

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
г.НОВОЧЕРКАССКА

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования «Центр туризма и экскурсий»

**СОГЛАСОВАНО**  
на заседании педагогического  
совета  
Протокол № 2 от 18.05.2023г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБУ ДО ЦТиЭ  
 Жуков В.Г.  
Приказ № 69 от 19.05.2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

туристско-краеведческой направленности  
«Юные туристы - спасатели»

**Уровень программы:** продвинутый  
**Вид программы:** модифицированная  
**Уровень программы:** разноуровневая  
**Возраст детей:** от 6 до 17 лет  
**Срок реализации:** 4 года по 216 часов.  
Всего 864 часов.  
**Форма обучения:** очная  
**Разработчик:** педагог дополнительного  
образования Козлова Светлана Вячеславовна

Новочеркасск  
2023

## ОГЛАВЛЕНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	7
2.1 Учебный план по годам обучения .....	7
2.2. Календарный учебный график .....	13
III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ .....	14
3.1 Условия реализации программы.....	14
3.2 Формы контроля и аттестации .....	15
3.3 Планируемые результаты .....	15
IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ .....	17
VI. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	19
VII. ПРИЛОЖЕНИЯ.....	20
Приложение 1 .....	20

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Актуальность:** дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Юные туристы спасатели» реализуется в целях обеспечения развития детей по обозначенным на уровне города и области приоритетным видам деятельности; Программа специально адаптирована в целях возможного сопровождения творчески одаренных детей.

Образовательная программа содержит все необходимые компоненты, предусмотренные федеральным законодательством: титульный лист, пояснительную записку, цели и задачи, содержание программы, планируемые результаты, календарный учебный график, условия реализации программы, формы аттестации, оценочный и методические материалы, список литературы.

Программа соответствует требованиям к оформлению и содержанию структурных элементов. Соблюдены требования к оформлению титульного листа.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Рукотворный мир» разработана в соответствии с нормативно-правовой базой:

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; – Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. N 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.14 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организации ДО детей»;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели, развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановление от 08.12.2020 № 289 г. Ростов-на-Дону «О мероприятиях по формированию современных управленческих решений и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в Ростовской области в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование»;
- Нормативно-правовыми документами образовательного учреждения: Уставом, учебным планом, правилами внутреннего трудового распорядка,

инструкцией по технике безопасности.

### **Отличительные особенности**

Отличие программы заключается в том, что туристские походы и экскурсии очень привлекательны для детей, так как в них есть возможность постоянного совершенствования спортивного мастерства и изучения природного, культурного и исторического наследия своей малой родины. Программа носит образовательно - развивающий характер. Содержание программы направлено на создание условий для укрепления и сохранения физического и психического здоровья учащихся.

**Новизна** программы состоит в том, что в программу включены блоки различных видов спортивного туризма (пеший, спортивный) и современных экстремальных видов спорта (альпинизм, скалолазание, спортивное ориентирование). Работа над такими блоками позволяет с высокой степенью достоверности проиграть реальную экстремальную ситуацию, связанную с риском для жизни, воспитывая при этом такие качества, как чувство ответственности за себя и окружающих, наличие индивидуальности и навыки сотрудничества и соучастия, повышать самооценку и социальный статус учащихся. В условиях современного мира, повышения уровня опасности и роста техногенных аварий и катастроф, необходимо совершенствование знаний и умений в области обеспечения личной и общественной безопасности.

**Цель** сохранение и укрепление здоровья, улучшение физической подготовленности и физического развития через туристскую деятельность.

### **Задачи:**

**Обучающие:** - обучать основам туристской подготовки, элементам техники и тактики спортивного туризма; - обучать участников объединения навыкам обеспечения личной и коллективной безопасности в чрезвычайных ситуациях; - формирование представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности.

**Воспитательные:** - воспитывать ответственное отношение к сохранению окружающей природной среды, и к своему здоровью; -воспитывать у учащихся потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Развивающие:** - развивать навык по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; -развивать общие физические данные учащихся.

**Направленность программы** – Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юные туристы спасатели» является программой туристско-краеведческой направленности и ориентирована на всестороннее развитие личности ребенка, формирование устойчивого интереса к туризму, укрепление здоровья обучающихся через дозированные физические нагрузки, знакомство с природой и особенностями родного края.

### **Характеристика программы**

**Тип** – общеразвивающая

**Вид** –модифицированная

**Уровень освоения:** продвинутый

**Объем и срок освоения программы:** 4 года, составляет 864ч

**Режим занятий**

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется календарным учебным графиком и устанавливается локальным нормативным актом организации дополнительного образования, реализующей дополнительные общеобразовательные программы и нормами СанПиН 2.4.3648-20.

Продолжительность занятий регламентируется методическими рекомендациями министерства образования и науки РФ и локальным актом Центра). В группу принимаются все желающие. Учащиеся первого года обучения, не обязательно должны обладать какими – либо определенными знаниями и способностями. Срок реализации программы 4 года. Программа рассчитана на 216 часов в год, из расчета 6 часов в неделю на одну группу. Занятия проводятся в учебном кабинете, спортивном зале. Рекомендуемый минимальный состав группы первого года обучения -15 человек, второго года обучения – 12 человек, в последующие годы – не менее 10 человек.

**Тип занятий**

**Практические** - занятия проводятся в 1-3-дневных учебно-тренировочных походах, во время проведения туристских мероприятий, экскурсий, а также на местности (стадионе, в парке) и в помещении (в классе, спортзале). В период осенних, зимних, весенних каникул практические навыки отрабатываются в многодневных степенных , учебно-тренировочных лагерях, на соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях.

**Наглядные** - использование таблиц, рисунков, спортивных и топографических карт, карточек топографических знаков, узлов, костров и т.д.

**Нестандартные** - эстафеты, олимпиады, мультимедийные презентации, чаепития.

**Стартовый уровень (1год обучения )** - занятия проводятся с обучающимися 6- 9 летнего возраста, ранее не обучавшихся в объединениях данного профиля. На этом уровне даются первоначальные туристско-краеведческие навыки и развиваются физические способности. Продолжительность - 2раза в неделю по 3часа, 216часов.

**Базовый уровень (2год обучения)** – занятия проводятся с обучающимися в возрасте 9 (10) – 12 лет, прошедших начальное туристское обучение имеющих требуемые навыки и физическую подготовку. Здесь дети приучаются к контролю и самоконтролю. Именно это, в конечном итоге способствует личностному профессиональному и жизненному самоопределению через создание условий для реализации «профессиональных проб» в сфере спортивно-туристской, туристско-краеведческой и спасательной деятельности. Продолжительность - 3раза в неделю по 2часа, 216часов.

**Базовый уровень (3 год обучения)** – занятия проводятся с обучающимися 12(13) -14лет и предполагают спортивное совершенствование ,участие в соревнованиях городского и регионального уровня, участие в многодневных походах. Продолжительность - 3раза в неделю по 2часа, 216час

**Продвинутый уровень (4год обучения)**

занятия проводятся с обучающимися 15-17 лет, успешно освоившими базовый уровень, продвинутый уровень предполагает участие обучающихся в соревнованиях регионального и всероссийского уровня. Продолжительность «Продвинутого уровня» - 216 часов (3 раза в неделю по 2часа)

Программа «Юные туристы спасатели» позволяет осуществлять перевод учащихся с одного уровня на другой:

- по результатам входного тестирования
- по результатам промежуточной диагностики

**Форма обучения**

Овладение основными навыками и умениями предполагает групповую форму обучения, а также тренировочную и соревновательную деятельность.

**Адресат программы**

Программа рассчитана на всех желающих детей в возрасте от 6 до 17 лет и направлена на обеспечение дополнительной теоретической и практической спортивной подготовки.

**Наполняемость объединений** - от 10 до 15 человек . 1год обучения – 15человек, 2, 3год – 12 человек,4 год-не менее 10.Режим занятий выбран в полном соответствии с типовыми документами в области дополнительного образования и позволяет решать поставленные задачи. Допуск к занятиям проводится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности по соответствующим инструкциям

## II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

### 2.1 Учебный план по годам обучения

Таблица 1

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1. Стартовый уровень - 1-й год обучения					
1.1	Раздел: Основы туристской подготовки - личное и групповое туристское снаряжение - организация туристского быта - туристские должности в походе -туристские слеты и соревнования	9		9	тестирование
			12	12	
			3	3	
			18	18	
1.2.	Раздел: Топография и ориентирование - топографическая и спортивная карта - условные знаки - ориентирование по азимуту - работа с компасом	6		6	зачет
		6		6	
			9	9	
			9	9	
1.3.	Раздел: Краеведение -родной край ,его природные особенности -туристские возможности родного края -изучение района путешествия -общественно полезная работа в путешествии	3	6	9	тестирование
		3	3	6	
			18	18	
			12	12	
1.4	Раздел: Основы гигиены и первая доврачебная помощь -личная гигиена туриста, профилактика заболеваний -походная медицинская аптечка -основные приемы оказания первой доврачебной помощи -приемы транспортировки пострадавших		12	12	зачет
			12	9	
		12		12	
		9		12	
1.5	Раздел: Общая и специальная физическая подготовка -строение и функции организма	9		9	зачет

	-общая физическая подготовка -врачебный контроль, самоконтроль -специальная физическая подготовка	18	18 6	18 18 6	
1.6	Раздел: Контроль (вводный, промежуточный, итоговый).	0	3	3	зачет
1.7	Всего	75	141	216	
2. Базовый уровень – 2-й год обучения					
2.1	Раздел: Основы туристской подготовки - питание в туристском походе - привалы и ночлеги - техника и тактика в туристском походе -действия группы в аварийной ситуации	9	12 3 18	9 12 3 18	тестирование
2.2.	Раздел: Топография и ориентирование - измерение расстояний - способы ориентирования - ориентирование по местным предметам - соревнования по спортивному ориентированию	6 6	9 9	6 6 9 9	зачет
2.3.	Раздел: Краеведение -родной край ,его природные особенности -туристские возможности родного края -изучение района путешествия -общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	3 3	6 3 18 12	9 6 18 12	тестирование
2.4.	Раздел: Основы гигиены и первая доврачебная помощь -профилактика травматизма и заболеваний -действия при отравлениях -средства оказания первой доврачебной помощи -приемы транспортировки пострадавших	12 9	12 12 12	12 9 12 12	зачет
2.5.	Раздел: Начальная специальная				зачет



	подготовка -чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера -общая физическая подготовка -оказание помощи людям в условиях природной среды -основы безопасного ведения работ	9  18	18  6	9 18 18 6	
2.6.	Раздел: Контроль (вводный, промежуточный, итоговый).	0	3	3	зачет
	Всего:	75	141	216	
<b>3. Базовый уровень –3-й год обучения</b>					
3.1.	Раздел: Основы туристской подготовки - подготовка к походу, путешествию - Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе. - Особенности других видов туризма (по выбору). - Подведение итогов туристского похода.	9	12 3 18	9 12 3 18	тестирование
3.2.	Раздел: Топография и ориентирование - Ориентирование по топографической и спортивной карте. -Ориентирование в сложных условиях -ориентирование по местным предметам - соревнования по спортивному ориентированию	6 6	9 9	6 6 9 9	зачет
3.3.	Раздел: Краеведение - Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. - Краеведческие наблюдения в походе. - Обработка краеведческих наблюдений. -общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	3 3	6 3 18 12	9 6 18 12	тестирование
3.4.	Раздел: Общая и специальная физическая подготовка -Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на	12		12	зачет

	тренировках -общая физическая подготовка -профилактика травматизма -специальная физическая подготовка	9	12 12	9 12 12	
3.5.	Раздел: Начальная специальная подготовка -Экстремальные ситуации аварийного характера на транспорте. -Проблемы экологической безопасности. -Окружающая среда и опасности в повседневной жизни -Работа в индивидуальных средствах защиты.	9 18	18 6	9 18 18 6	зачет
	Раздел: Контроль (вводный, промежуточный, итоговый)	0	3	3	зачет
	Всего:	75	141	216	

4. Продвинутый уровень –4-й год обучения					
3.1.	Раздел: Туристская подготовка (пешеходный туризм). - Нормативные документы по туризму - Усовершенствование и изготовление туристского снаряжения - Организация туристского быта в экстремальных ситуациях. - Соревнования по туризму.	9	12 3 18	9 12 3 18	тестирование
3.2.	Раздел: Топография и ориентирование - Ориентирование по топографической и спортивной карте. -Топографическая съемка, корректировка карты. -ориентирование по местным предметам - соревнования по спортивному ориентированию	6 6	9 9	6 6 9 9	зачет
3.3.	Раздел: Краеведение - Изучение района путешествия. - Краеведческие наблюдения в походе.	3	6	9	тестирование

	- Обработка краеведческих наблюдений. -общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	3	3 18 12	6 18 12	
3.4.	Раздел: Общая и специальная физическая подготовка -Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках -общая физическая подготовка -профилактика травматизма -специальная физическая подготовка	12 9	12 12 12	12 9 12 12	зачет
3.5.	Раздел: Начальная специальная подготовка -.Природная среда и безопасность -Работа со средствами связи и сигналы. -Выживание в условиях автономного существования -Основы организации безопасного проведения спасательных работ.	9 18	18 6	9 18 18 6	зачет
	Раздел: Контроль (вводный, промежуточный, итоговый)	0	3	3	зачет
	Всего:	75	141	216	

### Содержание учебного плана

#### 1. Стартовый уровень - 1-й год обучения

На первом году обучения разбираются понятия о личном и групповом снаряжении для одно-трехдневного похода требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Как готовить личное снаряжение к походу.

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий.

Определяются цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода. Разбирается значение правильного питания в походе Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов. Знакомство с картой своего края. «Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин. Составление медицинской аптечки. Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм.

Активно осваиваются упражнения на развитие выносливости, быстроты, силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц.

## **2. Базовый уровень – 2-й год обучения.**

Требования к туристскому снаряжению: прочность, легкость, безопасность эксплуатации, удобство в использовании, гигиеничность, эстетичность. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода. Обеспечение влагонепроницаемости вещей в рюкзаке, в палатке.

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

Участие в разработке Положения и условий проведения школьных соревнований. Подготовка инвентаря и снаряжения для соревнований. Участие в постановке этапов дистанции. Работа в качестве судей на этапах. Участие в соревнованиях.

Разбор и анализ несчастных случаев в туризме. Проверка «схоженности» группы и умение руководителя принять правильное решение, знание маршрута всеми участниками группы, техническая, тактическая, физическая и морально-волевая подготовка участников группы. Соответствие снаряжения и набора продуктов питания реальной сложности предстоящего маршрута.

Способы измерения расстояний на карте и на местности. Глазомерный способ измерения расстояния, необходимость постоянной тренировки глазомера. Определение пройденного расстояния по времени движения.

Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Постановка дыхания в процессе занятий.

Наблюдение и определение факторов риска в природной, городской, производственных сферах. Определение причин вредных факторов окружающей среды и выработка мер защиты.

## **3. Базовый уровень-3-й год обучения**

Использование при изучении маршрута похода отчетов групп, прошедших этот маршрут. Изучение сложных участков маршрута и составление планов их преодоления. Изучение маршрута и подготовка к летнему зачетному походу

Участие в планировании дистанции. Подготовка судейской документации. Участие в работе службы секретариата во время соревнований. Оборудование мест старта и финиша. Работа в составе служб старта финиша.

Виды топографических карт и основные сведения о них. Определение масштаба карты при отсутствии данных. Старение карты, ее генерализация. Копирование карт и схем. Прокладка и описание маршрута.

Общегеографическая характеристика родного края. Рельеф, гидрография, растительность, климат, их влияние на возможность занятия туризмом. Население края, его национальный состав. История края, события, происходившие на его территории

Применение подручных средств пожаротушения, практика пользования техническими средствами пожаротушения, профилактика и оказание помощи при поражении электротоком, оказание помощи при отравлениях, оказание первой помощи утопающему.

#### **4. Продвинутый уровень – 4-й год обучения**

Организация ночлегов в летний период. Использование подручных и природных материалов. Изготовление тентов, навесов, шалашей.

Использование костров для обогрева при организации ночлегов в экстремальных ситуациях. Способы добывание огня без спичек. Организация питания в экстремальных условиях.

Анализ действий стажеров - руководителей групп по проведению учебных походов. Ремонт туристского инвентаря и снаряжения. Подготовка и составление отчета о проведенном походе.

Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию, разбор результатов, анализ путей движения.

Изучение района похода, путешествия в зависимости от целей, стоящих перед группой. Границы, климат, рельеф, гидрография, растительность и другие природные условия района. История, памятные события, произошедшие; на территории района путешествия. Экскурсионные объекты на маршруте. Обзор района по имеющейся литературе.

Разработка предварительных планов реагирования подразделений ПСС на ЧС. Закрепление должностных обязанностей за личным составом. Исполнительская дисциплина, контроль за соблюдением мер безопасности командирами и начальниками. Контроль за обстановкой и динамикой развития потенциально опасных факторов. Практическая отработка умений и навыков безопасного проведения спасательных работ.

Организация связи и схема обеспечения связью ПСР. Альтернативная связь. Порядок радиообмена. Основные типы радиостанций, их характеристика и требования эксплуатации. Сигналы бедствия и помощи, их подача.

## **2.2. Календарный учебный график (Приложение 1)**

### III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 3.1 Условия реализации программы

##### Материально-техническое оснащение

В рамках реализации программы предусматривается материально-техническое обеспечение, достаточное для соблюдения условий реализации программы и достижения заявленных результатов освоения программы.

Для реализации программы необходимо следующее оборудование:

Необходимый перечень материально-технического обеспечения включает в себя:

Веревка основная (50 м)	4 шт.
Веревка основная (40 м)	6шт.
Веревка основная (25 м)	4 шт.
Веревка вспомогательная (60 м)	2шт.
Петли прусика (веревка 6 мм)	15шт.
Система страховочная (грудная обвязка, беседка)	15шт.
Рукавицы для страховки и сопровождения	15 пар.
Карабины с закручивающейся муфтой	10 шт.
Карабины с полуавтоматически закручивающейся муфтой	12 шт.
Карабины-автоматы	30 шт.
Блоки и полиспаг	4 шт.
Сдвоенная петля само страховки (диаметром 10 мм)	3 шт.
Жумар	2шт.
Устройство для спуска по вертикальным перилам типа «лепесток», «восьмерка», «рамка»	8шт.
Аптечка медицинская в упаковке	1 шт.
Накидка от дождя	15шт.
Компас жидкостный для ориентирования	15шт.
Спортивные карты различных полигонов	
Условные знаки спорткарт	15 шт.
Курвиметр	2 шт.
Призмы и стойки для ориентирования на местности	10шт.
Компостеры для отметки прохождения КП	10 шт.
Секундомер электронный	2 шт.
Костровое оборудование	1 шт.
Каны (котлы) туристские	2 компл.
Спальники	15 шт.
Палатки туристские походные	5 шт.
Коврики	15шт.
Рюкзаки	15 шт.

Топор походный	2шт.
Тент	2шт.
Ремонтный набор	1 шт.

### **Кадровое обеспечение**

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт), а именно: (коды А и В) с уровнями квалификации 6.

### **3.2 Формы контроля и аттестации**

Оценка качества реализации дополнительной образовательной программы включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся. Успеваемость обучающихся проверяется на соревнованиях, учебно-тренировочных выездах, слетах.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных зачетов.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательной организацией. Итоговая аттестация проводится в форме зачета

### **3.3 Планируемые результаты**

Требования к результатам освоения программы задают критерии оценки личностных, метапредметных и предметных результатов на каждом году обучения.

К личностным результатам относится система ценностных ориентаций ребенка, отражающих его индивидуально-личностные, позиции, мотивы и отношение к активному участию в занятиях, социальные чувства, личностные качества.

К метапредметным результатам относятся освоенные ребенком универсальные способы деятельности, применимые как в рамках образовательного процесса, так и в реальных жизненных ситуациях.

Регулятивные универсальные учебные действия отражают способность обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все её компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка).

Познавательные универсальные учебные действия — система способов познания окружающего мира, самостоятельного процесса поиска, исследования и совокупность операций по обработке, систематизации, обобщению и использованию полученной информации.

К предметным результатам относятся усвоенные ребенком в процессе занятий

знания, умения, навыки и специальные компетенции; опыт творческой деятельности; опыт познавательной деятельности; опыт коллективной самодеятельности в туристской группе (команде); опыт социально-профессиональных ролей в системе должностно-ролевого туристско-краеведческого самоуправления; ценностные установки, специфичные для туризма и краеведения, межличностной коммуникации.

Коммуникативные универсальные действия — способность обучающегося осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных внеучебных ситуациях; самостоятельная организация речевой деятельности в устной и письменной форме.



#### IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методическое обеспечение образовательной программы включает в себя следующие компоненты:

Средства наглядности – наглядные пособия, технические средства обучения, используемые в учебном процессе, позволяют существенно повысить эффективность восприятия. Для обеспечения эффективности реализации программы в образовательном процессе используются педагогические технологии

- Технология модульного обучения – это разбивка всей программы на модули, каждый модуль имеет законченный блок информации, целевую программу действий обучающегося, рекомендации (советы) педагога по ее успешной реализации

- Технология игрового обучения связана с игровой формой взаимодействия педагога и обучающегося через реализацию определенного сюжета. В образовательном процессе используют занимательные игры

- Технология парного обучения – один из видов педагогических технологий, при котором один обучающий учит другого обучающего. Коммуникация двух учеников происходит в форме диалога.

Основные методы работы с обучающимися:

- словесный (устное изложение материала);
- иллюстрированный (просмотр видео и наглядных материалов);
- репродуктивный (практическое изучение материала по образцу педагога).

Методы обучения по источнику знаний:

Обучая детей навыкам туризма необходимо использовать все доступные формы и методы работы. Это тематические и игровые занятия, обсуждение ситуаций, наблюдения, использование компьютерных программ, экскурсии, просмотр видеофильмов, игры, тренировки, соревнования, социально-значимые акции и др. Так как игровая мотивация естественным образом переходит в учебную, то есть в интерес к содержанию задания, который лежит в основе формирования познавательной мотивации, произвольной памяти и внимания, следует активно использовать все известные игровые методики.

Основная форма работы с обучающимися по количественному составу – групповая.

## V. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ

### **Входная диагностика**

Входная диагностика проводится с детьми, поступающими на первый год обучения в форме зачета. Цель диагностики – проследить динамику развития и рост мастерства учащихся. Диагностический контроль даёт возможность определить уровень мотивации выбора и устойчивости интереса, воспитанности учащихся, физических способностей, отношение к трудовой деятельности. Результативность выполнения программы отслеживается путем проведения первичного, промежуточного и итогового этапов диагностики.

Входная диагностика на начальном этапе дает возможность педагогу подобрать оптимальный объем учебного материала, определить точки роста учащихся. Во время первичной диагностики определяются физическая развитость ребенка, координационные способности, основы знаний в сфере туризма.

Критерии оценки: удовлетворительно, хорошо, отлично.

Результаты первичной диагностики фиксируются в диагностической ведомости приёма детей.

## **VI. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Аркин Я.Г., Захаров В.Д., Саратовкин В.Д. Обеспечение безопасности в горах. М.: ЦРИБ «Турист», 1989.
3. Баленко СВ. Школа выживания. М.: Приложение к журналу «Зарубежное военное обозрение», 1992.
4. Библиотечка по защите населения в чрезвычайных ситуациях (в трех выпусках). М.: «Папирус», 1998.
5. Велитченко В.К. Физкультура без травм. М.: «Просвещение», 1993.
6. Волович В.Г. С природой один на один. М.: «Воениздат», 1989.
7. Волович В.Г. Академия выживания. М.: «Толю», «Техноплюс», 1996.
3. Выживание в экстремальных условиях. М.: ИПЦ «Русский раритет», 1993.
5. Гастюшин А.В., Шубина СИ. Азбука выживания. М.: «Знание», 1996.
6. Гастюшин А. Энциклопедия экстремальных ситуаций. М.: «Зеркало», 1994.

### **Литература для учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся)**

1. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. М.: Профиздат, 1990.
2. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
3. Кудряшов Б. Энциклопедия выживания. Краснодар: «Советская Кубань», 1996.
4. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
5. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. М.: ЦДЮТур, 1998.
6. Палкевич Я.Е. Выживание в городе. Выживание на море. М.: «Корвет», 1992.
7. Самыгин ОЛ., Столяренко Л.Д., Турчина Н.Ю., Шевченко В.А. Школа выживания (обеспечение безопасности жизнедеятельности). Ростов-на-Дону: «Феникс».

## VII. ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

Календарный учебный график по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе туристско-краеведческой направленности «Юные туристы – спасатели»

1-й год обучения

№ п/п	дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.		Организационное занятие. История развития туризма, его значение. Техника безопасности на занятиях в Центре туризма	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
2		Комплектование личного и общественного снаряжения.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
3		Организация туристского быта, требования к месту бивака.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
4		Спортивные карты, условные знаки к ним.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
5		Обеспечение безопасности на занятиях, в походе, на соревнованиях.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
6		Подготовка к походу. Распределение обязанностей в группе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
7		ОФП: легкая атлетика.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
8		Питание в походе, нормы раскладки продуктов, составление меню.	2		тренировка	спортивный зал	опрос

9		Тактико-техническая подготовка на дистанции. Распределение обязанностей в команде, тургруппе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
10		Изучение района путешествия, знакомство с отчетами других групп	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
11		Подведение итогов тур.-краеведч. мероприятия, разбор действий каждого участника и группы в целом.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
12		Участие в проведении соревнований по спортивному туризму и ориентированию.	2		соревнования	полигон	наблюдение
13		Тактическая подготовка по спортивному ориентированию.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
14		Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, их классификация.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
15		Профилактика травм и заболеваний.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
16		СФП. Упражнение на выносливость, многократное прохождение технической дистанции.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
17		Техническая подготовка на этапах «вертикальный спуск и подъем», техника вязки узлов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
18		Человек и окружающая среда.	2		тренировка	спортивный зал	беседа

19		Работа с компасом, определение азимута, снятие азимута с карты.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
20		Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
21		Соревнования по спортивному ориентированию в заданном направлении.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
22		Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2		соревнования	спортивный зал	наблюдение
23		Средства оказания первой доврачебной помощи.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
24		Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
25		ОФП. Спортивные игры и эстафеты с техническими этапами.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
26		Тактико-техническая подготовка на дистанции. Способы преодоления препятствий.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
27		Практическое освоение средств и способов страховки при освоении дистанции.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
28		Выбор и изучение района маршрута, знакомство с различными источниками описания.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
29		Подготовка к участию в соревнованиях	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

		по спортивному ориентированию.				зал	
30		ОФП. Спортивные игры.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
31		СФП. Развитие быстроты, прохождение отдельных этапов соревнований на скорость.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
32		Разбор аварийных ситуаций в туризме.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
33		Общественно-полезная работа в походе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
34		Приемы транспортировки пострадавшего.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
35		Требования гигиены в походе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
36		Упражнения по определению азимута	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
37		СФП. Развитие быстроты.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
38		Первая доврачебная помощь при острых состояниях и несчастных случаях.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
39		Правила организации и проведения соревнований по технике туризма.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
40		Действия в случае потери ориентировки, по восстановлению местонахождения.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

41		Краеведческий материал о районе похода.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
42		Способы преодоления препятствий.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
43		ОФП. Упражнения на развитие выносливости с использованием скального тренажера.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
44		Индивидуальное прохождение препятствий.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
45		Способы измерения расстояний на карте и местности.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
46		СФП. Упражнения на выносливость, силу.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
47		Разработка Положения и Условий соревнований, постановка дистанции.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
48		ОФП. Упражнения на развитие выносливости.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
49		Обеспечение безопасности на занятиях, соревнованиях. Правила дорожного движения.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
50		Первая помощь при травмах.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
51		Виды НС, аварии и ЧС. Поиск и спасение людей при стихийных бедствиях.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
52		Многократное прохождение	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение



		технических этапов.				зал	
53		Причины вредных факторов окружающей среды и меры защиты.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
54		Вязка узлов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
55		Подготовка тур. инвентаря, личного и группового снаряжения.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
56		Тактика действий группы в аварийных ситуациях способы подачи аварийных сигналов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
57		Определение своего местонахождения.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
58		ОФП. Игры с мячом.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
59		Туристские возможности Ростовской области (пешие, водные маршруты, интересные объекты).	2		тренировка	спортивный зал	опрос
60		ОФП. Упражнения с элементами акробатики.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
61		Оказание помощи людям в условиях природной среды.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
62		Групповое и личное снаряжение.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
63		Первая помощь при травмах. Наложение повязок и остановка кровотечения.	2		тренировка	спортивный зал	опрос

64		Вязка узлов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
65		Участие в разработке Положения и Условий городских соревнований по технике туризма.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
66		ОФП. Упражнения с элементами акробатики.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
67		Краеведческие наблюдения в походе, изучение животного и растительного мира Ростовской области.	2		поход	полигон	наблюдение
68		Психологические аспекты взаимоотношений в группе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
69		СФП: преодоление туристской полосы препятствий.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
70		Подготовка к соревнованиям по спортивному ориентированию.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
71		Основы безопасности ведения спасработ.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
72		Вязка узлов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
73		Первая помощь.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
74		Бытовая среда. Электробезопасность. Средства бытовой химии.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
75		Транспортировка пострадавшего при помощи различных подручных	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

		предметов.					
76		Тактическое построение маршрута.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
77		Разработка условий соревнований и постановка дистанции.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
78		ОФП. Подвижные игры, эстафеты.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
79		Первая помощь при травмах. Наложение повязок, остановка кровотечений.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
80		СФП. Многократное прохождение дистанции с изменением скорости, темпа.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
81		Тактические приемы выхода тургруппы из аварийной ситуации, переправа пострадавшего по навесной переправе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
82		Организация взаимодействия связок.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
83		Оказание помощи в условиях природной среды.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
84		Способы ориентирования в зависимости от вида соревнований по СО.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
85		Причины и признаки отравления	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

86		Туристские возможности родного края. Работа со справочным материалом, литературой.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
87		Подготовка к походу	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
88		Изучение района путешествия. Знакомство с отчетами других групп.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
89		Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	2		соревнования	полигон	наблюдение
90		Оказание помощи в условиях природной среды. Использование подручных средств.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
91		Действия группы в ЧС техногенного характера. преодоление зоны заражения в защитных костюмах.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
92		СФП: движение по маркированной трассе с фиксацией основных встречающихся ориентиров	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
93		Первая помощь, признаки и причины теплового удара.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
94		Основы безопасности ведения спасработ. Переправа пострадавшего по переправе, подъём по склону.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
95		Силовая подготовка.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

96		Участие в соревнованиях по технике туризма с элементами спасательных работ.	2		соревнования	полигон	наблюдение
97		Природоохранная деятельность туристов	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
98		Тактические особенности туристских маршрутов	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
99		Организация туристского быта, работа по устройству бивака.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
100		Первая помощь при травмах: закрытые и открытые переломы.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
101		СФП. Развитие выносливости.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
102		Краеведческие игры.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
103		Соревнования по спортивному ориентированию.	2		соревнования	полигон	наблюдение
104		Питание в многодневном походе.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
105		Тактико-техническая подготовка на дистанции 3 класса.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
106		Транспортировка пострадавшего по склону, переправе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
107		Организация питания в туристском походе, полевом лагере, других тур. – краеведческих мероприятиях.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

108		Итоговое занятие. Летние зачетные мероприятия.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
		Итого	216				

Календарный учебный график  
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Юные туристы – спасатели»  
2-й год обучения

№ п/п	дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.		Организационное занятие. История развития туризма, его значение. Техника безопасности на занятиях в Центре туризма	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
2		Комплектование личного и общественного снаряжения.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
3		Организация туристского быта, требования к месту бивака. Установка палаток в различных условиях	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
4		Спортивные карты, условные знаки к ним. Выбор путей движения группы.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
5		Обеспечение безопасности на занятиях, в походе, на соревнованиях.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
6		Подготовка к походу. Распределение обязанностей в группе. Подготовка	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

		снаряжения.					
7		ОФП: легкая атлетика. Бег на короткие дистанции. Эстафетный бег.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
8		Питание в походе, нормы раскладки продуктов, составление меню.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
9		Тактико-техническая подготовка на дистанции. Распределение обязанностей в команде, тургруппе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
10		Изучение района путешествия, знакомство с отчетами других групп	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
11		Подведение итогов тур.-краеведч. мероприятия, разбор действий каждого участника и группы в целом.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
12		Участие в проведении соревнований по спортивному туризму и ориентированию.	2		соревнования	полигон	наблюдение
13		Тактическая подготовка по спортивному ориентированию.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
14		Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, их классификация.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
15		Профилактика травм и заболеваний. Травмы и заболевания, характерные в природной среде.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
16		СФП. Упражнение на выносливость, многократное прохождение	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

		технической дистанции.					
17		Техническая подготовка на этапах «вертикальный спуск и подъем», техника вязки узлов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
18		Человек и окружающая среда. Факторы риска в современной техногенной среде..	2		тренировка	спортивный зал	беседа
19		Работа с компасом, определение азимута, снятие азимута с карты.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
20		Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС. Хранение и эксплуатация снаряжения, средств связи, транспорта.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
21		Соревнования по спортивному ориентированию в заданном направлении.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
22		Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2		соревнования	спортивный зал	наблюдение
23		Средства оказания первой доврачебной помощи. Состав туристской аптечки.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
24		Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Врачебный контроль, самоконтроль.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
25		ОФП. Спортивные игры и эстафеты с техническими этапами.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение



26		Тактико-техническая подготовка на дистанции. Способы преодоления препятствий.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
27		Практическое освоение средств и способов страховки при освоении дистанции.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
28		Выбор и изучение района маршрута, знакомство с различными источниками описания.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
29		Подготовка к участию в соревнованиях по спортивному ориентированию. Работа с электронной отметкой.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
30		ОФП. Спортивные игры.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
31		СФП. Развитие быстроты, прохождение отдельных этапов соревнований на скорость.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
32		Подготовка снаряжения к походу. Разбор аварийных ситуаций в туризме.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
33		Общественно-полезная работа в походе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
34		Приемы транспортировки пострадавшего.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
35		Походная аптечка: состав, хранение. Требования гигиены в походе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
36		Упражнения по определению азимута	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

						зал	
37		СФП. Развитие быстроты. Элементы скальной техники.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
38		Первая доврачебная помощь при острых состояниях и несчастных случаях.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
39		Правила организации и проведения соревнований по технике туризма.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
40		Действия в случае потери ориентировки, по восстановлению местонахождения.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
41		Краеведческий материал о районе похода. Изучение литературы, карт.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
42		Тактико-техническая подготовка на дистанции. Способы преодоления препятствий.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
43		ОФП. Упражнения на развитие выносливости с использованием скального тренажера.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
44		Тактико-техническая подготовка на дистанции пешеходная 2-3 класса. Индивидуальное прохождение препятствий.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
45		Способы измерения расстояний на карте и местности.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
46		СФП. Упражнения на выносливость,	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

		силу. Многократное прохождение технических этапов.				зал	
47		Разработка Положения и Условий соревнований, постановка дистанции.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
48		ОФП. Упражнения на развитие выносливости.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
49		Обеспечение безопасности на занятиях, соревнованиях. Правила дорожного движения.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
50		Первая помощь при травмах.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
51		Оказание помощи в условиях природной среды. Виды НС, аварии и ЧС. Поиск и спасение людей при стихийных бедствиях.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
52		СФП. Упражнения на выносливость, силу. Многократное прохождение технических этапов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
53		Человек и окружающая среда. Причины вредных факторов окружающей среды и меры защиты.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
54		Тактико-техническая подготовка на дистанции пешеходная 2-3 класса. Вязка узлов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
55		Подготовка тур. инвентаря, личного и группового снаряжения.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

56		Тактика действий группы в аварийных ситуациях способы подачи аварийных сигналов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
57		Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
58		ОФП. Игры с мячом.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
59		Туристские возможности Ростовской области (пешие, водные маршруты, интересные объекты).	2		тренировка	спортивный зал	опрос
60		ОФП. Упражнения с элементами акробатики. Элементы скалолазания.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
61		Оказание помощи людям в условиях природной среды. Использование подручных средств.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
62		Государственная система предупреждения и ликвидации ЧС. Групповое и личное снаряжение.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
63		Первая помощь при травмах. Наложение повязок и остановка кровотечения.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
64		Тактико-техническая подготовка на дистанции пешеходная 2-3 класса. Вязка узлов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
65		Участие в разработке Положения и Условий городских соревнований по	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

		технике туризма.					
66		ОФП. Упражнения с элементами акробатики. Скалолазание.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
67		Краеведческие наблюдения в походе, изучение животного и растительного мира Ростовской области.	2		поход	полигон	наблюдение
68		Психологические аспекты взаимоотношений в группе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
69		СФП: преодоление туристской полосы препятствий, скалолазание.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
70		Подготовка к соревнованиям по спортивному ориентированию.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
71		Основы безопасности ведения спасработ. Организация судейской страховки на соревнованиях по технике туризма.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
72		Тактико-техническая подготовка на дистанции пешеходная 2-3 класса. Вязка узлов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
73		Первая помощь. Сердечно-легочная реанимация и последовательность ее проведения.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
74		Бытовая среда. Электробезопасность. Средства бытовой химии.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
75		Транспортировка пострадавшего при помощи различных подручных	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

		предметов.					
76		Тактическое построение маршрута.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
77		Разработка условий соревнований и постановка дистанции.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
78		ОФП. Подвижные игры, эстафеты.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
79		Первая помощь при травмах. Наложение повязок, остановка кровотечений.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
80		СФП. Упражнения на развитие выносливости. Многократное прохождение дистанции с изменением скорости, темпа.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
81		Тактические приемы выхода тургруппы из аварийной ситуации, переправа пострадавшего по навесной переправе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
82		Организация взаимодействия связок. Прохождение этапов дистанции.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
83		Оказание помощи в условиях природной среды. Организация страховки при прохождении природных и искусственных препятствий.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
84		Способы ориентирования в	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

		зависимости от вида соревнований по СО.				зал	
85		Причины и признаки отравления. Первая помощь.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
86		Туристские возможности родного края. Работа со справочным материалом, литературой.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
87		Подготовка к походу. Подготовка снаряжения в зависимости от условий похода.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
88		Изучение района путешествия. Знакомство с отчетами других групп.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
89		Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
90		Оказание помощи в условиях природной среды. Использование подручных средств.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
91		Действия группы в ЧС техногенного характера. преодоление зоны заражения в защитных костюмах.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
92		СФП: движение по маркированной трассе с фиксацией основных встречающихся ориентиров	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
93		Первая помощь, признаки и причины теплового удара.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

94		Основы безопасности ведения спасработ. Переправа пострадавшего по переправе, подъём по склону.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
95		ОФП. Силовая подготовка.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
96		Участие в соревнованиях по технике туризма с элементами спасательных работ.	2		соревнования	полигон	наблюдение
97		Природоохранная деятельность туристов. Работа среди местного населения, участие в общественнополезных мероприятиях.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
98		Тактические особенности туристских маршрутов. Разработка маршрута похода.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
99		Организация туристского быта, работа по устройству бивака.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
100		Первая помощь при травмах: закрытые и открытые переломы.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
101		СФП. Развитие выносливости. Кросс-поход с преодолением тур. этапов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
102		«Путешествие по карте». Краеведческие игры.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
103		Соревнования по спортивному ориентированию.	2		соревнования	полигон	наблюдение
104		Выбор места бивака, разбивка лагеря.	2		тренировка	спортивный зал	беседа



		Питание в многодневном походе.				зал	
105		Тактико-техническая подготовка на дистанции 3 класса.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
106		Транспортировка пострадавшего по склону, переправе.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
107		Организация питания в туристском походе, полевом лагере, других тур. – краеведческих мероприятиях.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
108		Итоговое занятие. Летние зачетные мероприятия.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
		Итого	216				

Календарный учебный график  
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Юные туристы – спасатели»  
3-й год обучения

№ п/п	дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.		История развития туризма. Инструктаж по ТБ	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
2		Правила организации и проведения походов	2		тренировка	спортивный зал	беседа
3		ОФП тестирование	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

4		Топографические карты	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
5		Компас .Спортивное ориентирование.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
6		Строение и функции организма человека	2		тренировка	спортивный зал	опрос
7		ОФП развитие силы и выносливости	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
8		Врачебный контроль,самоконтроль	2		тренировка	спортивный зал	беседа
9		Экстремальные ситуации в природной среде	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
10		Туристические возможности родного края ростовской области	2		поход	полигон	наблюдение
11		Кроссовая подготовка	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
12		Личная гигиена туриста	2		тренировка	спортивный зал	беседа
13		Личное и групповое снаряжение	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
14		Способы ориентирования	2		тренировка	полигон	наблюдение
15		Психологические процессы и состояния- внимание .Память,мышление	2		тренировка	спортивный зал	опрос
16		История родного края ,настоящее	2		тренировка	спортивный	опрос

		,будущее				зал	
17		ОФП,упражнения с сопротивлением	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
18		Объективные и субъективные опасности .меры по их исключению	2		тренировка	спортивный зал	беседа
19		Требования к туристскому снаряжению.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
20		Условные знаки. Построение профиля маршрута.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
21		Спортивный массаж его применение.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
22		Походная аптека ,хранение транспортировка лекарственных средств.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
23		Мини футбол.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
24		Виды памяти, развитие памяти.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
25		Психологические основы выживания в природных условиях	2		тренировка	спортивный зал	беседа
26		Измерения расстояний различными способами.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
27		Самоконтроль, ведение дневника самоконтроля.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
28		Заболевания и травмы, их	2		тренировка	спортивный зал	беседа

		предупреждение и лечение				зал	
29		Изучение района путешествия.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
30		Привалы и ночлеги.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
31		СФП – развитие силы и выносливости.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
32		Воспитание в обществе .Индивидуум и личность.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
33		Действия при попадании в экстремальную ситуацию. Сигналы бедствия.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
34		Соревнования по спортивному ориентированию.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
35		Организация бивуака на различных рельефах	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
36		ОФП – упражнения на формирование правильной осанки подвижные игры.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
37		Общественно полезная работа в путешествии.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
38		ОФП – упражнения на развитие быстроты. Кросс.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
39		Всероссийское движение и соревнования «Школа безопасности.»	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
40		Основные приемы оказания	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

		доврачебной помощи.				зал	
41		Упражнения по определению своего местонахождения ,сторон горизонта.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
42		Понятие «спортивная форма» переутомление, перетренированность.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
43		Чувства, формы переживания чувств	2		тренировка	спортивный зал	беседа
44		ОФП , развивающие игры, силовая подготовка.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
45		Туристские слеты и соревнования.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
46		Техника и тактика в туристском походе	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
47		Виды соревнований ,полоса препятствий	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
48		Охрана природы и памятников культуры.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
49		Условные знаки	2		тренировка	спортивный зал	опрос
50		Влияние характера на поведение в условиях выживания.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
51		СФП , элементы акробатики	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
52		Обязанности членов туристской группы.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

53		СФП, упражнения на развитие ловкости	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
54		Приемы транспортировки пострадавшего. Подготовка к соревнованиям	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
55		Способы измерения расстояний ,счет шагов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
56		Стресс ,влияние стресса на организм человека.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
57		Сооружение временных укрытий.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
58		Культурные и исторические памятники родного края.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
59		ОФП – упражнения с предметами, кроссовая подготовка.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
60		Субъективные опасности.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
61		Причины, приводящие к потере ориентировки, порядок действий.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
62		Понятие о тактике в туристском походе.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
63		Основные разделы правил соревнований.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
64		Виды и способы транспортировки пострадавших.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

65		Экология и экологическая безопасность.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
66		Кроссовая подготовка.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
67		Встреча с представителями науки ,культуры,ветеранами.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
68		Формы социального контроля поведения.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
69		Спортивные игры	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
70		Виды стартов – маркированная трасса.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
71		Оказание помощи при травмах.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
72		Виды туризма ,разрядные требования.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
73		Понятие спортивная форма.утомление.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
74		Изучение района зачетного похода	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
75		Порядок действий при попадании в экстремальную ситуацию	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
76		Стадии развития личности.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
77		Ориентирование по местным	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

		предметам				зал	
78		ОФП – упражнения для ног, мини-футбол	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
79		Правила поведения на улицах и дорогах.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
80		Этапы туристского многоборья.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
81		СФП – развитие силы и выносливости	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
82		Способы транспортировки пострадавших	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
83		Российский туристский союз.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
84		Навыки необходимые при попадании в экстремальную ситуацию.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
85		ОФП –кроссовая подготовка.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
86		Причины приводящие к потере ориентирования.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
87		Фотографирование в полевых условиях.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
88		Действия населения при радиационных авариях и радиоактивном загрязнении.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
89		СФП- силовая подготовка. упражнения с отягощением	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение



90		Продукты, транспортировка и хранение	2		тренировка	спортивный зал	беседа
91		Лекарственные растения.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
92		Развитие личности в процессе деятельности	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
93		ОФП – элементы акробатики	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
94		Изучение топонимов и легенд КП.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
95		Психологические основы выживания.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
96		Специальное снаряжение для походов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
97		Туристическая полоса препятствий.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
98		Краеведческие игры	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
99		Программа Юные судьи соревнований.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
100		Виды костров.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
101		СФП –кросс.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
102		Этапы соревнований. Школа	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

		безопасности				зал	
103		Участие в акции «Читаем детям о войне»	2		тренировка	спортивный зал	беседа
104		ОФП – эстафета на полосе препятствий.	2		тренировка	спортивный зал	зачет
105		Техника вязания узлов .	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
106		Ориентирование по маркированной трассе	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
107		ОФП – сдача контрольных нормативов.	2		тренировка	спортивный зал	зачет
108		Итоговое занятия .Планы на лето.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
		Итого	216				

Календарный учебный график  
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Юные туристы – спасатели»  
4-й год обучения

№ п/п	дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.		История развития туризма.Инструктаж по ТБ	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
2		Правила организации и проведения	2		тренировка	спортивный	наблюдение

		походов				зал	
3		ОФП контрольные нормативы. тестирование	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
4		Топографические и спортивные карты	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
5		Компас .работа с компасом. Спортивное ориентирование.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
6		Строение и функции организма человека	2		тренировка	спортивный зал	опрос
7		Подготовка к походу. ОФП развитие силы и выносливости	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
8		Врачебный контроль. самоконтроль	2		тренировка	спортивный зал	беседа
9		Экстремальные ситуации в природной среде	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
10		Туристические возможности родного края ростовской области	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
11		Предупреждение спортивных травм.кроссовая подготовка	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
12		Личная гигиена туриста. Профилактика заболеваний	2		тренировка	спортивный зал	беседа
13		Личное и групповое снаряжение	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
14		Способы ориентирования	2		тренировка	полигон	наблюдение
15		Психологические процессы и	2		тренировка	спортивный	опрос

		состояния- внимание .память. мышление				зал	
16		История родного края ,настоящее ,будущее	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
17		ОФП упражнения с сопротивлением ,кросс.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
18		Объективные и субъективные опасности .меры по их исключению	2		тренировка	спортивный зал	беседа
19		Требования к туристскому снаряжению. Подготовка к походу.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
20		Условные знаки. Построение профиля маршрута.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
21		Спортивный массаж его применение. Кросс.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
22		Походная аптека ,хранение транспортировка лекарственных средств. Лекарственные растения.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
23		Упражнения для мышц рук ног. Мини футбол.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
24		Виды памяти, развитие памяти.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
25		Психологические основы выживания в природных условиях	2		тренировка	спортивный зал	беседа
26		Измерения расстояний различными способами.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

27		Самоконтроль, ведение дневника самоконтроля.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
28		Заболевания и травмы, их предупреждение и лечение	2		тренировка	спортивный зал	беседа
29		Изучение района путешествия.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
30		Привалы и ночлеги.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
31		СФП – развитие силы и выносливости.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
32		Воспитание в обществе .Индивидуум и личность.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
33		Действия при попадании в экстремальную ситуацию Сигналы бедствия.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
34		Соревнования по спортивному ориентированию.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
35		Организация бивуака на различных рельефах	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
36		ОФП – упражнения на формирование правильной осанки подвижные игры.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
37		Общественно полезная работа в путешествии.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
38		ОФП – упражнения на развитие быстроты. Кросс.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

39		Всероссийское движение и соревнования «Школа безопасности.»	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
40		Основные приемы оказания доврачебной помощи.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
41		Упражнения по определению своего местонахождения ,сторон горизонта.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
42		Понятие «спортивная форма» переутомление, перетренированность.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
43		Чувства, формы переживания чувств	2		тренировка	спортивный зал	беседа
44		ОФП развивающие игры, силовая подготовка.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
45		Туристские слеты и соревнования.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
46		Техника и тактика в туристском походе	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
47		Виды соревнований полоса препятствий, ПСР.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
48		Развитие гибкости,элементы акробатики. Охрана природы и памятников культуры.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
49		Условные знаки, легенды спортивных карт.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
50		Влияние характера на поведение в условиях выживания.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

51		СФП элементы акробатики	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
52		Обязанности членов туристской группы.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
53		СФП упражнения на развитие ловкости	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
54		Приемы транспортировки пострадавшего. Подготовка к соревнованиям	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
55		Способы измерения расстояний ,счет шагов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
56		Стресс ,влияние стресса на организм человека.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
57		Сооружение временных укрытий.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
58		Культурные и исторические памятники родного края.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
59		ОФП – упражнения с предметами, кроссовая подготовка.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
60		Субъективные опасности.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
61		Причины, приводящие к потере ориентировки, порядок действий.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
62		Понятие о тактике в туристском походе.	2		тренировка	спортивный зал	беседа

63		Основные разделы правил соревнований.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
64		Виды и способы транспортировки пострадавших.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
65		Экология и экологическая безопасность.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
66		СФП – упражнения на развитие ловкости. Кроссовая подготовка.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
67		Встреча с представителями науки .культуры. ветеранами.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
68		Формы социального контроля поведения.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
69		ОФП. Спортивные игры	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
70		Виды стартов – маркированная трасса.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
71		Оказание помощи при травмах.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
72		Виды туризма .разрядные требования.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
73		Понятие спортивная форма.утомление.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
74		Изучение района зачетного похода	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
75		Порядок действий при попадании в	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение



		экстремальную ситуацию				зал	
76		Стадии развития личности.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
77		Ориентирование по местным предметам	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
78		ОФП – упражнения для ног, мини-футбол	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
79		Правила поведения на улицах и дорогах.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
80		Этапы туристского многоборья.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
81		СФП – развитие силы и выносливости	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
82		Способы транспортировки пострадавших	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
83		Российский туристский союз.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
84		Навыки необходимые при попадании в экстремальную ситуацию.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
85		ОФП –кроссовая подготовка.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
86		Причины приводящие к потере ориентирования.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
87		Фотографирование в полевых условиях.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

88		Действия населения при радиационных авариях и радиоактивном загрязнении.	2		тренировка	спортивный зал	опрос
89		СФП- силовая подготовка. упражнения с отягощением	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
90		Продукты, транспортировка и хранение	2		тренировка	спортивный зал	беседа
91		Лекарственные растения.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
92		Развитие личности в процессе деятельности	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
93		ОФП – элементы акробатики	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
94		Изучение топонимов и легенд КП.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
95		Психологические основы выживания.	2		тренировка	спортивный зал	беседа
96		Специальное снаряжение для походов.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
97		Туристическая полоса препятствий.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
98		Путешествие по карте. Краеведческие игры	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
99		Программа Юные судьи соревнований.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
100		Правила разведения костров. Виды	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение

		костров.				зал	
101		СФП –кросс.	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
102		Этапы соревнований. Школа безопасности	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
103		Маршруты их виды. Дневки. Заброски. Участие в акции «Читаем детям о войне»	2		тренировка	спортивный зал	беседа
104		ОФП – эстафета на полосе препятствий.	2		тренировка	спортивный зал	зачет
105		Техника вязания узлов .Переправы в брод	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
106		Ориентирование по маркированной трассе	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
107		ОФП – сдача контрольных нормативов.	2		тренировка	спортивный зал	зачет
108		История развития туризма.Инструктаж по ТБ	2		тренировка	спортивный зал	наблюдение
		Итого	216				

**Текст контрольного занятия для учащихся 1 года обучения**

**Знания:**

- условные знаки спорткарт
- типы узлов: для связывания, для привязывания, для работы

**Умения:**

- читать масштаб
- пользоваться компасом
- ориентировать карту
- определять расстояние на карте
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу
- определять точку стояния (привязки)
- надевать страховочную систему
- готовить обед

**Навыки:**

- участвовать в соревнованиях (спортивное ориентирование, техническим видам)
- участвовать в подходах 1 – 3 дневных

**Текст контрольного занятия для учащихся 2 года обучения**

**1. Беседа на знание изученного материала**

- способы транспортировки пострадавшего
- организация страховки и само страховки

**2. Умения:**

- читать масштаб
- определять высоту склона
- двигаться по азимуту
- преодоление болота: по кочкам, жердям
- готовить носилки
- организация переправы первого участника

**3. Навыки:**

- участвовать в соревнованиях (спортивное ориентирование, туризм, техническим видам)
- участвовать в соревнованиях по вязке узлов
- участвовать в 1 – 3 дневных подходах

### **Текст контрольного занятия для учащихся 3 года обучения**

#### **Знания:**

- Туристская подготовка
- Спортивная карта
- Соревнования по ориентированию и туризму
- Основы медицинских знаний
- Специальная подготовка

#### **Умения:**

- самонаведение перил
- преодоление сложных участков
- транспортировка пострадавшего
- организация переправы

#### **Навыки:**

- участвовать в соревнованиях по спортивному ориентированию
- участвовать в мероприятиях по туризму
- участвовать в 1 – 3 дневных подходах

### **Текст контрольного занятия для учащихся 4 года обучения**

#### **Знания:**

- разрядные требования по спортивному туризму
- правила организации и проведения туристских соревнований с учащимися Российской Федерации
- границы района похода (климат, рельеф, гидрографию).
- о травмах и заболеваниях, требующих немедленной транспортировки больного к месту врачебной помощи

#### **Умения:**

- подбирать упражнения для развития рук, плечевого пояса, туловища.
- умение планировать дистанцию ориентирования
- уметь проводить различные краеведческие наблюдения и их фиксация.
- уметь изготавливать средства транспортировки из подручных материалов.
- уметь вести дневник самоконтроля.
- уметь измерять расстояние на местности во время бега.

#### **Навыки:**

- участвовать и судить соревнования по техническим видам
- участвовать и подводить итоги в соревнованиях по спортивному ориентированию
- участвовать в многодневных походах

Проведение итоговой аттестации

Итоговая аттестация проводится на заключительном этапе обучения в выпускном классе

Цель проведения итоговой аттестации: определение степени достижения результатов обучения, освоения программы обучения, закрепления знаний, ориентация учащихся на дальнейшее самостоятельное обучение.

Критерии контроля: знание материала, знание теории, уровень развития физических данных, посещаемость.

Выпускник, пропустивший более трети занятий, считается не аттестованным и ему предлагается пройти курс обучения выпускного класса ещё раз. Результаты экзамена фиксируются в ведомостях по итоговой аттестации, на основании которых ставится оценка в свидетельство о дополнительном образовании.

№	Раздел	Форма подведения итогов	Итог
1	Основы туристской подготовки	Соревнования, слет, сборы, поход, тестирование	зачет/ не зачет
2	Топография и ориентирование	Соревнования, слет, поход, сборы, экскурсия	зачет/ не зачет
3	Краеведение	Слет, поход, сборы, экскурсия, соревнования, викторины	зачет/ не зачет
4	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Поход, тестирование	зачет/ не зачет
5	Общая и специальная физическая подготовка	Подвижные игры, туристские эстафеты, туристская полоса препятствий, нормативы ОФП	зачет/ не зачет
6	Специальная подготовка	Слет, соревнования «Школа безопасности»	зачет/ не зачет

## Диагностическая карта приёма обучающихся

№п/п	Фамилия, имя	Общая выносливость	Силовая	Координац ия	Основы туристских знаний	Примечания

### Критерии оценивания:

#### **Общая выносливость**

Тестирование проводится на спортивной площадке или беговой дорожке.

Ребенок должен бежать на протяжении 6 мин.

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок остановился 3 раза и более

Оценка «хорошо» - ребёнок остановился 2 раза

Оценка «отлично» - ребенок бежал без остановки или остановился 1 раз

#### **Силовая подготовка**

Ребенок принимает положение вися на высокой перекладине. Затем самостоятельно или с помощью преподавателя принимает положение вися на согнутых руках (хватом сверху или снизу, подбородок над перекладиной). Определяется время удержания данного положения от начала его принятия до прекращения упражнения .

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок висит меньше 20 секунд

Оценка «хорошо» - ребёнок висит 30 секунд

Оценка «отлично» - ребёнок уверенно висит 40 секунд

#### **Координация**

Ребёнку предлагается простое упражнение на координацию – стойка на одной ноге с закрытыми глазами

Оценка «удовлетворительно» - ребёнок не может простоять больше 20 секунд

Оценка «хорошо» - ребёнок стоит более 40 секунд

Оценка «отлично» - ребёнок уверенно стоит более 1 минуты упражнения.

#### **Основы туристских знаний**

В зависимости от возраста ,ребенку дается тест по дисциплинам -ОБЖ, топографии, основам медицины, гигиены-20 вопросов

Оценка «удовлетворительно» - допущено больше половины ошибок

Оценка «хорошо» - допущено 5 ошибок

Оценка «отлично» - тест выполнен без ошибок или допущено 2 ошибки

Для учащихся 1, 2 годов обучения

Критерии контроля: активность участия в соревнованиях по спортивному туризму и ориентированию, самостоятельность в походном быту, знание названий узлов и основного снаряжения

Уровни оценки: «низкий», «средний», «высокий».

Уровень «низкий» - обучающийся редко принимает участие в соревнованиях, самостоятельность в походе низкая, путается в названии основного личного снаряжения, узлов

Уровень «средний» - обучающийся принимает участие в большей части проводимых соревнований, самостоятельность в походе средняя, основные узлы и личное снаряжение знает неуверенно

Уровень «высокий» - обучающийся принимает участие во всех проводимых соревнованиях, самостоятелен на бивуаке, уверенное знание узлов и личного снаряжения

Для учащихся 3-4 годов обучения

Критерии контроля: умение организовывать бивуак, оказывать первую доврачебную помощь, уверенное прохождение пешеходных дистанций 1-2 класса туристского многоборья

Зачет, незачет:

Незачет – не умеет организовывать бивуак в многодневном походе, не владеет навыками первой помощи, на дистанции 1-2 класса не укладывается в контрольное время, допускает ошибки

Зачет – уверенно организует быт в многодневном походе, владеет основными приемами оказания первой помощи, дистанции 1-2 класса проходит без ошибок

Результаты промежуточной аттестации фиксируются в протоколах. Учащийся, пропустивший более трети занятий, считается не аттестованным и остается на повторный курс обучения. Проведенный контроль позволяет сделать необходимую корректировку образовательной программы на следующий учебный год.

Обучающийся, получивший по всем уровням низкие баллы, считается не аттестованным и ему предлагается повторить учебный материал прошлого года.



**АНКЕТА**  
**Исследование удовлетворенности родителей уровнем**  
**дополнительного образования**  
(Разработано на основе методики канд.пед.наук А.Андреева и  
Е.Н.Степанова)

Ф.И.О.(родителя) \_\_\_\_\_

4-совершенно согласен; 3-согласен; 2-трудно сказать; 1-не согласен;  
0-я совершенно не согласен.

1	Группу в которой занимается наш ребенок, можно назвать дружной.	4 3 2 1 0
2	В среде этих ребят наш ребенок чувствует себя комфортно.	4 3 2 1 0
3	Педагог проявляет доброжелательное отношение к нашему ребенку.	4 3 2 1 0
4	Объединением, в котором занимается наш ребенок, руководит хороший педагог.	4 3 2 1 0
5	Педагог справедливо оценивает достижения на занятиях ребенка.	4 3 2 1 0
6	Педагог учитывает индивидуальные особенности нашего ребенка.	4 3 2 1 0
7	Педагог дает нашему ребенку глубокие и прочные знания по выбранному виду деятельности.	4 3 2 1 0
8	Наш ребенок не перегружен занятиями в учреждении.	4 3 2 1 0
9	Мы испытываем чувство взаимопонимания в контактах с педагогом и администрацией Центра.	4 3 2 1 0
10	В учреждении заботятся о развитии и здоровье нашего ребенка.	4 3 2 1 0
11	В Центре обращают большое внимание на формирование правильного отношения к миру у нашего ребенка.	4 3 2 1 0
12	Центр способствует формированию достойного поведения на нашего ребенка.	4 3 2 1 0
13	В Центре проводятся дела, которые полезны и интересны нашему ребенку.	4 3 2 1 0
14	Центр по-настоящему готовит нашего ребенка к самостоятельной жизни.	4 3 2 1 0
15	Администрация и педагоги создают условия для проявления способностей нашего ребенка	4 3 2 1 0

## Анкета "Отношения в нашем коллективе"

Вашему вниманию предлагается анонимная анкета для изучения отношений в детском коллективе. Отметьте подходящие для Вас варианты ответов. Может быть несколько вариантов ответов.

**1. Укажите Ваш пол**

М

Ж

**2. Наш коллектив...**

дружный и сплоченный

дружный, но иногда бывают конфликты

конфликтный, мы постоянно ссоримся

недружный, каждый существует сам по себе

другое \_\_\_\_\_

**3. Мои друзья...**

лучше всех, я других не хочу

мне интересны

безразличны мне

раздражают меня

очень грубы со мной

другое \_\_\_\_\_

**4. На мой взгляд ...**

в коллективе меня уважают

относятся ко мне положительно

меня игнорируют (относятся так, как будто меня нет)

некоторые специально хотят меня обидеть

относятся ко мне отрицательно

другое \_\_\_\_\_

**5. В нашем коллективе ....**

есть ребята, которые часто подвергается насмешкам

некоторых из ребят просто игнорируют, не общаются с ними

есть дети, которые чувствуют себя одинокими

некоторых ребят часто унижают, оскорбляют

нет проблем в общении друг с другом

другое \_\_\_\_\_

**6. Хотелось бы Вам перейти в другое объединение?**

Да

Нет

**7. Почему Вы бы хотели перейти ?**

Из-за конфликта с педагогом

Из-за конфликта с ребятами

По другой причине

**8. Как бы Вы отнеслись к вновь прибывшему в объединение? Какую позицию бы заняли (позитивную, негативную, нейтральную, позицию игнорирования) и почему?**

\_\_\_\_\_

**9. Как Вы справляетесь с трудностями в общении с ребятами на занятиях?** \_\_\_\_\_

**10. Необходима ли Вам помощь психолога?**

- Да
- Нет