

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного
образования
«Каргасокский дом детского творчества»

Принята педагогическим советом

Протокол № _____
От «__» _____ 2021 __ г.
Председатель МС _____

Утверждена
Директор МБОУ ДО «Каргасокский ДДТ»
_____/Маслов В.Н./
«__» _____ 200__ г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности

«Сталкер»

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:
Никешкина Марианна Викторовна
Педагог дополнительного образования

<u>Паспорт программы</u>	3
<u>Пояснительная записка</u>	4
Актуальность программы.....	4
Отличительные особенности программы.....	4
Педагогическая целесообразность программы.....	4
Цели и задачи программы.....	4
Структура программы, режим занятий.....	4
Адресат программы.....	6
Ожидаемые результаты.....	6
Оценка и контроль результатов	7
Основные формы организации образовательного процесса.....	9
Условия реализации программы	9
Воспитательная работа.....	10
<u>Учебно-тематическое планирование и содержание</u>	
Учебно-тематический план ознакомительного уровня.....	12
Содержание программы ознакомительного уровня.....	14
Учебно-тематический план базового уровня.....	17
Содержание программы базового уровня.....	18
Учебно-тематический план углубленного уровня.....	20
Содержание программы углубленного уровня.....	22
Учебно-тематический план углубленного уровня (одарённые дети).....	25
Содержание программы углубленного уровня (одарённые дети).....	26
<u>Список литературы</u>	28
<u>Приложения</u>	
<u>1.</u> Календарно - тематическое планирование	
<u>2.</u> Регламент дистанция пешеходная.	
<u>3.</u> Регламент дисциплин дистанция пешеходная.	
<u>4.</u> Словарь туристских терминов .	
<u>5.</u> Кроссворды, тесты.	
<u>6.</u> Методические разработки занятий.	

Информационная карта образовательной программы

I. Наименование программы	© Дополнительная общеразвивающая образовательная разноуровневая программа туристско-краеведческой направленности «Сталкер»
II. Направленность	туристско-краеведческая
III. Сведения об авторе (составителе)	
1. ФИО	Никешкина Марианна Викторовна
2. Год рождения	1973г
3. Образование	Среднее профессиональное
4. Место работы	МБОУ ДО «Каргасокский ДДТ»
5. Должность	Педагог дополнительного образования
6. Квалификационная категория	Первая квалификационная категория
7. Электронный адрес, контактный телефон	89138510108 M.V.Nikeshkina@gmail.com
IV. Сведения о педагогах и иных специалистах, реализующих программу	
1. ФИО	
2. Год рождения	
3. Образование	
4. Место работы	
5. Должность	
6. Квалификационная категория	
7. Электронный адрес, контактный телефон	
V. Сведения о программе	
1. Нормативная база	СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"(с изменениями на 27 октября 2020 года). УСТАВ МБОУ ДО «Каргасокский Дом детского творчества». ПОЛОЖЕНИЕ о мониторинговой деятельности МБОУ ДО «Каргасокский ДДТ». ПОЛОЖЕНИЕ о дополнительных общеразвивающих программах, порядке их рассмотрения и утверждения в МБОУ ДО «Каргасокский ДДТ». Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 29.07.2017). Приказ Минпросвещения РФ от 30.09.2020 N 533 “О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9.11.2018 N 196”. Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 N 1008 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022 г. № 678-р.

	«Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации» приказом Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». «Правилами организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ»
2. Объем и срок освоения программы	Срок реализации программы: 4 года. 1-й, 2-й, 3-й год обучения 216ч 4-й год обучения 144ч.
3. Форма обучения	Традиционная
4. Возраст обучающихся	10-17 лет
5. Особые категории обучающихся	Дети принимаются без специального отбора (при наличии медицинского допуска).
6. Статус программы	
7. Цель программы	Обучение детей основам туристской деятельности в учреждении дополнительного образования.
8. Учебные курсы/ дисциплины/разделы (в соответствии с учебным планом)	Первый год обучения - ознакомительный уровень. Второй год обучения - базовый уровень. Третий год обучения – углубленный уровень. Четвёртый год обучения - углубленный уровень – факультативный курс Основные темы: Основы техники пешеходного туризма Наш край Ориентирование и топография Первая доврачебная помощь Школа безопасности НВП
9. Ведущие формы и методы образовательной деятельности	- теоретические занятия - организация экскурсий, походов. - участие в различных научно-практических мероприятиях (конференциях, конкурсах, олимпиадах, семинарах и т.д.); - тренировки и практические занятия на местности по пешеходному туристскому многоборью; - соревнования; - игры, конкурсы и другие массовые мероприятия; - творческие мастерские; - пропаганда природоохранной деятельности через средства массовой информации.
10. Формы мониторинга результативности	Входная диагностика (опрос, наблюдение); Промежуточная аттестация (наблюдение, опрос, мини соревнования внутри групп, поход);

	Итоговая аттестация (мини соревнования внутри групп, поход, тест)
11. Дата утверждения и последней корректировки	2024г
12. Рецензенты	

Пояснительная записка

Реализация дополнительной общеразвивающей программы «Сталкер» предполагает организацию деятельности в соответствии с требованиями «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации», уставом МБОУ ДО «Каргасокский Дом детского творчества», положением о мониторинговой деятельности МБОУ ДО «Каргасокский ДДТ», положением о дополнительных общеразвивающих программах, порядке их рассмотрения и утверждения в МБОУ ДО «Каргасокский ДДТ».

Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 29.07.2017), приказом Минпросвещения РФ от 30.09.2020 N 533 “О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9.11.2018 N 196”, приказом Минобрнауки России от 29.08.2013 N 1008 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”, концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022 г. № 678-р.

Данная программа составлена основе сборника программ для системы дополнительного образования детей «Туризм и краеведение», федерального центра детско-юношеского туризма, апробирована и совершенствуется в течение 18 лет в МБОУ ДО «Каргасокский дом детского творчества».

Направленность программы:

- по содержанию – туристско-краеведческая,
- по функциональному предназначению – спортивно-оздоровительная,
- по форме организации – кружковая,
- по структуре – циклическая,
- по срокам обучения – длительная,
- по возрастному составу – 10 – 17 лет.

Актуальность программы заключается в том, что она позволяет расширить пространство для проявления инициативы и творческой активности детей разного возраста и социального положения. Изменения, происходящие в нашем обществе, выдвинули целый ряд проблем. Современные дети крайне избалованы благами цивилизации. Школьники свободны от материальных забот, многие освобождены от домашних обязанностей. В то же время увеличивается количество детей с девиантным поведением. С каждым годом отмечается рост детской преступности, наркомании, детского алкоголизма. Подростки не умеют организовывать своё свободное время, не могут найти применение физической активности.

Занятия туризмом являются хорошим средством отвлечения детей от негативов общества. Туризм это и вид спорта, и отдых, и общение. Кроме того, занятия туризмом - это труд. Труд этот чрезвычайно разнообразен и значителен по количеству.

Во-первых, поход ставит каждого участника перед необходимостью трудиться.

Во-вторых, труд в походе носит общественный характер.

В-третьих, в процессе труда ребята приобретают жизненно необходимые навыки (приготовление пищи, обустройство быта и т.п.).

Путешествуя по Родному краю, обучающиеся активно включаются в поисково-исследовательскую деятельность в области краеведения и экологии.

Так же туризм воспитывает организаторские способности, развивает инициативу, активность, коллективизм, ответственность, взаимопомощь и взаимовыручку. Появляется серьёзное отношение к жизни, к друзьям, вырабатываются навыки культурного поведения в природе, уважительного отношения к окружающему нас миру. Очень часто походы дают детям возможность для самовыражения, помогают найти своё место в жизни.

В целом, занятия туризмом - условия воспитания человека полезного обществу, патриота своей Родины.

Отличительные особенности данной образовательной программы:

- Занятия туризмом предполагают достаточно тесное общение с природой. Поэтому в программу включена тема «Наш край», которая предполагает формирование экологического мировоззрения: грамотного поведения в природе, уважительного отношения к животному и растительному миру, участие в конкурсах и акциях экологической направленности.
- Данная программа даёт представление обучающимся о возможности использования приобретаемых навыков в будущих профессиях.
- Способствует вовлечению обучающихся в учебно-исследовательскую и проектную деятельность.
- Согласно программы развития юнармейского движения в Каргасокском ДДТ, из обучающихся 3го года обучения формируется Юнармейский отряд. В связи с этим, в учебный план добавлена строевая подготовка, сборка-разборка макета автомата.

Педагогическая целесообразность программы: предлагаемые в ней средства, принципы, формы и методы обучения действенны для детей и подростков данного возраста.

При прохождении программы, обучающийся имеет возможность участвовать в разнообразной деятельности, позволяющей определиться с наиболее интересным для него видом занятий.

Кроме того, занятия в данном коллективе позволяют расширить и научиться применять на практике знания, полученные в школе на уроках географии, биологии, истории, ОБЖ.

Цель программы: обучение детей основам туристской деятельности в учреждении дополнительного образования.

Основные задачи:

Образовательные:

- Обучить основам техники пешеходного и спортивного туризма, приемам техники безопасности, организации быта в походах;
- Научить приемам преодоления естественных препятствий.
- Расширить знания о своем селе и крае.
- Научить экологически грамотному поведению в природе.

Развивающие:

- Способствовать спортивному росту воспитанников (участие в походах, соревнованиях и других спортивных мероприятиях);
- Расширить кругозор, научить уважать и понимать законы природы;
- Способствовать интеллектуальному и духовному развитию через участие в творческих конкурсах и проектной деятельности.
- Содействовать развитию памяти, внимания, мышления.
- Сформировать навыки и умения безопасного нахождения в природной среде;

Воспитательные:

- Развивать в детях такие качества как самостоятельность, ответственность, целеустремлённость;

- Развивать в детском коллективе принципы товарищества, взаимопомощи, взаимовыручки;
- Формировать умение видеть красоту окружающего мира;
- Воспитывать потребность в здоровом образе жизни;
- По возможности корректировать девиантное поведение

Структура программы Программа носит комплексный характер. На используемом материале можно развивать межпредметные связи, осуществляя погружение учащихся во многие области знаний общеобразовательного цикла (история, география, биология, ОБЖ), формируя комплексное восприятие окружающего мира.

На протяжении обучения материал постоянно углубляется. Это позволяет ребенку пройти образовательный путь по трем уровням: ознакомительному, базовому и углубленному, которые можно осваивать как целостно в заявленной последовательности, так и автономно по программе каждого уровня.

- **Первый год обучения** - ознакомительный уровень.

Ознакомительный уровень: возраст обучающихся – 10-11 лет.

Уровень освоения предполагает расширение кругозора ребенка и информированности в области туристско-краеведческой, экологической деятельности, основ пешеходного и спортивного туризма, совершенствование навыков общения и умений совместной деятельности в коллективе.

- **Второй год обучения** - базовый уровень.

Базовый уровень:

Предполагает развитие компетентности в области туристско-краеведческой, экологической деятельности, овладение основными знаниями на уровне практического применения, добавляются основы работы с специальным снаряжением.

Так как большинство тем повторяется, усложняется добавлением нового материала, дети поступившие в объединение в возрасте 13-14 лет, по результатам входной диагностики и, исходя из индивидуальных способностей обучающихся, могут быть зачислены на базовый уровень.

- **Третий год обучения** – углубленный уровень.

Возраст обучающихся 13-16 лет.

Предусматривает наличие хорошей спортивной и туристской подготовки, умение работать с младшими членами коллектива, быть помощником педагога. Ориентирован на подготовку к результативному участию в соревнованиях «Школа безопасности», «Юный спасатель», областному первенству по пешеходному туризму и пр. На третьем году обучения формируется Юнармейский отряд. Юнармейцы осваивают знания и практические навыки по:

- комфортному и травмобезопасному взаимодействию со средой обитания;
- основам безопасности при действиях в чрезвычайных ситуациях, обусловленных природными стихийными бедствиями, техногенными авариями и катастрофами, а также с применением современного оружия;
- профилактике, прогнозированию и ликвидации последствий ЧС, возникающих в результате аварий, катастроф, стихийных и экологических бедствий;
- выживанию в боевых и экстремальных условиях;
- по способам личного выживания и оказанию первой медицинской помощи;
- пожарной безопасности и борьбе с пожаром. Кроме того юнармейцы овладеют навыками строевой подготовки и основами сборки-разборки макета АК-74, снаряжению магазина

- **Четвёртый год обучения** - углубленный уровень - факультативный курс,

который предполагает работу педагога с одаренными детьми. Здесь занятия направлены на отработку практических навыков. Старшие ребята становятся наставниками для младших кружковцев, участвуют в проектной деятельности, различных конкурсах, выставках и соревнованиях. Учащиеся, прошедшие четырёхгодичное обучение, могут быть помощниками руководителя похода выходного дня, участниками в городских и областных

слетах туристов-краеведов, быть организаторами мероприятий туристско-краеведческой и экологической работы, проводить исследования в природе и участвовать в научно-практических конференциях различного уровня.

Основная часть программы - это 1-й, 2-й и 3-й год обучения. Большинство тем повторяется на каждом году обучения, но при этом содержание занятий усложняется дополнением нового теоретического и практического материала. Количество часов на одну группу 1,2,3-го годов обучения составляет 216 часов в год.

Режим занятий 2 раза в неделю по 3 академических часа. Либо (при организации похода выходного дня, учебно-тренировочного похода) 1 раз в неделю 6 академических часов.

Объемы учебно-тренировочных нагрузок и продолжительность занятий могут увеличиваться в каникулярное время. Как правило, в это время организуются походы выходного дня, учебно-тренировочные походы, сводные тренировки, соревнования внутри коллектива.

Количество часов на группу 4-го года обучения составляет 144 часа в год. Режим занятий 1 раз в неделю 4 академических часа, либо 2 раза в неделю по 2 академических часа, при индивидуальной работе для подготовки к проведению мероприятий для обучающихся младшего возраста, подготовке проектов пр. Продолжительность занятий может увеличиваться в каникулярные дни.

Занятия проводятся как с полным составом группы, так и по подгруппам. Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от местных условий деятельности коллектива.

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при проведении каждого занятия, тренировки, соревнования.

Адресат программы

Программа рассчитана на 4 года обучения детей и подростков в возрасте с 10 до 17 лет.

Дети принимаются без специального отбора (при наличии медицинского допуска).

С учетом возраста обучающихся, правил по технике безопасности предполагаемое количество детей в группе 1-го года обучения 10-15 человек (при наборе обучающихся первого года обучения следует комплектовать группу с превышением состава, так как существует естественный отсев членов объединения в период обучения и, кроме того, не все дети по тем или иным причинам могут участвовать в учебных и зачетных мероприятиях); 2-го года обучения 8-10 человек, 3-го года обучения 6-8 человек, 4-го года обучения 4-6 человек.

Ожидаемые результаты:

1. Образовательные:

- овладение техникой и тактикой пешеходного и спортивного туризма, приобретение навыков ориентирования на местности, оказания первой доврачебной помощи;
- рост мастерства учащихся от элементарных навыков самообслуживания и организации туристского быта до результативного участия в соревнованиях различного уровня.
- умение представлять результаты своей деятельности с использованием компьютерных средств и технологий.

2. Развивающие:

- приобретение учащимися знаний о природе, истории, культуре родного края;
- создание экологических троп;
- пропаганда эколого-краеведческих знаний;

3. Воспитательные:

- позитивное общение с окружающими.
- умение работать в команде.
- иметь представление о системах социальных норм и ценностей.
- формирование духовных ценностей, мировоззрения, гражданской идентичности.

По годам обучения

1-го года обучения (ознакомительный уровень)

- формирование элементарных туристских и экологических знаний, умений, навыков: техники туризма и ориентирования, умения вести себя в природе, производить анализ проделанной работы.

2-го года обучения (базовый уровень)

- умение обучающихся пользоваться полученными эколого-туристскими знаниями, умениями, навыками;

- участие в конкурсах и соревнованиях по туризму, краеведению, экологии;

По прохождению базового уровня обучения обучающийся будет знать: правила поведения юных туристов в походах, на соревнованиях, туристское снаряжение и требования к нему, особенности проведения туристских походов, ориентирование по карте и компасу, правила личной гигиены в походах, оказание первой медицинской помощи при отдельных травмах и заболеваниях, основы техники и тактики преодоления препятствий в походах и на соревнованиях. особенности природы, истории культуры родного края.

Обучающийся будет уметь: комплектовать туристское снаряжение для участия в соревнованиях, делать пешие переходы с грузом, оказывать первую доврачебную помощь при травмах, ставить палатку, разводить костер, готовить пищу, преодолевать различные препятствия, участвовать в соревнованиях по технике пешеходного туризма, ориентироваться при помощи карты, компаса. проводить простейшие наблюдения, участвовать в проектной деятельности.

3-го года обучения (углубленный уровень)

- совершенствование туристских и экологических знаний, умений и навыков, повышение спортивной квалификации.

Обучающийся будет знать: виды туризма и их особенности, этапы подготовки и проведения пешеходных походов, действия в аварийной ситуации, организацию туристского быта в экстремальных условиях, особенности наведения переправ через препятствия, технику и тактику их преодоления в походах и на соревнованиях, особенности ориентирования в различных условиях, приемы оказания первой доврачебной помощи, особенности соревнований «Школа безопасности», способы и методы спасательных работ. Овладеют навыками строевой подготовки, основами сборки-разборки макета АК-74. снаряжению магазина.

Обучающийся будет уметь: самостоятельно разрабатывать и прокладывать маршрут путешествия, организовывать обеспечение и подготовку похода, подводить его итоги, преодолевать различные препятствия, водные преграды, организовывать командную страховку, организовывать быт в экстремальных условиях, участвовать соревнованиях по технике пешеходного туризма, в соревнованиях по спортивному ориентированию, поисково-спасательных работах, военно – спортивных играх.

4-го года обучения - группа одарённые дети

- этап туристско-спортивного совершенствования и высших достижений, предусматривает совершенствование технико-тактического мастерства, отработку приемов прохождения этапов; участие в зачетных соревнованиях: по личной и командной технике пешеходного туризма, на контрольно-туристском маршруте на дистанциях 3 класса регионального уровня; выполнение взрослых спортивных разрядов.

Обучающийся будет знать: особенности ориентирования в сложных условиях, виды документации в походах и на соревнованиях, факторы риска в природе и способы их преодоления, жизнеобеспечение человека в экстремальных условиях, особенности соревнований «Школа безопасности», способы и методы спасательных работ.

Обучающийся будет уметь: организовать преодоление препятствий на различной местности, в составе команды проводить спасательные работы на трассах различной сложности, вести исследовательскую деятельность, выполнять обязанности помощника педагога. Участвовать в эколого-краеведческих конкурсах и конференциях различного уровня. Освоят методику выполнения краеведческих исследований, экологических наблюдений.

Оценка и контроль результатов

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

- входной контроль – в начале учебного года;
- промежуточный контроль – в течение учебного года;
- итоговая аттестация – в конце учебного года.

Контроль знаний, умений и навыков производится в форме педагогического наблюдения, беседы с учащимися, наблюдений при проведении учащимися занятий с младшими кружковцами, тестовых заданий, похода выходного дня, соревнований.

Уровень теоретической подготовки определяется через зачетные теоретические занятия по разделам программы в форме тестов и заданий, анкетирования и опроса. (приложение №1, №2, №3)

Уровень практической подготовки определяется с помощью контрольных занятий в форме мини-соревнований внутри группы, походов выходного дня, работы учащихся в качестве помощников руководителя, участия в соревнованиях различного уровня.

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

Наиболее качественные показатели уровня обучения дают походы и другие многодневные мероприятия.

Используемые методы диагностики для группы 1-го года обучения

Наблюдение, контрольные занятия в форме викторин, мини-соревнований, тестов, игровых программ, походов выходного дня. (приложение №1)

Удовлетворительно – с трудом усваивают некоторые разделы программы, работают при непосредственном участии педагога.

Хорошо – стабильно усваивают все разделы программы, знают и используют специальные термины, способны работать самостоятельно.

Отлично - легко усваивают все разделы программы, знают и используют специальные термины, способны работать самостоятельно, проявлять инициативу, помогать друг другу.

Используемые методы диагностики для группы 2-го года обучения (приложение №2)

Наблюдения, самостоятельная работа по поставленным задачам, контрольные занятия в виде викторин, мини-соревнований, тестов, игровых программ, походов выходного дня. Участие в конкурсах и соревнованиях различного уровня.

Удовлетворительно – с трудом усваивают некоторые разделы программы, работают с помощью педагога, рассматривают свои занятия в коллективе как организацию своего досуга.

Хорошо - стабильно усваивают все разделы программы, знают и используют специальные термины, технические приёмы, способны работать самостоятельно по поставленным задачам.

Отлично - легко усваивают все разделы программы, знают и используют специальные термины, способны работать самостоятельно по поставленным задачам, могут работать в смешанных группах, организовать командную работу по определённым условиям этапа. Охотно, результативно участвуют в конкурсах и соревнованиях различного уровня.

Используемые методы диагностики для группы 3-го, 4-го года обучения (приложение №3)

Наблюдения, самостоятельная работа по поставленным задачам, контрольные занятия в виде викторин, мини-соревнований, тестов, игровых программ, походов выходного дня. Участие в конкурсах и соревнованиях различного уровня.

Хорошо - свободно ориентируются во всех разделах программы, знают и применяют специальные термины, технические приёмы, отлично справляются с поставленными задачами в составе группы.

Отлично - свободно ориентируются во всех разделах программы, знают и применяют специальные термины, технические приёмы, способны работать самостоятельно по поставленным задачам, могут работать в смешанных группах, способны работать в качестве наставников, судей при проведении соревнований для обучающихся младшего возраста,

способны разрабатывать технику и тактику при командной работе. Охотно, результативно участвуют в конкурсах и соревнованиях различного уровня.

Подведение итогов реализации программы проводится ежегодно. Итоги подводятся при проведении походов, туристско-краеведческих слетов и слетов юных экологов, научно-практических конференций, на соревнованиях по туристскому многоборью, олимпиадах, викторинах, конкурсах.

По итогам года детское объединение должно познакомить воспитанников ДДТ со своей работой в фотоматериалах, стенной печати, на сайте ДДТ, в социальных сетях. Экологические и краеведческие исследовательские работы обучающихся выдвигаются на различные конкурсы и конференции.

Программа разработана с учетом современных образовательных технологий:

1. Принципах обучения - индивидуальность, результативность, доступность, взаимное обучение, заинтересованность,
2. Формах и методах обучения - активные методы обучения, дифференцированное обучение, конкурсы, соревнования, занятия, походы и др.
3. Методах контроля и управления образовательным процессом - тестирование, оценка достижений участия в соревнованиях, конкурсах.
4. Средствах обучения - специальное туристское снаряжение, наглядные пособия, учебные фильмы, подборка видеоматериалов.

Основные формы организации образовательного процесса:

- теоретические занятия
- организация экскурсий, походов.
- участие в различных научно-практических мероприятиях (конференциях, конкурсах, олимпиадах, семинарах и т.д.);
- тренировки и практические занятия на местности по пешеходному туристскому многоборью;
- соревнования;
- игры, конкурсы и другие массовые мероприятия;
- творческие мастерские;
- пропаганда природоохранной деятельности через средства массовой информации.

Теоретические и практические занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, использованием современных информационных технологий.

Практические занятия проводятся как в помещении, так и на местности (в парке, на стадионе, в лесу), в походах выходного дня, тренировочных походах, во время проведения туристских мероприятий, экскурсий, на соревнованиях и других туристско - краеведческих мероприятиях.

С целью активизации работы с родителями обучающихся в учебный план включены совместные походы выходного дня в окрестности поселка, вовлечение родителей в практические природоохранные акции, организация и проведение совместных мероприятий.

Условия реализации программы

Программа «Сталкер» реализуется на базе МБОУ ДО «Каргасокский дом детского творчества».

Теоретические занятия не сопровождаются иллюстративным и пояснительным материалом, использованием современных технологий, игровых методик. Преподаватель воспитывает у обучающихся умения и навыки самостоятельно принимать решения. Для овладения техникой пешеходного и спортивного туризма, предполагается участие в соревнованиях: «Школа безопасности», областное первенство по пешеходному туризму, туристско - краеведческий слёт «Моя малая Родина».

При изучении тем, связанных с краеведением и экологией, большую пользу оказывает посещение музеев, экскурсии по посёлку, его окрестностям, походы выходного дня.

При прохождении отдельных тем, желательно привлечение медработника, работников МЧС, преподавателя — организатора основ безопасности и защиты Родины.

Условия реализации программы:

информационное обеспечение: видеозаписи (видеосюжеты и видеоролики о соревнованиях и тренировках, первой доврачебной помощи и т.п.); дидактический материал (плакаты, фотографии, наглядные пособия); учебная литература (книги, методические пособия, журналы, статьи); доступ к специализированным интернет-сайтам;

Для практических занятий.

Оборудованный спортивный зал (турник, крепления для навешивания верёвок, маты).

Оборудование и снаряжение: верёвки, страховочные системы, карабины, жумары, спусковые устройства, каски, блок-ролики, компасы, карты, палатки, спальники, коврики, огнетушитель, рукава, разветвление, ствол, перчатки, верхонки, ОЗК, макет ММГ АК 74М, магазин от АК 74 с учебными патронами 5,45.

Для теоретических занятий.

Оборудованный кабинет (компьютер, принтер для цветной печати, фотоаппарат, проектор).

Карты: географические, спортивные. Наглядные пособия (глобус), плакаты по оказанию первой помощи, литература. Инструкции по технике безопасности.

Воспитательная работа.

В обширном арсенале средств дополнительного образования, туризм имеет широкое поле воздействий, обращает на себя все более пристальное внимание именно как комплексное средство развития личности. Это и оздоровительная его направленность, и спортивная сущность. Туризм – средство, позволяющее сформировать и развить интеллектуальные возможности личности. Наконец туризм используется не только как средство активного отдыха, но и как средство развития морально - волевых качеств личности, в том числе формирует нравственную культуру, воспитывает любовь к отечеству, помогает формированию высоких гражданских чувств, чувство долга, товарищества. Воспитательная функция туризма подчеркивает его большие возможности не только для физического и спортивного совершенствования, но и для нравственного, эстетического, интеллектуального и трудового воспитания. Притягательная сила туризма, высокие требования к проявлению физических и психических сил, представляют широкие возможности для целенаправленного воспитания духовных черт и качеств ребенка.

Воспитательная работа в туризме строится на основе принципов целеустремленности, соблюдения высокой культуры общения и поведения, социальной активности, общественно полезной направленности, соответствия туристской деятельности возрастным особенностям, разносторонности туристской деятельности.

Осуществление этих принципов в туризме формирует у детей социально мотивированные потребности и интересы, способствует развитию гармоничной личности.

Цель: формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Основные задачи:

- Социализация личности обучающегося (естественное преодоление всевозможных психологических барьеров, толерантность, общение и активная жизнь, развитие культурного уровня);
- формирование мировоззрения, гражданской и нравственной позиции на основе изучения малой родины, патриотическое и эстетическое воспитание, формирование культуры общения с коллективом, воспитание чувства гордости и ответственности за культурное наследие своей страны;
- формирование в детях такие качества как самостоятельность, ответственность, целеустремлённость;
- формирование в детском коллективе принципов товарищества, взаимопомощи, взаимовыручки;
- Воспитание потребности в здоровом образе жизни;

Основные формы организации воспитательного процесса:

- теоретические занятия (лекции, беседы)
- организация краеведческих экскурсий, походов (в т.ч. экологических).
- участие в различных научно-практических мероприятиях (конференциях, конкурсах, олимпиадах, семинарах и т.д.);
- игры, конкурсы и другие массовые мероприятия;
- работа с родителями (ка индивидуальные беседы, так и вовлечение родителей в совместные походы выходного дня в окрестности поселка, вовлечение родителей в практические природоохранные акции, организация и проведение совместных мероприятий).

Контроль эффективности воспитательной работы проходит в форме педагогического наблюдения.

Ожидаемые результаты:

- позитивное общение с окружающими.
- умение работать в команде.
- иметь представление о системах социальных норм и ценностей.
- выполнять правила бережного отношения к животному и растительному миру России;

Календарный план воспитательной работы

		Форма работы	Дата проведения	Кол-во участников
	«Воспитание на учебном занятии»			
1.	Наставничество	Работа старших обучающихся с младшими.	В течение учебного года	10-12
2.	Экологический поход	организация краеведческих экскурсий, походов.	В течение учебного года (согласно календарно – тематическому планированию)	4 группы по 10 чел. Родители.
3.	Организация командной работы.	Беседы, ситуационные игры.	В течение учебного года	3 группы по 10 чел.
	«Воспитание в детском объединении»			

4.	Подготовка и участие в областном слёте «Моя малая Родина»		сентябрь	12 - 16
5.	Подготовка и участие в соревнованиях «Школа безопасности».		В течение учебного года. Участие май-июнь.	20
6.	Экскурсия в «Музей Народов Севера»		апрель	20
7.	Экскурсия в Парк Победы		май	20
8.	Участие в тематических конкурсах. «Юнармия глазами детей». «Самый лучший праздник». «Помним о войне» и др.		Сентябрь – май.	10
«Ключевые культурно-образовательные события»				
9.	Общие мероприятия ДДТ		В течение учебного года.	30
10.				
«Взаимодействие с родителями»				
11.	Индивидуальные беседы		Сентябрь - май	
12.	Организация совместного Новогоднего похода «В гостях у сказки»		декабрь	
13.	Организация совместного экологического похода.		Декабрь, февраль, март.	
14.				
«Наставничество и тьюторство»				
«Профессиональное самоопределение»				
15.	Экскурсия и тренировки в пожарно – спасательной части.		Апрель, май.	30
16.	Участие в соревнованиях «Школа безопасности и юный спасатель»		Май, июнь.	16
17.				

**Учебный план 1-го года обучения
Ознакомительный уровень.**

№ п\п	Тема занятий	Теория	Практика	Всего	Методы диагностики
1.	Вводное занятие	1	1	2	
2.	Воспитательная роль туризма	2	-	2	Опрос, беседа
3.	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий, экскурсий.	1	1	2	Опрос

4.	Личное и групповое туристское снаряжение	6	9	15	Викторины, мини-соревнования, Поход выходного дня
5.	Подготовка к походу	2	4	6	Опрос, поход выходного дня
6.	Правила разведения костров	2	6	8	Викторина, мини-соревнования, поход выходного дня
7.	Основы техники пешеходного туризма	4	30	34	Викторина, мини-соревнования, поход выходного дня
8.	Наш край	6	16	22	Викторина, поход выходного дня
9.	Компас, ориентирование по местным особенностям	2	6	8	Мини-соревнования, поход выходного дня
10.	Топографическая, географическая, спортивные карты	3	10	13	Мини-соревнования
11.	Общая физическая подготовка	1	19	20	Наблюдение, мини-соревнования,
12.	Профилактика заболеваний и травм, основные приёмы первой доврачебной помощи	4	8	12	Тесты, практическая работа.
13.	Соревнования, слёты	3	18	21	Мини-соревнования, практическая работа.
14.	Походы выходного дня, экскурсии.	1	35	36	Наблюдение
15.	Внутрикружковая деятельность			12	Наблюдение
	Итоговая аттестация			3	Мини-соревнования, практическая работа. Тесты.
Всего		216 часов			

Примечание:

1.Областные слёты и соревнования вне сетки часов.

2.Структура каждого занятия состоит из нескольких тем, по мере освоения программы.

В пределах одного занятия виды деятельности могут несколько раз меняться. Это способствует удержанию внимания учащихся и, позволяет избежать их переутомления.

Каждое занятие в помещении, включает тему общая физическая подготовка (в форме игровой разминки).

3. Поход выходного дня, так же, предполагает объединение нескольких изученных тем, например:

Подготовка к походу примерно 30 мин.

Инструктаж по т.б. примерно 5 мин (плюс заполнение журнала по инструктажу 10 мин).

Техника пешеходного туризма (движение общей группой, техника передвижения по различному рельефу и т.д., в зависимости от того, чем планируешь заниматься в данном походе) в среднем 3 - 4 часа.

Правила разведения костра от 15 мин. до получаса заготовка растопки и разведение костра (зависит от опыта участников и погодных условий).

Содержание занятий 1- го года обучения (ознакомительный уровень)

1.Вводное занятие.

Теоретические занятия : Виды туризма. Роль туристской деятельности в формировании правильного поведения в природе и обществе, в воспитании волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, смелости. Особенности данной программы. Режим занятий и тренировок. Правила поведения и традиции в детском коллективе.

Наглядный материал: видеофильм о разновидностях детского туризма; презентация деятельности детского коллектива; буклеты и фотоальбомы.

Практические занятия : игры на знакомство; тренинг на раскрепощение в общении и умение работать в коллективе; тестирование на выявление потребностей ребенка и лидерских качеств.

2.Воспитательная роль туризма.

Теоретические занятия : Значение туристской деятельности в развитии личности, формировании правильного поведения в природе и обществе. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, смелости. Применение знаний и умений, полученных на занятиях в реальной жизни.

Наглядный материал: Подборка видео (поисково – спасательные работы, хроника путешествий и т.п.)

3.Техника безопасности при проведении тренировок, походов, экскурсий

Теоретические занятия : Дисциплина - основа безопасности. Правила поведения во время тренировок, спортивных игр, при переездах на транспорте, во время экскурсий и походов на природу.

Наглядный материал: инструкции по ТБ, памятки; подборка видео.

Практические занятия : игры на внимательность, ситуативные игры.

4. Личное и групповое снаряжение

Теоретические занятия: понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень снаряжения для однодневного похода в различных погодных условиях. Правила укладки рюкзака, назначение палаток. Обувь и одежда. Уход за ней.

Практические занятия : Укладка рюкзака, установка палатки, игры, мини - соревнования. Экскурсии и походы выходного дня.

Оборудование и снаряжение: Рюкзак, палатка, посуда, консервы, спички, обувь, одежда.

5.Подготовка к походу

Теоретические занятия : Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Подготовка снаряжения и распределение его среди участников.

Практические занятия : Повторение правила поведения и ТБ. Походы выходного дня.

Оборудование и снаряжение: обувь, одежда, палатка, рюкзак, маршрутные листы, карты.

6.Правила разведения костров.

Теоретические занятия: различные виды костров, выбор и обустройство места для разведения костра, заготовка растопки, техника безопасности при разведении костра.

Наглядный материал: плакаты с видами костров, тематическая подборка слайдов.

Практические занятия: моделирование различных видов костров, походы, экскурсии.

Оборудование и снаряжение: спички, дрова.

7. Основы техники пешеходного туризма.

Теоретические занятия: техника и тактика передвижения по различным видам рельефа (травянистые склоны, снег). Переправы через несложные виды естественных препятствий.

Техника вязки основных узлов, их назначение и применение. Страховочные системы, обвязки. Основы работы со специальным снаряжением (ФСУ, жумар, карабин)

Техника безопасности и организация самостраховки при преодолении естественных препятствий.

Наглядный материал: подборка фото и видео из личного архива, плакат с видами узлов.

Практические занятия: изучение и вязка основных узлов (проводник восьмёрка, прямой, австрийский проводник, штык, схватывающий). Надевание страховочной системы, блокировка Прохождения условного «болота», «узкого лаза», «переправа через реку». Передвижение по лесным тропам, травянистым склонам, по снегу, по лесу, через завалы.

Оборудование и снаряжение: верёвки, карабины, страховочные системы, перчатки, верхоны, каски, «кочки», «жерди».

8. Наш край.

Теоретические занятия: географическое положение, рельеф, климат, озёра и реки. История края, известные земляки. Растительный и животный мир. Грамотное поведение в природной среде.

Наглядный материал: географические карты района, фотографии птиц, животных(обитающих в нашей местности), фотографии и рисунки растений, грибов и т.п., тематические видеоматериалы.

Практические занятия: знакомство с картой своего края, «путешествия» по карте, краеведческие викторины, прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, учёт зимующих птиц, посещение музеев.

9.Компас, ориентирование по местным особенностям.

Теоретические занятия: что такое компас, правила обращения с ним. Определение сторон света по компасу, по местным особенностям, по растительности.

Наглядный материал: фотографии муравейников, деревьев.

Практические занятия: дворовое ориентирование, прогулки, походы.

Оборудование и снаряжение: компас.

10.Топографические, географические карты, спортивные карты.

Теоретические занятия: Понятие о географической, топографической и спортивной карте. Знакомство с понятиями «план», «схема», «карта». Масштаб, измерение расстояния на карте. Понятие о топографических знаках. Значение карт для туристов, обращение с картой в походе.

Наглядный материал: плакаты с топографическими знаками и условными знаками спортивных карт, географические и спортивные карты, слайды.

Практические занятия: составление плана комнаты, двора. Походы, экскурсии.

Оборудование и снаряжение: карты, линейка, цветная бумага, маркеры, компас.

11.Общая физическая подготовка.

Теоретические занятия: значение силы, ловкости и выносливости для туриста.

Наглядный материал: подборка видео.

Практические занятия: игры и физические занятия в помещении и на свежем воздухе, развивающие ловкость, выносливость, быстроту, силу, сообразительность, походы выходного дня.

Оборудование и снаряжение: турник, мячи, теннисный стол, скакалки и пр. спортивное оборудование.

12.Профилактика заболеваний и травм. Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.

Теоретические занятия: походный травматизм. Предупреждение мозолей, потёртостей, тепловых, солнечных ударов, ожогов, обморожений. Профилактика клещевого энцефалита.

Первая доврачебная помощь при ушибах, кровотечениях, ожогах, обморожениях, укусах клеща.

Ядовитые растения и насекомые.

Наглядный материал: видеофильм «Осторожно клещи», плакаты с различными видами травм, плакат «кровеносная система человека».

Практические занятия: наложение повязок на конечности.

Оборудование и снаряжение: медицинская аптечка, бинты.

13. Погоды выходного дня, экскурсии.

После прохождения каждой темы, в течение учебного года, в выходные и каникулярные дни.

14 . Слёты и соревнования.

Теоретические занятия: Виды туристских соревнований. Понятие о дистанции, этапах, 1 класса сложности. Личное и командное снаряжение участников. Меры безопасности при проведении туристских слетов и соревнований.

Техника безопасности при преодолении полосы препятствий.

Наглядный материал: тематические фото и видеоролики из архива объединения.

Практические занятия: Отработка техники и тактики передвижения и преодоления препятствий спортивным способом. Личное, парное, командное прохождение полосы препятствий с организацией гимнастической страховки.

Подготовка к творческим конкурсам.

15.Внутрикружковая деятельность.

Выполнение творческих работ (оформление стенгазет, рисунки, сочинения). Оформление кабинета, проведение чаепитий. Участие в конкурсах, общих мероприятиях ДДТ. Участие в проектной деятельности.

Учебный план занятий с группой 2-го года обучения.

№ п/п	Темы занятий	Теория	Практика	Всего	Методы диагностики
1	Вводное занятие	2	-	2	
2	История развития туризма	2	-	2	Опрос, беседа
3	Техника безопасности при проведении походов, экскурсий.	1	1	2	Опрос, ситуационная игра.
4	Личное и групповое снаряжение для 2-х- 3х дневного проживания в полевых условиях	2	8	10	Викторины, мини соревнования, учебно-тренировочный поход
5	Организация быта. Привалы и ночлеги.	1	4	5	Викторины, поход выходного дня, слёт.
6	Подготовка к походу	1	6	7	Викторина, мини-соревнования, поход выходного дня
7	Питание в походе	2	6	8	Викторина, мини-соревнования, поход выходного дня
8	Основы техники пешеходного туризма	6	28	34	Викторина, мини-соревнования, поход выходного дня, учебно-тренировочный поход
9	Наш край	4	12	16	Мини-соревнования, практическая исследовательская работа.
10.	Азимут. Измерение расстояний. Ориентация по небесным светилам.	3	6	9	Мини-соревнования, практическая работа.

11	Топографические знаки. Географические и спортивные карты.	6	10	16	Мини-соревнования, тестирование.
12	Общая физическая подготовка.	1	18	19	Наблюдение, мини-соревнования,
13	Первая доврачебная помощь	4	11	15	Тесты, практическая работа.
14	Слёты и соревнования	4	16	20	Мини-соревнования, практическая работа, учебно-тренировочный поход.
15	Походы выходного дня, учебно-тренировочные походы.	2	37	39	Наблюдение
16	Внутриклубовая деятельность			12	Наблюдение
	Всего	216ч			

Примечание:

1.Областные слёты и соревнования вне сетки часов.

2.Структура каждого занятия состоит из нескольких тем, по мере освоения программы. В пределах одного занятия виды деятельности могут несколько раз меняться. Это способствует удержанию внимания учащихся и, позволяет избежать их переутомления. Каждое занятие в помещении, включает тему общая физическая подготовка (в форме игровой разминки).

3. Поход выходного дня, учебно-тренировочный поход так же, предполагает объединение нескольких изученных тем.

Содержание занятий с группой 2-го года обучения (базовый уровень)

1.Вводное занятие.

План работы, режим занятий и тренировок. Инструктаж т.б.

2.История развития туризма.

Знаменитые путешественники. История развития туризма в России.

Наглядный материал: подборка видео об известных путешественниках.

3.Техника безопасности при проведении походов, экскурсий, занятий.

Дисциплина-основа безопасности. Правила поведения во время спортивных игр, при переездах на транспорте, экскурсиях на природу, походах .

Наглядный материал: инструкции по ТБ, памятки; подборка видео.

4. Личное и групповое снаряжение для 2-х-3-х дневного проживания в полевых условиях..

Теоретические занятия: перечень снаряжения для 2-х-3-х дневного проживания в различных погодных условиях. Правила укладывания рюкзака. Обувь и одежда, уход за ней.

Практические занятия: укладка рюкзаков, установка различных видов палаток, работа со снаряжением, уход за ним и ремонт. Поход.

Оборудование и снаряжение: Палатка, рюкзак, спальный мешок, одеяло, топор, посуда, спички, медицинская аптечка, верёвки, карабины, страховочные системы.

5. Организация быта, привалы и ночлеги.

Теоретические занятия: привалы и ночлеги в походе. Грамотный выбор места для бивака. Организация работы по установке и снятию лагеря (выбор места для палаток и костра, определение места для заборов воды и умывания, туалетов, мусорной ямы). Предохранение

палатки от намокания и проникновения насекомых. Меры безопасности при заготовке дров, при обращении с огнём, кипятком.

Наглядный материал: памятки, инструкции по т.б.

Практические занятия:. Определение мест, пригодных для привалов и ночлегов. Установка палатки, снятие палатки, заготовка дров, определение сухостоя. Походы и экскурсии, соревнования Уборка бытовых отходов.

Оборудование и снаряжение: палатка, навес (тент), топор.

6. Подготовка к походу.

Теоретические занятия: определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе, подготовка снаряжения, распределение груза среди участников. Порядок движения на маршруте, обязанности направляющего и замыкающего. Режим дня. Распределение груза среди участников.

Наглядный материал: карта местности, инструкции, памятки по т.б.

Практические занятия: изучение маршрутов похода, подготовка личного и общественного снаряжения. Походы.

Оборудование и снаряжение: карты, рюкзаки, палатки, верёвки, страховочные системы, карабины, спальники, продукты, обувь, одежда, топор, спички.

7. Питание в походе.

Теоретические занятия: значение правильного питания. Варианты питания на бутербродах и с приготовлением горячей пищи. Продукты для приготовления пищи в походе. Питьевой режим.

Практические занятия: составление меню и списка продуктов, упаковка продуктов. Приготовление пищи на открытом огне. Поход.

Оборудование и снаряжение: посуда, продукты, консервы, топор, спички.

8. Основы техники пешеходного туризма.

Теоретические занятия: Переправы через несложные виды естественных преград.

Техника вязки основных узлов, их назначение и применение. Страховочные системы, обвязки, специальное снаряжение.

Техника безопасности и организация командной страховки и сопровождения при преодолении естественных препятствий. Преодоление болота. Техника наведения перил на этапе спуск.

Наглядный материал: презентация «Узлы», плакат с различными узлами, подборка фото и видео из личного архива, просмотр видео со специализированных сайтов.

Практические занятия: вязка основных узлов, их применение, одевание и блокировка обвязок, работа с жумаром, ФСУ, преодоление несложных водных преград и оврагов с организацией командной страховки и сопровождения.

Прохождение этапов: спуск, подъём, навесная переправа, параллельные перила, бабочка, болото, мышеловка. Тренировочные походы.

Самонаведение этапа спуск, различными способами.

Оборудование и снаряжение: веревки, страховочные системы, карабины, каски, жерди, жумары, ФСУ, перчатки.

9. Наш край.

Теоретические занятия: географическое положение, рельеф, климат, озёра и реки, Основные сведения по истории, культуре своего населенного пункта и своего края. Памятники истории, культуры и природы родного края Растительный и животный мир. Грамотное поведение в природной среде.

Наглядный материал: географические карты района, видеоролики, фотографии птиц, животных (обитающих в нашей местности), фотографии и рисунки растений, грибов и т.п.

Практические занятия: знакомство с картой своего края, «путешествия» по карте, походы, экскурсии. Посещение музеев. Участие в экологических акциях.

10. Азимут. Измерение расстояний. Ориентация по небесным светилам.

Теоретические занятия: что такое азимут, отличие азимута от простого угла. Основные направления по сторонам горизонта. Способы измерения расстояний на местности. Средний шаг, от чего зависит величина среднего шага. Как измерить свой средний шаг и составить линейку перевода среднего шага в метры.

Суточное движение солнца по небосводу. Определение сторон света по солнцу, по луне, по звёздам. Как найти полярную звезду.

Наглядный материал: подборка слайдов, карта звёздного неба.

Практические занятия: ориентирование карты по компасу, дворовое ориентирование, определение сторон света без компаса, измерение расстояний на местности. Походы, прогулки.

Оборудование и снаряжение: компас, схемы, карты, линейка, часы со стрелками.

11. Топографические знаки. Географические и спортивные карты.

Теоретические занятия: роль топографических знаков на плане и карте. Группы знаков, цвет и форма, размеры знаков. Объяснение знаков и местных незнакомых предметов.

Наглядный материал: плакаты с топографическими знаками.

Практические занятия: составление плана двора, района школы, сопоставление топографических знаков с местностью. «Путешествия по карте», дворовое ориентирование. Походы, прогулки.

Оборудование и снаряжение: карты, топографические знаки, линейка, компас.

12. Общая физическая подготовка.

Теоретические занятия: значение силы, ловкости и выносливости для туриста.

Практические занятия: игры и физические занятия в помещении и на свежем воздухе, развивающие ловкость, выносливость, быстроту, силу, сообразительность. Походы выходного дня.

Оборудование и снаряжение: турник, мячи, теннисный стол, скакалки и пр. спортивное оборудование.

13. Первая доврачебная помощь.

Теоретические занятия: профилактика заболеваний и травм в походе, основные признаки различных видов кровотечений, ушибов, переломов. Первая помощь при них. Способы транспортировки пострадавшего. Оказание помощи утопающему.

Наглядный материал: видеофильм «Осторожно клещи», видеофильм «Первая помощь», плакаты с различными видами травм, плакат «кровеносная система человека», плакат «скелет человека».

Практические занятия: наложение повязок, шин, изготовление носилок и волокуш, транспортировка «пострадавшего» различными способами.

Оборудование и снаряжение: медицинская аптечка, бинты, рюкзак, верёвка, жерди.

14. Слёты и соревнования.

Теоретические занятия: Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Положения о слете и соревнованиях, условия проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников, классификация дистанций. Личное и командное снаряжение участников. Меры безопасности при проведении туристских слетов и соревнований. Технические и тактические основы прохождения технических этапов в составе команды со специальным снаряжением. Виды нарушений на этапах. Техника безопасности при преодолении полосы препятствий.

Наглядный материал: тематические фото и видеоролики из архива объединения.

Практические занятия: Отработка техники и тактики передвижения и преодоления препятствий. Личное, парное, командное прохождение полосы препятствий.

Подготовка по виду комбинированная пожарная эстафета: вязка спасательной петли, прокладка рукавной линии, преодоление забора, бум. Экскурсии в МЧС.

15. Погоды выходного дня, тренировочные походы.

После прохождения каждой темы, в течение учебного года, в выходные и каникулярные дни.

16. Внутриклубовая деятельность.

Выполнение творческих работ (оформление стенгазет, рисунки, сочинения). Оформление кабинета, проведение чаепитий. Участие в конкурсах, общих мероприятиях ДДТ. Участие в проектной деятельности. Участие в конкурсах и акциях экологического направления.

Учебный план занятий с группой 3-го года обучения.
Углубленный уровень

№ п/п	Темы занятий	Теория	Практика	Всего	Методы диагностики
1	Вводное занятие	1	1	2	Тест, ситуационные игры
2	Туристские слёты и соревнования	4	4	8	Тест, ситуационные игры
3	Школа безопасности				
3.1	Полоса препятствий	12	92	104	Тесты, мини-соревнования, учебно-тренировочные походы
3.2	Маршрут выживания	8	30	38	Тесты, мини-соревнования
3.3	Пожарно-тактическая полоса	1	17	18	Зачёт
4	Военная подготовка	2	20	22	
4.1	Строевая подготовка	2	10	12	Зачёт
4.2	Огневая подготовка	2	8	10	Зачёт
5	Факультативные занятия	-	9	9	Наблюдение
6	Внутрикружковая деятельность			12	Наблюдение
	Итоговое занятие			3	Тест, мини-соревнования,
	Всего			216ч.	

Примечание:

Областные слёты и соревнования вне сетки часов.

Содержание занятий с группой 3-го года обучения

1. Вводное занятие.

Теоретические занятия План работы, режим занятий и тренировок. Инструктаж по т.б.

Практические занятия Повторение пройденного.

Оборудование и снаряжение Каски, карабины, спусковые устройства, верёвка, верхонки, перчатки, страховочные системы. Памятки, инструкции по т.б.

2. Туристские слёты и соревнования

Теоретические занятия Классификация туристских соревнований: виды, особенности, содержание. Класс дистанции, разрядные требования.

Условия прохождения этапов, согласно пешеходного регламента, трактовка нарушений. Непредусмотренные ситуации. Таблица штрафов и пользование ей.

Ответственность каждого члена группы перед собой и другими членами группы в соблюдении мер безопасности.

Практические занятия

Знакомство с положением и условиями соревнований, игра-тест «Таблица штрафов».

Наглядный материал: инструкции по ТБ, памятки; подборка видео.

Таблица штрафов, протоколы соревнований.

3. Школа безопасности.

3.1. Полоса препятствий

Технические этапы и их преодоление

Теоретические занятия

Основные технические этапы, их классификация и содержание. Виды нарушений на этапах. Правила безопасного преодоления препятствий. Техника и тактика команды при преодолении дистанции.

Наглядный материал: инструкции по ТБ, памятки; подборка видео.

Этап спуск

Теоретические занятия Регламент. Различные способы установки этапа.

Наглядный материал: подборка фото и видео из личного архива.

Практические занятия Спуск по сдвоенным перилам, спуск самонаведением с организацией верхней командной страховки и снятием перил различными способами. Отработка этапа в кабинете, на местности.

Оборудование и снаряжение Каски, карабины, спусковые устройства, верёвка, верхонки, перчатки, страховочные системы. Памятки, инструкции по т.б.

Этап подъём.

Теоретические занятия Регламент. Различные способы установки этапа.

Наглядный материал: подборка фото и видео из личного архива.

Практические занятия Подъём с организацией верхней командной страховки. Отработка этапа на местности.

Оборудование и снаряжение Каски, карабины, жумары, верёвка, верхонки, перчатки, страховочные системы. Памятки, инструкции по т.б.

Организация командного сопровождения

Теоретические занятия Регламент. Организация сопровождения различными способами на параллельных перилах, навесной переправе и пр.

Наглядный материал: подборка фото и видео из личного архива.

Практические занятия Отработка технических приёмов на практике.

Оборудование и снаряжение Каски, карабины, верёвки, перчатки, страховочные системы. Памятки, инструкции по т.б.

Организация командной страховки.

Теоретические занятия Регламент. Различные способы организации страховки (через ФС У, скользящий карабин и пр.)

Наглядный материал: подборка фото и видео из личного архива.

Практические занятия Отработка технических приёмов на практике.

Оборудование и снаряжение Каски, карабины, верёвки, перчатки, страховочные системы, ФСУ).Памятки, инструкции по т.б.

Самонаведение перил

Теоретические занятия Регламент. Знакомство с принципом работы полиспаста.

Наглядный материал: подборка фото и видео из личного архива, интернета.

Практические занятия Восстановление перил, самонаведение навесной переправы. Отработка технических приёмов в кабинете, на местности..

Оборудование и снаряжение Каски, карабины, верёвки, перчатки, страховочные системы, жумары, Гри-гри, блок-ролики. Памятки, инструкции по т.б.

Блок этапов

Теоретические занятия Предварительное обсуждение дистанции. Система штрафов. Инструктаж по т.б.

Наглядный материал: плакат с узлами, схемы препятствий, подборка фото и видео из личного архива, интернета.

Практические занятия Переправа через болото по кочкам и гати; подъем, траверс, спуск по склону с наведением перил; «вертикальный маятник», переправа по бревну с наведением перил, переправа по качающемуся и наклонному бревну, наведение навесной и перильной переправы. Преодоление препятствий с организацией сопровождения: отработка техники и тактики передвижения. Организация командной страховки на дистанции. Вязание узлов по их назначению. Маркировка веревки. Отработка в кабинете, на местности. Учебно-тренировочные походы.

Подготовка к участию в соревнованиях по туристскому многоборью, в туристском слете

Оборудование и снаряжение Каски, карабины, верёвки, перчатки, страховочные системы, жумары, Гри-гри, блок-ролики, компас, карта ,спусковые устройства, рюкзак, медаптечка. Памятки, инструкции по т.б.

3.2. Маршрут выживания

Теоретические занятия: особенности и содержание дистанции.

Ориентирование

Теоретические занятия Ориентирование с использованием спортивной карты. Определение точки своего стояния и выбор пути движения.

Различные виды ориентирования (в заданном направлении, по выбору, по легенде, на маркированной трассе).

Практические занятия Движение по азимуту по пересеченной местности.

Упражнения в различных видах спортивного ориентирования. Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага. Определение высоты предмета. Учебно-тренировочные походы.

Оборудование и снаряжение Компас, часы, линейка, карты местности, спортивные карты.

Сигналы бедствия.

Теоретические занятия международная таблица сигналов бедствия земля-воздух.

Наглядный материал: таблица с изображением

Практические занятия: изображение сигналов бедствия подручными средствами.

Оборудование и снаряжение верёвки, коврики, одежда, рюкзаки, жерди.

Первая доврачебная помощь

Теоретические занятия: профилактика заболеваний и травм в походе, основные признаки различных видов кровотечений, ушибов, переломов. Первая помощь при них. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации. Искусственное дыхание, непрямой массаж сердца.

Наглядный материал: видеофильм «Первая помощь», плакаты с различными видами травм, плакат «кровеносная система человека», плакат «скелет человека».

Практические занятия: наложение повязок, шин. Изготовление носилок, волокуш. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, при помощи наплечных лямок, на веревке,

вдвоем на поперечных палках. Переноска пострадавшего на носилках и на несущем по пересеченной местности, через различные препятствия.

Оборудование и снаряжение: медицинская аптечка, бинты, рюкзак, верёвка, жерди.

3.3. Пожарно-тактическая полоса

Теоретические занятия Ознакомление с условиями комбинированной пожарной эстафеты.

Практические занятия Двойная спасательная петля. Отработка завязывания на «пострадавшем» различными способами на время. Отработка элементов эстафеты (преодоление стенки, бум, рукавная линия). Правила обращения с огнетушителем. Экскурсии в МЧС.

Оборудование и снаряжение Верёвка, огнетушитель, рукава, разветвление, ствол, стенка, бум. Памятки, инструкции по т.б.

4. Военная подготовка

4.1 Строевая подготовка

Теоретические занятия

Изучение и совершенствование выполнения элементов одиночной строевой подготовки (строевая стойка, повороты на месте, движение строевым шагом, повороты в движении, выход из строя и подход к начальнику, выполнение воинского приветствия). Строи отделения. Построения отделения в развернутый и походный строй. Отработка строевых приемов в составе отделения. Прохождение торжественным маршем.

Практические занятия

Изучение и совершенствование выполнения элементов одиночной строевой подготовки (строевая стойка, повороты на месте, движение строевым шагом, повороты в движении, выход из строя и подход к начальнику, выполнение воинского приветствия).

Строи отделения. Построения отделения в развернутый и походный строй. Отработка строевых приемов в составе отделения. Прохождение торжественным маршем.

Отработка выполнения строевых приемов.

4.2 Огневая подготовка

Теоретические занятия Работа частей и механизмов автомата Калашникова. Выполнение нормативов по неполной разборке и сборке АК. Ручные осколочные гранаты. Техника метания гранат.

Практические занятия Сборка и разборка автомата на время. Снаряжение магазина на время. Метание макета гранаты.

Оборудование и снаряжение макет ММГ АК 74М, магазин от АК 74 с учебными патронами 5,45, макет гранаты.

5. Факультативные занятия.

Фотодело, самодеятельная песня, обучение игре на гитаре, репетиции визитной карточки.

6. Внутрикружковая деятельность

Выполнение творческих работ (оформление стенгазет, рисунки, сочинения). Оформление кабинета, проведение чаепитий. Участие в конкурсах, общих мероприятиях ДДТ, помощь педагогу в организации и проведении игровых программ для младших групп. Участие в проведении походов выходного дня.

Учебный план занятий с группой 4-го года обучения.
Углубленный уровень. Группа одарённые дети

№ п/п	Темы занятий	Теория	Практика	Всего	Методы диагностики
1	Вводное занятие	2		2	
2	Организационная деятельность	6	24	30	Тест, наблюдение.
3	Организация туристского быта в экстремальных ситуациях				
3.1 .	Опасности природы			8	Тест, тест-игра
3.2	Особенности оборудования бивака в экстремальных условиях.	2	14	16	Тест –игра,мини-соревнования, учебно-тренировочные походы
4.	Школа безопасности				
4.1	Маршрут выживания	8	24	32	Тесты, мини-соревнования, учебно-тренировочные походы
4.2	Поисково спасательные работы			16	
4.3	Пожарно-тактическая полоса	2	14	16	Тесты, мини-соревнования
5	Проектная деятельность	2	18	20	Конкурсы, конференции
	Итоговое занятие			4	Тесты, мини-соревнования,
	Всего			144ч.	

Примечание:

Областные слёты и соревнования, факультативные занятия вне сетки часов.

Содержание занятий с группой 4-го года обучения

1. Вводное занятие.

План работы, режим занятий и тренировок. Инструктаж по т.б.

2. Организационная деятельность.

Теоретические занятия

Планирование деятельности кружка, определение перспектив работы. Подготовка и проведение походов выходного дня, экскурсий, соревнований внутри объединения, слёта коллективов ДДТ.

Практические занятия

Выбор места проведения слёта, учебно-тренировочных походов, походов выходного дня.

Постановка дистанций, работа на этапах в качестве судей.

3. Организация туристского быта в экстремальных ситуациях

3.1 . Опасности природы

Теоретические занятия

Опасности живой природы. Опасности, связанные с неблагоприятными погодными явлениями, стихийными бедствиями. Факторы риска, связанные с местными особенностями.

Наглядный материал: видеофильмы, тесты.

Практические занятия

Тесты «Живая опасность», «Стихия», ситуационные игры.

3.2. Особенности оборудования бивака в экстремальных условиях.

Теоретические занятия

Организация ночлегов в летний период. Изготовление тентов, навесов, шалашей.

Организация ночлегов в зимний период. Устройство траншей, иглу.

Использование костров для обогрева при организации ночлегов в экстремальных ситуациях.

Костровые приспособления, типы укладки костров, принцип горения костра. Бытовые хитрости.

Способы добывания огня без спичек.

Организация питания в экстремальных условиях. Использование в пищу дикорастущих растений.

Наглядный материал: видеофильмы, схемы жилищ, костровых приспособлений.

Практические занятия: строительство временных укрытий, строительство иглу, подготовка и разжигание костра типа «нодья». Добывание огня без спичек.

Походы выходного дня.

4. Школа безопасности

4.1. Маршрут выживания

Теоретические занятия: особенности и содержание дистанции. Основные технические этапы, их классификация и содержание. Виды нарушений на этапах. Правила безопасного преодоления препятствий. Техника и тактика команды при преодолении дистанции. Предварительное обсуждение дистанции. Система штрафов. Инструктаж по т.б.

Наглядный материал: инструкции по ТБ, памятки; подборка видео, пешеходный регламент, положения.

Практические занятия: Совершенствование навыков преодоления естественных препятствий.

Переправа через болото по кочкам и гати; переправа вброд, подъем, траверс, спуск по склону с наведением перил; «вертикальный маятник», переправа по бревну с наведением перил, переправа по качающемуся и наклонному бревну, наведение навесной и перильной переправы, укладка бревна через овраг. Преодоление препятствий с организацией сопровождения: отработка техники и тактики передвижения. Организация командной страховки на дистанции. Вязание узлов по их назначению. Маркировка веревки. Отработка на местности. Учебно-тренировочные походы.

Подготовка к участию в соревнованиях по туристскому многоборью, в туристском слете

Оборудование и снаряжение Каски, карабины, верёвки, перчатки, страховочные системы, жумары, Гри-гри, блок-ролики, компас, карта, спусковые устройства, рюкзак, медаптечка. Памятки, инструкции по т.б.

4.2 Поисково-спасательные работы

Теоретические занятия:

виды этапов по виду «Поисково-спасательные работы». Оказание первой доврачебной помощи пострадавшему. Организация транспортировки пострадавшего через препятствия. Тактика действий команды на дистанции. Техника безопасности при проведении спасательных работ.

Наглядный материал: подборка видео.

Практические занятия: работа с «концом Александрова», спасательным кругом. Искусственное дыхание, непрямой массаж сердца, иммобилизация конечностей.

Отработка способов переноски пострадавшего на пересеченной местности. Вязка носилок. Организация транспортировки пострадавшего через препятствия: навесная переправа, спуск по склону, подъем по склону. Отработка тактики действий команды на дистанции. Учебно-тренировочные походы.

Оборудование и снаряжение: спасательный круг, медаптечка, шины, командное и личное снаряжение.

4.3. Пожарно-тактическая полоса

Теоретические занятия Ознакомление с условиями комбинированной пожарной эстафеты.

Практические занятия Совершенствование навыков прохождения пожарно - тактической полосы.

Двойная спасательная петля. Отработка завязывания на «пострадавшем» различными способами на время. Отработка элементов эстафеты (преодоление стенки, бум, рукавная линия). Правила обращения с огнетушителем. Экскурсии в МЧС.

Оборудование и снаряжение Верёвка, огнетушитель, рукава, разветвление, ствол, стенка ,бум. Памятки, инструкции по т.б.

4. Проектная деятельность.

Теоретические занятия Выбор темы исследования.

Природоохранная деятельность туристов. Содержание и методика краеведческих наблюдений по истории, географии, биологии, экологии.

Наглядный материал: Рекомендации по краеведческим наблюдениям, алгоритмы исследований.

Практические занятия: Экологический поход. Проведение различных краеведческих наблюдений и фиксация их.

Сбор материала. Оформление работы. Создание презентации Отработка представления проекта.

Оборудование Фотоаппарат, компьютер, цветной принтер, бумага, блокнот, авторучка.

Снаряжение для похода, экскурсии.

Календарный учебный график (см. приложение)

Литература

Для педагога

- ✓ Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся: Учебно-методическое пособие. М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2000г.
- ✓ Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., Профиздат, 1987г.
- ✓ Берман А. Е. Юный турист. Москва «Физкультура и спорт» 1977г
- ✓ Кузнецова Е. Т. Справочник по оказанию первой помощи. Симферополь 2007г.
- ✓ О. В. Павлова. Основы безопасности жизнедеятельности. Издательство «учитель», Волгоград 2007г.
- ✓ К.В. Бардин «Азбука туризма», пособие для учителей, руководство походов со школьниками. М. «Просвещение» 1981год.
- ✓ Ю.А.Штюмер «Краткий справочник туриста», М. , Профиздат, 1985год.
- ✓ В.М. Алешин «Туристская топография», М., Профиздат, 1985год.
- ✓ П.И. Лукоянов «Зимние спортивные походы», М., «Физкультура и спорт», 1989год.
- ✓ Сборник «Экологическая библиотека», ИСАР-Сибирь.
- ✓ Алексеев АЛ. Питание в туристском походе. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
- ✓ Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. М.: Физкультура и спорт,
- ✓ Антропов К., Расторгуев М. Узлы. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994.
- ✓ Бородин И.Н. Деревья и кустарники СССР. Справочник. М.: Мысль, 1996.
- ✓ Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
- ✓ Волович В.Г. Академия выживания. М.: «Толк», «Технополус», 1996.
- ✓ Ганопольский В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода. М.: ЦРИБ «Турист», 1986.
- ✓ Гладков НА., Михеев А.В., Гладушин В.М. Охрана природы. М.: Просвещение, 1975.
- ✓ Горышина Т.К. Экология растений. М.: Высшая школа, 1975.
- ✓ Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. М.: ЦДЮТиК, 2002.
- ✓ Краткий справочник туриста. М.: Профиздат, 1985.
- ✓ Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М.: ЦДЮТиК, 2003.
- ✓ Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
- ✓ Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И А. Полевые туристские лагеря. М.: Владос, 2000.
- ✓ Формозов А.Н. Спутник следопыта. М.: Детиздат, 1975.

Для обучающихся

- ✓ Репетунова Е. В., Антошкина О. А. Путешествие в природу. Учебно-методическое пособие. Томск 2006г.
- ✓ Новая энциклопедия Юных Сурков: Отправляемся в поход. М.: Эгмонт Россия Лтд., 2004год
- ✓ Новая энциклопедия Юных Сурков-2: Хитрости и трюки. М.: Эгмонт Россия Лтд., 2004год
- ✓ Бардин К. В. Азбука туризма. М. Просвещение. 1981.
- ✓ Куприна Л. Е. Азбука туриста-эколога. М. Турист. 1991.
- ✓ Рыков НА. Зоология с основами экологии животных. М.: Просвещение, 1981.
- ✓ Беляева В.С., Василевская С.Д. Изучаем природу родного края. М.: Просвещение, 1974.
- ✓ Залесский М. Занимательная анатомия для детей или как устроен человек и его меньшие братья. – М.: РОСМЭН, 1998. – 141 с.
- ✓ Кризи, Малькольм Курс тренировок от А до Я. – М.: Эксмо, 2013.