ФПТ. Бег на лыжах.	Коньковый одновременный ход.	-	1	1	Лыжи.	
		ФПТ. Бег на лыжах.	Полуконьковый одновременный ход	-	1	1	Лыжи.	
		ФПТ. Бег на лыжах.	Одновременный двухшажный ход.		1	1	Лыжи.	
		Действия в случае потери ориентировки.	Спортивная карта. Границы полигона	-	1	1	Топографическая и спортивная карта.	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, ватками	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, ватки, мел.	
		Наблюдение в	Экскурсия по территории школы с целью				Дневник наблюдений за	

		природе.	наблюдения за растительностью и животным миром в соответствии с погодой и сезонными изменениями. Измерение температуры воздуха на улице, наблюдение за погодой в начале занятия и в конце.	1		1	растительностью и животным миром, термометр.	
		Техника безопасности в походе.	Правила поведения при движении группы (пешком и на транспорте). Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением. Игра на территории школы «Как пройти?»	-	1	1	Плакаты «Движение пешеходов в населенном пункте и на дороге».	
		Техника безопасности в походе.	Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Правила пользования альпенштоком.	-	1	1	Альпенштоки.	
		Туризм и охрана природы.	Закон об охране природы. Участие туристов в охране и преобразовании природы. Виды природоохранной деятельности школьников.	1	-	1	Фотографии. Презентация.	
		Правила санитарии и гигиены.	Гигиенические требования в походе. Гигиена обуви и одежды. Умывание, купание, закаливание в походе. Защита окружающей среды от загрязнения (умывание, мытье посуды, утилизация бытовых отходов). Игра «Что можно, что нельзя».	1		1	Картинки к игре «Что можно, что нельзя».	
		Основные приемы оказания первой помощи.	Медицинская аптечка. Ее комплектование, хранение, транспортировка и пополнение походной аптечки. Перечень и показания к применению лекарственных препаратов. Личная аптечка туриста.		1	1	Медицинская аптечка.	
		Основные приемы оказания первой помощи.	Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных простейших травмах (определение травмы, практическое оказание помощи).	-	1	1	Медицинская аптечка, шины. Презентация «Оказание доврачебной помощи».	
		Основные приемы оказания первой помощи.	Правила переноски пострадавшего. Переноска пострадавшего.	-	1	1	Штормовка, веревки.	
		Привалы и ночлеги. Организация туристского быта.	Бивак дневной и ночной. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развертывание лагеря).		1	1	Фотографии, плакаты.	
		Привалы и ночлеги. Организация	Установка палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и	-	1	1	Фотографии, костровое оборудование, палатка.	

		туристского быта.	проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Организация ночлегов в помещении. Нормы поведения туристов в населенных пунктах.					
		Организация туристского быта.	Организация работы по устройству бивака. Свертывание лагеря, уборка места лагеря. Игры в пути и на привале. Туристская песня.		1	1	Фотографии, костровое оборудование, палатка, полена. Атрибуты к играм, диск с туристскими песнями.	
		Привалы и ночлеги. Организация туристского быта.	Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров. Правила работы с топором и пилой. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.	-	1	1	Презентация «Типы костров». Полена, топор, пила.	
		Туристское снаряжение.	Личное и групповое снаряжение, основные требования к нему: лёгкость, прочность, безопасность эксплуатации, удобство использования, гигиеничность, эстетичность. Правила упаковки снаряжения. Обувь, одежда для похода, уход за ними. Игра «Собери рюкзак в поход».		1	1	Личное и групповое снаряжение, рюкзак. Презентация «Личное и групповое снаряжение».	
		Туристское снаряжение.	Типы палаток, их назначение. Походная посуда. Хозяйственный и ремонтный набор, Установка палатки. Игра «Собираемся в поход».	-	1	1	Личное и групповое снаряжение, рюкзак, палатка.	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, вашенками.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		Изучение отдельных компонентов природного комплекса.	Рельеф, почва, растения, животные. Природные комплексы: леса, луга, поля, водоема. Экология - наука о взаимосвязях в природе. Экологические факторы, их влияние на природные комплексы.	1	-	1	Фотографии с природными комплексами.	
		Изучение отдельных компонентов природного комплекса.	Экскурсия к близлежащему оврагу с целью изучения почвенного среза и различных форм рельефа.	-	1	1	Фотоаппарат, планшеты, блокноты.	
		Туризм и охрана природы.	Экологическая акция «Уберем мусор».	-	1	1	Веники, лопаты, грабли, носилки, мешки для мусора, перчатки.	
		Топографическая и	Изучение форм рельефа на карте и на местности. Упражнения на запоминание условных знаков.	-	1	1	Топографическая и спортивная карты,	

		спортивная карты.					карточки с топографическими знаками и знаками спортивных карт.	
		Ориентирование.	Спортивные карты, элементы спортивного ориентирования.	-	1	1	Спортивные карты, карточки с условными знаками, схема школьного участка, флажки.	
		Наблюдение в природе.	Экскурсия по территории школы с целью наблюдения за растительностью и животным миром в соответствии с погодой и сезонными изменениями. Измерение температуры воздуха на улице, наблюдение за погодой в начале занятия и в конце.	-	1	1	Дневник наблюдений за растительностью и животным миром, термометр.	
		Туризм и охрана природы.	Экологическая акция «Чистый двор».	-	1	1	Веники, грабли, носилки, мешки для мусора, перчатки.	
		Изучение отдельных компонентов природного комплекса.	Игра – лото «Растения луга», «Растения леса», «Растения поля», «Растения водоёма».	-	1	1	Наборы игр-лото.	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, вашенками.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		Правила санитарии и гигиены.	Ядовитые растения и грибы.	1			Презентация «Ядовитые растения и грибы». Карточки с ядовитыми растениями и грибами.	
		Правила санитарии и гигиены.	Дикорастущие лекарственные растения, правила их сбора и применение.	1		1	Презентация «Лекарственные растения». Карточки с лекарственными растениями, ножницы.	
		Туризм и охрана природы.	Экологическая акция «Чистая детская площадка».	-	1	1	Веники, грабли, носилки, мешки для мусора, перчатки.	
		Наблюдение в природе.	Экскурсия по территории школы с целью наблюдения за растительностью и животным миром в соответствии с погодой и сезонными	-	1	1	Дневник наблюдений за растительностью и животным миром,	

			изменениями. Измерение температуры воздуха на улице, наблюдение за погодой в начале занятия и в конце.				термометр.	
		Туризм и охрана природы.	Экологическая акция «Чистый двор».	1		1	Веники, грабли, носилки, мешки для мусора, перчатки.	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, вашенками.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		Питание в походе.	Значение правильного питания в походе. Набор продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте. Составление меню и списка продуктов на однодневный поход, фасовка и упаковка продуктов.	1		1	Котелок, вода, набор продуктов на однодневный поход, дрова, костровое оборудование, таблица норм расхода продуктов, примерные меню.	
		Подготовка и организация путешествия.	Подготовка и организация однодневного похода. Подбор группы. Распределение должностей и обязанностей в группе. Маршрутный лист.		1	1	маршрутный лист, дневник похода	
		Подготовка и организация путешествия.	Однодневный зачетный поход с целью исследования экологического окружения, сбора лекарственных растений для гербария.	-	1	1	Рюкзак, набор продуктов, котелок, костровое оборудование, вода, фотоаппарат, пакеты для растений, дневник похода, маршрутный лист.	
		Подведение итогов похода.	Написание отчета. Работа с собранным материалом, его определение, систематика, оформление.	1			Дневник похода, папки для растений, определитель лекарственных растений	
		История и культура края.	Экскурсия	-	1	1	-	
		Подготовка и организация путешествия.	Однодневный зачетный поход с целью исследования	-	1	1	Рюкзак, набор продуктов, котелок, костровое оборудование, вода, фотоаппарат, пакеты	

			экологического окружения, сбора лекарственных растений для гербария.				для растений, дневник похода, маршрутный лист.	
		Подготовка и организация путешествия.	Однодневный зачетный поход с целью исследования экологического окружения,	-	1	1	Рюкзак, набор продуктов, котелок, костровое оборудование, вода, фотоаппарат,	
		Подготовка и организация путешествия.	Однодневный зачетный поход с целью сбора лекарственных растений для гербария.	-	1	1	вода, фотоаппарат, пакеты для растений, дневник похода, маршрутный лист.	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, вашенками.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	

Дата проведения занятия		Наименование тем и разделов	Краткое содержание	Общее количество учебных часов			Средства обучения	Примечание
По плану	По факту			теория	практика	всего		
		Понятие о туризме.	Туризм-средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков. Анкетирование участников объединения.	1		1	Фотографии разных видов туризма, анкеты.	
		Техника безопасности при проведении	Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении	1		1	Игра-лото «Можно-нельзя».	

		занятий	занятий в помещении и на улице.					
		ФПТ. (КСУ)	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		ОФП	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		История развития туризма в России.	Краткая история развития туризма в России 1918-2017 годы. Проведение Всероссийских туристских мероприятий за предыдущие 5 лет. Участие в них команд Курской области.	1		1	Слайды с Всероссийских соревнований.	
		КСУ	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		История и культура края.	Историческая справка по городу Курску.	1	-	1	Фотографии старых и новых видов города Курска.	
		Подготовка снаряжения к походу	Укладка рюкзака. Групповое и личное снаряжение		1	1	Групповое и личное снаряжение	
		СфП	Силовая подготовка		1	1	Естественные тренажеры	
		Подготовка группового снаряжения	Укладка палаток, спальников и т.д.	-	1	1	Рюкзаки, палатки, спальники	
		Географическое положение Курской области.	«Путешествие» по карте. Краеведческая викторина «Край родной».	-	1	1	атлас Курской области, викторина	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник		1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		ФПТ. (КСУ)	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел	
		Преодоление склонов в походе	Использование альпенштока		1	1	Альпеншток	
		Полезные ископаемые Курской области.	«Путешествия» по карте. Игра «Угадай что это?».	-	1	1	Атлас Курской области, образцы полезных ископаемых	
		ОФП	Силовая подготовка		1	1	Работа на тренажерах	
		Климат Курской области.	«Путешествие» по карте.	-	1	1	Атлас Курской области.	
		ФПТ. (КСУ)	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел	
		Туристские возможности края.	Особо охраняемые природные территории Курской области. Природные заказники Курской	1		1	Атлас Курской области, фотографии природных	

			области.				заказников	
		Преодоление естественных препятствий в походе	способы преодоления препятствий		1	1	Викторина, портреты знаменитых людей, фотографии памятников города Курска.	
		Гидрография края.	Реки, озера, болота Курской области. «Путешествие» по карте.	-	1	1	Веревки	
		Наблюдение в природе.	Экскурсия по территории школы с целью наблюдения за растительностью и животным миром в соответствии с погодой и сезонными изменениями. Измерение температуры воздуха на улице, наблюдение за погодой в начале занятия и в конце.	-	1	1	Дневник наблюдений за растительностью и животным миром, термометр.	
		Топографическая и спортивная карты.	Изучение форм рельефа на карте и на местности. Упражнения на запоминание условных знаков.	-	1	1	Топографическая карта, карточки с топографическими знаками.	
		Ориентирование.	Компас, его устройство, правила обращения. Понятие об азимуте.		1	1	Компас, флажки.	
		Топографическая и спортивная карты.	Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты.		1	1	Топографическая и спортивная карты, карточки с топографическими знаками и знаками спортивных карт.	
		Условные знаки.	Условные знаки спортивной карты. Игра «Найди отличие».	1		1	Топографическая карта, карточки с топографическими знаками.	
		Способы ориентирования.	Условные знаки спортивной карты. Тесты.	-	1	1	Компас, спортивная карта.	
		Ориентирование по местным предметам.	Экскурсия по территории школы с целью определения сторон света. Ориентирование по местным предметам. Игра «Определи стороны света».	-	1	1	-	
		ФПТ. Бег на лыжах.	Коньковый одновременный ход.	-	1	1	Лыжи.	
		ФПТ. Бег на лыжах.	Полуконьковый одновременный ход	-	1	1	Лыжи.	
		ФПТ. Бег на лыжах.	Одновременный двухшажный ход.		1	1	Лыжи.	

		Действия в случае потери ориентировки.	Спортивная карта. Границы полигона	-	1	1	Топографическая и спортивная карта.	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, вашенками	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		Движение по карте	Основные приемы в ориентировании		1	1	Компас, карта	
		Техника безопасности в походе.	Правила поведения при движении группы (пешком и на транспорте). Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением. Игра на территории школы «Как пройти?»	-	1	1	Плакаты «Движение пешеходов в населенном пункте и на дороге».	
		Техника безопасности в походе.	Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Правила пользования альпенштоком.	-	1	1	Альпенштоки.	
		Туризм и охрана природы.	Закон об охране природы. Участие туристов в охране и преобразовании природы. Виды природоохранной деятельности школьников.	1	-	1	Фотографии. Презентация.	
		Правила санитарии и гигиены.	Гигиенические требования в походе. Гигиена обуви и одежды. Умывание, купание, закаливание в походе. Защита окружающей среды от загрязнения (умывание, мытье посуды, утилизация бытовых отходов). Игра «Что можно, что нельзя».	1		1	Картинки к игре «Что можно, что нельзя».	
		Основные приемы оказания первой помощи.	Медицинская аптечка. Ее комплектование, хранение, транспортировка и пополнение походной аптечки. Перечень и показания к применению лекарственных препаратов. Личная аптечка туриста.		1	1	Медицинская аптечка.	
		Основные приемы оказания первой помощи.	Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных простейших травмах (определение травмы, практическое оказание помощи).	-	1	1	Медицинская аптечка, шины. Презентация «Оказание доврачебной помощи».	
		Основные приемы оказания первой помощи.	Правила переноски пострадавшего. Переноска пострадавшего.	-	1	1	Штормовка, веревки.	
		Привалы и ночлеги. Организация туристского быта.	Бивак дневной и ночной. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развертывание лагеря).		1	1	Фотографии, плакаты.	

		Привалы и ночлеги. Организация туристского быта.	Установка палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Организация ночлегов в помещении. Нормы поведения туристов в населенных пунктах.	-	1	1	Фотографии, костровое оборудование, палатка.	
		Организация туристского быта.	Организация работы по устройству бивака. Свертывание лагеря, уборка места лагеря. Игры в пути и на привале. Туристская песня.		1	1	Фотографии, костровое оборудование, палатка, полена. Атрибуты к играм, диск с туристскими песнями.	
		Привалы и ночлеги. Организация туристского быта.	Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров. Правила работы с топором и пилой. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.	-	1	1	Презентация «Типы костров». Полена, топор, пила.	
		Туристское снаряжение.	Личное и групповое снаряжение, основные требования к нему: лёгкость, прочность, безопасность эксплуатации, удобство использования, гигиеничность, эстетичность. Правила упаковки снаряжения. Обувь, одежда для похода, уход за ними. Игра «Собери рюкзак в поход».		1	1	Личное и групповое снаряжение, рюкзак. Презентация «Личное и групповое снаряжение».	
		Туристское снаряжение.	Типы палаток, их назначение. Походная посуда. Хозяйственный и ремонтный набор, Установка палатки. Игра «Собираемся в поход».	-	1	1	Личное и групповое снаряжение, рюкзак, палатка.	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, вашенками.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		Организация ночлега в походе	Приемы организации ночлега		1	1	Палатки, спальники	
		Изучение отдельных компонентов природного комплекса.	Экскурсия к близлежащему оврагу с целью изучения почвенного среза и различных форм рельефа.	-	1	1	Фотоаппарат, планшеты, блокноты.	
		Туризм и охрана природы.	Экологическая акция «Уберем мусор».	-	1	1	Веники, лопаты, грабли, носилки, мешки для мусора, перчатки.	
		Топографическая и	Изучение форм рельефа на карте и на местности. Упражнения на запоминание условных знаков.	-	1	1	Топографическая и спортивная карты,	

		спортивная карты.					карточки с топографическими знаками и знаками спортивных карт.	
		Ориентирование.	Спортивные карты, элементы спортивного ориентирования.	-	1	1	Спортивные карты, карточки с условными знаками, схема школьного участка, флажки.	
		Наблюдение в природе.	Экскурсия по территории школы с целью наблюдения за растительностью и животным миром в соответствии с погодой и сезонными изменениями. Измерение температуры воздуха на улице, наблюдение за погодой в начале занятия и в конце.	-	1	1	Дневник наблюдений за растительностью и животным миром, термометр.	
		Туризм и охрана природы.	Экологическая акция «Чистый двор».	-	1	1	Веники, грабли, носилки, мешки для мусора, перчатки.	
		Изучение отдельных компонентов природного комплекса.	Игра – лото «Растения луга», «Растения леса», «Растения поля», «Растения водоёма».	-	1	1	Наборы игр-лото.	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, вашенками.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		Правила санитарии и гигиены.	Ядовитые растения и грибы.	1			Презентация «Ядовитые растения и грибы». Карточки с ядовитыми растениями и грибами.	
		Правила санитарии и гигиены.	Дикорастущие лекарственные растения, правила их сбора и применение.	1		1	Презентация «Лекарственные растения». Карточки с лекарственными растениями, ножницы.	
		Туризм и охрана природы.	Экологическая акция «Чистая детская площадка».	-	1	1	Веники, грабли, носилки, мешки для мусора, перчатки.	
		Наблюдение в природе.	Экскурсия по территории школы с целью наблюдения за растительностью и животным миром в соответствии с погодой и сезонными	-	1	1	Дневник наблюдений за растительностью и животным миром,	

		Подготовка и организация путешествия.	Однодневный зачетный поход с целью исследования экологического окружения,	-	1	1	продуктов, котелок, костровое оборудование, вода, фотоаппарат,	
		Подготовка и организация путешествия.	Однодневный зачетный поход с целью сбора лекарственных растений для гербария.	-	1	1	вода, фотоаппарат, пакеты для растений, дневник похода, маршрутный лист.	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, вашенками.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	

Дата проведения занятия		Наименование тем и разделов	Краткое содержание	Общее количество учебных часов			Средства обучения	Примечание
По плану	По факту			теория	практика	всего		
		Туризм в России	Туризм-средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков. Анкетирование участников объединения.	1		1	Фотографии разных видов туризма, анкеты.	
		Техника безопасности при проведении занятий	Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице.	1		1	Игра-лото «Можно-нельзя».	
		ФПТ. (КСУ)	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		ОФП	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		Техника преодоления водных преград в походе	Способы преодоления водных преград		1	1	Альпеншток. Веревки	
		КСУ	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		Преодоление осыпей в походе	Способы передвижения по осыпям		1	1	Фотографии старых и новых видов города	

							Курска.	
		Подготовка снаряжения к походу	Укладка рюкзака. Групповое и личное снаряжение		1	1	Групповое и личное снаряжение	
		СфП	Силовая подготовка		1	1	Естественные тренажеры	
		Подготовка группового снаряжения	Укладка палаток, спальников и т.д.	-	1	1	Рюкзаки, палатки, спальники	
		Географическое положение Курской области.	«Путешествие» по карте. Краеведческая викторина «Край родной».	-	1	1	атлас Курской области, викторина	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник		1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		ФПТ. (КСУ)	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел	
		Преодоление склонов в походе	Использование альпенштока		1	1	Альпеншток	
		Полезные ископаемые Курской области.	«Путешествия» по карте. Игра «Угадай что это?».	-	1	1	Атлас Курской области, образцы полезных ископаемых	
		ОФП	Силовая подготовка		1	1	Работа на тренажерах	
		Климат Курской области.	«Путешествие» по карте.	-	1	1	Атлас Курской области.	
		ФПТ. (КСУ)	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, турник.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел	
		Туристские возможности края.	Особо охраняемые природные территории Курской области. Природные заказники Курской области.	1		1	Атлас Курской области, фотографии природных заказников	
		Преодоление естественных препятствий в походе	способы преодоления препятствий		1	1	Викторина, портреты знаменитых людей, фотографии памятников города Курска.	
		Гидрография края.	Реки, озера, болота Курской области. «Путешествие» по карте.	-	1	1	Веревки	
		Наблюдение в природе.	Экскурсия по территории школы с целью наблюдения за растительностью и животным миром в соответствии с погодой и сезонными изменениями. Измерение температуры воздуха на улице, наблюдение за погодой в начале занятия и в конце.	-	1	1	Дневник наблюдений за растительностью и животным миром, термометр.	

		Топографическая и спортивная карты.	Изучение форм рельефа на карте и на местности. Упражнения на запоминание условных знаков.	-	1	1	Топографическая карта, карточки с топографическими знаками.	
		Ориентирование.	Компас, его устройство, правила обращения. Понятие об азимуте.		1	1	Компас, флажки.	
		Топографическая и спортивная карты.	Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты.		1	1	Топографическая и спортивная карты, карточки с топографическими знаками и знаками спортивных карт.	
		Условные знаки.	Условные знаки спортивной карты. Игра «Найди отличие».	1		1	Топографическая карта, карточки с топографическими знаками.	
		Способы ориентирования.	Условные знаки спортивной карты. Тесты.	-	1	1	Компас, спортивная карта.	
		Ориентирование по местным предметам.	Экскурсия по территории школы с целью определение сторон света. Ориентирование по местным предметам. Игра «Определи стороны света».	-	1	1	-	
		ФПТ. Бег на лыжах.	Коньковый одновременный ход.	-	1	1	Лыжи.	
		ФПТ. Бег на лыжах.	Полуконьковый одновременный ход	-	1	1	Лыжи.	
		ФПТ. Бег на лыжах.	Одновременный двухшажный ход.		1	1	Лыжи.	
		Действия в случае потери ориентировки.	Спортивная карта. Границы полигона	-	1	1	Топографическая и спортивная карта.	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, ватками	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, ватки, мел.	
		Движение по карте	Основные приемы в ориентировании		1	1	Компас, карта	
		Техника безопасности в походе.	Правила поведения при движении группы (пешком и на транспорте). Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением. Игра на территории школы «Как пройти?»	-	1	1	Плакаты «Движение пешеходов в населенном пункте и на дороге».	
		Техника преодоления	Основные приемы передвижения на лыжах по		1		Лыжи	

		склонов на лыжах	склонам			1		
		Туризм и охрана природы.	Закон об охране природы. Участие туристов в охране и преобразовании природы. Виды природоохранной деятельности школьников.	1	-	1	Фотографии. Презентация.	
		Правила санитарии и гигиены.	Гигиенические требования в походе. Гигиена обуви и одежды. Умывание, купание, закаливание в походе. Защита окружающей среды от загрязнения (умывание, мытье посуды, утилизация бытовых отходов). Игра «Что можно, что нельзя».	1		1	Картинки к игре «Что можно, что нельзя».	
		Основные приемы оказания первой помощи.	Медицинская аптечка. Ее комплектование, хранение, транспортировка и пополнение походной аптечки. Перечень и показания к применению лекарственных препаратов. Личная аптечка туриста.		1	1	Медицинская аптечка.	
		Основные приемы оказания первой помощи.	Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных простейших травмах (определение травмы, практическое оказание помощи).	-	1	1	Медицинская аптечка, шины. Презентация «Оказание доврачебной помощи».	
		Основные приемы оказания первой помощи.	Правила переноски пострадавшего. Переноска пострадавшего.	-	1	1	Штормовка, веревки.	
		Привалы и ночлеги. Организация туристского быта.	Бивак дневной и ночной. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развертывание лагеря).		1	1	Фотографии, плакаты.	
		Привалы и ночлеги. Организация туристского быта.	Установка палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Организация ночлегов в помещении. Нормы поведения туристов в населенных пунктах.	-	1	1	Фотографии, костровое оборудование, палатка.	
		Организация туристского быта.	Организация работы по устройству бивака. Свертывание лагеря, уборка места лагеря. Игры в пути и на привале. Туристская песня.		1	1	Фотографии, костровое оборудование, палатка, полена. Атрибуты к играм, диск с туристскими песнями.	
		Привалы и ночлеги. Организация туристского быта.	Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров. Правила работы с топором и пилой. Меры безопасности при обращении с	-	1	1	Презентация «Типы костров». Полена, топор, пила.	

			огнем, кипятком.				
		Туристское снаряжение.	Личное и групповое снаряжение, основные требования к нему: лёгкость, прочность, безопасность эксплуатации, удобство использования, гигиеничность, эстетичность. Правила упаковки снаряжения. Обувь, одежда для похода, уход за ними. Игра «Собери рюкзак в поход».		1	1	Личное и групповое снаряжение, рюкзак. Презентация «Личное и групповое снаряжение».
		Туристское снаряжение.	Типы палаток, их назначение. Походная посуда. Хозяйственный и ремонтный набор, Установка палатки. Игра «Собираемся в поход».	-	1	1	Личное и групповое снаряжение, рюкзак, палатка.
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, вашенками.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.
		Организация ночлега в походе	Приемы организации ночлега		1	1	Палатки, спальники
		Изучение отдельных компонентов природного комплекса.	Экскурсия к близлежащему оврагу с целью изучения почвенного среза и различных форм рельефа.	-	1	1	Фотоаппарат, планшеты, блокноты.
		Туризм и охрана природы.	Экологическая акция «Уберем мусор».	-	1	1	Веники, лопаты, грабли, носилки, мешки для мусора, перчатки.
		Топографическая и спортивная карты.	Изучение форм рельефа на карте и на местности. Упражнения на запоминание условных знаков.	-	1	1	Топографическая и спортивная карты, карточки с топографическими знаками и знаками спортивных карт.
		Ориентирование.	Спортивные карты, элементы спортивного ориентирования.	-	1	1	Спортивные карты, карточки с условными знаками, схема школьного участка, флажки.
		Наблюдение в природе.	Экскурсия по территории школы с целью наблюдения за растительностью и животным миром в соответствии с погодой и сезонными изменениями. Измерение температуры воздуха на улице, наблюдение за погодой в начале занятия и в	-	1	1	Дневник наблюдений за растительностью и животным миром, термометр.

			конце.					
		Туризм и охрана природы.	Экологическая акция «Чистый двор».	-	1	1	Веники, грабли, носилки, мешки для мусора, перчатки.	
		Изучение отдельных компонентов природного комплекса.	Игра – лото «Растения луга», «Растения леса», «Растения поля», «Растения водоёма».	-	1	1	Наборы игр-лото.	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, вашенками.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		Правила санитарии и гигиены.	Ядовитые растения и грибы.	1		1	Презентация «Ядовитые растения и грибы». Карточки с ядовитыми растениями и грибами.	
		Правила санитарии и гигиены.	Дикорастущие лекарственные растения, правила их сбора и применение.	1		1	Презентация «Лекарственные растения». Карточки с лекарственными растениями, ножницы.	
		Туризм и охрана природы.	Экологическая акция «Чистая детская площадка».	-	1	1	Веники, грабли, носилки, мешки для мусора, перчатки.	
		Наблюдение в природе.	Экскурсия по территории школы с целью наблюдения за растительностью и животным миром в соответствии с погодой и сезонными изменениями. Измерение температуры воздуха на улице, наблюдение за погодой в начале занятия и в конце.	-	1	1	Дневник наблюдений за растительностью и животным миром, термометр.	
		СФП	Использование естественных тренажеров для развития силы		1	1	Тренажеры	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, вашенками.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	
		Виды костров	Разведение различных видов костров		1	1	Дрова, спички	
		Подготовка и организация путешествия.	Подготовка и организация однодневного похода. Подбор группы. Распределение должностей и обязанностей		1	1	маршрутный лист, дневник похода	

			в группе. Маршрутный лист.					
		Подготовка и организация путешествия.	Однодневный зачетный поход с целью исследования экологического окружения, сбора лекарственных растений для гербария.	-	1	1	Рюкзак, набор продуктов, котелок, костровое оборудование, вода, фотоаппарат, пакеты для растений, дневник похода, маршрутный лист.	
		Подведение итогов похода.	Написание отчета. Работа с собранным материалом, его определение, систематика, оформление.	1		1	Дневник похода, папки для растений, определитель лекарственных растений	
		История и культура края.	Экскурсия	1		1	-	
		Подготовка и организация путешествия.	Однодневный зачетный поход с целью исследования экологического окружения, сбора лекарственных растений для гербария.	-	1	1	Рюкзак, набор продуктов, котелок, костровое оборудование, вода, фотоаппарат, пакеты для растений, дневник похода, маршрутный лист.	
		Подготовка и организация путешествия.	Однодневный зачетный поход с целью исследования экологического окружения,	-	1	1	Рюкзак, набор продуктов, котелок, костровое оборудование, вода, фотоаппарат,	
		Подготовка и организация путешествия.	Однодневный зачетный поход с целью сбора лекарственных растений для гербария.	-	1	1	вода, фотоаппарат, пакеты для растений, дневник похода, маршрутный лист.	
		Физическая подготовка туриста.	Подвижные игры, эстафеты с мячом, скакалкой, вашенками.	-	1	1	Мячи, скакалки, обручи, вашенки, мел.	