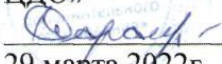


Отдел образования администрации Новоторъяльского муниципального
района Республики Марий Эл
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Новоторъяльский центр дополнительного образования»

ПРИНЯТО
педагогическим советом МБУДО
«Новоторъяльский ЦДО»
от 29 марта 2022г. протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО «Новоторъяльский
ЦДО»
 О.В. Торощина
29 марта 2022г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Юный путешественник «Пилигримм»**

ID программы: 6292
Направленность программы: туристско-краеведческая
Уровень программы: базовый
Категория и возраст обучающихся: 12-18 лет
Срок освоения программы: 1 год
Объем часов: 216 часов.
Разработчик программы: педагог дополнительного образования Бирюков
Сергей Васильевич

пгт. Новый Торъял
2022 г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования

1.1 Общая характеристика программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный путешественник «Пилигрим» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Основные характеристики образовательных программ определены статьями 2, 12, 75 Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Структура программы регламентирована пунктом 9 статьи 2 Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», пунктом 5 Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный путешественник «Пилигрим» (далее программа) имеет туристско - краеведческую направленность.

Актуальность программы

Туристско-краеведческая деятельность открывает большие возможности для приобретения многих важных для жизни общеобразовательных и специальных знаний, способствует укреплению здоровья и всестороннему развитию личности ребёнка. Она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной работы.

Туристско-краеведческая деятельность обладает огромным воспитательным потенциалом. Умственное, морально-этическое, физическое, экологическое, патриотическое, эстетическое воспитание находят в ней место. В процессе обучения у детей формируются такие жизненно-важные качества, как упорство, честность, мужество, взаимовыручка.

Программа рассчитана на учащихся 6-11 классов и предусматривает приобретение ими основных знаний о своём крае, технике и тактике туризма, ориентировании на местности, ведении краеведческих наблюдений и исследований, оказания первой доврачебной помощи, получение разрядов по спортивному туризму и ориентированию, званий "Юный турист России".

Программа предназначена для педагогов дополнительного образования, туристских организаторов, учителей общеобразовательных учреждений. Она рассчитана на три года обучения. После прохождения трёхлетнего цикла педагог может расширить и дополнить программу исходя из своего опыта, специализации, интересов и навыков детей.

Первый год обучения (базовый) предполагает преподавание основ спортивного туризма на маршрутах и пешеходных дистанциях. При этом предусматривается участие в соревнованиях: по личной и командной технике спортивного туризма на пешеходных дистанциях 1-2 класса, на контрольно-туристском маршруте (КТМ); по спортивному ориентированию районного и республиканского масштаба, а также участие в нескольких однодневных и двухдневных туристско-тренировочных походах. Рекомендуемый минимальный состав группы первого года - не менее 15 человек.

Отличительные особенности программы

Особенности организации образовательного процесса – формы реализации образовательного процесса с использованием технологий дистанционного обучения. Организационные формы обучения - теоретические занятия, практические занятия, походы, экскурсии, участие в соревнованиях и конкурсах. На занятиях используются групповые и индивидуальные формы работы.

Адресат программы

Настоящая программа разработана для учащихся среднего и старшего школьного возраста (12-18 лет), имеющих интерес и желающих участвовать в соревнованиях туристско – краеведческого направления.

Форма обучения – очная.

Уровень программы – базовый.

Режим занятий – 2 занятия в неделю по 2 часа.

Срок освоения программы – 1 год.

1.2. Цель и задачи программы

Цели образовательной программы:

-формирование готовности учащихся к отношениям в обществе и преодолению жизненных трудностей, проверка своих сил и возможностей путём усвоения специально разработанной системы навыков и взглядов (системы выживания);

Задачи образовательной программы:

Воспитательные:

- воспитание морально – волевых качеств;
- воспитание ответственности за личную безопасность, ответственного отношения к своему здоровью;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды;
- воспитание патриотизма, гражданственности;
- выработка правильного поведения в экстремальных ситуациях;

Обучающие:

- сформировать знания и умения по спортивному туризму и ориентированию;
- сформировать навыки выживания в различных природных условиях;
- выработка необходимых навыков и умений, безопасного поведения в повседневной жизни и в случае возникновения чрезвычайных ситуаций.

Образовательные:

- получение знаний о безопасном поведении человека в чрезвычайных ситуациях;
- формирование умений оценивать ситуации опасные для жизни и здоровья;

Развивающие:

- укрепление физического, психологического и нравственного здоровья обучающихся;
- развитие волевых качеств, умения принимать решения, брать на себя ответственность не только за себя, но и за других;

1.3. Объём программы – общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения – 144 ч.

1.4. Содержание учебно - тематического плана

1. Основы туристской подготовки

1.1. Техника безопасности и правила поведения туристов.

Соблюдение правил поведения – основа безопасности. Правила поведения и соблюдение техники безопасности на занятиях в учебном зале, спортивном классе, на спортивной площадке, в парке, в лесу, на слётах и соревнованиях по спортивному туризму и ориентированию. Техника безопасности при проведении туристских походов. Охрана природы.

Соблюдение правил дорожного движения; поведения при переездах группы на транспорте; пожарной безопасности; поведения на воде. Меры личной безопасности в нестандартных ситуациях.

1.2. Личное и групповое туристское снаряжение

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних походов. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры и пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для

костра, рукавицы, ножи, половник и др.

1.3. Туристские узлы. Виды узлов. Техника вязания.

Виды узлов, их назначение.

Практические занятия.

Вязание узлов

Восьмёрка, грейпвайн, австрийский проводник, двойной проводник, прямой, штык.

1.4. Подготовка к походу

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчётов о походах, запросы в местные учреждения, получение сведений от людей, прошедших планируемый маршрут.

Разработка маршрута, составление плана – графика движения.

Подготовка личного и группового снаряжения..

1.5. Основы спортивного туризма на спортивных дистанциях

Естественные и искусственные препятствия. Освоение техники прохождения (преодоления) различных этапов. Технические этапы дистанции 2 класса: характеристики и параметры этапов, способы их прохождения.

Практические занятия

Оборудование этапов, разметка дистанции. Личное прохождение дистанции. Отработка умений и навыков прохождения этапов без специального туристского снаряжения и со страховочной системой: подъём и спуск по склону спортивным способом, переправа по верёвке с перилами (параллельная переправа), переправа по бревну с использованием перил, наведённых судьями, «бабочка», навесная переправа.

.

2. Топография и ориентирование

2.1. Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки.

Назначение топографической карты. Масштаб. Понятие о генерализации.

Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт.

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координат точки на карте.

Назначение спортивной карты, её отличие от топографической карты. Масштабы. Способы и правила копирования карт.

Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топографических знаков по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа

горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонтالي основные, утолщённые, полугоризонтали. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практические занятия

Работа с картами различного масштаба. Упражнение по определению масштаба, измерения расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты.

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

2.2. Компас, азимут.

Компас. Типы компасов. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Ориентир. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек жидкостным компасом.

Основные направления на стороны горизонта: С, Ю, З, В. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо ("Роза направлений").

Определение азимута, его отличие от простого угла (чертёж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник.

Практические занятия.

Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнение на глазомерную оценку азимутов.

Упражнение на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

Ориентирование карты по компасу. Упражнение на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальные построения (треугольники, "бабочки" и т.п.).

2.3. Техника ориентирования.

Ориентирование с помощью карты в походе. виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир - цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные ситуации). составление абрисов. Определение скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход

препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе.

Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути).
Протокол движения.

Ориентирование в парке по дорожно - тропиной сети.

Практические занятия.

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту,
отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятие по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

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

3. Краеведение.

3.1 Географическое положение, природные условия и ресурсы РМЭ.

Территориальное расположение Республики Марий Эл. Административное деление РМЭ. Транспортные магистрали. Рельеф, реки, озёра, болота, полезные ископаемые.

Климат, растительность и животный мир РМЭ,

Практические занятия.

Знакомство с картой РМЭ. Экскурсии по Новоторъяльскому району.

3.2 Туристские возможности РМЭ.

Наиболее интересные места для походов и экскурсий. Памятники истории и культуры.

Краеведческие и мемориальные музеи, народные и школьные музеи РМЭ.

Практические занятия.

Прогулки и экскурсии по п. Новый Торъял и ближайшим окрестностям.

. 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.

4.1. Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.

Личная аптечка туриста: её состав, перечень и назначение лекарственных препаратов. Индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, при обморожениях и поражениях электрическим током. укусы насекомых и пресмыкающихся. пищевые отравления и желудочные заболевания.

Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, шин, обработка ран, промывание желудка.

Практические занятия

Обеззараживание питьевой воды. Способы оказания первой помощи условно пострадавшему

4.2. Приёмы транспортировки пострадавшего.

Зависимость способа транспортировки пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния. Способы транспортировки пострадавшего при травмах различной локализации.

Практические занятия

Изготовление носилок, волокуш, изучение различных способов транспортировки пострадавшего.

5. Общая физическая подготовка.

Краткие сведения о строении организма человека (органы и системы): костно-мышечная система, нервная система, сердечно - сосудистая система, дыхательная система, органы зрения и слуха, органы пищеварения и выделения.

Влияние физических упражнений укрепление здоровья и работоспособности.

Врачебный контроль, его значение и содержание при занятиях спортом. порядок осуществления врачебного контроля. Противопоказания при занятиях различными видами туризма.

Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля.

Практические занятия.

Проведение занятий на стадионе и в спортивном зале.

6. Школа безопасности.

6.1. Индивидуальные средства пожаротушения.

Виды огнетушителей, их устройство. Вспомогательные средства пожаротушения.

Практические занятия.

Надевание боевой одежды пожарного, практическое применение огнетушителей и вспомогательных средств пожаротушения.

6.2. Комбинированная пожарная эстафета.

Практические занятия.

Тренировки по прохождению комбинированной пожарной эстафеты.

6.3. Пожарно-тактическая полоса.

Практические занятия.

Тренировки по прохождению пожарно-тактической полосы.

6.4. Основы самообороны.

Практические занятия.

Изучение и отработка приёмов самозащиты на основе самбо и других видов единоборств.

7. Туристские слёты, походы, соревнования.

Участие в пеших туристских походах, туристских слётах, соревнованиях по спортивному туризму, спортивному ориентированию. Участие в соревнованиях «Школа безопасности», «Первая помощь».

Виды предполагаемой деятельности:

игровая;

организаторская;
учебная;
аналитическая.

1.5. Планируемые результаты

По окончании программы обучающиеся приобретут знания о своём крае, основы туристской подготовки и основы спортивного ориентирования. Научатся оказывать первую доврачебную помощь. Укрепят физическое здоровье. Приобретут навыки межличностного общения. Обучатся безопасному поведению в природной среде, а также поведению в экстремальных ситуациях.

С учётом цели и задач обучающиеся должны знать правила поведения и технику безопасности во время пеших походов и спортивных соревнований, Должны усвоить методы выживания в природной среде, уметь пользоваться туристским снаряжением и техниками спортивного туризма.

Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Учебный план

№	Наименование раздела, модуля, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/текущего контроля
		Всего	Теория	Практик а	
1	Основы туристской подготовки	56	2	54	Текущий контроль
1. 1	Техника безопасности на занятиях	2	2		Текущий контроль
1. 2	Личное и групповое туристское снаряжение.	2		2	Текущий контроль
1. 3	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания.	8		8	Текущий контроль
1. 4	Подготовка к походу	4		4	Текущий контроль
1. 5	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях 1-2 классов.	40		40	Текущий контроль
2.	Топография и ориентирование.	14	4	10	Текущий контроль
2. 1	Понятие о топографической и	4		4	Текущий контроль

	спортивной карте, условные знаки				
2. 2	Компас. Азимут.	4	2	2	Текущий контроль
2. 3	Техника ориентирования.	4	2	4	Текущий контроль
3.	Краеведение	4	4		Текущий контроль
3. 1	Географическое положение, природные условия РМЭ.	2	2		Текущий контроль
3. 2	Туристские возможности РМЭ.	2	2		Текущий контроль
4.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	8	2	6	Текущий контроль
4. 1	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи	6	2	4	Текущий контроль
4. 2	Приёмы транспортировки пострадавших	2		2	Текущий контроль
5.	Общая физическая подготовка	36		36	Текущий контроль
6.	Школа безопасности	26		26	Текущий контроль
6. 1	Индивидуальные средства пожаротушения	2		2	Текущий контроль
6. 2	Комбинированная пожарная эстафета	4		4	Текущий контроль
6. 3	Тактико-техническая полоса	4		4	Текущий контроль
6. 4	Основы самообороны	10		10	Текущий контроль
7.	Туристские походы, слеты и соревнования				Текущий контроль
	Итого объём программы	144	12	132	

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема Занятий	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь		15-00	Беседа	2	Техника безопасности	Каб. ОБЖ	Опрос
2	Сентябрь		15-00	Практика	2	Личное и групповое туристское снаряжение	Каб. ОБЖ	Наблюдение
3	Сентябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб.ОБЖ	Тестирование
4	Сентябрь		15-00	Практика	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Наблюдение
5	Сентябрь		15-00	Лекция	2	Техника спортивного ориентирования	Каб. ОБЖ	Опрос
6	Сентябрь		15-00	Практик	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
7	Сентябрь		15-00		2	Туристские узлы, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
8	Сентябрь		15-00	Практик	2	Общая	Школьные	Наблюдение

	рь			ика		физическа я подготовка	й стадион	дение
9	Октябр ь		15-00	Практ ика	2	Основы спортивно го туризма на пешеходн ых дистанция х	Каб. ОБЖ	Тестир ование
10	Октябр ь		15-00	Лекци я	2	Личная гигиена, Профилакт ика заболевани й	Каб. ОБЖ	Наблю дение
11	Октябр ь		15-00	Лекци я	2	Индивидуа льные средства пожароту шения	Каб. ОБЖ	Тестир ование
12	Октябр ь		15-00	Практ ика	2	Общая физическа я подготовка	Школьны й стадион	Тестир ование
13	Октябр ь		15-00	Практ ика	2	Компас. Азимут	Каб. ОБЖ	Опрос
14	Октябр ь		15-00	Лекци я Практ ика	2	Индивидуа льные средства пожароту шения	Каб. ОБЖ	Наблю дение
15	Октябр ь		15-00	Практ ика	2	Понятие о топографи ческой и спортивно й карте	Каб. ОБЖ	Тестир ование
16	Октябр ь		15-00	Практ ика	2	Общая физическа я подготовка	Спортивн ый зал	Наблю дение

17	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
18	Ноябрь		15-00	Практика	2	Понятие о топографической и спортивной карте	Каб. ОБЖ	Тестирование
19	Ноябрь		15-00	Практика	2	Туристские узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Наблюдение
20	Ноябрь		15-00	Практика	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Наблюдение
21	Ноябрь		15-00	Практика	2	Компас. Азимут	Каб. ОБЖ	Тестирование
22	Ноябрь		15-00	Теория	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
23	Ноябрь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
24	Ноябрь		15-00	Практика	2	Общая	Спортивный	Тестирование

				ика		физическа я подготовка	ый зал	ование
25	Декабрь		15-00	Практика	2	Основы спортивно го туризма на пешеходн ых дистанция х	Каб. ОБЖ	Тестир ование
26	Декабрь		15-00	Практика	2	Туристски е узлы. Виды узлов, техника вязания	Каб. ОБЖ	Тестир ование
27	Декабрь		15-00	Практика	2	Основы спортивно го туризма на пешеходн ых дистанция х	Каб. ОБЖ	Тестир ование
28	Декабрь		15-00	Практика	2	Общая физическа я подготовка	Спортивн ый зал	Наблю дение
29	Декабрь		15-00	Теория	2	Туристски е узлы	Каб. ОБЖ	Тестир ование
30	Декабрь		15-00	Практика	2	Основы самозащит ы	Спортивн ый зал	Наблю дение
31	Декабрь		15-00	Практика	2	Основы спортивно го туризма на пешеходн ых дистанция х	Каб. ОБЖ	Наблю дение

32	Декабрь		15-00	Практика	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Наблюдение
33	Январь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
34	Январь		15-00	Лекция	2	Географическое положение, природные условия РМЭ.	Каб. ОБЖ	Тестирование
35	Январь		15-00	Теория	2	Основы самозащиты	Спортивный зал	Тестирование
36	Январь		15-00	Практика	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Наблюдение
37	Январь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
38	Январь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование

39	Январь		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
40	Январь		15-00	Практика	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Тестирование
41	Февраль		15-00	Теория	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
42	Февраль		15-00	Лекция	2	Туристские возможности РМЭ.	Каб. ОБЖ	Тестирование
43	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Тестирование
44	Февраль		15-00	Теория	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Наблюдение
45	Февраль		15-00	Практика	2	Основы самозащиты		Наблюдение
46	Февраль		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма	Каб. ОБЖ	Тестирование

						на пешеходн ых дистанция х		
47	Феврал ь		15-00	Практ ика	2	Техника спортивно гоориенти рования	Каб. ОБЖ	Наблю дение
48	Феврал ь		15-00	Практ ика	2	Общая физическа я подготовка	Спортивн ый зал	Наблю дение
49	Март		15-00	Практ ика	2	Основы спортивно го туризма на пешеходн ых дистанция х	Каб. ОБЖ	Наблю дение
50	Март		15-00	Практ ика	2	Техника спортивно гоориенти рования	Каб. ОБЖ	Наблю дение
51	Март		15-00	Практ ика	2	Основы спортивно го туризма на пешеходн ых дистанция х	Каб. ОБЖ	Наблю дение
52	Март		15-00	Практ ика	2	Общая физическа я подготовка	Спортивн ый зал	Наблю дение
53	Март		15-00	Практ ика	2	Основы самозащит ы	Спортивн ый зал	Наблю дение
54	Март		15-00	Практ ика	2	Общая физическа	Спортивн ый зал	Тестир ование

						я подготовка		
55	Март		15-00	Практика	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Тестирование
56	Март		15-00	Практика	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Наблюдение
57	Апрель		15-00	Практика	2	Приемы транспортировки пострадавших	Каб. ОБЖ	Наблюдение
58	Апрель		15-00	Практика	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Тестирование
59	Апрель		15-00	Практика	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Наблюдение
60	Апрель		15-00	Практика	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Наблюдение
61	Апрель		15-00	Практика	2	Основы самозащиты	Спортивный зал	Наблюдение
62	Апрель		15-00	Практика	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Каб. ОБЖ	Наблюдение

63	Апрель		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
64	Апрель		15-00	Практика	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Наблюдение
65	Май		15-00	Практика	2	Подготовка к походу	Каб. ОБЖ	Наблюдение
66	Май		15-00	Практика	2	Пожарно-тактическая полоса	Стадион НТ СОШ	Наблюдение
67	Май		15-00	Практика	2	Комбинированная пожарная эстафета	Стадион НТ СОШ	Наблюдение
68	Май		15-00	Практика	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Наблюдение
69	Май		15-00	Практика	2	Пожарно-тактическая полоса	Стадион НТ СОШ	Наблюдение
70	Май		15-00	Практика	2	Основы спортивного туризма на пешеходных дистанциях	Каб. ОБЖ	Наблюдение
71	Май		15-00	Практика	2	Комбинированная пожарная эстафета	Стадион НТ СОШ	Наблюдение
72	Май		15-00	Практика	2	Общая физическая	Спортивный зал	Наблюдение

						я подготовка		
--	--	--	--	--	--	-----------------	--	--

2.3. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации

По итогам реализации программы предусмотрено проведение различных форм контроля:

Текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности)

осуществляется педагогом в форме наблюдения, опроса, практических и тестовых заданий. Проводится на протяжении всего учебного года. В процессе текущего контроля проверяются теоретические знания (тестирование, знание правил по спортивному туризму) и практические (итоги участия в соревнованиях).

Промежуточный контроль (за подготовленностью и функциональным состоянием

обучающихся) проводится один раз в полугодие в форме тестирования, участия в соревнованиях и выполнение спортивных разрядов в течение года обучения. В конце каждого года обучения воспитанники должны выполнять требования контрольных нормативов, а также показывать соответствующие году обучения результаты в соревнованиях. Оценка получаемых результатов проверяется тестированием. См. Приложение 1 и Приложение 2.

2.4. Оценочные материалы

ФИО обучающегося

Приложение

1

	0-1 баллов	2 баллов	3 балла
Знает о природе родного края			
Умеет пользоваться туристским снаряжением			
Принимал участие в соревнованиях по спортивному туризму или спортивному ориентированию			
Владеет приёмами оказания первой доврачебной помощи			
Владеет навыками необходимыми в туристском походе			

Общее количество баллов:

0 – 1 – низкий уровень

2 – средний уровень

3 – высокий уровень

Нормативы физической подготовки
Приложение 2

№ п/п	Ф.И.О.	год рождения	год обучения	Бег (30 м/сек.)	Бег 6 мин	Подтягивание на перекладине	Сгибание рук в упоре лёжа	Приседания на одной ноге	Баллы

2.5. Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение: зал для тренировок-стрелковый тир, кабинет ОБЖ, спортивный зал, альпинистское снаряжение, компасы, топографические карты, средства пожаротушения, медицинская аптечка, манекен для СЛР.

Кадровое обеспечение педагога реализующего программу: педагог дополнительного образования МБУДО «Новоторъяльский ЦДО», образование высшее (переподготовка по специальности «Педагог дополнительного образования»).

Информационное обеспечение: специальная литература, видео-, фотоматериалы, интернет-источники.

2.6. Методические материалы

Правила вида спорта «Спортивный туризм», 2021г.;

Правила вида спорта «Спортивное ориентирование», 2019;

2.7. Список литературы и электронных источников:

Константинов Ю. С. Детский туризм в России. Очерки истории: 1918 – 1998 гг. М., 1998.

Детско – юношеский туризм и краеведение в России. М. №1 – 2012.

Маслов А. Г. Юные инструкторы туризма. М. 2002.

Лукашов Ю. В., Ченцов В. А. Спортивное ориентирование. М. 2001.

Захаров Ф. Г. Учебное пособие для санитарных дружинниц. М. 1974.

Маслов А. Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М. 2000.

Правила соревнований по спортивному туризму. М. ТССР. 2021.