

Муниципальное казенное учреждение Управление образования администрации
Калтанского городского округа
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Дом детского творчества»

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол от 26.08.2021 № 1

Утверждена
приказом МБОУ ДО
«Дом детского творчества»
от 27.08.2021 № 90/1



Подписан: Николаева Екатерина
Олеговна
DN: C=RU, OU="ИНН
4222006674, ОГРН
1024201856876", O="МБОУ ДО ""
Дом детского творчества""",
CN=Николаева Екатерина
Олеговна, E=ddtkaltan@yandex.ru
Дата: 2021 08 27 16:47:44+07'00'

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«Юный турист»**

Возраст обучающихся: 8-10 лет
Срок реализации: 3 года

Разработчик:
Поликарпова Анна Николаевна,
педагог дополнительного
образования МБОУ ДО ДДТ

Содержание

Раздел 1 Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка	3
Цели и задачи программы	4
Содержание программы	5
Планируемые результаты освоения программы	10

Раздел 2 Комплекс организационно-педагогических условий программы

Основные материалы, формирующие систему оценивания	11
Образовательные и учебные форматы	11
Материально-техническое обеспечение программы	12
Перечень информационно-методических материалов, литературы	14

Раздел 1 Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Юный турист» (далее – программа) разработана в соответствии с:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р);
- Письмо Министерства образования науки РФ от 18.11.2015г № 09-3242 (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы.);
- СанПин - СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Кемеровской области;
- Устав МБОУ ДО ДДТ;
- Положение о структуре и содержании дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБОУ ДО ДДТ.

Актуальность и основные идеи, на которых базируется программа - ориентирована на воспитании юного туриста, патриота своей страны, осознанно выбирающего жизненные приоритеты.

Возраст учащихся - 8-10 лет.

Число детей одновременно находящихся в группе составляет от 12 до 15 человек.

Продолжительность образовательной программы по учебному плану в часах за полный срок освоения программы (3 года) составляет 180 часов.

Продолжительность образовательной программы в рамках первого учебного года по учебному плану в часах составляет 36 часов, второго – 72 часа, третьего 72 часа.

Сроки освоения программы – 3 года

Режим занятий – 1 раз в неделю по 1 часу первый год обучения, 2 раза в неделю по 1 часу второй и третий год обучения.

В нашей стране существует широкая сеть туристских объединений и клубов юных путешественников в школах, Дворцах и Домах творчества, на станциях юных туристов. Каждое туристическое объединение имеет свой особый профиль: одни отдают предпочтение туризму (пешеходные, водные, горные, велосипедные туристские объединения и объединения младших

инструкторов-организаторов туризма), другие занимаются краеведением (объединения историков-краеведов, туристов-следопытов, геологов и т. д.). Но каким бы ни был профиль туристского объединения, если это объединение ставит своей целью путешествие или избирает активный способ передвижения к своим краеведческим объектам, умение ориентироваться будет обязательным для каждого из них. В этом плане предлагаемая программа может служить пособием для руководства туристско-краеведческих объединений любого профиля.

Курс 1 года обучения включает элементы топографии и ориентирования, введение в мир спортивного ориентирования и пешеходного туризма, закладывающих основы знаний в этой области.

Программа первого года может быть целиком использована на занятиях туристско-краеведческих кружков любого профиля.

Кроме упражнений по каждой отдельной теме или вопросу (которые, как правило, проводятся непосредственно в кабинете), программой предусматриваются комплексные практические занятия по освоению разнообразных навыков туризма и ориентированию в форме различных походов, соревнований и специальных тренировок на местности.

Программа второго и третьего годов обучения включает в себя основы краеведения, техники преодоления естественных препятствий и основы медицинских знаний.

Цель и задачи программы

Цель программы – приобщение учащихся к здоровому образу жизни через туристско-краеведческую деятельность

Задачи:

- - создание условий для приобретения конкретных знаний, практических умений и навыков;
- - овладение основными туристско – спортивными - техническими, туристско – бытовыми, прикладными умениями, навыками и знаниями в пешеходном туризме;
- сформировать и развить творческие способности учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей в занятиях физической культуры и спортом;
- сформировать культуры здорового и безопасного образа жизни;
- духовно-нравственное, гражданско-патриотическое, трудовое воспитание учащихся;
- расширение кругозора в области географии, краеведения и медицины;
- воспитание бережного отношения к природе;
- воспитание целеустремленности, упорства в достижении цели, трудолюбия;
- социализация и адаптация учащихся к жизни в обществе.

Содержание программы

Учебно-тематический план 1-й год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы туристской подготовки	14	6	8	
1.1	Туризм. Виды туризма	1	1		тест
1.2	Карта. Виды карт	1	1		тест
1.3.	Узлы	6	2	4	соревнования
1.4	Личное снаряжение туриста	1		1	тест
1.5	Групповое снаряжение	1		1	тест
1.6	Определение расстояния до недоступного объекта	2	1	1	тест
1.7	Типы костров	2	1	1	тест
2	Введение в спортивное ориентирование	17	7	10	
2.1	Спортивное ориентирование	1	1		соревнования
2.2	Стороны света	1		1	тест
2.3	Карты спортивного ориентирования	1		1	тест
2.4	Заданное направление	2	1	1	тест
2.5	Лабиринт	2	1	1	соревнования
2.6	Условные знаки	5	2	3	тест
2.7	Легенда карты	5	2	3	тест
3	Общая и специальная физическая подготовка	5		5	
3.1	Туристская полоса	5		5	соревнования

Учебно-тематический план 2-й год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Туристская подготовка	14	3	11	
1.1	Виды туризма	1	1		тест
1.2	Типы костров	1		1	тест
1.3	Личное снаряжение. Укладка рюкзака	1		1	тест
1.4	Типы палаток	1	1		тест
1.5	Организация бивуака	1		1	тест
1.6	Веревки. Требования к ним	2	1	1	тест
1.7	Спуск, подъем по веревке	2		2	соревнования
1.8	Параллельные перила	1		1	соревнования
1.9	Переправа по бревну	2		2	соревнования
1.10	Переправа через водное препятствие	2		2	соревнования
2	Ориентирование и топография	9	2	7	
2.1	Компас. Виды компасов	1	1		тест
2.2	Снятие азимута с карты	1		1	тест
2.3	Движение по азимуту	1		1	тест
2.4	Знаки рельефа	1		1	тест
2.5	Знаки растительности	1		1	тест
2.6	Знаки гидрографии	1		1	тест
2.7	Знаки искусственных объектов	1		1	тест
2.8	Карты спортивного ориентирования	2	1	1	тест
3	Краеведение	8	8		

3.1	Край в котором мы живем	1	1		тест
3.2	Рельеф	1	1		тест
3.3	Растительность	1	1		тест
3.4	Гидрография	1	1		тест
3.5	Животный мир лесов и полей	1	1		тест
3.6	Животный мир водоемов	1	1		тест
3.7	Население	1	1		тест
4	Основа медицинских знаний	5	4	1	
4.1	Виды кровотечений	1	1		тест
4.2	Наложение повязок при капиллярном кровотечении	2	1	1	тест
4.3	Ушибы, растяжения	1		1	тест
4.4	Профилактика растяжений	1		1	тест
5	Общая и специальная физическая подготовка	36		36	
5.1	Туристская полоса	9		9	соревнования
5.2	ОФП	11		11	соревнования
5.3	Лыжная подготовка	12		12	соревнования
5.4	Игры с мячом	2		2	соревнования
5.5	Подвижные игры	2		2	соревнования

Учебно-тематический план 3-й год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Туристская подготовка	14	5	9	
1.1	Правила поведения юных туристов	1	1		поход
1.2	Типы костров	2	1	1	поход
1.3	Личное снаряжение и уход за ним	7	1	6	поход
1.4	Организация биваков и охрана природы	4	2	2	поход
2	Ориентирование и топография	9	1	8	
2.1	План местности	2	1	1	тест
2.2	Условные топографические знаки	3		3	Тест
2.3	Ориентирование по плану «лабиринт»	4		4	соревнования
3	Краеведение	8	8		
3.1	Край, в котором мы живем	1	1		Тест
3.2	Рельеф	1	1		Тест
3.3	Растительность	1	1		Тест
3.4	Гидрография	1	1		Тест
3.5	Животный мир лесов и полей	1	1		Тест
3.6	Животный мир водоемов	1	1		Тест
3.7	Население	1	1		Тест
3.8	Полезные ископаемые	1	1		Тест
4	Основа медицинских знаний	5	2	3	
4.1	Личная гигиена юного туриста	1	1		поход
4.2	Оказание первой доврачебной помощи.	2	1	1	соревнования
4.3	Способы транспортировки пострадавшего	2		2	соревнования
5	Общая и специальная физическая подготовка	36		36	
5.1	Туристская полоса	9		9	соревнования
5.2	ОФП	11		11	соревнования
5.3	Лыжная подготовка	12		12	соревнования
5.4	Игры с мячом	2		2	соревнования
5.5	Подвижные игры	2		2	соревнования
	ИТОГО	72	16	56	

1-й год обучения

1. Основы туристской подготовки.

1.1. Туризм. Виды туризма.

Пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида туризма. Самодеятельный туризм, экскурсионный, международный.

1.2. Карта. Виды карт

Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и зарамочное оформление. Генерализация топографической карты. Какие карты лучше использовать при проведении походов.

1.3. Узлы. Знакомство с основными туристическими узлами. Узлы для связывания двух веревок, для крепления веревки к опоре, схватывающие.

1.4. Личное и групповое снаряжение. Обувь и одежда туриста (для лета и зимы). Список личного снаряжения. Требования к рюкзаку, посуде, лыжам

и другим предметам снаряжения. Как готовить снаряжение к походу. Правила укладки рюкзака. Как надо носить рюкзак и обращаться с ним на привалах. Уход за обувью в походе.

1.5. Групповое снаряжение туристов: список основных предметов, требования к ним. Устройство туристской палатки.

Практические занятия. Укладка рюкзака. Свертывание и упаковка палатки.

1.6. Определение расстояния до недоступного объекта. Для чего в походе необходимо измерять расстояния. Способы измерения расстояний на местности.

Глазомер, его значение для туриста. Способы тренировки глазомера.

Практические занятия. Измерение каждым учащимся под наблюдением руководителя своего среднего шага, Во время прогулок и походов оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на чистых листах бумаги и на топокартах.

1.7. Типы костров.

Типы костров и способы их применения.

Практические занятия Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания. Разведение костра в сырую погоду, при сильном ветре, в сильном тумане.

2. Введение в спортивное ориентирование

2.1. Спортивное ориентирование.

Понятие спортивного ориентирования. Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию

2.2 Стороны света

Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Определение сторон горизонта по растительности, при помощи местных предметов, созданных природой, людьми.

2.3. Карты спортивного ориентирования

Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Виды спортивных карт.

2.4. Заданное направление

Соревнования по ориентированию в заданном направлении, их характеристика.

2.5. Лабиринт

Понятие спортивного лабиринта. Ориентирование в лабиринте. Схемы лабиринта.

2.6. Условные знаки

Условные знаки спортивных карт: масштабные, внемасштабные, линейные и площадные. Условные знаки: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть и сооружения на ней, растительный покров, местные предметы.

Изображение рельефа на топографических и спортивных картах. Отдельные типы, рельефа: пойменный, мелкосопочник, овражно-балочный. Тщательное изображение различных форм рельефа на спортивных картах.

2.7. Легенда карты

Условные знаки легенд. Чтение легенды.

3. Общая и специальная физическая подготовка

3.1. Туристская полоса.

Игры с различными элементами туристской техники

Содержание программы 2-й год обучения

1. Туристская подготовка

1.1. Виды туризма

Пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида туризма. Самодеятельный туризм, экскурсионный, международный.

1.2. Типы костров

Типы костров и способы их применения.

Практические занятия Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания. Разведение костра в сырую погоду, при сильном ветре, в сильном тумане.

1.3. Личное снаряжение. Укладка рюкзака

Требования к туристскому снаряжению: прочность, легкость, безопасность эксплуатации, удобство в использовании, гигиеничность, эстетичность. Личное снаряжение туриста. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода. Обеспечение влагонепроницаемости вещей в рюкзаке. Обувь туриста и уход за ней. Сушка одежды и обуви в походе. Типы рюкзаков

1.4. Типы палаток

Виды палаток: каркасные, дуговые, тентованные и т.д. Способы установки палатки, Обеспечение влагонепроницаемости палатки

1.5. Организация бивуака

Требования к месту бивака:

- жизнеобеспечение — наличие питьевой воды, дров;
- безопасность — удаленность от населенных пунктов, расположение на высоких берегах рек, отсутствие на территории бивака сухих и гнилых деревьев;

- комфортность — продуваемость поляны, освещенность утренним солнцем, красивая панорама.

Хранение кухонных и костровых принадлежностей, топора, пилы. Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды. Правила работы дежурных по кухне.

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

1.6. Вербки. Требования к ним

Веревки основные, вспомогательные, способы маркировки и хранения веревок.

1.7. Спуск, подъем по веревке

Подъем по веревке методом залама. Спуск спортивным способом. Технические приспособления для спуска подъема.

1.8. Параллельные перила

Преодоление естественных препятствий по параллельным перилам

1.9. Переправа по бревну

Переправа по бревну через водное препятствие, преодоление оврагов по бревну. Переправа по бревну методом маятник. Переправа с помощью перил.

1.10. Переправа через водное препятствие

Броды через равнинные и горные реки: выбор места брода и способ прохождения. Страховка и самостраховка во время брода.

2. Ориентирование и топография

2.1. Компас. Виды компасов

Что такое компас. Значение изобретения компаса. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Пять правил обращения с компасом. Ориентир, что может служить ориентиром.

2.2. Снятие азимута с карты

Что такое азимут: определение, отличие азимута от простого угла (чертеж). Понятие о горизонтальных и вертикальных углах в пространстве. Обратный азимут, его определение. Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта: СВ, ЮВ, ЮЗ, СЗ, ССВ, СВВ, ЮВВ, ЮЮВ и т. д. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо ("Роза направлений"), его значение для проводника. Направления в пространстве по сторонам тела: основные (справа, слева, впереди, сзади), дополнительные (справа - сзади, впереди - слева и т. д.). Память направлений. Азимутальный тренировочный треугольник.

2.3. Движение по азимуту

Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры. Взятие азимута на предмет.

Практические занятия. Тренировка на прохождение азимутальных отрезков, прохождение через контрольные пункты по азимуту без использования карты. Упражнения и соревнования; на прохождение азимутальных дистанций в ограниченном коридоре.

2.4. Знаки рельефа

Знаки рельефа на топографических и спортивных картах.

2.5. Знаки растительности

Знаки растительности на топографических и спортивных картах.

2.6. Знаки гидрографии

Знаки гидрографии на топографических и спортивных картах.

2.7. Знаки искусственных объектов

Знаки строений и искусственных объектов на топографических и спортивных картах.

2.8. Карта спортивного ориентирования

Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты.

Виды спортивных карт.

Практические занятия. Изучение элементов рельефа по моделям и на местности. Определение по горизонталям различных форм рельефа. Выбор путей движения с учетом основных форм и элементов рельефа

3. Краеведение.

3.1. Край, в котором мы живем

Географическое положение, площадь и границы.

3.2. Рельеф

Рельеф, климат нашего края.

3.3. Растительность.

3.4. Гидрография.

Реки и озера нашего края.

3.5. Животный мир лесов и полей.

3.6. Животный мир водоемов.

3.7. Население.

Население, культура, хозяйство и транспорт.

3.8. Полезные ископаемые.

Полезные ископаемые на территории Кемеровской области.

4. Основы медицинских знаний

4.1. Виды кровотечений

Характеристика различных видов кровотечений и их причины.

4.2. Наложение повязок при капиллярном кровотечении

Особенности оказания первой медицинской помощи при капиллярном кровотечении.

4.3. Ушибы, растяжения

Характеристика различных видов травм (ушибы, растяжения). Причины и признаки травм.

4.4. Профилактика растяжений

Способы предотвращения растяжений и ушибов.

5. Общая и специальная физическая подготовка

5.1. Туристская полоса

Преодоление полосы препятствий с использованием различных
естественных и искусственных препятствий.

5.2. ОФП

Упражнения на растяжение, ловкость, выносливость. Легкая атлетика.
Игры с мячом.

5.3. Лыжная подготовка

Лыжная подготовка (спуски, подъемы, коньковый ход, одношажный и двухшажный ход)

5.4. Игры с мячом

Спортивные игры с мячом (волейбол, футбол, баскетбол)

5.5. Подвижные игры

Спортивные эстафеты

Содержание программы

3-й год обучения

1. Туристская подготовка

1.1. Правила поведения юных туристов.

Охрана природной среды.

Знакомство с кодексом путешественника.

1.2. Типы костров.

Практические занятия. Виды костров. Место для разведения костра. Меры пожарной безопасности. Работа дежурных по кухне. Безопасная заготовка дров под контролем взрослых.

1.3. Личное снаряжение и уход за ним.

Подбор личного снаряжения в зависимости от времени года.

Ремонт снаряжения. Предметы личной гигиены юного туриста.

Практические занятия. Укладка рюкзака, подгонка и регулировка рюкзака.

Ремонт личного снаряжения. Игра-эстафета по сбору юных туристов в поход.

1.4. Организация биваков и охрана природы.

Требования к бивакам. Устройство и оборудование биваков. Меры безопасности во время ночлегов в полевых условиях. Биваки и охрана природы.

Практические занятия. Овладение навыками установки, снятия и упаковки палатки. Оборудование бивака и ночлег в полевых условиях.

2. Ориентирование и топография

2.1. План местности.

Способы изображения земной поверхности. Составление плана местности и условные знаки. Расстояния на плане местности.

Практические занятия. Определение сторон горизонта по солнцу, по местным признакам. Ориентирование плана по объектам местности и сторонам горизонта. Измерение расстояний и движение по плану местности.

2.2. Условные топографические знаки.

Условные знаки топографических карт: рельеф, гидрография, растительность.

Практические занятия. Рисование условных знаков топографических карт. Чтение карт. Топографические диктанты. Топографические пазлы.

2.3. Ориентирование по плану «лабиринт».

Практические занятия. Прохождение дистанции ориентирования по плану «лабиринт». Спортивные соревнования по плану «лабиринт».

3. Краеведение.

3.1. Край, в котором мы живем.

Географическое положение, площадь и границы.

3.2. Рельеф

Рельеф, климат нашего края.

3.3. Растительность.

3.4. Гидрография.

Реки и озера нашего края.

3.5. Животный мир лесов и полей.

3.6. Животный мир водоемов.

3.7. Население.

Население, культура, хозяйство и транспорт.

3.8. Полезные ископаемые.

Полезные ископаемые на территории Кемеровской области.

4. Основы медицинских знаний

4.1. Личная гигиена туриста.

Практические занятия. Соблюдение правил личной гигиены в походах.

Способы закаливания организма. Распорядок дня и здоровый сон.

4.2. Оказание первой доврачебной помощи.

Виды травм и заболеваний. Оказание первой доврачебной помощи. Транспортировка пострадавшего.

Практические занятия. Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок. Игра «Айболит»: оказание доврачебной помощи условно пострадавшему.

4.3. Способы транспортировки пострадавшего.

Практические занятия. Простейшие средства для транспортировки пострадавшего в условиях похода. Изготовление транспортных средств из штормовок, специального полотна. Изготовление волокуш. Транспортировка пострадавшего на носилках или волокуше.

5. Общая и специальная физическая подготовка

5.1. Туристская полоса

Преодоление полосы препятствий с использованием различных естественных и искусственных препятствий.

5.2. ОФП

Упражнения на растяжение, ловкость, выносливость. Легкая атлетика. Игры с мячом.

5.3. Лыжная подготовка

Лыжная подготовка (спуски, подъемы, коньковый ход, одношажный и двухшажный ход)

5.4. Игры с мячом

Спортивные игры с мячом (волейбол, футбол, баскетбол)

5.5. Подвижные игры

Спортивные эстафеты

Планируемые результаты усвоения программы

По завершении первого года обучающиеся должны знать:

- порядок организации и проведения походов выходного дня;
- правила поведения вне населенных пунктов;
- основы туристической техники;
- основы топографии и ориентирования;

По завершении первого года обучения, обучающиеся должны уметь:

- передвигаться по дорогам, тропам в составе группы;
- преодолевать несложные естественные препятствия;
- ориентироваться по карте и компасу на несложном полигоне по спортивному ориентированию;
- ориентироваться в городе.

По завершении второго года обучения, обучающиеся должны знать:

- материалы основных разделов программы первого года обучения;
- порядок действий при подготовке к многодневным походам;
- основные сведения по истории, географии области и города;
- способы преодоления различных естественных препятствий;
- опасные и ядовитые растения, растущие в регионе, основные лекарственные растения, которые можно использовать в походе;
- историю города и области.

По завершении второго года обучения, обучаемые должны уметь:

- передвигаться по дорогам, тропам и пересеченной местности в составе группы;
- организовать походный быт, составлять раскладку продуктов для многодневных походов;
- преодолевать различные, естественные и искусственные препятствия, владеть приемами самостраховки;
- знать и уметь правильно применять несколько узлов;
- ориентироваться по карте и компасу, участвовать в соревнованиях по спортивному ориентированию;
- оказывать медицинскую помощь, предусмотренную программой.

По завершении третьего года обучения, обучаемые должны знать:

- правила подготовки и организации многодневных походов;
- меры безопасности при подготовке и проведении многодневных походов и соревнований;
- правила соревнований по топографии и спортивному ориентированию;
- иметь общие представления о географии и истории Кемеровской области, географических особенностях, памятников природы;
- приемы самоконтроля и доврачебной медицинской помощи;
- опасные, лекарственные, съедобные растения региона;

По завершении третьего года обучения, обучаемые должны уметь:

- подготовиться, участвовать и подводить итоги многодневных походов;
- ориентироваться на местности и карте при помощи компаса, выполнять глазомерную съемку пройденного маршрута;
- выполнять необходимые природоохранные мероприятия;

- оказывать доврачебную медицинскую помощь, владеть приемами самоконтроля;
 - различать опасные, применять лекарственные и съедобные растения региона; - участвовать в соревнованиях по туристскому многоборью, осуществлять разнообразные технические действия;
 - участвовать в простейших спасательно - транспортировочных работах.
- Рекомендуется по завершению третьего учебного года провести многодневный зачетный поход, степенной или категорийный, (вне сетки часов учебно-тематического плана).

Раздел 2 Комплекс организационно-педагогических условий программы

Оценочные материалы, формирующие систему оценивания Оценка материалов происходит по итогам соревнований.

Таблица контрольных нормативов

№	Вид	1-й год обучения		2-й и 3-й года обучения	
		юноши	девушки	юноши	девушки
1	Приседание на одной ноге (правой и левой) (кол-во раз)	5 + 5	4 + 4	7 + 7	5 + 5
2	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	3	-	5	-
3	Отжим руками лежа в упоре (кол-во раз)	-	3	-	5
4	Кросс по пересеченной местности (юноши — 800 м, девушки — 500 м) (в мин)	3,00	2,20	2,50	2,10
5	Прохождение обрывистого (35 — 40°) склона вверх, вниз и траверсом (по 3 чел.)	Слишком замедлено, недостаточно надежно страхуясь, слабо помогая друг другу		Уверенно, за оптимальное время, надежно страхуясь альпенштоком	
6	Преодоление горизонтального участка взрытой (рассеченной) поверхности с рюкзаком (средняя, крупная россыпь, беспорядочный навал бревен, кирпича)	Неритмично, слабо владея альпенштоком, покачиваясь, слишком замедленно		За оптимальное время, уверенно, ритмично хорошо страхуясь альпенштоком	
7	Прохождение по бревну (по поваленному дереву)	Неуверенно, замедленно, излишне осторожно		Уверенно, без остановок, спокойно	
8	Марш-бросок с грузом до 2—3 кг по грунтовым дорогам и тропам протяженностью 10 км	За любое время в течение дня		За 3ч30мин (чистое время)	

Образовательные и учебные форматы

Формы проведения занятий: учебно-тренировочные занятия проводятся в спортивном зале, на скалодроме, на улице, на естественном рельефе, а также на других скалодромах.

Теоретическая часть занятий почти неотделима от практической. Режим занятий может строиться по различным схемам в зависимости от времени года:

Основные формы выявления результатов обучения: наблюдение на выездах, анализ качества выполнения заданий, результаты и анализ участия в соревнованиях, самостоятельная работа по организации учебно-тренировочных сборов, тестирование.

Материально-техническое обеспечение программы

Для педагогов:

- Методические рекомендации и разработки по темам:
 - Продуктовая раскладка
 - Азбука безопасности
 - Туристские узлы
- Лекционный материал по темам:
 - Топографические и специальные карты
 - Виды туризма
 - Передвижение по пересеченному рельефу
 - Медицина
 - Бивуак
- Демонстрационные материалы:
 - Отчеты по походам
 - Минералогические образцы

Для детей

- Плакаты по темам:
 - Узлы
 - Медицина
 - Техника безопасности
 - Видеоматериал по темам:
 - Узлы
 - Туристское многоборье, техника преодоления препятствий
 - Выживание в экстремальных условиях
- Компьютерные программы по темам:
 - Питание в туристском походе
- Раздаточный материал по темам:
 - Ориентирование

Перечень информационно-методических материалов, литературы

1. **Куликов, В.М., Ротштейн, Л.М.** Школа туристских вожаков / М.В. Куликов, Л.М. Ротштейн. - М. : ВЛАДОС, 1999. – 143 с. - Текст : непосредственный.
2. **Маслов, А.Г.** Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности» : учеб.-метод. Пособие / А.Г. Маслов. – М. : ВЛАДОС, 2000. – 160 с. - Текст : непосредственный.
3. **Маслов, А.Г.** Полевые туристские лагеря / А.Г. Маслов. – М. : ВЛАДОС, 2000. – 151 с. - Текст : непосредственный.
4. **Соловьев, Л.И.** Живи Кузнецкая Земля / Л.И. Соловьев, - Кемерово : Кемеровский полиграфический комбинат, 1997. – 250 с. - Текст : непосредственный.
5. **Туркевич, М.М.** Поисково – спасательные работы в горах / М.М. Туркевич. – Краснодар : МЧС России, 2000. – 416 с. - Текст : непосредственный.
6. **Юрин, В.Е.** Сольфеджио белой воды / В.Е. Юрин. – М. : Восточная Книжная Компания, 1997. – 224 с. - Текст : непосредственный.