

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Фатежская средняя общеобразовательная школа №1»
Фатежского района Курской области

Согласовано
Директор МКОУ

«Миленинская ООШ»

Нилогина И.А.

Принята на заседании
Педагогического Совета Школы
от «30»августа 2024 г.
Протокол №1

Согласовано
Директор МКОУ

«Солдатская ООШ»

Горбунова З.А.

Согласовано
Директор МКОУ

«Шуклинская СОШ»

Крутых Е.Н.

Утверждена
Директор МКОУ «Фатежская
средняя общеобразовательная школа №1»

Соколова О.Т.
Приказ от «30»августа 2024 г. №33- 2

М.П. средняя
общеобразовательная
школа №1

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
туристско-краеведческой направленности
«Спортивный туризм»
(базовый уровень)

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации: 1 год (216 часов)

Составители:

Поречный Алексей Владимирович,
педагог дополнительного образования
Манин Артем Геннадиевич,
педагог дополнительного образования
Пилюгин Андрей Михайлович,
педагог дополнительного образования
Зайцев Николай Александрович,
педагог дополнительного образования

г. Фатеж, 2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Объём Программы	9
1.3. Цель Программы.....	10
1.4. Задачи.....	10
1.5. Содержание Программы.....	11
1.6. Планируемые результаты.....	14
2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	17
2.1. Календарный учебный график.....	17
2.2. Учебный план.....	17
2.3. Оценочные материалы.....	18
2.4. Формы аттестации.....	22
2.5. Методическое обеспечение.....	24
2.6. Условия реализации.....	27
3. Рабочая программа воспитания.....	29
4. Календарный план воспитательной работы.....	32
5. Список литературы.....	33
6. Приложения.....	34

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Спортивный туризм – не только средство физического и прикладного воспитания: велика роль туризма в воспитании нравственных качеств личности школьника. Нельзя недооценить и то, что детскому возрасту свойственно стремление к необычности, приключениям и романтике.

Спортивный туризм – прекрасное средство, которое естественным путем удовлетворяет потребности ребят, устанавливает отношения сотрудничества, взаимопонимания.

Нормативно-правовая база:

- Федеральный Закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ (ред. от 25.12. 2023) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05 2015 №996-р.,
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 3 1.03 2022 №678-р;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Минобрнауки России № 882, МинПросвещения России 391 от 05.08.2020 (ред. от 22.02.2023) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 № 04-423 «Об исполнении протокола» (вместе с Методическими рекомендациями для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)).
- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 22.08.2024 г. № 1-1126 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»;
- Устав Муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Фатежская средняя общеобразовательная школа №1» Фатежского района Курской области от 29.12.2015 г.;
- Программа воспитания на 2021-2025 годы Муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Фатежская средняя общеобразовательная школа №1» Фатежского района Курской области, утвержденной приказом по ОУ от 30.08.2021 №47- 14`.

Направленность Программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивный туризм» (далее - ДОП) имеет туристско-краеведческую направленность.

Актуальность Программы

Актуальность Программы заключается в использовании туристско-краеведческой деятельности как эффективного средства профилактики эмоциональных и физических нарушений здоровья современных подростков, а также в совмещении пешеходного туризма, краеведения, спортивного ориентирования, туристского многоборья, оказание первой медицинской помощи, активного отдыха в виде походов и экскурсий. Данная Программа позволяет по окончании курса обучения не только приобрести знания, но и дает возможность учащимся достичь высоких спортивных результатов, быть постоянно в ситуации успеха путем спортивного роста, осуществлять принцип преемственности и передачи умений и навыков, приобретенных на занятиях.

Участие в массовых соревнованиях туристической направленности расширяет круг общения, появляются новые знакомые, а это немаловажно в жизни. С самого раннего возраста прививается детям любовь и бережное отношение к природе, к лесу, навыки здорового образа жизни.

Поэтому данная Программа является актуальной и необходимой, отвечает потребностям и запросам не только учащихся, но и их родителей (законных представителей), общества в целом.

Отличительные особенности Программы

Важной отличительной особенностью данной Программы является инновационный подход к достижению цели : интеграция образовательной среды и воспитательного пространства школы в дополнительное образования детей, а также тот факт, что в рамках одного детского объединения, учащиеся получают возможность приобрести базовые туристские навыки (туристская составляющая), пройти специализацию в пеших туристских походах и спортивном ориентировании (спортивная

составляющая), повысить свое образование в области краеведения (краеведческая составляющая), а также применить на практике знания по информатике, географии, истории, русского языка и литературы для создания подготовительной документации отчетов и презентаций по изучаемому материалу.

Реализация Программы в рамках одного туристского коллектива предполагает совместную деятельность разновозрастных групп, что способствует воспитанию коллективизма, коммуникабельности, взаимопомощи. Сочетание коллективных действий в группах на спортивных маршрутах или на туристских соревнованиях, воспитывает как умение жить и работать в коллективе, так и самостоятельность, умение принимать решения и нести за них индивидуальную ответственность.

Уровень Программы

По уровню ДООП туристско-краеведческой направленности «Спортивный туризм» является базовой.

Адресат Программы: учащиеся подросткового возраста (10-17 лет).

По дополнительной общеобразовательной программе туристско-краеведческой направленности «Спортивный туризм» могут заниматься все желающие: учащиеся МКОУ «Фатежская средняя общеобразовательная школа №1», МКОУ «Миленинская ООШ», МКОУ «Солдатская ООШ», МКОУ «Шуклинская средняя общеобразовательная школа» (в рамках сетевой формы взаимодействия), проявляющие интерес к данному виду деятельности, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Программа рассчитана на разновозрастные учебные группы. Возраст учащихся от 10 до 17 лет. Количественный состав учащихся: 60 человек: 4 группы - по 15 человек

По данной Программе могут обучаться как новички, так и дети, уже знакомые со спортивным туризмом.

Краткая характеристика возрастных особенностей учащихся

Структура и содержание программы составлены с учетом психолого-педагогических возрастных особенностей учащихся по В.С. Выготскому и Д.Б.Эльконину.

Дети в возрасте от 10 – 17 лет имеют наиболее высокие темпы развития физического потенциала в целом.

Признаком возраста 10-11 лет является начало школьной жизни, появление социального статуса школьника. Социальная ситуация развития характеризуется переходом от свободного существования к обязательной, общественно-значимой и общественно-оцениваемой деятельности. Ведущей становится учебная деятельность. Появляется произвольность, внутренний план действий, самоконтроль, рефлексия, чувство компетентности. Для мотивационной сферы характерна учебная мотивация, внутренняя позиция школьника. Возраст характеризуется теоретическим мышлением, анализирующим восприятием, произвольной смысловой памятью и произвольным вниманием. Самооценка адекватная, появляется обобщение переживаний и осознание чувств.

Признаком возраста 12-15 лет является переход от детства к взрослости. Социальная ситуация развития характеризуется стремлением приобщиться к миру взрослых, ориентацией поведения на общепринятые нормы и ценности, эмансипацией от взрослых и группирование. Главной направленностью жизнедеятельности является личностное общение в процессе обучения и организационно-трудовой деятельности, стремление занять положение в группе сверстников. Кризисным моментом возраста является чувство «взрослости», восприятие себя и самооценка. Происходит становление человека как субъекта собственного развития. Возраст характеризуется теоретическим рефлексивным мышлением, интеллектуализацией восприятия и памяти, личностной рефлексией и гипертрофированной потребностью в общении со сверстниками.

Признаком возраста 16-17 лет является переход к самостоятельной взрослой жизни, стабилизация личности. Социальная ситуация развития характеризуется первоначальным выбором жизненного пути. Главной направленностью жизнедеятельности является учебно-профессиональная деятельность. Кризисным моментом возраста является страх ошибок в выборе жизненного пути, смутное представление о будущем и философские заблуждения, мешающие активной деятельности. Развивается мировоззрение, профессиональное самоопределение, представление об идеалах. Возраст характеризуется дифференциацией способностей, ориентацией на будущее, нравственной устойчивостью поведения, развитием формально-логического и операционного мышления. Совершенствуются анализ, синтез мышления, способность к обобщению и абстрагированию. Эмоциональная восприимчивость сочетается с категоричностью оценок окружающего.

Особенности физиологических различий подростков мальчиков и девочек, возрастные особенности развития обучающихся, учитываются при дозировании физических нагрузок во время занятий, соревнований и походов.

В связи с этим особое место в ДОП отводится самостоятельной работе учащихся. Она предоставляет возможность ребенку примерить на себя роль взрослого человека, учащийся постоянно встает перед выбором оптимальных путей решения различных действий, ситуаций. Занятия по Программе помогают подросткам в выборе дальнейшего жизненного пути, будущей профессии. Достаточно глубокое изучение спортивного туризма и других разделов программы позволяет им оценить свои возможности, попробовать себя в разном качестве. В основе организации познавательной деятельности лежит интерес подростка ко всему необычному, увлекательному.

1.2.Объём Программы

Программа состоит из теоретического и практического курсов с общим количеством 216 часов (63 часа теории и 153 часа практики). Программа реализуется в объеме 6 часов в неделю (3 раза в неделю по 2 часа).

Срок освоения программы - 1 год (36 учебных недель).

Сроки прохождения занятий: с сентября по май включительно.

Структура расположения теоретического и практического материала программы, содержание занятий позволяют оптимально изучить и усвоить программный материал за отведённый период времени, переходя от простого к сложному.

Наполняемость групп

Минимальное количество обучающихся в одной группе – 15.

Максимальное количество обучающихся в одной группе – 15.

Режим занятий

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. Это позволяет педагогу дополнительного образования правильно определить методику занятий, распределить время для теоретической и практической работы. Теоретические и практические занятия в помещении проводятся согласно расписанию, которые обычно тесно взаимосвязаны друг с другом и рассматриваются на одном занятии.

Продолжительность одного занятия - 2 академических часа (1 академический час - 40 мин.). Перерыв между занятиями – 10 минут.

Форма обучения - очная, включает в себя аудиторные занятия (оборудованный учебный кабинет) и внеаудиторные занятия (спортивный зал, школьная спортивная площадка, городской стадион, лесопарковая зона); заочная (электронное обучение с применением дистанционных технологий и дистанционное обучение в условиях отмены занятий при проведении санитарно-эпидемиологических мероприятий) в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком.

Язык обучения – русский.

Формы организации образовательного процесса

Ведущая форма организации - групповая. Наряду с групповой формой работы, особое внимание уделяется индивидуализации процесса обучения и применяется дифференцированный подход к детям, так как в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении навыков различная.

Учащиеся за время обучения получают первоначальные знания, умения и навыки по спортивному туризму.

Особенности организации образовательного процесса:

- традиционность (Программа реализуется в рамках учреждения).
- реализуется с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения.

1.3. Цель Программы

Цель программы: обеспечение условий для развития и реализации потенциала способностей учащихся посредством физической культуры, спорта, туризма, формирования здорового образа жизни, достижения высокого уровня спортивных результатов учащихся.

1.4. Задачи Программы

Достижению поставленной цели способствует решение следующих задач:

Образовательно-предметные:

- формировать знания, умения по основам спортивного туризма, спортивного ориентирования, краеведения, соблюдению правил безопасности жизнедеятельности, организации туристского быта пеших походов и самообслуживания, оказании первой доврачебной помощи;
- способствовать формированию устойчивого интереса и потребности в познании окружающего мира;

- формировать основы знаний о здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья;

- формировать умения и навыки преодолевать естественные препятствия при помощи туристского оборудования и снаряжения;

- формировать комплекс знаний, умений и навыков для выживания в условиях природной среды.

Развивающие:

- расширять знания об окружающем мире;

- развивать физическую подготовленность;

- развивать потребность в повышении интеллектуального уровня;

- развивать способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации;

- развивать силу, выносливость, координацию движения в соответствии с их возрастными и физическими возможностями.

Воспитательные:

- повышать уровень коммуникативной культуры;

- воспитывать чувства гражданственности, патриотизма, любви к Родине ;

- воспитывать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;

- воспитывать морально-волевые качества: целеустремленность, решительность, стойкость, выдержку в преодолении препятствий;

- воспитывать стремление к саморазвитию.

1.5. Содержание Программы

Раздел 1. Основы туристской подготовки (29- теория, 75 - практика)

Теория: Требования к туристскому снаряжению: прочность, легкость, безопасность эксплуатации, удобство в использовании, гигиеничность, эстетичность. Групповое и личное снаряжение туриста. Специальное

снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные карабины.

Практика: Основы работы со специальным туристским снаряжением. Способы преодоления природных препятствий (навесная переправа через сухой овраг и через водную преграду, переправа по бревну, спуск по склону, подъем по склону, переправа вброд, подача сигналов бедствия, подъем/спуск пострадавшего в носилках и на спасателе).

Раздел 2. Топография и ориентирование (16-теория, 30-практика)

Теория: Виды топографических карт и основные сведения о них. Условные знаки топографических карт. Способы ориентирования на местности. Компас, правила пользования компасом. Ориентирование компаса и карты. Азимут, снятие азимута с карты. Особенности ориентирования в различных природных условиях. Действия в случае потери ориентировки. Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Причины, приводящие к потере ориентировки. Порядок действий в случае на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование троп, идущих в нужном направлении, движение вдоль ручьев, рек, выход к жилью.

Практика: Взятие азимута на предмет, движение по азимуту. Измерение расстояний. Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте. Измерение среднего шага. Счет шагов при движении шагом, бегом на местности различной проходимости. Глазомерный способ измерения расстояний. Определение пройденного расстояния по времени движения. Движение по легенде. Ориентирование при использовании спортивной карты, определение точки своего стояния и выбор пути движения. Ориентирование по местным приметам. Определение сторон горизонта по растительности, при помощи местных предметов, созданных природой, людьми. Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, определению ширины реки, оврага. Измерение длины шага, построение графика перевода числа

шагов в метры. Измерение различных отрезков на карте и на местности. Упражнения по определению точки своего нахождения на местности при помощи карты. Определение сторон горизонта по местным приметам, небесным светилам.

Раздел 3. Краеведение (8-теория, 8-практика)

Теория: Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. История края, памятные исторические места. Знатные люди края. Роль туристов в охране памятников истории и культуры края. Охрана природы. Закон об охране природы.

Практика: Краеведческая и экскурсионная работа в походах. Сбор экспонатов и других краеведческих материалов. Подготовка итоговой выставки. Фотографирование в походе. Знакомство с картой Курской области (Фатежского района). «Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин.

Раздел 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь (8-теория, 10-практика)

Теория: Состав медицинской аптечки. Назначение и количество средств. Упаковка аптечки. Осмотр, обследование и оценка состояния пострадавшего: алгоритм обследования пострадавшего, визуальный осмотр, первый контакт с пострадавшим, определение характера повреждения. Правила снятия одежды и обуви с пострадавшего. Общие правила оказания первой медицинской помощи. Выбор и способ применения перевязочных материалов, дезинфицирующих и лекарственных средств. Средства оказания первой медицинской помощи: перевязочные, дезинфицирующие и лекарственные средства, их характеристика и порядок применения. Виды повязок и их назначение.

Практика: Правила наложения повязок на голову, нижние и верхние конечности, грудь, спину, живот и т.д. Порядок измерения пульса, артериального давления. Согревающие и охлаждающие процедуры, их

применение. Первая медицинская помощь при острых состояниях и несчастных случаях.

Раздел 5. Общая и специальная физическая подготовка (2-терия, 30-практика).

Теория: способы самоконтроля физического состояния. Теория и методика общефизической и специальной подготовки.

Практика: Упражнения для общефизической и специальной физической подготовки. Бег на выносливость. Силовые упражнения.

Зачетные мероприятия (соревнования по туристскому многоборью, слёт) или зачётный поход с 2-3 ночлегами – вне сетки часов.

1.6. Планируемые результаты

После прохождения учебного материала по ДОП «Спортивный туризм» туристско-краеведческой направленности учащиеся должны использовать в речи основные туристские термины: туристское оборудование и снаряжение, топография, спортивное ориентирование, страховочные карабины, зажим ручной «Жумар», компас, зажим грудной «Кроль», компас, рюкзак и другие, а также учащиеся должны

Образовательно-предметные:

- сформировать знания, умения по технике и тактике спортивного туризма, спортивного ориентирования, а также необходимые туристско-краеведческие навыки;
- сформировать устойчивый интерес и потребность в познании окружающего мира;
- сформировать основы знаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья;
- сформировать умения и навыки преодолевать естественные препятствия при помощи туристского оборудования и снаряжения;
- сформировать комплекс знаний, умений и навыков для выживания в условиях природной среды.

Развивающие:

- расширить знания об окружающем мире;
- развить физическую подготовленность;
- развить потребность в повышении интеллектуального уровня;
- укрепить здоровье, сформировать навыки здорового образа жизни;
- развить способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации;
- развить силу, выносливость, координацию движения в соответствии с их возрастными и физическими возможностями.

Воспитательные:

- повысить уровень коммуникативной культуры;
- воспитать чувства гражданственности, патриотизма, любви к Родине ;
- воспитать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;
- воспитать морально-волевые качества: целеустремленность, решительность, стойкость и выдержку в преодолении препятствий;
- воспитать стремление к саморазвитию.

Личностные результаты:

- устойчивое внимание, память;
- аналитические способности;
- быстрота и неординарность мышления;
- адекватность восприятия и действия в учебной и бытовой ситуации;
- основы соблюдения техники безопасности;
- любознательность, познавательная активность;
- целеустремленность, решительность;
- ответственность, честность;
- аккуратность, скромность, культура поведения;
- дружелюбие, доброжелательность;
- работоспособность, дисциплинированность, самодисциплина;

- адекватная самооценка.

Ключевые компетенции

Учащиеся приобретут ценностно-смысловые компетенции:

- способность к определению цели учебной деятельности;
- способность к оптимальному планированию действий;
- умение действовать по плану.

Учащиеся приобретут познавательные компетенции:

- любознательность, познавательный интерес;
- стремление к овладению новыми знаниями и умениями;
- способности к анализу, оценке, коррекции полученных результатов.

Учащиеся приобретут информационные компетенции:

- осознанную потребность в новых знаниях;
- способности к поиску и применению новой информации.

Учащиеся приобретут коммуникативные компетенции:

- доказательную позицию в обсуждении, беседе, диспуте;
- адекватное восприятие мнения других людей в повседневной жизни;
- продуктивное взаимодействие в коллективе.

Учащиеся приобретут компетенции личностного самосовершенствования:

- фантазию, воображение;
- наглядное, ассоциативно-образное мышление;
- основы аналитического, пространственного мышления;
- память, внимание, сосредоточенность;
- развитый глазомер, пальцевую сенсорику, мелкую и общую моторику;
- достижение и переживание ситуации успеха.

Учащиеся приобретут общекультурные компетенции:

- аккуратность, экономное отношение к материалам;
- дисциплинированность, ответственность;
- дружелюбие, стремление к взаимопомощи;
- позитивную эмоциональность

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 Календарный учебный график

Таблица 1

№ п/п	Год обучения, уровень	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1.	1 год обучения, базовый уровень	02. 09. 2024 г.	31. 05. 2025 г.	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11.2024 г. 01.01.2025 г. 23.02.2025 г. 08.03.2025	По полугодиям
2	1 год обучения, базовый уровень	02. 09. 2024 г.	31. 05. 2025 г.	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11.2024 г. 01.01.2025 г. 23.02.2025 г. 08.03.2025	По полугодиям
3	1 год обучения, базовый уровень	02. 09. 2024 г.	31. 05. 2025 г.	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11.2024 г. 01.01.2025 г. 23.02.2025 г. 08.03.2025	По полугодиям
4	1 год обучения, базовый уровень	02. 09. 2024 г.	31. 05. 2025 г.	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11.2024 г. 01.01.2025 г. 23.02.2025 г. 08.03.2025	По полугодиям

2.2. Учебный план

Таблица 2

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		Всего часов	Теория	Практика	
1	Основы туристской подготовки	104	29	75	Умение работать со снаряжением
2	Топография и ориентирование	46	16	30	Результаты топографического диктанта
3	Краеведение	16	8	8	Игра викторина
4	Основы гигиены и первая доврачебная	18	8	10	Беседа

	помощь				
5	Общая и специальная физическая подготовка	32	2	30	Навыки физической подготовленности
		216	63	153	

2.3. Оценочные материалы

Оценка планируемых результатов обучения

Таблица 3

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Оценка образовательно-предметных результатов		
<u>Учащиеся в основном усвоили:</u> - основы спортивного туризма, спортивного ориентирования; - технику и тактику прохождения туристической полосы, как лично, так и командой; - меры безопасности во время участия в походах, соревнованиях; - необходимый объем специальной терминологии спортивного туризма, спортивного ориентирования; - основы первой доврачебной помощи; - знания о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья; - технику безопасности преодоления естественных препятствий при помощи туристского	<u>Учащиеся в достаточной мере знают:</u> - основы спортивного туризма, спортивного ориентирования; - технику и тактику прохождения туристической полосы, как лично, так и командой; - меры безопасности во время участия в походах, соревнованиях; - необходимый объем специальной терминологии спортивного туризма, спортивного ориентирования; - основы первой доврачебной помощи; - знания о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья; - технику безопасности преодоления естественных препятствий при помощи туристского оборудования и снаряжения; <u>Учащиеся могут уверенно:</u> - надевать страховочную	<u>Учащиеся полностью представляют:</u> - основы спортивного туризма, спортивного ориентирования; - технику и тактику прохождения туристической полосы, как лично, так и командой; - меры безопасности во время участия в походах, соревнованиях; - необходимый объем специальной терминологии спортивного туризма, спортивного ориентирования; - основы первой доврачебной помощи; - знания о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья; - технику безопасности преодоления естественных препятствий при помощи туристского оборудования и снаряжения. <u>Учащиеся могут свободно:</u> надевать страховочную систему; - вязать узлы; - преодолевать естественные и

оборудования и снаряжения; <u>Учащиеся неуверенно или с помощью педагога могут:</u> - надевать страховочную систему; - вязать узлы; - преодолевать естественные и искусственные препятствия; - комплектовать походную аптечку; - различать стороны горизонта, ориентироваться по природным признакам, различать условные знаки спортивных и топографических карт, работать с компасом.	систему; - вязать узлы; - преодолевать естественные и искусственные препятствия; - комплектовать походную аптечку; - различать стороны горизонта, ориентироваться по природным признакам, различать условные знаки спортивных и топографических карт, работать с компасом.	искусственные препятствия; - комплектовать походную аптечку; - различать стороны горизонта, ориентироваться по природным признакам, различать условные знаки спортивных и топографических карт, работать с компасом.
Оценка развивающих результатов		
<u>Недостаточно развиты:</u> - определение и формулирование цели деятельности на занятии без помощи педагога; - основы планирования, организации и контроля собственной спортивной деятельности; - рефлексия основных этапов работы на занятии; - учебное сотрудничество с педагогом и другими учащимися; - умение обоснованно излагать свою позицию, мнение; - умение вести дискуссию учитывая другие позиции, мнения, взгляды, интересы; - согласование своих интересов и взглядов с	<u>В достаточной мере развиты:</u> - определение и формулирование цели деятельности на занятии без помощи педагога; - основы планирования, организации и контроля собственной спортивной деятельности; - рефлексия основных этапов работы на занятии; - учебное сотрудничество с педагогом и другими учащимися; - умение обоснованно излагать свою позицию, мнение; - умение вести дискуссию учитывая другие позиции, мнения, взгляды, интересы; - согласование своих интересов и взглядов с мнением других учащихся в совместной деятельности;	<u>Уверенно развиты:</u> - определение и формулирование цели деятельности на занятии без помощи педагога; - основы планирования, организации и контроля собственной спортивной деятельности; - рефлексия основных этапов работы на занятии; - учебное сотрудничество с педагогом и другими учащимися; - умение обоснованно излагать свою позицию, мнение; - умение вести дискуссию учитывая другие позиции, мнения, взгляды, интересы; - согласование своих интересов и взглядов с мнением других учащихся в совместной деятельности; - самостоятельный выбор источников информации для поиска нового знания; - умение отличать новое знание от

мнением других учащихся в совместной деятельности; - самостоятельный выбор источников информации для поиска нового знания; - умение отличать новое знание от уже известного без помощи педагога; - ориентирование в своей системе знаний; - осознание необходимости нового знания; - переживание ситуации коллективного успеха.	- самостоятельный выбор источников информации для поиска нового знания; - умение отличать новое знание от уже известного без помощи педагога; - ориентирование в своей системе знаний; - осознание необходимости нового знания; - переживание ситуации коллективного успеха.	уже известного без помощи педагога; - ориентирование в своей системе знаний; - осознание необходимости нового знания; - переживание ситуации коллективного успеха.
--	--	---

Оценка воспитательных результатов

<u>Не достаточно развиты:</u> - аналитическое мышление; - основы рефлексии и самоанализа; - ответственность, организованность, дисциплинированность; - тактичность, доброжелательность в оценке чужой деятельности; - гражданско-патриотические представления; - основы саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями ; - уважительное, бережное отношение к историческому наследию своей малой родины, её истории, культуре, природе; - умение анализировать своё поведение и умение принимать правильное решение в различных жизненных ситуациях.	<u>В достаточной мере развиты:</u> - аналитическое мышление; - основы рефлексии и самоанализа; - ответственность, организованность, дисциплинированность; - тактичность, доброжелательность в оценке чужой деятельности; - гражданско-патриотические представления; - основы саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями ; - уважительное, бережное отношение к историческому наследию своей малой родины, её истории, культуре, природе; - умение анализировать своё поведение и умение принимать правильное решение в различных жизненных ситуациях.	<u>Уверенно развиты:</u> - аналитическое мышление; - основы рефлексии и самоанализа; - ответственность, организованность, дисциплинированность; - тактичность, доброжелательность в оценке чужой деятельности; - гражданско-патриотические представления; - основы саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями ; - уважительное, бережное отношение к историческому наследию своей малой родины, её истории, культуре, природе; - умение анализировать своё поведение и умение принимать правильное решение в различных жизненных ситуациях.
---	--	--

Оценка ключевых компетенций		
<u>Недостаточно развиты:</u> - способность к определению цели учебной деятельности; - способность к оптимальному планированию действий; - умение действовать по плану; - осознанную потребность в новых знаниях; - способности к поиску и применению новой информации; - доказательную позицию в обсуждении, беседе, диспуте по проблемам развития спортивного туризма и занятия спортом; - адекватное восприятие мнения других людей в повседневной жизни; - взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; - дисциплинированность, ответственность; - дружелюбие, стремление к взаимопомощи; - основы здорового образа жизни; - позитивную эмоциональность.	<u>В достаточной мере развиты:</u> - способность к определению цели учебной деятельности; - способность к оптимальному планированию действий; - умение действовать по плану; - осознанную потребность в новых знаниях; - способности к поиску и применению новой информации; - доказательную позицию в обсуждении, беседе, диспуте по проблемам развития спортивного туризма и занятия спортом; - адекватное восприятие мнения других людей в повседневной жизни; - взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; - дисциплинированность, ответственность; - дружелюбие, стремление к взаимопомощи; - основы здорового образа жизни; - позитивную эмоциональность.	<u>Уверенно развиты:</u> - способность к определению цели учебной деятельности; - способность к оптимальному планированию действий; - умение действовать по плану; - осознанную потребность в новых знаниях; - способности к поиску и применению новой информации; - доказательную позицию в обсуждении, беседе, диспуте по проблемам развития спортивного туризма и занятия спортом; - адекватное восприятие мнения других людей в повседневной жизни; - взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; - дисциплинированность, ответственность; - дружелюбие, стремление к взаимопомощи; - основы здорового образа жизни; - позитивную эмоциональность.

Отслеживание результатов направлено на получение информации о знаниях, умениях и навыках учащихся и на определение эффективности

функционирования педагогического процесса. Оно должно обеспечивать взаимодействие внешней обратной связи (контроль педагога) и внутренней (самоконтроль учащихся). Целью отслеживания и оценивания результатов обучения является: содействовать воспитанию у учащихся ответственности за результаты своего труда, критического отношения к достигнутому, привычки к самоконтролю и самонаблюдению, что формирует навык самоанализа. К отслеживанию результатов обучения предъявляются следующие требования:

- индивидуальный характер, требующий осуществления отслеживания за работой каждого учащегося;
- систематичность, регулярность проведения на всех этапах процесса обучения;
- разнообразие форм проведения, повышение интереса к его проведению;
- всесторонность, то есть должна обеспечиваться проверка теоретических знаний, интеллектуальных и практических умений и навыков учащихся;
- дифференцированный подход

2.4. Формы аттестации

ДОП туристско-краеведческой направленности «Спортивный туризм» предусматривает контроль знаний, умений и навыков (мониторинг) в период освоения программы, в основе которых лежит выполнение задания, наблюдение педагога, заполнение анкет, сдача установленных нормативов, зачетов в игровой форме, соревнований. Немаловажным условием оценки результативности работы является участие учащихся в соревнованиях туристско-краеведческой направленности различных уровней (муниципальных и региональных).

Главные требования при выборе формы - она должна:

- быть понятна детям;
- отражать реальный уровень их подготовки;

- не вызывать у них страха и чувства неуверенности;
- не формировать у ребенка позицию неудачника, неспособного достичь успеха;
- применять тактику при выборе пути движения.

Формы аттестации:

Задания, наблюдение педагога, заполнение анкет, сдача установленных нормативов, зачетов в игровой форме, соревнований.

Аттестация проводится дважды в течение учебного года: в конце первого полугодия, в конце второго полугодия.

Формы отслеживания, фиксации, предъявления образовательных результатов:

Опрос, зачет, анализ спортивных результатов выступлений на конкурсах, олимпиадах, слётах, соревнований и технико-тактического уровня учащихся, диагностика личностного психологического роста учащихся, видеозаписи туристских походов, соревнований, журналы учета работы педагога дополнительного образования в объединении (секции, клубе, кружке).

Поощрением ребенка являются грамоты, дипломы, памятные подарки.

Формы демонстрации образовательных результатов:

Учащиеся могут предъявить свои достижения, следовательно, показать и уровень владения основными компетенциями, в различной форме: на конкурсах, соревнованиях, слетах и других мероприятий.

Это могут быть как индивидуальные, так и коллективные формы предъявления. Достижения могут быть продемонстрированы на различных уровнях (школьном, муниципальном, региональном).

Основное достоинство таких мероприятий состоит в том, что они предоставляют возможность объективно всем видеть всех, а также многократно сравнивать полученные результаты. Сравнивая результаты,

все учащиеся имеют стимул улучшить результат – определить свой уровень.

Отслеживание *личностного развития* учащихся осуществляется методом наблюдения и собеседования.

Для отслеживания результатов применяются следующие *виды и формы контроля*:

Виды и формы контроля

Таблица 4

Вид контроля	Форма контроля
Вводный контроль	Собеседование, наблюдение
Текущий контроль (по итогам занятий)	Собеседование, наблюдение, контрольные задания (общие, индивидуальные)
Тематический контроль (контроль знаний, умений и навыков (мониторинг) в период освоения программы	Опросы, наблюдение, соревнования туристско-краеведческой направленности различных уровней (муниципальных и региональных), сдача установленных нормативов, контрольные задания (общие, индивидуальные)

2.5. Методическое обеспечение Программы

Основной формой работы в детском объединении является учебно-практическая деятельность (75% - практические занятия, 25 % - теоретические).

На занятиях в детском объединении «Спортивный туризм» используются такие формы работы с учащимися:

1. Индивидуальная (самостоятельное выполнение заданий):

- индивидуализированная, где учитываются учебные и индивидуальные возможности учащихся.

2. Групповая, которая предполагает наличие системы «руководитель – группа – учащийся» и включает в себя:

- дифференцированно-групповую (группы могут быть постоянными или временными в зависимости от возможностей учащихся и сложности выполняемого задания);

- кооперативно-групповую (каждая группа выполняет часть общего задания).

В учебные занятия включены экскурсия, учебные игры, конкурсы, соревнования по спортивному туризму, военно-спортивная игра «Зарница», соревнования по спортивному ориентированию .

В процессе реализации программы используются следующие *элементы педагогических технологий*: проблемного обучения, игровых, уровневой дифференциации, развивающего личностно-ориентированного обучения, ИКТ.

Методы обучения.

В процессе реализации Программы применяются методы и приемы обучения, основанные на общении, диалоге педагога и учащихся, развитии творческих способностей детей:

1. По признаку получения знаний:

- словесные (рассказ, беседа, дискуссия);
- наглядные (методы иллюстрации: показ плакатов, пособий, таблиц, эскизов; методы демонстрации: показ объектов труда, эталонных изделий, инструментов и материалов);

- практические (упражнения, практические работы).

2. По способам организации деятельности:

- информационные, объяснительно-иллюстративные с использованием различных источников знаний: книг, журналов, компьютера.

- репродуктивные;

- проблемного изложения материала;

- эвристические;

- исследовательские.

3. По управлению учебно-познавательной деятельностью:

- методы формирования познавательных интересов;
- методы формирования чувства долга.

4. Методы контроля и самоконтроля.

5. Методы формирования устойчивой мотивации:

- соревнования, создания ситуации успеха;
- познавательные игры;
- учебные дискуссии.

Для формирования и развития положительных личностных качеств учащихся необходимо применять методы воспитания: беседа, убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация, создание ситуации успеха и др.

Программа включает комплексные занятия, теоретические и практические занятия. Теоретические занятия имеют определенную целевую направленность: вырабатывать у обучающихся умение использовать полученные знания на практике.

Примерный алгоритм учебного занятия

I. Организационный этап

1. Организация учащихся на начало занятия.
2. Повторение техники безопасности при работе с инструментами.
3. Подготовка учебного места к занятию.

II. Основной этап

1. Повторение учебного материала предыдущих занятий.
Тематические беседы.
2. Освоение теории и практики нового учебного материала.
3. Выполнение практических заданий, упражнений по теме разделов.
4. Дифференцированная самостоятельная работа.
5. Анализ самостоятельных работ. Коррекция возможных ошибок.
6. Мини-выставка готовых работ.
7. Регулярные физкультминутки и упражнения для глаз.

III. Завершающий этап

1. Рефлексия, самоанализ результатов.

2. Общее подведение итогов занятия.
 3. Тематические мини-выставки.
 4. Мотивация учащихся на последующие занятия.
- отслеживания .

Методическое обеспечение Программы

При реализации Программы используются следующие методические материалы:

Методическое обеспечение Программы

Таблица 5

№ п/п	Название раздела, темы	Дидактические и методические материалы
1	Основы туристской подготовки	-плакаты; -карточки-задания; -фотографии; -оборудование и снаряжение для занятия спортивным туризмом.
2	Топография и ориентирование	-таблицы; -наглядные пособия; -инструктажи; -карточки-задания.
3	Краеведение	Архивные материалы школьного историко-краеведческого музея
4	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	-таблицы; -наглядные пособия; -инструктажи; -технологические карты; -карточки-задания.
5	Общая и специальная физическая подготовка	таблицы; -наглядные пособия; -инструктажи; -оборудование и снаряжение для занятия спортивным туризмом.

2.6. Условия реализации Программы

Материально-технические и кадровые условия

Теоретические занятия проводятся в форме бесед, лекций. Для проведения теоретических занятий требуется учебный кабинет,

соответствующий санитарно - гигиеническим нормам и требованиям. Кабинет должен быть оснащен персональным компьютером с доступом в интернет, мультимедийным проектором с экраном. Практические занятия должны проходить в спортивном зале и на свежем воздухе (например, в лесопарковой зоне). Все занятия строятся так, чтобы учащиеся проявляли больше самостоятельности, отрабатывали навыки технической подготовки, походного быта, краеведческой работы, умели работать как индивидуально, так и в команде.

**Перечень приобретенного оборудования и снаряжения
для занятия спортивным туризмом**

Таблица 6

№ п/п	Оборудование	Количество
1.	Зажим ручной «Жумар» под правую руку	6 шт.
2.	Зажим грудной «Кроль»	6 шт.
3.	Щит спинальный	1 шт.
4.	Газовая горелка	1 шт.
5.	Палатка туристическая с тентом (каркасно-дуговая) четырехместная	3 шт.
6.	Палатка хозяйственная	1 шт.
7.	Плита газовая портативная	1 шт.
8.	Перчатки туристические	10 шт.
9.	Пила складная туристическая	1 шт.
10.	Рюкзак туристический	4 шт.
11.	Спальный мешок	10 шт.
12.	Система страховочная	6 шт.
13.	Веревка 10 мм	120 м
14.	Веревка 6 мм	50 м
15.	Тент от дождя	1 шт.
16.	Карабин туристический	24 шт.
17.	Каска туристическая	6 шт.
18.	Коврик теплоизоляционный	9 шт.
19.	Комплект котелков для приготовления пищи	1 шт.
20.	Компас жидкостный (колба)	6 шт.
21.	Лопата лавинная	1 шт.
22.	Фонарь налобный	8 шт.
23.	Таганок костровый	1 шт.
24.	Ролик на карабине для навесной переправы	6 шт.
25.	Спусковое устройство на карабине	6 шт.

26.	Веревка	100 м.
27.	Топор	1 шт.
28.	Палатка трехместная	1 шт.
29.	Зажим ножной для правой ноги	6 шт.

Информационное обеспечение

Для успешной реализации Программы используются: мультимедийный проектор, экран, ноутбук с выходом в Интернет, сканер.

Кадровое обеспечение Программы

Педагог дополнительного образования, имеющий высшее или среднее специальное педагогическое образование.

Педагоги дополнительного образования, реализующие ДООП в рамках сетевой формы взаимодействия, прошли курсы повышения квалификации по дополнительной профессиональной программе образовательных организациях с высокооснащенными ученико-местами» в объёме 18 часов с 24.06.2021 г. по 06.07.2021 г. (ОГБУ ДПО КИРО, г. Курск).

3. Рабочая программа воспитания

Рабочая программа воспитания предназначена для группы учащихся, а также их родителей (законных представителей) детского объединения «Спортивный туризм» туристско-краеведческой направленности в возрасте 11-17 лет.

Количество учащихся в учебной группе составляет: 15 человек.

Формы работы с учащимися и их родителями (законными представителями) - индивидуальные и групповые.

Цель – личностное развитие школьников, проявляющееся:

- в усвоении знаний, основных норм, которые общество выработало на основе этих ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);

- в развитии позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений);

-в приобретении соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

Формы и содержание деятельности:

- коллективная творческая деятельность (командное творчество, планирование, анализ, коммуникация, всестороннее развитие);
- кейс-технологии («портфель» конкретных ситуаций и задач, требующих решения);
- марафон (актуальная идея для реализации);
- флешмоб (социальная или тематическая акция);
- квест (игра-приключение на заданную тему).

Планируемые результаты:

- приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в обществе;
- формирование у обучающихся основ российской гражданской идентичности;
- готовность обучающихся к саморазвитию;
- ценностные установки и социально значимые качества личности;
- активное участие в социально-значимой деятельности.

Работа с коллективом учащихся нацелена на:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления, этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала учащихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;

- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

Работа с родителями (законными представителями) учащихся включает в себя:

- организацию системы индивидуальной и коллективной работы (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение родителей в жизнедеятельность детского объединения;
- оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей;
- организация консультаций педагога-психолога с родителями (законными представителями) обучающихся.

4. Календарный план воспитательной работы

Таблица 7

№ п/п	Название мероприятия, события	Формы проведения	Сроки и место проведения	Ответственный
1	Встреча с представителями военного комиссариата	Встреча	Сентябрь ФСОШ №1	Педагог дополнительного образования
2	Участие в благотворительных акциях для ветеранов	Благотворительная акция	Октябрь, январь ФСОШ №1	Педагог дополнительного образования
3	Спортивный туризм – активная жизнь.	Спортивная игра	Ноябрь РДНТ	Педагог дополнительного образования
4	«День Героев Отечества»	Патриотическая акция	Декабрь Курск	Педагог дополнительного образования
5	Акция «Письмо солдату»	Патриотическая акция	Январь Краеведческий музей	Педагог дополнительного образования
6	«Живые цветы на снегу»	Патриотическая акция	Февраль ФСОШ №1	Педагог дополнительного образования
7	«Я верю в тебя, солдат!»	Патриотическая акция	Февраль Отдел по делам молодёжи	Педагог дополнительного образования
8	«Безопасное колесо»	Соревнования	Март Курск	Педагог дополнительного образования
9	Экскурсии по историческим и памятным местам города, района, области	Туристический поход	Апрель - май ФСОШ №1	Педагог дополнительного образования
10	«Бессмертный полк»	Всероссийская патриотическая акция	Май ФСОШ №1	Педагог дополнительного образования

5. Список литературы

Список литературы, рекомендованной педагогам:

1. Болотов, С.Б. Программа для объединений дополнительного образования «Спортивное ориентирование» [Текст] / С.Б. Болотов. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. - Выпуск 3– 5с.
2. Воронов, Ю.С., Спортивное ориентирование: программа для ДЮСШОР [Текст] / Ю.С. Воронов, Ю. С. Константинов. – М.: ЦДЮТК, 2000. - 25с
3. Вяткин, Л. А, Сидорчук, Е. В., Немытов, Д. Н. Туризм и спортивное ориентирование. Учебное пособие – Академия, 2004
4. Гришина, Ю. М. Общая физическая подготовка, Знать и уметь. - Феникс, 2012. 7.
5. Колесникова, Л.В. «Спортивное ориентирование с основами туризма и краеведения» [Текст] / Л.В. Колесникова. - г. Новокузнецк, 2007. -10-20с.

Список литературы, рекомендованной обучающимся:

1. Колесникова, Л.В. «Спортивное ориентирование с основами туризма и краеведения» [Текст] / Л.В. Колесникова .- г. Новокузнецк, 2007.10-15с.
2. Моргунова, Т.В. Обучающие контрольные тесты по спортивному ориентированию [Текст] / Т.В. Моргунова. – М.: ЦДЮТур, 2003.-12с.

Список литературы, рекомендованной родителям:

1. Болотов, С.Б. Программа для объединений дополнительного образования «Спортивное ориентирование» [Текст] / С.Б. Болотов. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. - Выпуск 3– 5с.
- 2 Колесникова, Л.В. – М.: Советский спорт, 2003.-3с.

6. Приложения

Приложение 1

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата Проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Форма/тип занятия	Место проведения
1	03-04.09	Туристские путешествия, история развития туризма. Правила поведения туристов и техника безопасности в походах.	2	Теория	Спортивный зал
2	05-10.09	Воспитательная роль туризма.	2	Теория	Учебный кабинет
3	11.09-02.10	Личное и групповое туристское снаряжение.	10	Комбинированное	Спортивный зал
4	03.10-27.11	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	4	Теория	Спортивный зал
			20	Практика	Городской стадион
5	28.11-11.12	Подготовка к походу, путешествию.	2	Теория	Спортивный зал
			4	Практика	Лесопарковая зона
6	12.12-09.01	Питание в туристском походе. Рацион и калорийность продуктов	2	Теория	Учебный кабинет
			7	Практика	Учебный кабинет
7	14.01-21.01	Туристские должности в группе.	4	Теория	Учебный кабинет
8	22.01-20.02	Организация передвижения в походе, преодоление препятствий.	2	Теория	Учебный кабинет
			12	Практика	Учебный кабинет
9		Техника безопасности в туристских походах и на занятиях.	9	Теория	Учебный кабинет
	25.02.16.04		14	Практика	Учебный кабинет
10		Подведение итогов похода	2	Теория	Спортивный зал
			8	Практика	Спортивный зал

11		Понятие о топографической и спортивной карте.		Теория	Учебный кабинет
12		Условные знаки	2	Теория	Учебный кабинет
			2	Практика	Учебный кабинет
13	20.05-21.05	Ориентирование по сторонам горизонта, азимут.	2	Теория	Учебный кабинет
			4	Практика	Учебный кабинет
14	20.05-21.05	Компас. Работа с компасом. Его основные части	2	Теория	Учебный кабинет
			6	Практика	Учебный кабинет
15		Измерение расстояний.	2	Теория	Учебный кабинет
			4	Практика	Учебный кабинет
16		Способы ориентирования	2	Теория	Учебный кабинет
			8	Практика	Учебный кабинет
17	14.05-15.05	Действия в случае потери ориентировки.	2	Теория	Учебный кабинет
			2	Практика	Учебный кабинет
18	08.05-13.05	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.	2	Теория	Учебный кабинет
19		Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов. Краеведческие музеи.	2	Теория	Учебный кабинет
			4	Практика	На местности
20		Изучение района путешествия.	2	Теория	Учебный кабинет
			4	Практика	Учебный кабинет
21	06.05-.7.05	ОПТ в походе. Охрана природы и памятников культуры в походе.	2	Теория	Учебный кабинет
22		Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний.	2	Теория	Учебный кабинет
23	17.02-22.04	Походная медицинская аптечка.	2	Теория	Учебный кабинет
			2	Практика	Учебный кабинет
24		Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.	2	Теория	Учебный кабинет
			4	Практика	Учебный кабинет

25	23.04-24.04	Приёмы транспортировки пострадавшего.	2	Теория	Учебный кабинет
			4	Практика	Спортивный зал или спортивная площадка
26		Строение и функции организма человека и влияние на него физических упражнений.	2	Теория	Учебный кабинет
27		ООП.	24	Практика	Спортивный зал или спортивная площадка
28	29.04-30.04	Специальная ФП.	6	Практика	Спортивный зал или спортивная площадка
29		Зачётные соревнования по туристскому многоборью.	Вне сетки часов	Практика	Городской стадион
30	22.05	Зачётный поход с 2-3 ночлегами.	Вне сетки часов	Практика	По предварительно выбранным маршрутам