

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза С.М. Иванова» р.п. Турки  
Турковского района Саратовской области

Протокол Педагогического совета №__ от «__» _____ 20__ г.	УТВЕРЖДАЮ Директор _____ Лопаткина Л.В. Приказ №__ от «__» _____ 20__ г.
---	---

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
**Спортивный туризм**

**Направленность:** физкультурно- спортивная  
**Срок реализации:** 1 год  
**Классы:** 2-4  
**Количество часов:** 102  
**Учитель:** Тяпаева Т.А

р.п. Турки 2023-2024 г.г.

## РАЗДЕЛ I КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Туристско-краеведческая деятельность - это комплексное средство гармоничного развития детей и юношества, заключающееся в активном познании и улучшении окружающей среды и самих себя в процессе туристических путешествий.

Занятия в туристско-краеведческих детских объединениях (кружках): способствуют возрождению духовности, национального сознания, любви к родной стране у подрастающего поколения; воспитывают уважение к человеку и его труду; повышают результативность обучения и воспитания благодаря использованию ярких примеров из окружающего мира; обогащают опытом совместной деятельности, общения; способствуют личностному развитию ребенка; развивают желание пополнять собранными во время походов и экскурсий материалами краеведческие, школьные музеи, создавать новые; научат постоянно следить за экологическим состоянием окружающей среды и своевременно знакомить с результатами исследований общественность.

Туристско-краеведческая деятельность является не только способом проведения свободного времени, но и формой воспитательного воздействия на личность, в связи с этим выделяют следующие ее функции:

- 1) воспитательная функция. Каждое туристское путешествие формирует определенный опыт терпеливого преодоления неудобств, воспитывает любовь и уважение к людям, родному краю, учит уважительно относиться к традициям своего и других народов;
- 2) развивающая функция. В процессе путешествий происходит развитие познавательной активности, коммуникативных умений и навыков, обеспечивается возможность адекватного самопознания;
- 3) познавательная функция. Она заключается в познании мира, накоплении опыта, формировании мировоззрения каждого путешественника. Осуществляя поход или экскурсию по родному краю, юные краеведы и туристы получают знания о географических, исторических, экологических особенностях окружающей среды, учатся сохранять их для следующих поколений, что способствует развитию науки, культуры, искусства и других областей человеческого общества;
- 4) социализирующая функция. Совершенствуются навыки взаимодействия с другими людьми, правила поведения в коллективе.
- 5) рекреационная функция. Туристские путешествия способствуют улучшению физического и психологического здоровья юных исследователей, которые получают новые впечатления.

**Направленность программы:** Физкультурно-спортивная

#### **Актуальность программы**

В настоящее время содержание, роль, назначение и условия реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ закреплены в следующих нормативных документах:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Национальный проект «Образование» (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 3 сентября 2018 г. № 10);
3. Приказ министерства просвещения России от 9 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30.09.2020 года);
4. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)» (утв. письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242);
5. Приказ министерства образования Саратовской области от 21.05.2019г. №1077 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования в Саратовской области» (с изменениями от 14.02.2020 года, от 12.08.2020 года);
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 г. Москва «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Поэтому данная программа является актуальной и необходимой, отвечает потребностям и запросам не только учащихся, но и их родителей, общества в целом.

#### **Отличительные особенности программы**

Отличительной особенностью программы «**Спортивный туризм**» является то, что она дает представление о туристско-краеведческой деятельности в целом, нацелена на подготовку обучающихся к участию в массовых туристско-краеведческих мероприятиях, закладывает основы организации туристского быта и техники передвижения в походе, самостоятельного прохождения дистанций спортивного ориентирования, организации краеведческих исследований.

Программа «Спортивный туризм» интегрирует в себе основные взаимосвязанные виды туристско-краеведческой деятельности: спортивный туризм (туристские походы, туристские соревнования), спортивное ориентирование, краеведение. В такой интеграции заключается новизна программы. Каждое направление туристско-краеведческой деятельности с точки зрения обучения, воспитания, развития уникально по-своему. Ведущим из этих направлений является туризм, без которого, по сути, не могут обойтись ни ориентирование, ни краеведение.

Выделяются два аспекта спортивного туризма: туристские походы и туристские соревнования. Туристский поход – это самая комплексная, эффективная форма туристско- краеведческой деятельности. В туристских походах образование, воспитание, развитие происходит в процессе организации коллективной походной жизни и активной деятельности обучающихся в естественных природных условиях. Активная и самостоятельная деятельность обучающихся в походных условиях способствует приобретению ими необходимого социального опыта, опыта общественных и личностных отношений, способствует процессу самоутверждения. Туристский поход позволяет одновременно достигать всех целей, которые ставятся перед туристско- краеведческой деятельностью. Туристские соревнования, слеты – туристские праздники на природе, которые являются активной формой привлечения детей к занятию туризмом, спортом, укрепления здоровья, приобретения жизненно важных навыков. Но главным стимулом развития соревнований юных туристов является не соревнования ради соперничества, а возможность свободного общения со сверстниками в условиях походной жизни, обретение новых друзей- единомышленников, обмен опытом, маршрутами, песни у костра и многое другое, чего никогда не увидишь и не почувствуешь в городе.

Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором главными помощниками в выборе правильного пути являются компас и карта. Занятия ориентированием содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу. Кроме оздоровительной и спортивной направленности ориентирование имеет большое прикладное значение. Умение ориентироваться – это навык, который необходим и туристу, и охотнику, и геологу, и будущему воину. Изучению своей «малой родины», расширению кругозора ребят способствует краеведение. Краеведческая работа всегда интересна, т.к. носит поисковый, исследовательский характер. Она направлена на активное и углубленное изучение истории родного края, его жителей. Изучение природы своего края способствует закреплению теоретических знаний о законах природы, природных комплексах родного края, формированию представления о целостности, единстве и всеобщей взаимосвязи в природе, получению необходимых навыков по ее охране, развитию интеллектуальных и практических умений по оценке природопользования и улучшения состояния окружающей среды. Это играет большую роль в формировании и развитии экологического сознания и экологической культуры личности ребенка.

### **Новизна программы**

Заключается в совмещении спортивного туризма, краеведения, спортивного ориентирования, ведение краеведческих наблюдений и исследований, оказание первой медицинской помощи, активного отдыха в виде походов и экскурсий и позволяет по окончании курса обучения подготовить спортсмена-туриста по всем разделам, затронутым в данной программе.

### **Адресат программы**

Программа ориентирована на обучающихся возрастной категории 7-10 лет, имеющих базовый уровень владения ИКТ.

## **Объем и срок освоения программы**

Программа рассчитана на 102 академических часа.

**Форма обучения:** очная

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Программа «спортивный туризм» может проводиться в течение учебного года в объеме 3 часа в неделю.

**Цель программы:** обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий спортивным туризмом, формирование всесторонней гармонично развитой личности.

Программный материал объединен в целостную систему спортивной подготовки и предполагает решение **следующих основных задач:**

### **Обучающие:**

- формировать знания, умения в области спортивного туризма, ориентирования, краеведения, а также необходимые туристско-краеведческие навыки;
- способствовать формированию устойчивого интереса и потребности в познании окружающего мира;
- участия в соревнованиях по спортивному туризму;
- обучение приемам мониторинга окружающей среды;
- дать знания о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья;
- сформировать умения и навыки преодолевать естественные препятствия при помощи туристской техники;

- сформировать комплекс знаний, умений и навыков для выживания в условиях природной среды;

**Развивающие:**

- расширять знания об окружающем мире;
- развивать интеллектуальные и физические способности;
- укреплять здоровье, формировать навыки здорового образа жизни;
- развивать творческую, познавательную и созидательную активность;
- прививать интерес к активному отдыху и путешествиям
- укрепление здоровья учащихся;
- развитие специальных физических качеств - силовой выносливости, равновесия;
- развитие личностных качеств: самостоятельности, активности, ответственности, работы в команде;
- развитие способности к преодолению трудностей, целеустремлённости и настойчивости в достижении результатов;
- развитие стремления к спортивному самосовершенствованию и к достижению высших спортивных результатов;

**Воспитательные:**

- воспитывать гражданственность, патриотизм, чувство любви к Родине;
- воспитывать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;
- воспитание морально-волевых качеств: целеустремленности, решительности, стойкости и выдержки в преодолении препятствий;
- формирование коллектива, умения работать в команде, поддержание духа команды;

## Учебный план

	Тема	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b><i>Общая подготовка</i></b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	
1.1	Введение. Что такое туризм. Спортивный туризм – вид спорта.	3	3	-	Опрос
1.2	Инструктаж по технике безопасности. Порядок тренировок.	3	3	-	
2.	<b><i>Основы туристской подготовки</i></b>	<b>13</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	
2.1	Что такое поход. Маршрут и подготовка к походу.	5	3	2	Зачет
2.2	Правила размещения предметов в рюкзаке. Составление меню.	5	2	3	
2.3	Правила безопасности поведения в пешем походе. Распределение обязанностей в группе.	3	3	-	
3.	<b><i>Тактико-техническая подготовка</i></b>	<b>37</b>	<b>21</b>	<b>16</b>	
3.1	Снаряжение спортсмена – туриста. Самостраховка.	4	2	2	Зачет, контрольные старты
3.2	Вязка узлов и их применение.	2	1	1	

3.3	Техника работы со снаряжением (Обвязка, карабин, жумар, репшнур).	3	-	3	
3.4.	Тактика преодоления препятствий.	2	2	0	
3.5.	Техника преодоления препятствий	20	10	10	
3.6.	Анализ ситуационных задач.	6	6	0	
4.	<b><i>Топография и ориентирование</i></b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	
4.1	Топографическая и спортивная карта	6	2	4	Опрос, ориент- шоу, соревнование
4.2	Компас. Работа с компасом.	6	2	4	
4.3	Измерение расстояний. Масштаб.	6	2	4	
4.4	Виды ориентиров. Определение точки стояния.	6	2	4	
5.	<b><i>Краеведение</i></b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	

5.1	ГП области, района. История заселения.	1	1	-	Опрос
5.2	Рельеф области, района. Минеральные ресурсы	1	1		
5.3	Климат области, района	1	1		
5.4	Внутренние воды области, района	1	1		
5.5	Почвы области, района	1	1		
5.6	Растительный мир области, района	1	1		
5.7	Животный мир области, района.	1	1		
5.8	Природные зоны области, района	1	1		



5.9	Памятники природы области, района.	1	1		
5.10	Население и города области	1	1		
6.	<b><i>Основы гигиены.</i></b>  <b><i>Первая доврачебная помощь.</i></b>	<b>10</b>	<b>7</b>	<b>3</b>	
6.1	Личная гигиена туриста. Профилактика различных заболеваний	4	4	-	Опрос, зачет
6.2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	6	3	3	
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>102</b>			

### Содержание программы.

#### **1. Общая подготовка - 6 часов.**

##### ***1.1 Введение.***

Знакомство с группой. Порядок тренировок. Расписание занятий. Форма одежды. Что такое спортивный туризм и кто такие туристы. Требования к форме одежды на занятиях спортивным туризмом. Спортивный туризм – вид спорта.

##### ***1.2 Инструктаж по технике безопасности.***

Правила поведения на тренировках в помещении, на улице. Правила поведения на соревнованиях. Противопожарная безопасность. Знакомство с планом эвакуации. Правила движения на улицах города.

#### **2. Основы туристской подготовки- 12 часов.**

##### ***2.1. Подготовка к походу.***

Что такое поход. Цели и задачи похода. Выбор маршрута. Обязанности в группе. Распределение обязанностей в группе.

Туристское снаряжение, используемое в походах выходного дня. Подбор снаряжения, продуктов и медикаментов для похода. Правила размещения предметов в рюкзаке. Понятие о личном и групповом снаряжении. Требование к одежде и обуви в зависимости от времени года и вида похода.

Составление меню в зависимости от характера похода и времени года, в зависимости от имеющихся продуктов. Понятие о герметичной упаковке.

Укладка рюкзака. Движение в походе. Костер. Виды костров. Принадлежности для костра. Правила разведения костра. Меры безопасности.

Заготовка дров, выбор места для костровища, разведение костра. Приготовление чая на костре. Установка палатки.

### ***2.3 Обеспечение безопасности и жизнедеятельности.***

Правила безопасного поведения при переезде в транспорте, на воде, у костра. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

Практические занятия: Моделирование простейших аварийных ситуаций и решение ситуационных задач.

## **3.Тактико-техническая подготовка спортсмена - туриста - 30 часов.**

### ***3.1 Снаряжение спортсмена-туриста.***

Первоначальное понятие о страховке. Самостраховка. Обеспечение безопасности на соревнованиях (контрольное время, ограничивающие ориентиры, выход к месту старта при потере ориентировки).

Знакомство со страховочной системой, блокировкой, карабинами, репшнуром. Их применение. Знакомство с основной веревкой. Знакомство с узлами: восьмерка, прямой, встречный, штык. Их применение.

Практические занятия: Надевание страховочной системы. Вязка узлов. Тренировка работы с карабинами.

### ***3.2 Тактика преодоления дистанций по тур многоборью.***

Задача, поставленная тренером на соревнованиях. Анализ и разбор соревнований. Практические занятия.

Решение ситуационных задач

### ***3.3 Техника преодоления препятствий.***

Дистанции 1-го класса на соревнованиях по спортивному туризму. Препятствия, встречающиеся на соревнованиях, их описание, методы преодоления. Личные дистанции, связки и правила их преодоления.

Практические занятия: Переправы: по бревну (в том числе и качающемуся) способом маятник и по перилам, по кочкам, гатям из жердей, маятник, параллельные веревки, навесная переправа, «бабочка».

Преодоление склонов: Побьем, спуск спортивным способом. Техника свободного лазания.

## **4. Топография и ориентирование – 16 часов**

### ***4.1 Топографическая и спортивная карта.***

Знакомство с картой. Спортивная карта, ее масштаб, условные знаки. Виды карт. Карты, используемые в походах и на соревнованиях, их отличительные особенности. Изображение рельефа на топографических и спортивных картах.

#### Практические занятия:

Словесное описание ориентиров, их изображение на карте. Игры и упражнения на запоминание условных знаков. Сопоставление карты с местностью. Ориентирование вдоль линейных ориентиров. Чтение объектов с линейных ориентиров. Игры и упражнения с использованием спортивных карт. Ориент-шоу – тренировки в спортивном зале.

### ***4.2. Компас. Работа с компасом.***

Знакомство с компасом. Строение компаса. Правила обращения с компасом. Определение сторон света. Практические занятия:

Игра на движение по компасу (на север, юг и т.д.). Диктант на понимание сторон света.

### ***4.3. Измерение расстояний.***

Способы измерения расстояний по карте и на местности. Счет шагов при движении шагом, бегом на местности различной

проходимости. Глазомер. Масштаб карты.

Практические занятия:

Сопоставление расстояния на карте и на местности. Измерение расстояния на карте с помощью линейки. Измерение длины шага. Измерение различных отрезков на местности шагом. Упражнения по определению расстояния «на глаз». Работа с масштабом.

***4.4. Способы ориентирования.***

Виды ориентиров: точечный, линейный, звуковой, ориентир цель.

Практические занятия: Движение с картой на местности, движение по легенде.. Определение точки стояния. Движение по линейным ориентирам. Упражнения по отбору основных ориентиров на карте и на местности.

***4.5. Соревнования по ориентированию.***

Практические занятия:

Подготовка и участие в соревнованиях по ориентированию.

**5. Краеведение – 10 часов.**

***5.1 История города, района***

**5.2** История своего населённого пункта. Знакомство с картой своего края. Транспортная сеть и промышленность.  
Административное деление области.

Краткая история города, района. Достопримечательности города. Памятники скульптуры и архитектуры.

***5.3 Экскурсионная программа.***

Практические занятия: Экскурсия в краеведческий музей.

**6. Основы гигиены. Первая доврачебная помощь. Техника безопасности – 6 часов.**

### ***6.1 Личная гигиена туриста. Профилактика различных заболеваний.***

Личная гигиена при занятии туризмом, значение водных процедур. Гигиена одежды и обуви.

### ***6.2 Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.***

Основные причины заболеваний и травм в походе, на тренировках. Первая помощь при различных видах травм: ушибы, ссадины, порезы. Тепловой и солнечный удар, ожоги, обморожения. Пищевые отравления.

Практические занятия: Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему. Обработка ран, наложение повязки, при ушибах, ссадинах, порезах, ожогах, обморожениях. Тесты по медицине.

### **Ожидаемые результаты.**

По окончании обучения курса учащиеся должны:

#### **ЗНАТЬ:**

- основные сведения по истории, географии, культуре своего района и края;
- нормы поведения юных туристов на экскурсии, в походе;
- основные понятия спортивного туризма;
- условные знаки спортивных карт;
- необходимое снаряжение для похода выходного дня;
- личную гигиену спортсмена, гигиену одежды и обуви для занятий спортивным туризмом;
- технику безопасности на занятиях, соревнованиях и других массовых мероприятиях;
- названия этапов на соревнованиях по спортивному туризму;
- туристские узлы;

**УМЕТЬ:**

- пользоваться краеведческой литературой;
- преодолевать естественные препятствия при помощи туристской техники;
- составлять меню для похода выходного дня;
- собирать рюкзак, личное снаряжение;
- устанавливать палатку, разжигать костер, собирать дрова;
- обращаться с компасом, определять стороны света;
- одевать страховочную систему;
- вязать туристские узлы (прямой, проводник, восьмерка и т.д.);

**ИМЕТЬ НАВЫКИ:**

- преодоления препятствий;
- вязки туристских узлов;

**Календарно - тематическое планирование**

№	Тема занятия	Кол- во часов		Всего	Да та
		Теория	Практика		
1	Спортивный туризм – вид спорта.		1	1	
2	Спортивный туризм – вид спорта.	1		1	

3	Порядок тренировок. Требования к форме одежды на занятиях спортивным туризмом. ТБ.		1	1	
4	Порядок тренировок. Требования к форме одежды на занятиях спортивным туризмом. ТБ	1		1	
5	Что такое поход. Цели и задачи похода.		1	1	
6	Что такое поход. Цели и задачи похода	1		1	
7	Маршрут похода. Обязанности в группе.		1	1	
8	Маршрут похода. Обязанности в группе	1		1	
9	Туристское снаряжение, используемое в походах, подбор продуктов и медикаментов для похода выходного дня. Правила размещения предметов в рюкзаке.		1	1	
10	Туристское снаряжение, используемое в походах, подбор продуктов и медикаментов для похода выходного дня. Правила размещения предметов в рюкзаке.	1		1	
11	Составление меню в зависимости от характера похода и времени года, в зависимости от имеющихся продуктов. Понятие о герметичной упаковке.	1	1	2	
12	Составление меню в зависимости от характера похода и времени года, в зависимости от имеющихся продуктов. Понятие о герметичной упаковке.	1		1	
13	Правила безопасного поведения в пешем походе. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.	1	1	2	
14	Правила безопасного поведения в пешем походе. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий	1		1	
15	Первоначальное понятие о страховке. Самостраховка.	1	1	2	
16	Первоначальное понятие о страховке. Самостраховка	1		1	
17	Знакомство со страховочной системой, блокировкой, карабинами, репшнуром. Их применение. Знакомство с основной веревкой. Знакомство с узлами: восьмерка, прямой, встречный, штык. Их применение.	1	1	2	
18	Знакомство со страховочной системой, блокировкой, карабинами, репшнуром. Их применение. Знакомство с основной веревкой. Знакомство с узлами: восьмерка, прямой, встречный, штык. Их применение.	1		1	
19	Надевание страховочной системы. Вязка узлов. Тренировка работы с карабинами, жумарами.	1	1	2	
20	Надевание страховочной системы. Вязка узлов. Тренировка работы с карабинами, жумарами	1		1	

21	Знакомство с тактикой. Ее значение и задачи.	1	1	2	
22	Знакомство с тактикой. Ее значение и задачи.	1		1	
23	Задача, поставленная тренером, анализ и разбор ситуационных задач.	1	1	2	
24	Задача, поставленная тренером, анализ и разбор ситуационных задач.	1		1	
25	Турполоса ее описание, методы преодоления.	1	1	2	
26	Турполоса ее описание, методы преодоления.	1		1	
27	Переправа по бревну (в том числе и качающемуся).	1	1	2	
28	Переправа по бревну (в том числе и качающемуся)	1		1	
29	Переправа способом маятник и по перилам.	1	1	2	
30	Переправа способом маятник и по перилам.	1		1	
31	Переправа по кочкам, гатям из жердей.	1	1	2	
32	Переправа по кочкам, гатям из жердей.	1		1	
33	Преодоление склонов: Побьем, спуск на схватывающем узле.	1	1	2	
34	Преодоление склонов: Побьем, спуск на схватывающем узле.	1		1	
35	Преодоление склонов: Побьем на жумаре, спуск на восьмерке.	1	1	2	
36	Преодоление склонов: Побьем на жумаре, спуск на восьмерке.	1		1	
37	Переправа по параллельным веревкам.	1	1	2	
38	Переправа по параллельным верёвкам	1		1	
39	Переправа «бабочка».	1	1	2	
40	Переправа «бабочка»	1		1	
41	Навесная переправа.	1	1	2	
42	Навесная переправа	1		1	
43	Преодоление турполосы.	1	1	2	
44	Преодоление турполосы.	1		1	
45	Спортивная карта, ее масштаб, условные знаки. Виды карт. Карты, используемые в походах и на соревнованиях, их отличительные особенности.	1	1	2	
46	Спортивная карта, ее масштаб, условные знаки. Виды карт. Карты, используемые в походах и на соревнованиях, их отличительные особенности.	1		1	
47	Игры и упражнения с использованием спортивных карт. Ориент-шоу – тренировки в спортивном зале.	1	1	2	



48	Игры и упражнения с использованием спортивных карт. Ориент-шоу – тренировки в спортивном зале.	1		1	
49	Строение компаса. Правила обращения с компасом. Определение сторон света.	1	1	2	
50	Строение компаса. Правила обращения с компасом. Определение сторон света.	1		1	
51	Игра на движение по компасу (на север, юг и т.д.). Диктант на понимание сторон света.	1	1	2	
52	Игра на движение по компасу (на север, юг и т.д.). Диктант на понимание сторон света.	1		1	
53	Способы измерения расстояний по карте и на местности. Глазомер. Масштаб карты.	1	1	2	
54	Измерение расстояния на карте с помощью линейки. Упражнения по определению расстояния «на глаз». Работа с масштабом.	1		1	
55	Измерение расстояния на карте с помощью линейки. Упражнения по определению расстояния «на глаз». Работа с масштабом.	1	1	2	
56	Виды ориентиров: точечный, линейный, звуковой, ориентир цель.	1		1	
57	Виды ориентиров: точечный, линейный, звуковой, ориентир цель.	1	1	2	
58	Виды ориентиров: точечный, линейный, звуковой, ориентир цель.	1		1	
59	Виды ориентиров: точечный, линейный, звуковой, ориентир цель.	1	1	2	
60	Определение точки стояния. Движение по линейным ориентирам. Упражнения по отбору основных ориентиров на карте и на местности.	1		1	
61	Определение точки стояния. Движение по линейным ориентирам. Упражнения по отбору основных ориентиров на карте и на местности.	1	1	2	
62	История р.п. Турки, его достопримечательности. Памятники, скульптуры и архитектура.	1		1	
63	История р.п. Турки, его достопримечательности. Памятники, скульптуры и архитектура.	1	1	2	
64	История села Рязанки, её достопримечательности. Памятники.	1		1	
65	История села Рязанки, её достопримечательности. Памятники.	1	1	2	

66	Личная гигиена при занятии туризмом, значение водных процедур. Гигиена одежды и обуви.	1		1	
67	Личная гигиена при занятии туризмом, значение водных процедур. Гигиена одежды и обуви	1	1	2	
68	Первая помощь при различных видах травм: ушибы, ссадины, порезы. Тепловой и солнечный удар, ожоги, обморожения. Пищевые отравления.	1		1	
69	Первая помощь при различных видах травм: ушибы, ссадины, порезы. Тепловой и солнечный удар, ожоги, обморожения. Пищевые отравления.	1	1	2	
70	Тестирование по медицине.	1		1	

#### Этапы педагогического контроля.

Вид	Содержание	Форма	Критерии
Текущий (в течении года)	<b>Тактико-техническая подготовка</b>	Практическая проверка преодоления препятствий	«отлично» - оптимальное решение; «хорошо» - решение с допуском невыгодных вариантов. «удовлетворительно» - решение с ошибками
Текущий (в течении года)	<b>Топография и ориентирование</b>	Опрос, практическая работа.	«отлично»- 80-100% правильных ответов «хорошо» - 60-80%  правильных ответов «удовлет.»- 40-60%  правильных ответов

Текущий (в течении	<b>Контрольные старты и соревнования</b>	Соревнования	Закончить дистанцию.
--------------------------	--	--------------	----------------------

года)			
Входящий (сентябрь)	<b>Основы туристской подготовки</b>	беседа, анкета, опрос.	
Итоговый (в течении года)		Игра «Готов ли ты в поход?»	«отлично» - 80-100% правильных ответов  «хорошо» - 60-80% правильных ответов  «удовлет.»- 40-60%  правильных ответов
Итоговы й (апрель – май)	<b>Краеведение</b>	Отчет по походу	Зачет путешествия

## РАЗДЕЛ II

### КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

#### Методическое обеспечение программы

Теоретические занятия проводятся в форме бесед, лекций.

Основная форма проведения практических занятий – тренировка на местности. Все занятия строятся так, чтобы учащиеся проявляли больше самостоятельности, отрабатывали навыки технической подготовки, походного быта, краеведческой работы, умели работать как индивидуально, так и в группе. Туристская подготовка помогает воспитывать чувство коллективизма, ответственность за товарищей. Краеведческая работа расширяет кругозор ребят, воспитывает любовь к своему краю. Большое значение краеведение имеет в приобщении учащихся к работе по охране природы. Судейская подготовка приобщает учащихся к самостоятельности, к чувству ответственности.

#### Информационное обеспечение

- Наличие постоянных связей с культурными и образовательными учреждениями, музеями
  - Интернет-источники.
  - Литература, фотоматериалы, видеофильмы, компьютерные диски, флэшки с записями по темам программы.
- 

#### Кадровое обеспечение.

- Учебные занятия проводят педагоги дополнительного образования, имеющие педагогическое образование и опыт работы с учащимися.
- К работе по реализации программы допустимо привлечение узких специалистов (музейные работники, работники библиотек и т.д.).

#### Материально-техническое обеспечение учебного объединения для занятий спортивным туризмом

<input type="checkbox"/> Аудио - видеосредства Туристскоеснаряжение: <input type="checkbox"/> Рюкзак - 6 шт. <input type="checkbox"/> Спальный мешок - 12 шт. <input type="checkbox"/> Палатки - 6 шт. <input type="checkbox"/> Система страховочная - 15 пар. <input type="checkbox"/> Топор, котелки, пила, канистры, примуса, лопата. <input type="checkbox"/> Аптечка - набор <input type="checkbox"/> Компаса жидкостные - 8 шт.	Карты туристские, спортивные <input type="checkbox"/> Веревка основная 40м, 30м, 20м - 15 шт. <input type="checkbox"/> Веревка вспомогательная - 3 шт. <input type="checkbox"/> Карабин туристский с муфтой - 45 шт. <input type="checkbox"/> ФСУ («восьмерка») - 8 шт. <input type="checkbox"/> «Жумар» - 8 шт. <input type="checkbox"/> Раздаточный материал
---	--

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Константинов Ю.С. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные судьи туристских соревнований. М.: ФЦДЮТиК, 2001.
2. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995г
3. Лукоянов П.И. Самодетельное туристское снаряжение. Н. Новгород: Нижегородская ярмарка, 1997 г.
4. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». - М., 2000
5. Маслов А.Г. Программы для системы дополнительного образования детей. «Юные инструкторы туризма». М. ФЦДЮТиК, 2002.
6. Маслов А.Г., Константинов Ю.С. Программы обучения детей жизненным навыкам в системе дополнительного образования. - М., 2001
7. Махов И.И. Программы для системы дополнительного образования детей. «Юные туристы – многоборцы». М. ФЦДЮТиК, 2007.
8. Правила организации туристских соревнований учащихся Р.Ф. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995
9. Регламент по виду спорта «спортивный туризм», ТССР, М.2009
10. «Русский турист». Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 1998-2000 г.г. М.: 1998 г.
11. Руководство для судей и участников соревнований по пешеходному и лыжному туризму. "Русский турист". Информационный выпуск №1.
12. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме мнимые и действительные. М.: Фи 1983г.
13. «Физическая тренировка в туризме». Методические рекомендации. ВЦСПС Москва 1989