МУ «Отдел образования Ачхой-Мартановского муниципального района»
Муниципальное бюджетное учреждениедополнительного образования
«Дом детско-юношеского туризма и экскурсий Ачхой-Мартановского муниципального района»

Принята
решением Педагогического совета
Протокол № 1
от 04.09. 2026 г.

Утверждена
Приказом № 378-од
от 08. 09. 2026 г.
Директор
_____А.Б.Масаева

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 475E732A72ED672F000F6A3E6A3D7D5E
Владелец: Масаева Асет Баудиевна
Действителен: с 27.04.2026 до 21.07.2027

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Пешеходный туризм»

Направленность программы – «Туристско-краеведческая»
Уровень программы: стартовый

Возрастная категория участников: 11 -14 лет
Срок реализации: 1 год.

Составитель:
Сулиманова Ару Агаевна,
педагог дополнительного образования.

г. Ачхой – Мартан
2026 г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования в МБУ ДО «Дом детско – юношеского туризма и экскурсий Ачхой – Мартановского муниципального района ».

Экспертное заключение (рецензия) от 25 августа 2026г.
Эксперт
Методист _____Багаева Л.С-С.

Содержание программы.

Раздел №1 Комплекс основных характеристик программы

1.1. Нормативно правовая база к разработке программы.

1.2. Направленность программы.

1.3. Уровень программы.

1.4. Актуальность программы.

1.5. Отличительные особенности.

1.6. Цели и задачи программы.

1.7. Категория учащихся.

1.8. Сроки реализации и объем программы.

1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

1.10. Планируемые результаты освоения программы.

Раздел №2. Содержание программы.

2.1. Учебный (тематический план).

2.2. Содержание учебного плана.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Раздел 4. Комплекс организационно - педагогических условий реализации программы.

4.1. Материально технические условия.

4.2. Кадровое обеспечение программы.

4.3. Учебно-методическое обеспечение:

Приложение №1«Календарно-тематическое планирование».

Приложение №2 «Оценочные материалы».

Приложение №3 Протокол «Результатов аттестации обучающихся»

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ.

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» редакция от 04.08.2026г. –Действует с 04.08.2026г.

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022г. №678-р); (с изменениями на 1 июля 2025г.);

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 N 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (вместе с «СП 2.4.4283-26. Санитарные правила…») (Зарегистрировано в Минюсте России 02.06.2026 N 86855) действует с 01.09.2026 до 01.09.2032

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09–3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);

- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. № 06–1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

-Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

1.2. Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пешеходный туризм» (далее Программа) имеет туристско-краеведческую направленность, создана для укрепления здоровья, разностороннему воспитанию, становлению гражданственности и патриотизма подрастающего поколения.

Пешеходный туризм - самый распространенный и доступный вид туризма для учащихся, основой которого является организация самодеятельного туристского похода, включающего в себя активный отдых, углубление знаний, полученных в школе на уроках географии, биологии, ОБЖ, математики, истории, литературы, физики и других специальных знаний.

1.3. Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – стартовый в соответствии с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая модульные программы) Министерства образования и науки РФ (письмо от 18 ноября 2015 г. № 09-3242)

1.4. Актуальность программы.

Актуальность программы заключается в необходимости возрождения интереса к туризму, вовлечения подрастающего поколения в данную сферу деятельности, что позволит оградить обучающихся от нежелательного, а зачастую и губительного влияния таких факторов как интернет-зависимость, игромания, асоциальное поведение, потребительское отношение к природе. Обучение по Программе позволит ознакомить обучающихся с природной средой, особенностями жизнедеятельности в ней, изучить на практике природный комплекс своего края, увидеть исторические места. Без этих знаний немыслимо патриотическое воспитание подрастающего поколения.

Реализация Программы предусматривает приобретение обучающимися основных знаний о технике и тактике туризма, ориентировании на местности, ведении краеведческих наблюдений и исследований, оказанию первой медицинской помощи, инструкторской деятельности в своем классе, школе, туристском объединении.

Актуальность данной Программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам детей и родителей:

1.5. Отличительные особенности программы.

Особенностью программы является то, что она является комплексной, так как объединяет различные области - туризм, медицину, историю, начальную спортивную подготовку, обеспечение безопасности жизнедеятельности. Настоящая дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Пешеходный туризм» разработана на основе программ Д.В. Смирнова «Оздоровительно-познавательный туризм» («Советский Спорт», 2003), Д.В. Смирнова «Юные туристы-краеведы» (ФЦДЮТиК, 2006). На основе авторской программы курса «Пешеходный туризм» Ткачева Г. С. Отличительными особенностями Программы является перечень тем в учебном (тематическом) плане и содержание; форма и режим занятий.
В результате освоения Программы обучающиеся смогут принять участие в мероприятиях краеведческого направления: в соревнованиях, туристических слетах, конкурсах.

Отбор содержания и изменения в программу внесены с учетом практического опыта педагога.

1.6. Цели и задачи программы:

Цель Программы – формирование у обучающихся здорового образа жизни, навыков безопасного поведения в природной среде, воспитание морально-волевых качеств, гражданственности, патриотизма посредством освоения практических основ пешеходного туризма и воспитанию любви к родному краю.

Задачи программы.

Обучающие:

- обучать знаниям по туристской подготовке и основам выживания в природе, безопасном проведении походов;
- учить правильно, выполнять технические приемы преодоления различных препятствий;
- обучать приемам оказания доврачебной медицинской помощи;
- обучать навыкам ведения фото- и видеосъемки, ориентирования и топографии;
- расширять знания о своем регионе.
-сформировать всесторонне развитую личность средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности;
- обучение навыкам и умению сбора краеведческой информации;

Воспитательные:

- воспитание экологически грамотной, физически здоровой, нравственной личности, любящей и знающей свой край;

-выработка организационных качеств, умение вести себя в коллективе;
- воспитывать любовь к родному краю, к окружающей природе, формировать здоровый образ жизни;

Развивающие:

-развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности обучающихся;
- формирование навыков туристкой техники, ориентирования, выживания в природной среде;
-развитие интереса к изучаемым дисциплинам.

1.7. Категория обучающихся.

Обучение по Программе ведется в разновозрастных группах, группы комплектуются из обучающихся 11-14 лет. Условием приема в детское объединение является по желанию ребенка, по заявлению его родителей (законных представителей) и представление справки о состоянии здоровья ребенка.

1.8. Сроки реализации и объем Программы.

Программа рассчитана на 1 год обучения - 144 часов.

1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Занятия проводятся в разновозрастных группах. При изучении общих и теоретических вопросов используется групповая форма проведения занятий, на практических занятиях - индивидуально-групповая форма.
На занятиях применяется дифференцированный, индивидуальный подход к каждому обучающемуся. Численный состав 15-20 чел.

Режим занятий:

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.
Продолжительность занятий -45 минут, перерыв 10 минут. В зависимости от темы занятия проводятся в классе, спортивном зале, на школьной спортивной площадке, на местности, приближенной к естественной природной среде.

1.10. Планируемые результаты освоения Программы.

В ходе реализации дополнительной общеразвивающей программы у обучающихся формируются следующие умения:

Предметные:

- уметь сформировать всесторонне развитую личность средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности;
- обучаться навыкам и умению сбора краеведческой информации;

- формировать банк данных о местах туристских маршрутов через ведение записей краеведческих наблюдений.

Метапредметные:

- развить активную туристско-спортивную и краеведческую деятельность обучающихся;
- формировать навыки туристкой техники, ориентирования, выживания в природной среде;
- развить интерес к изучаемым дисциплинам.

Личностные:

- воспитать экологически грамотную, физически здоровую, нравственную личность, любящую и знающую свой край;
- выработать организационные качества, умение вести себя в коллективе; воспитать любовь к родному краю, к окружающей природе, формировать здоровый образ жизни;

По окончанию Программы будут

ЗНАТЬ:

- прочные навыки владения основами пешеходного туризма;
- технику безопасности при проведении туристических походов, занятий;
- топографию и способы ориентирования;
- историю родного края и его особенности;
- лекарственные растения, знать о разнообразии, правильно их называть, правила сбора лекарственных растений;
- основы гигиены и основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

УМЕТЬ:

- составлять план путешествия и разрабатывать маршрут;
- одеваться, обуваться и снаряжаться для похода в зависимости от сезона, длительности похода и способа передвижения;
- ориентироваться в незнакомой местности при помощи карты, компаса, по местным предметам, солнцу, часам;
- пользоваться топографической и спортивной картами, ходить по азимуту;
- преодолевать естественные препятствия в пути, вязать узлы;
- делать пешие переходы с грузом, оказывать первую доврачебную помощь;
- выбирать место для привала, оборудовать его для ночлега, ставить палатку, разводить костёр, готовить на нём пищу, изготавливать простейшее туристское оборудование;
- знать поисково-спасательную работу, уметь применять ее на практике;
- составлять технические описания маршрута;
-

Раздел 2. Содержание программы.

2.1.1. Учебно-тематический план.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1	**Введение.**	**2**	**2**		
1.1	Вводное занятие. Туристические путешествия. Инструктаж по ТБ (техника безопасности).	2	2	-	беседа
2	**Раздел 2. Основы гигиены и первая медицинская помощь**	**16**	**10**	**6**	
2.1.	Возможные опасности в походе, меры безопасности	2	2	-	беседа
2.2.	Личная гигиена туриста.	2	2	-	опрос
2.3.	Походная медицинская аптечка.	2	1	1	Опрос Практическое задание
2.4.	Оказание первой доврачебной помощи.	2	2	-	Опрос, наблюдение
2.5.	Доврачебная медицинская помощь при различных травмах.	2	-	2	Опрос, наблюдение Практическое задание
2.6.	Обработка ран, ссадин и наложение простейших повозок.	2	2	-	Опрос, наблюдение
2.7.	Первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок. Игра «Айболит».	2	-	2	Опрос, наблюдение Практическое задание
2.8.	Приёмы транспортировки пострадавшего. Изготовление средства транспортировки пострадавшего.	2	1	1	Опрос, наблюдение Практическое задание, опрос Тестирование

	Тестирование по оказанию ПДП.				
3	**Раздел 3. Основы туристической подготовки**	**30**	**20**	**10**	
3.1	Правила организации и проведения походов.	2	2	-	Опрос, наблюдение
3.2.	Комплектование групп в походе.	2	2	-	Опрос, наблюдение
3.3.	Распределение обязанностей в походе.	2	2	-	Опрос, наблюдение
3.4.	Туристская группа на прогулке, экскурсии.	2	2	-	Опрос, наблюдение
3.5.	Определение цели и района похода.	2	2	-	Опрос, наблюдение
3.6	Составление маршрута похода.	2	-	2	Практическое задание
3.7.	Личное и групповое снаряжение и уход за ним.	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое задание
3.8.	Укладка рюкзака.	2	1	1	Опрос, наблюдение Практическое задание
3.9.	Виды палаток. Установка палатки.	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое задание
3.10.	Организация туристического быта, выбор места для бивака.	2	1	1	Опрос, наблюдение Практическое задание, тест.
3.11.	Виды костров. Правила разведения костра.	2	1	1	Опрос, наблюдение Практическое задание, тест.
3.12.	Правильная организация	2	1	1	Опрос,

	в походе, привалы.				наблюдение Практическое задание
3.13.	Преодоление естественных препятствий.	2	2	-	Опрос, наблюдение
4	**Раздел 4. Специальная туристическая подготовка**	**14**	**5**	**9**	
4.1.	Туристские узлы. Назначение узлов. Способы вязки простых узлов.	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое задание
4.2.	Питание в туристическом походе.	2	-	2	Опрос, наблюдение Практическое задание
4.3.	Планирование похода. Подготовка к турпоходам.	2	-	2	Практическое задание
4.4.	Техника и тактика пешеходного туризма	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое задание
4.5.	Ориентирование и сохранение направления движения без компаса и карты	2	1	1	Опрос, наблюдение Практическое задание
5	**Раздел 5. Топография и ориентирование**	**30**	**15**	**15**	
5.1.	Понятие о топографической карте.	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическая работа.
5.2.	Способы изображения рельефа на картах.	2	2	-	Опрос, наблюдение
5.3.	Условные знаки. Простейшие условные знаки.	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое

					задание
5.4.	Условные топографические знаки.	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое задание
5.5	Компас. Строение компаса. Правила работы с ним.	2	1	1	Практическое задание, наблюдение
5.6.	Способы ориентирования на местности.	2	1	1	Опрос, наблюдение Практическая работа
5.7	Азимут. Движение по азимуту в походе.	2	1	1	Опрос, наблюдение Практическая работа.
5.8.	Определение сторон горизонта по солнцу, Луне, Полярной звезде.	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое задание,
5.9.	Экскурсионное ориентирование.	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое задание,
5.10.	Зачёт по теме топография и ориентирование	2	-	2	Практическое задание, наблюдение
6	**Раздел 6. Краеведение**	**30**	**14**	**16**	
6.1.	Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма и их особенности.	2	2	-	Опрос, наблюдение
6.2.	Туристские возможности родного края, своего населенного пункта.	6	2	4	Опрос, наблюдение Практическое занятие.
6.3.	История и культура родного края.	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое

					занятие.
6.4	Географическое положение, природа и ресурсы родного края	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое занятие.
6.5.	Растительный и животный мир родного края.	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое занятие.
6.6.	Краеведческие объекты родного края	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое занятие.
6.7.	Лекарственные растения	2	2	-	Опрос, наблюдение
6.8.	Охрана природы. Закон об охране природы.	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое занятие.
7	**Раздел 7. Общая и специально физическая подготовка.**	**22**	**8**	**14**	
7.1.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	2	2	-	Опрос, наблюдение
7.2.	Закаливание организма.	2	2	-	Опрос, наблюдение
7.3.	Общая физическая подготовка	4	2	2	Опрос, наблюдение Практическое занятие.
7.4.	Полоса препятствий	4	2	2	Опрос, наблюдение. Практическое задание
7.5.	Соревнования по общей физической подготовке.	2	-	2	Спортивные соревнования

7.6.	Однодневный поход	8	-	8	
	Всего	**144**	**74**	**70**	

2.2. Содержание учебного (тематического) плана.

Введение – 2 ч.

Тема 1.1. Вводное занятие. Туристские путешествия. Инструктаж по ТБ (техника безопасности).

Теория. Беседа о туризме и о работе кружка, о значении туризма в жизни человека. Виды туризма, их особенности. Пешеходный, горный, водный, лыжный и велотуризм. Рассказы об интересных походах и путешествиях (показ презентации по теме «Туризм»). Законы туристов. Техника безопасности при проведении занятий в помещении, на улице, при преодолении естественных препятствий, правила поведения группы при переезде на транспорте. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.

Раздел 2.Основы гигиены и первая медицинская помощь - 16 ч.

Тема 2.1.Возможные опасности в походе, меры безопасности.

Теория. Основы техники безопасности в походе. Обеспечение безопасности в туристских походах. Какие опасности могут предостерегать туристов в походе. С чем могут столкнуться туристы в походе. Нарушение правил безопасности; Отсутствие дисциплины; Игнорирование команд руководителя организованной туристической группы; Отсутствие навыков в оказании первой медицинской помощи; Самостоятельный выход на маршрут.

Тема 2.2. Личная гигиена туриста.

Теория. Личная гигиена юного туриста. Ознакомить с правилами соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Личная гигиена туриста при занятиях физическими упражнениями и оздоровительно – познавательным туризмом. Знать принципы соблюдения личной гигиены.

Тема 2.3. Походная медицинская аптечка.

Теория. Состав медицинской аптечки (индивидуальной и групповой) для туристской прогулки. Назначение медикаментов, их упаковка и требования к хранению, определение срока годности для использования. Обязанности санитара группы. Препараты, необходимые для комплектования аптечки.

Практика. Составление списка медицинских препаратов и медикаментов, входящих в состав индивидуальной и групповой аптечки. Упаковка медицинских препаратов и медицинской аптечки.

Тема 2.4. Оказание первой доврачебной помощи.

Теория. Оказание первой доврачебной помощи. Характеристика травм. Необходимая помощь. Профилактика. Растяжение, вывих. Ожоги,

обморожения. Отравление. Профилактика пищевых отравлений. Тепловой и солнечный удар.

Тема 2.5. Доврачебная медицинская помощь при различных травмах,

Практика. Оказание первой помощи при различных травмах. Заготовление носилок, транспортировка пострадавшего. Игра по карточкам «Окажи помощь»

Тема 2.6. Обработка ран, ссадин и наложение простейших повозок.

Теория. Правила и способы обработки ран, ссадин. Правила наложения повязок, материалы для обработки

Тема 2.7. **Первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок.**

Практика. Первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок. Разучивание приёмов оказания первой доврачебной помощи пострадавшему Игра «Айболит».

Тема 2.8. Приёмы транспортировки пострадавшего.

Теория. Способы транспортировки пострадавших. Иммобилизация пострадавшего. Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.

Практика: Изготовление средства транспортировки пострадавшего. Тестирование по оказанию ПДП (первая доврачебная помощь)

Раздел 3. Основы туристической подготовки - 34 ч.

Тема 3.1.Правила организации и проведения походов.

Теория. Пешеходные походы. Организация простейшего путешествия – похода. Выбор цели и района похода. Составление плана подготовки и проведения путешествия. Подготовка маршрута. Сбор материалов о районе путешествия. Разработка конкретного маршрута.

Тема 3.2. Комплектование групп в походе.

Теория. Требования к руководителям и участникам походов. Какие требования необходимо соблюдать при комплектовании группы. Комплектование группы для совершения походов по категорийным маршрутам. Распределение обязанностей в группе. Руководитель группы, возглавляющий подготовку и проведение похода. Ответственны за питание. Ответственный за снаряжение.

Тема 3.3. Распределение обязанностей в походе.

Теория. Обязанности участников похода. Отправляясь в поход необходимо правильно распределить обязанности участников похода. Нужно ли вообще распределять обязанности? Какие функции предстоит выполнять как участнику похода, и что входит в обязанности? Какие условия нужно выявить и запомнить необходимые для успешного проведения похода.

Тема 3.4. Туристская группа на прогулке, экскурсии.

Теория. Строй туристской группы. Ритм и темп движения туристской группы во время прогулки (экскурсии). Взаимопомощь в туристской группе. Привалы промежуточный, обеденный. Иметь представление о туристской группе и ее передвижении.

Тема 3.5. Определение цели и района похода.

Теория. Определение района похода. Определение задачи (цели похода); Районы похода цели похода и времени года. Сбор сведений о районе путешествия. Составление календарного плана похода. Что представляет собою календарный план график похода и как он составляется?

Тема 3.6. Составление маршрута похода

Практика. Составление план графика движения по маршруту.

Тема 3.7. Личное и групповое снаряжение и уход за ним.

Теория. Личное туристское снаряжение. Уметь отличать личное снаряжение. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Знать принципы подбора одежды. Групповое снаряжение, ознакомление с групповым снаряжением. Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение, устройство палаток и правила ухода за ними.Классификация туристского снаряжения на групповое и личное. Уметь отличать групповое снаряжение.

Практика. Организация ремонта личного и группового снаряжения и изготовление необходимого туристского снаряжения

Составления списка группового и личного снаряжения. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки. Игра «Выбери личное снаряжение». Игра «Собираем лагерь»

Тема 3.8. Укладка рюкзака.

Теория. Что такое рюкзак, виды рюкзаков, основные элементы рюкзака, уход за рюкзаком и его хранение. Дать представление о способах укладки рюкзака в зависимости от условий похода. Основные правила грамотной укладки рюкзака, рациональному использованию внутреннего пространства рюкзака. Основные правила, которых следует придерживаться при укладке рюкзака:

Практика. Научиться правильно, укладывать рюкзак.

Тематическая игра: «Что взять с собой поход»

Тема 3.9. Виды палаток. Установка палатки.

Теория. Что такое палатка. Какие бываю палатки. Основные виды походных палаток. Из чего они состоят. Размещение вещей в палатке. Для чего используется палатка туристами. Как установить каркасную палатку. Пошаговая инструкция установки палатки.

Практика. Установка палатки на практике.

Тема 3.10. Организация туристического быта, выбор место бивака.

Теория. Бивак на туристской прогулке. Что такое бивуак. Правила установки бивака. Выбор место стоянки. Основные требования к месту бивака.Выбор место на площадке (поляне) для установки палатки. Требования к месту размещения бивуака и действие по организации, устройство и оборудование, меры безопасности. Последовательность действий при установке бивака. Знать принципы выбора место для привала, место для костра.

Практика. Выбор место для привала и костра на местности. Организация бивачных работ. Проверка комплектации палатки и ее целостности перед выходом на прогулку. Упаковка палатки \для транспортировки. Овладение навыками установки, снятие и упаковки палатки (на пришкольной площадке) Тест.

Тема 3.11. Виды костров. Правила разведения костра.
Теория. Виды туристских костров, их назначение. Выбор место для костра. Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания.
Практика. Видео занятие и тест на тему «Виды костров».
Тема 3.12.Правильная организация в походе, привалов и ночлегов.
Теория. Привалы и ночлеги на сложном рельефе, в экстремальных условиях. Планирование и разведка места бивака, вынужденная остановка на ночлег. Туристский бивак в холодное время года, при непогоде, при отсутствии доброкачественной воды, бивак в горах (на снегу), в тайге, в тундре. Роль командира группы (ответственного дежурного по биваку) в производстве работ в нормальных и критических условиях. Учет ветра, солнечной экспозиции, наличия вредной растительности, насекомых, сырости грунта. Приемы установки палатки в различных условиях. Типы костров и их назначение. Использование походного примуса, газовых горелок. Правила безопасности при работе с газовыми горелками.
Практика. Организация ночлегов в различных условиях. Просмотр видео- и фотоматериалов. Подготовка газового оборудования к работе и приготовление пищи на нём
Тема 3.13. Преодоление естественных препятствий
Теория. Ознакомить с группами естественных препятствий и принципом их преодоления во время движения и в походе. Дать понятие «препятствие». Объяснить принцип правильного преодоления препятствий во время движения в походе.

Раздел 4. Специальная туристическая подготовка, 18 ч.

Тема 4.1. Туристские узлы. Назначение узлов. Способы вязки простых узлов.
Теория. Туристские узлы. Их применение .Основные элементы узлов., виды узлов. Назначение узлов. Способы вязки простых узлов: прямой, проводник, встречный, академический, булинь, австрийский, схватывающий, грейпвайн.
Их свойства, назначение и применение их в туристских прогулках (походах)
Практика. Вязка узлов по названию и по их назначению. Отработка приёмов завязывания узлов. Вязка узлов на время.
Тема 4.2. Питание в туристском походе.
Практика. Что такое меню, как оно составляется. Составление меню и списка продуктов на многодневный поход. Фасовка и упаковка продуктов. Расчет калорийности личного рациона. Подготовка газового оборудования к работе и приготовление пищи на нём.
Тема 4.3. Планирование похода. Подготовка к турпоходам.
Практика. Подготовка к турпоходам. Беседа о предстоящем походе. Обсуждение плана, распределение работ. Составление технического описания движения в походе, корректировка карт, составление краеведческого задания. Составление графиков движения транспорта, работы больниц, магазинов, отделений связи и т.д. в районе предстоящего похода.

Подготовка всех сведений, которые могут оказаться полезны для посещения района.

Тема 4.4. Техника и тактика пешеходного туризма

Теория. Техника пешеходного туризма. Виды переправ. Иметь представление о разных способах переправ в туристских походах. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий. Техника и тактика движения по тропам и дорогам. Техника и тактика прохождения залесенных участков местности. Техника и тактика движения по различным склонам. Техника и тактика прохождения болот. Правила, условия, особенности соревнований по туристской технике.

Практика. Отработка технических приёмов в преодолении различных препятствий. Туристские соревнования по технике туризма. Подготовка инвентаря и снаряжения.

Тема 4.5. Ориентирование и сохранение направления движения без компаса и карты

Теория. Действия в случае потери ориентировки. Остановка движения. Определение местонахождения. Поиск троп, дорог, следов. Выход на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование троп, идущих в нужном направлении, движение по генеральному азимуту. Движение вдоль ручьёв, рек. Определение сторон света без компаса. Сохранение направления движения в различных условиях видимости. Действия при отставании от группы. Остановка и ожидание помощи. Изготовление временного укрытия, разведение костра. Самостоятельный выход к населенному пункту в случае отсутствия помощи.

Практика. Определение направления на север без использования компаса. Определение своего местоположения в различных смоделированных ситуациях. Определение направления выхода к населенным пунктам или путям сообщения.

Раздел 5. Топография и ориентирование - 30 часов.

Тема 5.1. Понятие о топографической карте.

Теория. Типы топографических карт. Понятие о топографической карте. Дать понятие о топографических и спортивных картах. Научить работать с картой. Назначение топографической карты, ее отличие от спортивной карты. Масштаб карты. Виды масштабов. Рельеф местности. Иметь представление о плане местности. Понятие о топографических знаках. Иметь представление о топографической карте и ее назначении. Способы ориентирования. Условные знаки спортивных карт, их классификация.

Практика. Заранее выбранный участок местности вблизи школы с хорошим круговым обзором. Работа с топографической картой. Практический показ приемов и действий с использованием наглядных пособий. Объяснение и отработка практических действий по топографической карте.

Тема 5.2. Способы изображения рельефа на картах.

Теория. Что называют рельефом. Что такое относительная высота.

Как определить абсолютную высоту местности. Для чего нам нужны горизонтали. Изображение рельефа на топографических планах и картах. Иметь представление о способах показа рельефа на планах и картах. Определять крутизну склонов, характер рельефа по топографическому плану и карте. Определять абсолютную высоту.

Тема 5.3. Условные знаки. Простейшие условные знаки.

Теория. Что такое условные знаки. Простейшие условные знаки. Знакомство с изображением местности. Научить основным способам изображения плана местности. Познакомить и научить различать условные знаки, используемые для обозначения на плане местности; Способы изображения на рисунках, схемах и планах водных искусственных сооружений, растительности и пр. Знать топографические знаки, отличать назначение цветов (синий – водоемы и.т.д.)

Практика. Овладение практическими умениями составлять план местности. Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Настольная игра. Топографическое лото по условным знакам плана местности.

Тема 5.4. Условные топографические знаки

Теория. Условные топографические знаки. Способы изображения на рисунках и планах водных объектов, сооружений, растительности и пр. основные топографические знаки. Обязанности топографа туристской группы. Иметь представление об условном обозначении. Знать основные топографические знаки. Иметь представление о работе топографа.

Практика: Чтение топографических знаков и нанесения их на карту. Викторина «Самый умный картограф».Тест на знание условных знаков.

Тема 5.5. Компас. Строение компаса. Правила работы с ним.

Теория. Из истории возникновения компаса. Что такое компас. Устройство компаса. Из каких частей состоит компас? Виды компасов. Дать представление о компасе, его строение – как основного прибора, используемого туристами для ориентирования на местности. Иметь представление об устройстве компаса.

Практика: Практическая работа с дидактическим материалом. Определение местонахождения предметов с помощью компаса (доска, дверь, календарь природы, окно).

Тема 5.6. Способы ориентирования на местности.

Теория. Что такое горизонт. Что такое линия горизонта. Основные стороны горизонта. Какие существуют способы ориентирования. Дать представление о различных способах ориентирования на местности, учить ориентироваться по Солнцу, компасу, природным признакам. Определение сторон горизонта по объектам местности (муравейник, мох, деревья и др).

Практика. Практическая работа определение сторон горизонта по объектам местности непосредственно на местности или предоставленным фотографиям. На практике уметь определять стороны горизонта по объектам местности. Измерение расстояний на местности: временем движения, шагами и пр

Тема 5.7. Азимут. Движение по азимуту.

Теория. Что такое азимут. Что такое обратный – азимут. Что такое магнитный азимут. Способы движения по азимуту. Порядок действий при движении азимута. Определение азимутов на местные предметы. Ориентирование на местности по азимутам.

Практика. Практическая работа по определению и ориентированию азимута. Практика движения по азимуту в пределах школьного двора. Азимут на плане местности при помощи транспортира. Измерение расстояний.

Тема 5.8.Определение сторон горизонта по солнцу, Луне. Полярной звезде.

Теория. Понятие ориентирования – что такое ориентирование, что такое горизонт. Линия горизонта.“Способы ориентирования человека в природной среде”. Ориентирование - умение определять своё местоположение относительно сторон горизонта. Ориентирование - умение определять на местности стороны горизонта по компасу, Ориентирование по звездам. Ориентирование с помощью солнца и часов. Луне. Определение сторон горизонта по солнцу и часам. Способы ориентирования и умения использовать их на практике.

Практика. Практическая работа определение сторон горизонта. Определения севера по солнцу.Ориентирование с помощью компаса. Определение положения на практике относительно сторон горизонта определенных предметов (деревьев, зданий и т.д.).

Тема 5.9. Экскурсионное ориентирование.

Теория. Выявление по обозначенному маршруту памятников истории, архитектуры, искусства, природы и т. п. в ближнем окружении школы, района, города (населенного пункта) по их описанию.

Практика: - нанесение объектов на план маршрута движения по району (населенному пункту), городу под руководством педагога. Викторина «Занимательно об ориентировании».

Тема 5.10. Зачёт по теме топография и ориентирование.

Практика. Тест по туризму. Ориентирование и топография.

Раздел 6. Краеведение - 30 ч.

Тема 6.1. Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма и их особенности.

Теория. Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков. Воспитательная роль туризма. Туристские путешествия, история развития туризма. История развития туризма в ЧР. Виды туризма: пешеходный, водный, горный, лыжный, велотуризм, Понятие о спортивном туризме.

Тема 6.2. Туристские возможности родного края, своего населенного пункта.

Теория. Наиболее интересные места походов и экскурсий. Музеи родного края. Особо охраняемые природные территории.

Практика **.**Посещение экскурсионного объекта.

Тема 6.3. История и культура родного края

Теория. История и культура родного края. Сведения о прошлом своего края ЧР, города Грозного своего района. Памятники истории и культуры. Известные земляки. Иметь представление о культуре и истории родного края.

Практика. Проведение краеведческих викторин, составление и решение кроссвордов.

Тема 6.4. Географическое положение, природа и ресурсы родного края.

Теория. Рельеф, полезные ископаемые, климат, водные ресурсы, растительный и животный мир родного края. Погода климат своей местности. Приборы для наблюдения за погодой. Иметь представления о погоде, особенностях в своей местности.

Практика. Экскурсия в парк (лес). Подготовка мини-докладов о природе родного края

Тема 6.5. Растительный и животный мир родного края.

Теория. Характеристика живой природы. Значение растений в природе и жизни человека. Растительный и животный мир родного края. Редкие и исчезающие растения и их охрана. «Красная книга» растений. Лекарственные растения края и их использование. Редкие и охраняемые животные своего края. Уметь определять по фотографии (рисунку) наиболее распространенных представителей животного мира.

Практика. Определение растений луга, леса, поля, водоема, болота. Подготовка и проведение бесед обучающихся о редких и исчезающих растениях родного края. Экскурсии по изучению растений луга, леса, водоема.

Тема 6.6. Краеведческие объекты родного края

Теория. Экскурсионные объекты на территории родного края: исторические, природные, другие памятные места. Музеи. Промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Особо охраняемые природные объекты. История и культура своего населенного пункта.

Практика. «Путешествие» по карте. Составление паспорта на краеведческий объект. Походы и экскурсии к наиболее интересным экскурсионным объектам родного края.

Тема 6.7. Лекарственные растения.

Теория. Дать представление о целебных свойствах растений, о разнообразии лекарственных растений, познакомить с некоторыми из них, учить правилам сбора, сушки, хранения, некоторым принципам применения.

Тема 6.8. **Охрана природы. Закон об охране природы.**

Теория. Формирование знаний о природной среде и правилах взаимоотношений с ней. Природа условия и хозяйство человека. Правила, защищающие природу. Что может гражданин сделать для охраны природы. Какую ответственность предусматривает закон для предприятий, организаций и отдельных граждан, причинивших вред окружающей среде. Заповедники и другие охраняемые государством территории.

Практика. Экскурсия на природу.

Раздел 7. Общая и специально физическая подготовка.

Тема 7.1.Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влияние физических упражнений

Теория. Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание. Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система – центральная и периферическая. Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности. Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом.

Тема 7.2. Закаливание организма.

Теория. Способы закаливания организма. Меры предосторожности при закаливании организма. Закаливание и здоровье. Противопоказания. Методики способы закаливания организма.

Тема 7.3. Общая физическая подготовка

Теория. Основная задача общей физической подготовки. Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Практика. Ежедневные индивидуальные занятия членов группы. Упражнения для рук и плечевого пояса, для туловища, для ног. Упражнения на равновесие. Спортивные игры.

Тема 7.4 Полоса препятствий

Теория. Естественные и искусственные препятствия. Дистанция соревнований, этап дистанции. Разметка и маркировка дистанции. Старт и финиш. Способы преодоления препятствий. Правила безопасности преодоления препятствий. Личное и командное прохождение дистанция полосы препятствий.

Практика. Соревнования по преодолению полосы препятствий. Переправа через болото по кочкам: переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; мышеловка; установка и снятие палатки; спуски и подъемы.

Тема 7.5. Соревнования по общей физической подготовке.

Практика. Участие в соревнованиях: по спортивному туризму, ориентированию, в туристском слёте.

Тема 7.6. Однодневный поход

Практика. Подготовка к походу. Цель похода - формирование туристических навыков. Инструктаж по технике безопасности в походе. Провести инструкцию по охране жизни и здоровья детей при проведении похода

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Целью аттестации является повышение результативности образовательного процесса, так как аттестация даёт возможность педагогу

оценить усвоение программного материала обучающимися, степень сложности Программы и своевременно внести коррективы в её содержание.

Пешеходный туризм – это, прежде всего практическая деятельность, участие в соревнованиях и походах. Поэтому большинство теоретических занятий должны проверяться на практике. Подведение итогов практических занятий – это результаты команды и отдельных участников соревнований, а также включенность в общую командную деятельность непосредственно в походе и при подведении итогов похода, сдаче отчета и пр.

Результативность освоения программного материала отслеживается систематически в течение года с учетом уровня знаний и умений обучающихся на начальном этапе обучения. С этой целью используются разнообразные виды контроля:

- входной контроль проводится в начале учебного года определения уровня знаний и умений, обучающихся на начало обучения по Программе;
- текущий контроль ведется на каждом занятии в форме педагогического наблюдения за правильностью выполнения заданий в ходе практической работы, соблюдения техники безопасности; успешность освоения материала проверяется в конце каждого занятия путем итогового обсуждения, анализа выполненных заданий вначале самими детьми, затем педагогом;
- промежуточный контроль проводится в форме выполнения практических заданий по теме раздела: тесты, сдача зачетов по темам.
- итоговый контроль проводится в конце учебного года в форме отчета об участии в соревнованиях, походах.

Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:

Методы:

- открытое педагогическое наблюдение;
- оценка активности обучающихся во время образовательной деятельности;
- оценка руководителя, самооценка обучающихся:
- анализ и обсуждение приобретённого детьми опыта или полученной информации.

Формы:

- беседа, опрос. Проверка технической подготовки обучающихся осуществляется путем соревнований внутри группы.

Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.

На основании планируемых результатов разработана оценочная шкала (от 1 до 3 баллов), которая соответствует уровням освоения программы. По окончанию учебного года, педагог определяет уровень освоения программы обучающихся, фиксируя их в таблице, тем самым прос.

1.Низкий уровень. Обучающийся испытывает значительные затруднения при выполнении заданий, даже с помощью педагога.
Не владеет базовыми знаниями о правилах безопасности в походе, технике передвижения, работе с картой и компасом.
Проявляет пассивность, не инициативен, не стремится к сотрудничеству, не замечает и не исправляет свои ошибки.
Личностные качества учащегося. Обучающийся обращается за помощью только тогда, когда совсем не может выполнить задание.
2. Средний (допустимый) уровень: - Правильно понимает задание. Обучающийся уверенно формулирует правила ТБ пешеходного движения. Хорошо знает правила пешеходного туризма, основы безопасности в природной среде, условные знаки.
Уверенно рассказывает историю Родного края. Самостоятельно может, подготовит доклад на заданную тему.
Личностные качества учащегося. Обучающийся легко общается с людьми, при затруднении не всегда обращается за помощью.
3. Высокий уровень. Обучающийся уверенно формулирует правила ТБ пешеходного движения. Отлично знает правила пешеходного туризма, основы безопасности в природной среде, условные знаки. Уверенно рассказывает историю Родного края. Самостоятельно может, подготовит доклад на заданную тему. ***Личностные качества учащегося***. Обучающийся легко общается с людьми, и сам готов помочь товарищам. Работу выполняет охотно, замечает свои ошибки и самостоятельно их исправляет. Всегда проявляет интерес к истории родного края. Самостоятельно и качественно выполняет все задания, проявляет творчество и инициативу.

Результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Пешеходный туризм» заносятся в протокол результатов аттестации обучающихся *(Приложение 3).*

4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

Материально-техническое обеспечение программы:
Помещение: учебный кабинет, рассчитанный на учебную группу от 15 -20 человек, парты, стулья из расчета на каждого обучающегося;
- наглядные пособия, изготовленные педагогом и детьми, а также готовые наглядные пособия;
- методические разработки занятий и массовых мероприятий;

Перечень оборудования (инструменты, материалы и приспособления)

Таблица 4.1.

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество

1	Палатка каркасная 4-местная	шт.	5
2	Оборудование для приготовления пищи (примуса, газовые плиты, горелки и т.д.)	шт.	3
3	Компас жидкостный	шт.	17
4	Курвиметр	шт.	2
5	Топор туристский	шт.	3
6	Пила	шт.	2
7	Лопата складная	шт.	2
8	Костровое оборудование (тросик, таганок, сетка и т.п.)	шт.	2
9	Радиостанции портативные	шт.	5
10	Навигационное устройство походного типа	шт.	2
11	Спутниковый трек	шт.	2
12	Водный термометр	шт.	2
13	Индивидуальный медицинский пакет туриста	шт.	17
14	Каска туристская	шт.	17
15	Перчатки туристские	шт.	17
16	Экшн - камера	шт.	2
17	Бинокль	шт.	2

4.2. Кадровое обеспечение программы:

Реализация данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы обеспечивается педагогом дополнительного образования, имеющим среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее направленности и отвечающий квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках и профессиональном стандарте по должности «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

4.3. Учебно-методическое обеспечение:

Для проведения теоретических занятий и подготовки к походам применяются собственные учебно-методические наработки педагога, рекомендации МЧС, копии актуальных карт, схем, готовые презентационные материалы, тематические видеоматериалы, фотоматериалы, отчеты о совершенных туристских путешествиях, статьи и другие документы, в т.ч. находящиеся в открытом доступе в сети Интернет.

Название учебной темы	Форма занятий	Название и форма методического	Методы и приемы

		материала	организации учебно-воспитательного процесса
Раздел 1. Вводное занятие. Знакомство с программой. Туристские путешествия. Инструктаж по ТБ (техника безопасности).	Групповая. Теоретическая подготовка	Ноутбук с выходом в Интернет Презентация по теме. Методическая разработка по теме Инструкции по ТБ	Словесные
Раздел 2. Основы гигиены и первая медицинская помощь. Возможные опасности в походе. Личная гигиена туриста. Походная медицинская аптечка. Оказание первой доврачебной помощи. Доврачебная медицинская помощь при различных травмах. Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок. Первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложение повязок. Игра «	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа. Лекция, упражнение, беседа, тестирование. Комбинированный с элементами деловой игры.	Ноутбук с выходом в Интернет Презентация по теме«Первая медицинская помощь при травмах». Дидактические пособия. Плакаты с изображением наглядного пособия по теме. Оборудование: Туристический инвентарь. Учебные фильмы по оказанию доврачебной помощи. Бинт, шины, жгут, медицинский пакет туриста.	Словесные Наглядные Практические

Айболит». Приёмы транспортировки пострадавшего. Изготовление средства транспортировки пострадавшего. Тестирование по оказанию ПДП			
Раздел 3. Основы туристической подготовки. Правила организации и проведения походов. Комплектование групп в походе. Распределение обязанностей в походе. Туристская группа на прогулке, экскурсии. определение цели и района похода. Составление маршрута похода. Личное и групповое снаряжение и уход за ним. Укладка рюкзака. Виды палаток. Установка палатки. Организация туристического быта, выбор места для бивака. Виды костров. Правила	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа. Групповая, индивидуальная работа.	Ноутбук с выходом в Интернет Презентация по теме. "Правила организации и проведения туристского похода" Туристический инвентарь: палатка, рюкзак, личное снаряжение туриста, бинокль, костровое оборудование, оборудование для приготовления пищи – примус, спутниковый трек. Картографический материал, наглядный материал (фотографии) курвиметр, бивачное снаряжение , карандаш, линейка. - дидактические карточки с видами костров, туристических палаток, плакаты по туризму. Раздаточный материал на задания «Укладка рюкзака», «Правила поведения в походе», «Правила противопожарной безопасности» «дрова» из газет, карточки по основам знаний.	Словесные Наглядные Практические.

разведения костра. Правильная организация в походе, привалы. Преодоление естественных препятствий.			
Раздел 4. Специальная туристическая подготовка. Туристские узлы. Назначение узлов. Способы вязки простых узлов. Питание в туристическом походе. Планирование похода. Подготовка к турпоходам. Техника и тактика пешеходного туризма. Ориентирование и сохранение направления движения без компаса и карты.	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа. Комбинированный Беседа, демонстрация наглядного материала	Ноутбук с выходом в Интернет Презентация по теме "Туристские узлы. Техника вязания узлов" Дидактические пособия. Плакаты с изображением наглядного пособия по теме туристские узлы. Карточки – схемы вязания туристских узлов. Инструктивный материал по технике вязания узлов. Набор связанных туристских узлов. Реп – шнуры разного диаметра. Туристический инвентарь: Страховочные обвязки, веревка длинная, веревки короткие, карабины, канат, коврик, секундомер, компас, часы, макет циферблата часов со стрелками, плакат «ориентирование на местности без компаса и карты».	Словесные Наглядные Практические.
Раздел 5. Топография и ориентирование Понятие топографической карты. Способы	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Ноутбук с выходом в Интернет Презентация по теме. «Изображение рельефа на плане и карте», «Ориентирование на местности. Азимут».	Словесные Наглядные Практические

изображения рельефа на картах. Условные знаки. Простейшие условные знаки. Условные топографические знаки. Компас. Строение компаса. Правила работы с ним. Способы ориентирования на местности. Азимут. Движение по азимуту в походе. Определение сторон горизонта по солнцу, Луне, полярной звезде. Экскурсионное ориентирование. Зачет по теме топография и ориентирование.		Дидактические пособия. Карточки по теме «Условные знаки». Топографические планы и карты, карточки с изображением условных знаков, видов масштаба. - физические и топографические карты и планы местности; - методические пособия. Раздаточный материал планы и задания, распечатанные на листах. Компас. Плакат (строение компаса). Карточки по теме Плакат с компасами. Кроссворд. План местности, карта полушарий,, транспортер, атласы. Скотч, иголки, магнитики, указка.	

Раздел 6. Краеведение. Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма и их особенности. Туристические возможности родного края, своего населенного пункта. История и культура родного края. Географическое положение, природа и ресурсы родного края. Растительный и животный мир родного края. Краеведческие объекты родного края. Охрана природы. Закон об охране природы.	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Ноутбук с выходом в Интернет Презентация по теме «Закон на страже природы» Методические материалы по краеведению. Демонстрационные материалы. Карта района. Фотоальбомы с достопримечательностям и своего края, города, района. Набор карточек и открыток с растениями родного края.Природоохранные знаки. Тетрадь, ручка, карты, компас.	Словесные Наглядные Практические
Раздел 7. Общая и специально физическая подготовка. Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влияние физических упражнений. Закаливание организма. Общая	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа. Фронтальная, индивидуальная, работа в малых группах.	Ноутбук с выходом в Интернет Презентация по теме. дидактические карточки, раздаточный материал. Методическая разработка по теме. Оборудование: таблицы: «Скелетные мышцы», «Влияние физических упражнений на организм человека», «Предупреждение искривлений	Словесные Наглядные Практические

физическая подготовка. Полоса препятствий. Соревнования по общей физической подготовке. Однодневный поход.		позвоночника», «Предупреждение плоскостопия. Таблица «Закаливание организма», водный термометр, рисунки с видами закаливания. Инвентарь: свисток, секундомер, набивные мячи, обручи, карточки. Туристическое снаряжение.	

Список литературы.

Литература для педагога.

1. Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. – М.: изд-во «Турист», 1989.
2. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1991.
3. Берман А.В. Путешествие на лыжах. М., Физкультура и спорт, 1998.
4. Богатков С.Ф., Крюков О.Г. Спортивное ориентирование на местности.
5. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. – М.: изд-во «Турист», 1983.
6. Крупская Н.К. Воспитывать достойную смену. М., Политиздат, 1993.
7. Коструб АА. Медицинский справочник туриста. – М.: «Профиздат», 1997. М., Физкультура и спорт, 1994.
8. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. – М.: изд-во ЦРИБ «Турист», 1985.
9. Лахнин А.Ф., Бызов Б.Е, Прищепа И.М. Военная топография. М., Воениздат, 1993.
10. Лукашов П.Д. Военно-спортивные игры на местности. М., просвещение, 1998.
11. Лукоянов П.И. Зимние спортивные походы. М., Физкультура и спорт, 1999.
12. Моргунов Б.П. Туризм. М., Просвещение, 1998.
13. Спутник туриста. М., Физкультура и спорт, 1999.
14. Строев К.Ф. Краеведение. М., Просвещение, 1999.
15. Штюрмер Ю.А. охрана природы и туризм. М., физкультура и спорт, 1994.
16.
17. Примерное содержание воспитания школьников. Рекомендации по

организации системы воспитательной работы общеобразовательной школы/Под ред. доктора педагогических наук, профессора И.С. Марьенко. М., просвещение, 2000.

Литература, рекомендуемая учащимся и родителям.

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М.: изд-во ЦДЮТур МО РФ, 1996. 2. Алешин В.М., Серебреников А.В. Туристская топография. – М.: «Профиздат», 1985.
2. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. – М.: изд-во ЦДЮТур РФ, 1994
3. Бардин К.В. Азбука туризма. – М.: «Просвещение», 1981. 6. Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. – М.: «Вокруг света», 1994.
4. Бардин К.В. азбука туризма. М., просвещение, 2003. Голов В.П. изучение рельефа в курсе географии. М., просвещение, 2003.
5.Клименко А.И. Карта и компас – мои друзья. М., Детская литература, 1995.
6.Куприн А.М. занимательно об ориентировании. Изд-во ДОСААФ, 1972.
7.Лесогор Н.А., Толстой Л.А., Толстая В.В. Питание туристов в походе. М., Пищевая промышленность, 2000.
8.Примерное содержание воспитания школьников. Рекомендации по организации системы воспитательной работы общеобразовательной школы/Под ред. доктора педагогических наук, профессора И.С. Марьенко. М., просвещение, 2000.
9.Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1992.
10. Куликов В.М, Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. Учебное пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2001г.

Интернет-ресурсы.

https://crimuntur.ru/wp-content/uploads/2020/04/Topografia_i_orientirovanie_v_turisticheskom_puteshestvii.pdf
https://sheba.spb.ru/za/karta-kompas-1975.htm
https://www.litmir.me/br/?b=201960&p=1

Приложение №1
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе **«Пешеходный туризм».**

Календарный учебный график «Пешеходный туризм» 1-2 группа

№ п/п	Фактическая дата и время проведения занятия	Плановая дата и время проведения занятия.	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1			Теория	2	Вводное занятие. Туристические путешествия. Инструктаж по ТБ (техника безопасности).	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Беседа
2			Теория	2	Возможные опасности в походе, меры безопасности	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Беседа
3			Теория	2	Личная гигиена туриста.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос
4			Теория Практика	1 1	Походная медицинская аптечка.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Практическое задание
5			Теория	2	Оказание первой доврачебной помощи	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение

6			Практика	2	Доврачебная медицинская помощь при различных травмах.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
7			Теория	2	Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение
8			Практика	2	Первая доврачебная помощь, правила обработка ран и наложения повязок. Игра «Айболит».	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
9	Октябрь		Теория Практика	1 1	Приёмы транспортировки пострадавшего. Изготовление средства транспортировки пострадавшего. Тестирование по оказанию ПДП.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание Тестирование
10			Теория	2	Правила организации и проведения походов.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
11			Теория	2	Комплектование групп в походе**.**	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
12			Теория	2	Распределение обязанностей в походе.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3	Опрос Наблюдение

						(старое здание)	
13			Теория	2	Туристическая группа на прогулке, экскурсии.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
14			Теория	2	Определение цели и района похода.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
15			Практика	2	Составление маршрута похода	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
16			Теория	2	Личное и групповое снаряжение и уход за ним.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
17	Ноябрь		Практика	2	Личное и групповое снаряжение и уход за ним. Организация ремонта личного и группового снаряжения и изготовление необходимого туристского снаряжения Игра «Выбери личное снаряжение». Игра «Собираем лагерь»	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
18			Теория Практика	1 1	Укладка рюкзака Тематическая игра: «Что взять с собой поход»	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание

19			Теория	2	Виды палаток. Установка палатки.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
20			Практика	2	Установка палатки на практике.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
21			Теория Практика	1 1	Организация туристского быта, выбор места бивака.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
22			Теория Практика	1 1	Виды костров. Правила разведения костра.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
23			Теория Практика	1 1	Правильная организация в походе, привалы.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
24			Теория	2	Преодоление естественных препятствий.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
25	Декабрь		Теория	2	Туристские узлы. Назначение узлов. Способы вязки простых узлов.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание	Опрос Наблюдение
26			Практика	2	Вязка узлов по названию и по их назначению. Отработка	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6	Практическое задание

					приёмов завязывания узлов. Вязка узлов на время.	ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	
27			Практика	2	Питание в туристском походе.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
28			Практика	2	Планирование похода. Подготовка к турпоходам.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
29			Теория	2	Техника и тактика пешеходного туризма.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
30			Практика	2	Техника и тактика пешеходного туризма. Отработка технических приёмов в преодолении различных препятствий. Туристские соревнования по технике туризма. Подготовка инвентаря и снаряжения.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
31			Теория Практика	1 1	Ориентирование и сохранение направления движения без компаса и карты.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
32			Теория	2	Понятие о топографической карте.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение

33	Январь		Практика	2	Понятие о топографической карте. Работа с топографической картой. Отработка практических действий по топографической карте.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
34			Теория	2	Способы изображения рельефа на картах.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
35			Теория	2	Условные знаки. Простейшие условные знаки.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
36			Практика	2	Условные знаки. Простейшие условные знаки. Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Настольная игра. Топографическое лото по условным знакам плана местности.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
37			Теория	2	Условные топографические знаки.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
38			Практика	2	Условные топографические знаки. Чтение топографических	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3	Практическое задание

					знаков и нанесения их на карту. Викторина «Самый умный картограф».Тест на знание условных знаков.	(старое здание)	
39			Теория Практика	1 1	Компас. Строение компаса. Правила работы с ним.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
40			Теория Практика	1 1	Способы ориентирования на местности.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
41	Февраль		Теория Практика	1 1	Азимут. Движение по азимуту в походе.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
42			Теория	2	Определение сторон горизонта по солнцу, Луне, Полярной звезде.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
43			Практика	2	Определение сторон горизонта по солнцу, Луне, Полярной звезде. Практическая работа определение сторон горизонта. Определения севера по солнцу. Ориентирование с помощью компаса. Определение положения на	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание

					практике относительно сторон горизонта определенных предметов (деревьев, зданий и т.д.).		
44			Теория	2	Экскурсионное ориентирование	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
45			Практика	2	Экскурсионное ориентирование Нанесение объектов на план маршрута движения по району (населенному пункту), городу под руководством педагога. Викторина «Занимательно об ориентировании».	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
46			Практика	2	Зачет по теме топография и ориентирование.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
47			Теория	2	Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма и их особенности.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
48			Теория	2	Туристские возможности родного края, своего населенного пункта.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
49	Март		Практика	2	Туристские возможности родного края, своего	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6	Практическое задание

					населенного пункта. Экскурсия в музей имени М.А. Мамакаева г. Ачхой – Мартан.	ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	
50			Практика	2	Туристские возможности родного края, своего населенного пункта. Посещение экскурсионного объекта.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
51			Теория	2	История и культура родного края.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
52			Практика	2	История и культура родного края. Проведение краеведческих викторин, составление и решение кроссвордов.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
53			Теория	2	Географическое положение, природа и ресурсы родного края.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
54			Практика	2	Географическое положение, природа и ресурсы родного края. Экскурсия в парк (лес). Подготовка мини-докладов о природе родного края.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
55			Теория	2	Растительный и животный мир родного края.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6	Опрос наблюдение

						ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	беседа
56			Практика	2	Растительный и животный мир родного края. Экскурсии по изучению растений луга, леса, водоема.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
57	Апрель		Теория	2	Краеведческие объекты родного края.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение беседа
58			Практика	2	Краеведческие объекты родного края. Составление паспорта на краеведческий объект. Походы и экскурсии к наиболее интересным экскурсионным объектам родного края.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
59			Теория	2	Лекарственные растения	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение беседа
60			Теория	2	Охрана природы. Закон об охране природы.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение беседа
61			Практика	2	Охрана природы. Закон об охране природы Экскурсия на природу	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
62			Теория	2	Краткие сведения о строении и	г. Ачхой-Мартан	Опрос

					функциях организма человека и влиянии физических упражнений.	МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	наблюдение
63			Теория	2	Закаливание организма	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение
64			Теория	2	Общая физическая подготовка	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение
65	Май		Практика	2	Общая физическая подготовка. Упражнения для рук и плечевого пояса, для туловища, для ног. Упражнения на равновесие. Спортивные игры.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
66			Теория	2	Полоса препятствий.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение
67			Практика	2	Полоса препятствий. Соревнования по преодолению полосы препятствий. Переправа через болото по кочкам: переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; мышеловка; установка и снятие палатки; спуски и подъемы.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание

68			Практика	2	Соревнования по общей физической подготовке.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание. Спортивные соревнования.
69			Практика	8	Однодневный поход	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	

Календарный учебный график «Пешеходный туризм» 3-4 группа

№ п/п	Фактическая дата и время проведения занятия	Плановая дата и время проведения занятия.	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь		Теория	2	Вводное занятие. Туристические путешествия. Инструктаж по ТБ (техника безопасности).	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Беседа
2			Теория	2	Возможные опасности в походе, меры безопасности	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Беседа
3			Теория	2	Личная гигиена туриста.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос
4			Теория	1	Походная медицинская	г. Ачхой-Мартан	Опрос

			Практика	1	аптечка.	МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
5			Теория	2	Оказание первой доврачебной помощи	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение
6			Практика	2	Доврачебная медицинская помощь при различных травмах.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
7			Теория	2	Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение
8			Практика	2	Первая доврачебная помощь, правила обработка ран и наложения повязок. Игра «Айболит».	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
9	Октябрь		Теория Практика	1 1	Приёмы транспортировки пострадавшего. Изготовление средства транспортировки пострадавшего. Тестирование по оказанию ПДП.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание Тестирование
10			Теория	2	Правила организации и проведения походов.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3	Опрос Наблюдение

						(старое здание)	
11			Теория	2	Комплектование групп в походе**.**	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
12			Теория	2	Распределение обязанностей в походе.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
13			Теория	2	Туристическая группа на прогулке, экскурсии.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
14			Теория	2	Определение цели и района похода.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
15			Практика	2	Составление маршрута похода	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
16			Теория	2	Личное и групповое снаряжение и уход за ним.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
17	Ноябрь		Практика	2	Личное и групповое снаряжение и уход за ним. Организация ремонта личного и группового снаряжения и изготовление необходимого	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание

					туристского снаряжения Игра «Выбери личное снаряжение». Игра «Собираем лагерь»		
18			Теория Практика	1 1	Укладка рюкзака Тематическая игра: «Что взять с собой поход»	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
19			Теория	2	Виды палаток. Установка палатки.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
20			Практика	2	Установка палатки на практике.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
21			Теория Практика	1 1	Организация туристского быта, выбор места бивака.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
22			Теория Практика	1 1	Виды костров. Правила разведения костра.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
23			Теория Практика	1 1	Правильная организация в походе, привалы.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
24			Теория	2	Преодоление естественных препятствий.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6	Опрос Наблюдение

						ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	
25	Декабрь		Теория	2	Туристские узлы. Назначение узлов. Способы вязки простых узлов.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
26			Практика	2	Вязка узлов по названию и по их назначению. Отработка приёмов завязывания узлов. Вязка узлов на время.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
27			Практика	2	Питание в туристском походе.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
28			Практика	2	Планирование похода. Подготовка к турпоходам.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
29			Теория	2	Техника и тактика пешеходного туризма.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
30			Практика	2	Техника и тактика пешеходного туризма. Отработка технических приёмов в преодолении различных препятствий. Туристские соревнования по технике туризма. Подготовка инвентаря и снаряжения.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание

31			Теория Практика	1 1	Ориентирование и сохранение направления движения без компаса и карты.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
32			Теория	2	Понятие о топографической карте.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
33	Январь		Практика	2	Понятие о топографической карте. Работа с топографической картой. Отработка практических действий по топографической карте.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
34			Теория	2	Способы изображения рельефа на картах.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
35			Теория	2	Условные знаки. Простейшие условные знаки.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
36			Практика	2	Условные знаки. Простейшие условные знаки. Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Настольная игра. Топографическое лото по условным знакам плана	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание

					местности.		
37			Теория	2	Условные топографические знаки.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
38			Практика	2	Условные топографические знаки. Чтение топографических знаков и нанесения их на карту. Викторина «Самый умный картограф».Тест на знание условных знаков.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
39			Теория Практика	1 1	Компас. Строение компаса. Правила работы с ним.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
40			Теория Практика	1 1	Способы ориентирования на местности.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
41	Февраль		Теория Практика	1 1	Азимут. Движение по азимуту в походе.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение Практическое задание
42			Теория	2	Определение сторон горизонта по солнцу, Луне, Полярной звезде.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
43			Практика	2	Определение сторон горизонта	г. Ачхой-Мартан	Практическое

					по солнцу, Луне, Полярной звезде. Практическая работа определение сторон горизонта. Определения севера по солнцу. Ориентирование с помощью компаса. Определение положения на практике относительно сторон горизонта определенных предметов (деревьев, зданий и т.д.).	МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	задание
44			Теория	2	Экскурсионное ориентирование	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
45			Практика	2	Экскурсионное ориентирование Нанесение объектов на план маршрута движения по району (населенному пункту), городу под руководством педагога. Викторина «Занимательно об ориентировании».	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
46			Практика	2	Зачет по теме топография и ориентирование.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
47			Теория	2	Туристские путешествия, история развития туризма.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6	Опрос Наблюдение

					Виды туризма и их особенности.	ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	
48			Теория	2	Туристские возможности родного края, своего населенного пункта.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
49	Март		Практика	2	Туристские возможности родного края, своего населенного пункта. Экскурсия в музей имени М.А. Мамакаева г. Ачхой – Мартан.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
50			Практика	2	Туристские возможности родного края, своего населенного пункта. Посещение экскурсионного объекта.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
51			Теория	2	История и культура родного края.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение
52			Практика	2	История и культура родного края. Проведение краеведческих викторин, составление и решение кроссвордов.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
53			Теория	2	Географическое положение, природа и ресурсы родного края.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос Наблюдение

54			Практика	2	Географическое положение, природа и ресурсы родного края. Экскурсия в парк (лес). Подготовка мини-докладов о природе родного края.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
55			Теория	2	Растительный и животный мир родного края.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение беседа
56			Практика	2	Растительный и животный мир родного края. Экскурсии по изучению растений луга, леса, водоема.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
57	Апрель		Теория	2	Краеведческие объекты родного края.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение беседа
58			Практика	2	Краеведческие объекты родного края. Составление паспорта на краеведческий объект. Походы и экскурсии к наиболее интересным экскурсионным объектам родного края.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
59			Теория	2	Лекарственные растения	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение беседа
60			Теория	2	Охрана природы.	г. Ачхой-Мартан	Опрос

					Закон об охране природы.	МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	наблюдение беседа
61			Практика	2	Охрана природы. Закон об охране природы Экскурсия на природу	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
62			Теория	2	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение
63			Теория	2	Закаливание организма	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение
64			Теория	2	Общая физическая подготовка	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение
65	Май		Практика	2	Общая физическая подготовка. Упражнения для рук и плечевого пояса, для туловища, для ног. Упражнения на равновесие. Спортивные игры.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание
66			Теория	2	Полоса препятствий.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Опрос наблюдение
67			Практика	2	Полоса препятствий.	г. Ачхой-Мартан	Практическое

					Соревнования по преодолению полосы препятствий. Переправа через болото по кочкам: переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; мышеловка; установка и снятие палатки; спуски и подъемы.	МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	задание
68			Практика	2	Соревнования по общей физической подготовке.	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	Практическое задание. Спортивные соревнования.
69			Практика	8	Однодневный поход	г. Ачхой-Мартан МБОУ СОШ №6 ул. М.Мамакаева,3 (старое здание)	

Приложение №2.

Оценочные материалы.

Тест по программе «Пешеходный туризм»

(время выполнения- 45 минут)

_____ _____

дата

Фамилия, имя обучающегося_____

Руководитель кружка: _____

фамилия, инициалы

Тема «Введение».

1.Зачем человек путешествует?

o Чтобы убить время.

o Чтобы познать окружающий мир.

o Чтобы показать себя.

2.Объясни, что значит для туриста здоровый образ жизни:

_____

_____

_____

3.Чтобы вернуться из путешествия домой надо запомнить:

o _____ Время.

o _____ Ориентиры.

o _____ Адрес.

Тема « Туристско-бытовые навыки юного туриста».

1. **Перечисли основные требования для обустройства бивуака:**

_____

_____

_____

_____

2. **Обведи букву ответа, в котором перечислено только личное снаряжение:**

А) Ботинки, спальник, аптечка, ремнабор, коврик, альпеншток

Б)Палатка, котел, веревка, тент, аптечка, ремнабор

В)Ботинки, спальник, коврик, альпеншток, дождевик, фонарик

3. **Обведи букву ответа, в котором перечислено только групповое снаряжение:**

А)Ботинки, спальник, аптечка, ремнабор, коврик, альпеншток
Б)Палатка, котел, веревка, тент, аптечка, ремнабор
В)Ботинки, спальник, коврик, альпеншток, дождевик, фонарик

4. Как называется местность, которую мы видим вокруг себя?

o _____ Равнина.
o _____ Горизонт.
o _____ Сторона света.

5 .Что такое костер? Обведи букву правильного ответа:

а) Это контролируемый источник огня для согревания туристов, приготовления еды и сушки промокшей одежды.
б) Это большая куча хвороста или дров.
в) Это всё, что хорошо горит.
г) Это сооружение из дерева, которое хорошо горит.

6. Что такое растопка? Обведи букву правильного ответа:

а) Это специальное устройство, которое позволяет быстро разжечь огонь.
б) Это береста или бумага.
в) Это правильно подобранный для сгорания материал.
г) Это простейшее устройство из материалов, которые легко загораются и выделяют много тепла.

7. Подпиши названия костров:



а)_____ б)_____ в)_____





г)_____ в)_____

8. **Перечисли, что должно быть в тех аптечке (не менее 5 предметов):**

_____
_____
_____
_____

Тема «Основы топографии»

1. **Что такое азимут, обведи букву правильного ответа:**

А) Краткое описание КП относительно его ориентира
Б)Угол между направлением на север и на какой-либо предмет
В) Конечный ориентир, помогающий выйти на КП

2. **На какую сторону горизонта указывает красная стрелка компаса?**
   a. Запад
   b. Север
   c. Юг
   d. Восток

2. Как называется прибор для определения сторон горизонта?
o _____ Барометр.
o _____ Термометр.
o _____ Компас.

3. Что такое масштаб?
o _____ Число.
o _____ _Размер.
o _____ Знак.

4.Что такое изображение предмета сверху?
o _____ Рисунок.
o _____ Чертеж.
o _____ План.

Тема «Основы гигиены и первая доврачебная помощь»

1. **Напротив группы медицинских препаратов напиши 2 названия лекарственных препаратов:**

a. Болеутоляющие:_____
b. Успокоительные:_____
c. Антисептические:_____
d. Перевязочный материал:_____

2. **Заполни пропуски:**

Солнечный удар.

Причины: _____

Признаки:_____

Первая помощь, лечение: Уложить пострадавшего в тень,

_____

_____

_____

_____

Тема «Техника и тактика пешеходного туризма»

1. Напиши, какие ты знаешь способы преодоления естественных препятствий с использованием снаряжения (веревки):_____

_____

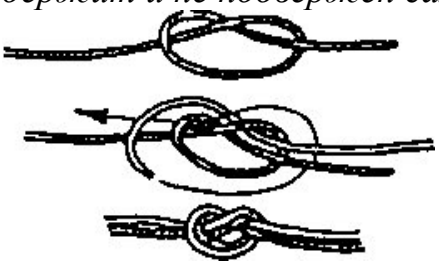
_____

_____

2. На рисунке изображен узел. Дано описание этого узла.

Напиши его название:_____

Применяется для связывания веревок одинакового и разного диаметров. Хорошо держит и не подвержен самопроизвольному развязыванию, поэтому применяется без контрольных узлов. Под нагрузкой сильно затягивается.



3. Напиши правильный ответ:
   a. Этот узел применяется для самостраховки при спусках и подъемах_____
   b. Этот узел применяется для связывания веревок одинакового диаметра. Вяжется с 2 двумя контрольными узлами._____

4. Напиши названия туристских узлов (не менее 6):_____

Тема «Краеведение»

4. **Перечислите виды туризма:**

_____
_____
_____

b. **Перечислите лекарственные растения**

_____
_____
_____

ТОПОГРАФИЧЕСКИЕ ЗНАКИ

I. К какой группе топографических знаков относятся:

1. Масштабные.
2. Линейные.
3. Внемасштабные.

2. К какой группе топографических знаков относится изображение рек, дорог, каналов и троп?

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

3. К какой группе топографических знаков относится изображение леса, поля и озера?

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

4. К какой группе топографических знаков относится изображение башен, ветряных мельниц, бензоколонок?

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

5. К какой группе топографических знаков относятся названия городов, рек, озер?

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

ОТВЕТЫ:

№	ответы	№	ответы
1	1-а, в. 2-б. 3- г, д.	4	2,3.
2	1,4.	5	3.
3	1,5.	6	

Тест по теме «Туристские узлы»

Ф.И. обучающегося _____
Класс _____

1. Встречный узел применяется для связывания веревок:

а) любого диаметра, б) разного диаметра, в) одинакового диаметра.

2. Какой из узлов обеспечивает снятие веревки после окончания переправы всей группы?

а) удавка, б) штык, в) карабинная удавка, г) булинь.

3. Каким узлом надо привязать петлю самостраховки к мокрой или обледенелой веревке:

а) полусхватывающий, б) схватывающий, в) Бахмана.

4. Каким из узлов вы привяжетесь к концу основной веревки:

а) булинь, б) проводник в) проводник

простой, восьмерка,
г) д) г)
удавка, штык схватывающий

5. Две веревки одинакового диаметра можно надежно связать узлами:

а) прямой, б) встречный, в) бабий,
г) ткацкий, д) проводник простой, е) академический,
ж) грейпвайн, з) брамшкотовый. и) встречная восьмерка

6. Две веревки разного диаметра можно надежно связать узлами:

а) прямой, б) встречный, в) бабий,
г) ткацкий, д) проводник простой, е) академический,
ж) грейпвайн, з) брамшкотовый. и) встречная восьмерка

7. Для крепления веревки на опоре можно использовать следующие узлы:

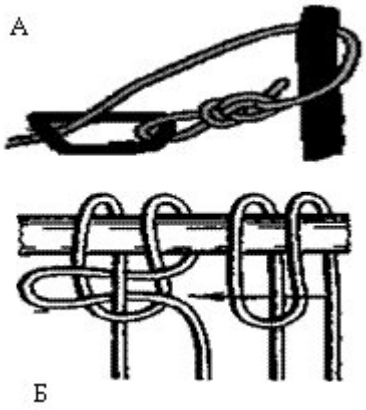
а) прямой б) удавка, в) академический,
г) булинь, д) штык, е) проводник простой,
ж) стремя, з) проводник восьмерка, и) шкотовый,
к) австрийский л) проводник, карабинная удавка, м) встречный

8. Каким узлом можно сблокировать страховочную систему?

а) прямой, б) встречная восьмерка, в) академический,
г) булинь, д) двойной булинь, е) встречный,
ж) двойной шкотовый, з) брамшкотовый, и) шкотовый.

9. Каким узлом можно закольцевать петлю самостраховки (петлю Прусика)?

а) прямой, б) встречный, в) бабий,
г) ткацкий, д) проводник простой,е) академический,
ж) грейпвайн,з) брамшкотовый. и) встречная восьмерка



10. На рисунке показаны способы крепления основной веревки, обеспечивающее ее снятие после окончания переправы всей группы. На каком из рисунков показан способ, который вы примените?

¨ а

¨ б

¨ а, б

¨ ни один из способов.

Приложение №3

Протокол

Результатов аттестации обучающихся

Вид аттестации_____

предварительная, промежуточная, итоговая

Творческое объединение_____

Образовательная программа и срок ее реализации _____,_____

№ группы _____год обучения _____кол – во обучающихся

Ф.И.О. педагога_____

Дата проведения аттестации_____

Форма проведения _____

Форма оценки результатов уровень (высокий, средний, низкий)

Члены аттестационной комиссии:

Результаты аттестации

№	Фамилия, имя ребенка	Результат аттестации

1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		

Всего аттестовано
обучающихся_____
Из них по результатам аттестации:
Высокий уровень_____
Средний уровень_____
Низкий уровень_____
Подпись педагога _____
Члены аттестационной комиссии: