

Управление образования и социально-правовой защиты детства  
Администрации Балахнинского муниципального округа

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детский оздоровительно-образовательный центр «Дзержинец»

Принята на заседании  
педагогического совета

Протокол № 1  
от « 31 » августа 2023г

Утверждаю:  
Директор  
МБУ ДО «ДОЦ «Дзержинец»

Монев Д.А.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности  
«Юные туристы»**

Возраст обучающихся: с 10 лет

Срок реализации: 1 года

Автор-составитель:

Разгулина Юлия Сергеевна,  
педагог дополнительного образования

г. Балахна

2023г.

## Содержание

Пояснительная записка.....	3
1. Учебный план программы.....	5
2. Рабочая программа.....	5
2.1. Учебно – тематический план обучения.....	6
2.1.1. Учебный модуль 1. Вводный.....	6
2.1.2. Учебный модуль 2. Азбука топографии и ориентирования.....	8
2.1.3. Учебный модуль3. Личная гигиена и первая доврачебная помощь...	10
2.1.4. Учебный модуль 4. Основы краеведения.....	12
2.1.5. Учебный модуль 5. Азбука спортивно – оздоровительного туризма...	13
2.1.6. Учебный модуль 6. Общая физическая подготовка.....	15
2.1.7. Учебный модуль 7. Азбука туристско – бытовых навыков юного туриста.....	16
3. Формы аттестации.....	18
4. Оценочные материалы.....	18
5. Методические материалы.....	24
5.1. Методическое обеспечение образовательной программы.....	25
5.2. Методы обучения, используемые на занятиях.....	25
5.3. Методическое обеспечение программы.....	26
6. Условия реализации программы.....	27
6.1. Материально – техническое обеспечение программы.....	27
6.2. Список используемых источников.....	28
6.2.1. Список литературы для учащихся.....	28
6.2.2. Список литературы, используемой педагогом.....	28
6.2.3. Список интернет - ресурсов.....	28
Приложение № 1.....	30
Приложение № 2.....	36

## **Пояснительная записка**

В предлагаемой программе предоставлено содержание оздоровительно-познавательной деятельности с учащимися образовательных учреждений. Учебно-воспитательный процесс требует от учащихся школы в основном умственного напряжения, в то время как биологическая сущность ребенка направлена на активную физическую деятельность и непосредственное познание окружающего его мира.

Программа ориентирована на активную организацию оздоровительно-познавательной деятельности средствами туризма под руководством педагога дополнительного образования таким образом, чтобы оказывалось преимущественное воздействие образовательно-воспитательного процесса на двигательную, творческую, познавательную и эмоциональную сферу ребенка в непосредственном контакте с действительностью – окружающей природной и социальной средой.

**Актуальность программы** состоит в том, что в нее входят разработанные модульных дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, включенных в систему ПФДО. Сегодня назрела острая необходимость в воспитании активной гражданской позиции, а также бережного отношения к окружающему нас миру. Чем больше изучаешь жизнь своих предков, их быт, культурные обычаи и традиции, тем лучше познаешь смысл крупных исторических событий. А Родина каждого человека начинается с города, села, с улицы и дома, в котором он живет. Память о прошлом поможет восстановить связь поколений, пробудить национальное достоинство, воспитать патриота и гражданскую ответственность у обучающихся.

**Преимущества программы** в сравнении с ранее созданными в том, что данная программа предоставляет всем детям возможность занятий независимо от способностей и уровня общего развития. Программа имеет модульный принцип построения содержания и организации образовательного процесса и состоит из семи модулей: «Водный», «Азбука топографии и ориентирования», «Личная гигиена и первая доврачебная помощь», «Основы краеведения», «Азбука спортивно – оздоровительного туризма», «Общая физическая подготовка», «Азбука туристско – бытовых навыков юного туриста». Каждый модуль нацелен на достижение конкретных результатов. Модульный подход позволяет более вариативно организовать образовательный процесс, оперативно подстраиваясь под интересы и способности обучающихся.

Так же при необходимости возможно дистанционное обучение с помощью онлайн сервиса для проведения видеоконференций на платформе ZOOM, онлайн-сервис для создания форм обратной связи, онлайн-тестирований и опросов - GoogleФормы.

**Отличительной особенностью** программы является то, что в основе замысла программы лежит идея развивающего обучения (В.В. Давыдова и др.) в процессе совместной деятельности детей и специально подготовленного организатора детской оздоровительно-познавательной, туристской деятельности (учитель, родитель, старший школьник, студент педагогического училища, педагогического вуза). Содержание программы опирается на концепции детско-юношеского туризма «Школа жизни – окружающий мир» (А.А. Останец-Свешников, М.И. Богатов, О.И. Мотков) и предполагает активное участие детей и их родителей в туристско-краеведческой оздоровительно-познавательной деятельности.

Программа построена в форме своеобразного «образовательного маршрута» - путешествия в окружающую среду с элементами ее познания. «Образовательный маршрут» предполагает реализацию принципов дифференциации и личностно-ориентированной деятельности при педагогической поддержке, соответствующей уровню подготовленности детей.

Каждая тема занятий предполагает как организацию активной оздоровительно-спортивной деятельности (физические упражнения, подвижные игры, мини-соревнования, состязания в помещении и на природе, туристские и оздоровительные прогулки), так и познавательно-творческой деятельности обучающихся (экскурсии, беседы, коллективное чтение и обсуждение художественных произведений о природе и путешественниках, просмотр мультфильмов, сказок и видеосюжетов, изготовление детьми поделок из природных материалов, рисование природных объектов).

«Образовательные маршруты» программы проходят через такие образовательные области, как: словесность, естествознание, искусство, физическая культура и оздоровительно-познавательный туризм, социальная практика, технология, психологическая культура и др. Они способствуют: освоению обучающимися основ краеведения; приобретению санитарно-гигиенических навыков; организации туристского быта в полевых условиях; ориентирования на местности в условиях своего микрорайона (школьного двора); формированию физкультурно-туристских знаний, умений и навыков; обучению двигательным навыкам и действиям; общему укреплению здоровья и закаливания организма; развитию физических качеств (быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей и скоростно-силовых качеств); овладению техникой преодоления простейших естественных и искусственных представлений во время экскурсий в природу, туристских прогулок, походов выходного дня.

Педагогу важно предусматривать организацию отдыха детей после интенсивной физической или эмоционально-психологической нагрузки для восстановления ими затраченных сил. Каждое мероприятие – туристская прогулка, мини-соревнования, физические упражнения, экскурсия и прочие – должно предполагать общее оздоровительное, закаливающие воздействие на организм обучающихся, нормализацию всех функций.

**Адресат программы:** программа рассчитана на детей в возрасте от 6,5 до 17 лет. Прием в детское объединение осуществляется по желанию и на основании справок о состоянии здоровья. Группы являются смешанными, разновозрастными, но при их формировании обязательно учитываются возрастные, физические и психологических особенностей детей. Минимальный состав группы обучения – 10 человек.

**Цель:** развитие двигательной, функциональной и познавательной активности у учащихся в укреплении их здоровья, психическом и физическом оздоровлении организма в процессе туристско-краеведческой деятельности.

При этом предполагается решение следующих основных **задач:**

**Образовательные:**

- знакомство с историей, флорой и фауной, культурными памятниками и традициями родного края;

- ознакомление с историей малой родины, сбор материала о ратных и трудовых подвигах земляков;
- способствование получению базового уровня знаний, умений и навыков по туризму и спортивному ориентированию;
- способствование овладению начальными навыками исследовательской работы.

#### **Развивающие:**

- стимулирование стремления знать как можно больше о родном крае и его людях, интереса учащихся к краеведению;
- формирование потребности в углублённом освоении предмета для участия в соревнованиях по туризму и ориентированию различного уровня;
- развитие познавательного интереса, интеллектуальных и творческих способностей.

#### **Воспитательные:**

- воспитание гражданских качеств, патриотического отношения к России и своему краю;
- воспитание понимания ценности и значимости каждой человеческой жизни на примере жизни и деятельности земляков;
- воспитание гордости и уважения к живущим рядом ветеранам войны и труда.

#### **Объем и срок реализации программы**

Учебная программа рассчитана на 1 год обучения – 216 часов.

#### **Формы и режим занятий**

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 учебных часа. Для обеспечения отдыха детям определен перерыв в 10 минут.

С учетом местных традиций, исходя из времени года и погодно-климатических условий, имеется возможность распределять последовательность изучения модулей программы, устанавливать продолжительность занятий, которая не должна превышать двух академических часов в помещении и четырех часов на местности. В выходные дни и каникулярное время возможно увеличение количества и продолжительности занятий при условии организации активной оздоровительно-познавательной деятельности обучающихся на свежем воздухе в природной среде.

В рамках программы организуются и проводятся соревнования до 4 учебных часов и походы до 8 учебных часов.

**Формы проведения занятий:** беседы, лекции, практические занятия, игры, тематические игры, акция, встреча с интересными людьми, мастер-класс, наблюдение, открытое занятие, поход, соревнование, турнир, экскурсия, эстафета и др.

#### **Ожидаемые результаты**

Перечень знаний и умений членов туристского объединения

#### **Знать:**

- что представляет собой туризм и краеведение;
- правила поведения в природе, в коллективе;
- правила личной гигиены;
- условные знаки;

- виды ориентирования;
- состав аптечки;
- состав семьи;
- основы туристской подготовки;
- стороны горизонта;
- животный и растительный мир Балахнинского района.

**Уметь:**

- определять стороны горизонта,
- различать снаряжение по видам;
- изобразить план комнаты;
- применять туристские навыки;
- составлять родословное древо до 3 колена;
- ориентироваться по природным признакам;
- рассказать о животном и растительном мире своего района.

## 1. Учебный план

№ п/п	Наименование программы	Количество часов	Форма промежуточной аттестации
1	Юные туристы – краеведы	216	Педагогические наблюдение, соревнования, экскурсии, походы

## 2. Рабочая программа

### 2.1. Учебно-тематический план программы

№п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводный	20	4	16
2	Азбука топографии и ориентирования	46	14	32
3	Личная гигиена и первая доврачебная помощь	20	6	14
4	Основы краеведения	24	8	16
5	Азбука спортивно-оздоровительного туризма	46	8	38
6	Общая физическая подготовка	30	2	28
7	Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста	30	7	23
	Итого за период обучения	216	49	167

#### 2.1.1 Учебный модуль 1. Вводный

Реализация данного модуля направлена на знакомство детей с туристско-краеведческой деятельностью.

Осуществление обучения детей по данному модулю дает им возможность познакомится с природой, правилам поведения в природе, а так же поработать с туристским оборудованием, узнать, что относится к личному и групповому оборудованию и оздоровить свой организм за счет прогулок и экскурсий.

Модуль разработан с учетом личностно – ориентированного подхода и составлен так, чтобы каждый ребенок имел возможность свободно выбрать конкретный объект работы, наиболее

интересный и приемлемый для него. Формирование у детей начальных краеведческих знаний, туристских навыков и создание условий для социального и культурного самоопределения, творческой самореализации личности ребенка в окружающем мире.

**Цель модуля:** создание условий для формирования интереса к туристско – краеведческой деятельности у подрастающего поколения.

**Задачи модуля:**

- изучить правила поведения юных туристов на экскурсиях, туристских прогулках, соревнованиях, в лесу;
- изучить виды личного и группового оборудования и уход за ним;
- способствовать приобретению навыков использования личного и группового оборудования.

**Учебно – тематический план модуля 1. Вводный**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	1.1.Оздоровительная роль туризма	2	1	1	Вводная беседа, наблюдение
2	1.2.Правила поведения юных туристов	4	1	3	Беседа, наблюдение
3	1.3.Личное и групповое снаряжение и уход за ним	14	2	12	Наблюдение, беседа, практические задания

**Содержание модуля 1. Вводный**

**1.1. Оздоровительная роль туризма**

**Теория:** Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека. Укрепление костно-мышечной системы, сердца, легких и других органов человека при активном передвижении на прогулках и экскурсиях.

**Практика:**Знакомство детей с помещениями (учебным классом, спортивным залом) и сооружениями (туристско-спортивной площадкой, учебным полигоном), где будут проходить учебные занятия и оздоровительные тренировки.

**1.2. Правила поведения юных туристов**

**Теория:**Правила поведения в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, и парке (лесу). Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов.

Правила поведения юных туристов на экскурсиях и туристских прогулках.

Правила поведения участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр. Права и обязанности участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр. Командир туристской группы, его права и обязанности, взаимоотношения с участниками туристских соревнований.

Истории и традиции выполнения юными туристами общественно-полезных дел. Просмотр фрагментов видеофильмов о выполнении общественно- полезных дел: охране природы, заботе о птицах и животных и пр. Охрана природной среды (волевой зоны) вокруг школы, дома и ни улице и в своем микрорайоне (населенном пункте).

Знакомство с кодексом чести юного туриста. Девизы юных туристов: «В здоровом теле – здоровый дух», «Чистота – залог здоровья», «Юные туристы – хорошие товарищи и коллективисты».

Подготовка к туристским прогулкам, экскурсиям; к спортивно-оздоровительным состязаниям, играм и соревнованиям.

Подготовка, организация и выполнение порученного объединению задания по ходу экскурсии или туристской прогулки.

*Практика:* Прогулка в парк (в лес) с целью закрепления знаний о правилах поведения в природе и выработка навыков наблюдательности. Прогулка по микрорайону школы. Оформление впечатления о прогулках под руководством педагога (родителей) в рисунках, поделках и др.

### **1.3. Личное и групповое снаряжение и уход за ним**

*Теория:* Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии: рюкзачок, обувь, одежда (белье, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор и пр.); личная посуда; средства личной гигиены. Требования к упаковке продуктов для перекуса. Укладка рюкзачка, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением. Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток и правила ухода за ними. Стойки и колышки для палатки.

Кухонное и костровое снаряжение: котелки (каны), таганок, саперная лопатка, рукавицы, кухонная клеенка, половники, ножи, упаковка для продуктов питания.

Снаряжение для наблюдений за природой и выполнения простейших краеведческих заданий. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии). Завхоз туристской группы и его обязанности на туристской прогулке.

*Практика:* Игра «Собери рюкзачок к туристской прогулке». Сбор группы и прогулка по микрорайону (окрестностям школы) в межсезонье для проверки умении готовиться к туристским мероприятиям.

Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки.

### **Ожидаемые результаты обучения**

По окончанию обучения обучающиеся должны

*Знать:*

- что представляет собой туризм и краеведение;
- правила поведения в природе, в коллективе.

*Уметь:*

- различать снаряжение по видам;
- применять туристские навыки.

## **2.1.2. Учебный модуль 2. Азбука топографии и ориентирования**

Реализация данного модуля направлена на приобретение у детей навыков ориентированию на местности, умению работы с компасом и чтению топографических карт.

Осуществление обучения детей по данному модулю дает им возможность изучить основы ориентирования на местности с помощью природных явлений, карты и компаса. Изучить условные знаки и научиться зарисовывать не сложные план – схемы местности.

**Цель модуля:** дать детям теоретические и практические знания и умения по ориентированию на местности, создать условия для развития творческих и индивидуальных способностей каждого обучающегося.

**Задачи: модуля:**

- изучить строение и работу компаса;
- научить ориентироваться по сторонам света с помощью природных явлений, компаса;
- научить читать топографические карты;
- изучить условные знаки обозначения;
- научить зарисовки не сложных планов – схемы местности.

**Учебно – тематический план модуля 2. Азбука топографии и ориентирования**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	2.1.Компас и его устройство	4	2	2	беседа, наблюдение
2.	2.2. План местности	4	2	2	Беседа, наблюдение
3.	2.3. Условные знаки	10	2	8	Беседа, наблюдение
4.	2.4. Ориентирование по сторонам горизонта	4	1	3	Беседа, наблюдение
5.	2.5. Ориентирование на местности	8	1	7	Беседа, наблюдение
6.	2.6. Виды туристского ориентирования	8	4	4	Беседа, наблюдение
7.	2.7.Экскурсионное ориентирование	8	2	6	Беседа, наблюдение

**Содержание модуля «Азбука топографии и ориентирования»**

**2.1. Компас и его устройство**

**Теория:**Знакомство с компасом – прибором для определения сторон горизонта. История создания компаса. Виды компасов по их назначению (морские, геологические, спортивные, учебные, горные и пр.). Направления С, З, Ю и В на циферблате компаса. Устройство компаса и его работа. Компас Адрианова и спортивный компас.

**Практика:**Обсуждение эпизодов из книг, кинофильмов или мультфильмов, герои которых пользуются компасом. Проведение опыта с намагниченной иглой. Знакомство с компасом для ориентирования на местности и правилами работы с ним.

**2.2. План местности**

**Теория:**История развития способов изображения земной поверхности и их значение для человечества.

Рисунок и простейший план местности (школьного двора, двора своего дома или своей улицы). Изображение местности (школьного двора) на рисунке, фотографии, схеме или плане.

*Практика:* Рисовка плана стола (парты), класса, своей комнаты. Знакомство с планом расположения школы, школьного двора, двора своего дома или своей улицы.

Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на школьном дворе, в парке. Освоение навыков чтения и движение по схеме (плану) школы или школьного двора.

Обсуждение историй из книг и мультфильмов, где герои использовали планы местности или рисунки в различных целях (поиск кладов, путешествия, постройка жилища для друзей).

### **2.3. Условные знаки**

*Теория:* Способы изображения на рисунках, схемах и планах водных объектов, искусственных сооружений, растительности и пр. Простейшие условные знаки.

Знакомство с изображением местности, школьного двора (ближайшего парка, леса). Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута.

*Практика:* Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии.

Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками.

### **2.4. Ориентирование по сторонам горизонта**

*Теория:* Горизонт. Стороны горизонта. Ориентирование по сторонам горизонта. Определение сторон горизонта по объектам растительного и животного мира, по местным признакам.

*Практика:* Выработка навыков определения сторон горизонта по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях парка (леса) или пришкольного участка.

### **2.5. Ориентирование на местности**

*Теория:* Ориентирование в лесу, у реки, в поле. Способы ориентирования на местности. Линейные ориентиры (дорожки, тропы, линии электропередачи и др.), точечные ориентиры и объекты. Рельеф.

Ориентирование по звездному небу, солнцу. Измерение расстояний на местности: временем движения, парами шагов и пр. Ориентирование по описанию (легенде). Разведчик туристской группы, его обязанности и действия на туристской прогулке (экскурсии).

*Практика:* Ориентирование с использованием легенды в школе, парке, микрорайоне школы. Ориентирование в парке по дорожно-тропиночной сети.

### **2.6. Виды туристского ориентирования**

*Теория:* Знакомство с основами правил соревнований по туристскому ориентированию. Виды туристского ориентирования и их особенности. Права и обязанности участников соревнований. Номер участника и его крепление. Упаковка и обеспечение сохранности карты (схемы).

Основные правила, технические приемы и условия соревнований туристского ориентирования на маркированной трассе. Способы маркировки дистанции.

Обозначенный маршрут на схеме, плане местности. Необходимость повышенного внимания участников соревнований на обозначенном маршруте. Основные правила, технические приемы и условия соревнований по ориентированию на обозначенном маршруте.

Маршруты ориентирования по выбору. Основные правила, технические приемы и условия соревнований туристского ориентирования по выбору. Условия определения победителей на дистанциях по выбору. Выбор оптимального пути движения (планирование маршрута) и количества контрольных пунктов (КП).

Оборудование КП: призма, компостер, карандаш. Способы отметки на КП компостерные и карандашные, а так же системой электронной отметки SFR.

*Практика:* Движение по плану (схеме).

Прохождение дистанции «Маркированный маршрут» совместно с педагогом.

Прохождение дистанции «Обозначенный маршрут» совместно с педагогом.

Прохождение дистанции «Ориентирование по выбору» совместно с педагогом.

Обучение навыкам отметки на КП компостером в карточке участника. Игра-состязание на местности (школьный двор, стадион) «Отметься на КП».

## **2.7. Экскурсионное ориентирование**

*Теория:* Экскурсионные объекты: памятники истории, архитектуры, искусства, природы и т. П. в микрорайоне школы, на своей улице (населенном пункте). Выявление и нанесение на бумажную основу (план микрорайона школы, улицы, двора) различных памятников и других интересных объектов.

*Практика:* Чтение легенды. Движение по легенде в микрорайоне школы, по улице с отслеживанием указанных в легенде объектов, расстояний и направлений. Работа туристской группы при движении по легенде на экскурсии. Прохождение дистанции под руководством педагога.

### **Ожидаемые результаты обучения**

По окончанию обучения обучающиеся должны

*Знать:*

- стороны горизонта;
- условные знаки;
- виды ориентирования.
- топографические карты;
- зарисовывать простые планы – схемы местности.

*Уметь:*

- ориентироваться на местности с помощью карты, компаса;
- читать топографические и спортивные карты.

### **2.1.3. Учебный модуль 3. Личная гигиена и первая доврачебная помощь**

Реализация данного модуля направлена изучение правил соблюдения личной гигиена юного туриста не только в быту но и на прогулках, в походах. А так же обучение в оказании примитивной помощи пострадавшему товарищу (обработка ран, ссадин, изготовление носилок и транспортировка раненного).

Осуществление обучения детей по данному модулю дает им возможность изучить основы ориентирования на местности с помощью природных явлений, карты и компаса. Изучить условные знаки и научиться зарисовывать не сложные план – схемы местности.

**Цель модуля:** дать детям теоретические и практические знания и умения по правилам соблюдения личной гигиены и оказания первой помощи пострадавшему, создать условия для развития практических и индивидуальных способностей каждого обучающегося.

**Задачи модуля:**

- изучить правила соблюдения личной гигиены в быту, на прогулке, в походе;
- научить обработки ран, ссадин;
- научить оказанию первой помощи пострадавшему;
- научить изготовлению носилок и транспортировки раненного;
- изучить содержимое групповой и индивидуальной аптечки.

**Учебно – тематический план модуля 3. Личная гигиена и первая доврачебная помощь**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	3.1.Личная гигиена юного туриста	4	2	2	беседа, наблюдение
2.	3.2. Оказание первой доврачебной помощи	5	1	4	Беседа, наблюдение
3.	3.3.Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок	3	1	2	Беседа, наблюдение
4.	3.4.Индивидуальная и групповая медицинские аптечки	3	1	2	Беседа, наблюдение
5.	3.5. Способы транспортировки пострадавшего	5	1	4	Беседа, наблюдение

**Содержание модуля 3. Личная гигиена и первая доврачебная помощь**

**3.1. Личная гигиена юного туриста**

**Теория:**Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Личная гигиена юного туриста при занятиях физическими упражнениями и оздоровительно-познавательным туризмом. Зарядка. Утренний и вечерний туалет. Закаливание организма, необходимость принятия душа после выполнения физических упражнений. Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения. Обязанности санитара туристской группы.

**Практика:**Выполнение правил личной гигиены на привале, при организации перекуса. Работа санитара туристской группы. Обсуждение правил личной гигиены с организацией чаепития.

**3.2. Оказание первой доврачебной помощи**

**Теория:**Соблюдение гигиенических требований в походе. Профилактика заболеваний и травматизма.

Порезы, ссадины, ушибы, мозоли. Причины, характеристика травм. Необходимая помощь. Способы обработки.

**Профилактика и защита глаз от попадания посторонних предметов, химических жидкостей, газов. Необходимая помощь.**

**Причины ожогов и обморожений.** Профилактика обморожений и защита организма от мороза. Признаки и виды ожогов и обморожений.

**Профилактика пищевых отравлений.** Признаки отравления. Оказание первой помощи при тошноте, рвоте. Причины теплового и солнечного удара. Признаки заболевания, Необходимая помощь.

### **3.3. Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок**

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

**Практика:**Игра «Айболит» (первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок).

### **3.4. Индивидуальная и групповая 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.

**Практика:**Упаковка и маркировка аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки,

### **3.5. Способы транспортировки пострадавшего**

**Теория:**Организация транспортировки пострадавшего при несложных травмах. Простейшие средства для транспортировки пострадавшего в условиях туристской прогулки (похода, экскурсии). Способы транспортировки пострадавшего на руках. Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.

**Практика:**Изготовление транспортных средств из курток, штормовок. Транспортировка условно пострадавшего на слабо пересеченном рельефе на руках, простейших транспортных средствах.

### **Ожидаемые результаты обучения**

По окончанию обучения обучающиеся должны

**Знать:**

- правила личной гигиены;
- виды кровотечения;
- состав групповой и индивидуальной аптечки.

**Уметь:**

- обрабатывать раны и накладывать повязки;
- оказывать первую доврачебную помощь;
- изготавливать носилки;
- транспортировать пострадавшего.

### **2.1.4. Учебный модуль 4. Основы краеведения**

Реализация данного модуля направлена изучение родословной своей семьи, истории своего города: исторические и природные достопримечательности.

**Цель модуля:** дать детям теоретические и практические знания и умения по изучению и составлению родословной своей семьи, узнать историю и природу своего

города, создать условия для развития практических и индивидуальных способностей каждого обучающегося.

**Задачи модуля:**

- научится составлять родословную своей семьи;
- изучить историю родного города;
- изучить природу родного города;

**Учебно – тематический план модуля 4. Основы краеведения**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	4.1.Родословие	4	1	3	беседа, наблюдение
2.	4.2. Моя школа	2	1	1	Беседа, наблюдение
3.	4.3. Природа моего края	10	4	6	Беседа, наблюдение
4.	4.4. Азбука краеведения	8	2	6	Беседа, наблюдение

**Содержание модуля 4. Основы краеведения**

**4.1. Родословие**

*Теория:* Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники.

*Практика:* Рассказ о своих родителях, родственниках, друзьях. Рисование на темы: «Моя семья», «Дом, в котором я живу», «Моя комната», «Моя любимая игрушка».

**4.2. Моя школа**

*Теория:* Изучение истории школы: «Моя школа», «Мой класс», «Мои учителя». Учителя и выпускники школы. Выдающиеся люди, ветераны войн.

*Практика:* Встречи с интересными людьми, прослушивание их рассказов о школьных годах.

**4.3. Природа родного края**

*Теория:* Погода, климат своей местности. Местные признаки погоды. Времена года, сезонные изменения в природе. Растения и животные своей местности в разные времена года.

Значение наблюдений за погодой. Правила поведения на природе и наблюдения за ней во время экскурсии. Приборы для наблюдений за погодой.

*Практика:* Организация наблюдений за погодой, ведения календаря наблюдений. Экскурсии в парк (лес). Выполнение краеведческих заданий (сбор листвы различных пород деревьев, поиск и зарисовывание отпечатков следов животных и птиц, сбор растений для гербариев и пр.).

Изготовление и установка кормушек для зимующих птиц.

**4.4. Азбука краеведения.**

*Теория:* Достопримечательности своего района (населенного пункта), охрана памятников истории, природы, культуры и архитектуры.

Памятники природы родного края. Редкие и исчезающие растения и животные родного края. Сезонные изменения в жизни фауны и флоры. Растения и животный мир леса, луга, берега реки. Голоса птиц и животных, следы их жизнедеятельности в лесах, парках и других закрытых пространствах (по сезонам года). Краеведческие задания и их выполнение на экскурсии.

*Практика:* Экскурсии в парк (лес) и наблюдение за поведением птиц, животных. Выполнение краеведческих заданий (сбор сведений о местах обитания редких растений и животных родного края). Сбор лекарственных растений по маршруту группы. Изготовление скворечников, кормушек. Подведение итогов экскурсии.

Ведение дневников наблюдений за природой. Рисунки о том, что увидели на туристской прогулке, экскурсии, в походе. Обсуждение рисунков, поделок из природных материалов и защита работ их авторами.

Экскурсия в школьный (городской, заводской) музей для знакомства с миром профессий. Соблюдение правил поведения и культуры общения в культурно-зрелищных учреждениях, музеях. Оформление газеты-отчета об экскурсии.

### **Ожидаемые результаты обучения**

По окончанию обучения обучающиеся должны

*Знать:*

- состав семьи;
- историю родного города;
- исторические и природные достопримечательности города.

*Уметь:*

- составлять родословное древо до 3 колена;
- рассказать о животном и растительном мире своего района.

### **2.1.5. Учебный модуль 5. Азбука спортивно-оздоровительного туризма**

Реализация данного модуля направлена на изучение основы пешеходного и лыжного туризма и приобретения туристских навыков в работе с туристским оборудованием.

**Цель модуля:** дать детям теоретические и практические знания и умения по туризму, создание условий для развития туристских навыков у каждого обучающегося.

*Задачи модуля:*

- научить вязке туристских узлов;
- научить работе с туристским оборудованием;
- научить преодолевать естественные преграды с помощью туристского оборудования;
- изучить азы пешеходного и лыжного туризма.

### **Учебно – тематический план модуля 5. Азбука спортивно-оздоровительного туризма**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	5.1. Туристские узлы и их применение	6	2	4	Вводная, беседа, наблюдение
2.	5.2. Лыжный туризм	14	2	12	Беседа, наблюдение
3.	5.3. Пешеходный туризм	18	2	16	Беседа, наблюдение
4.	5.4. Полоса препятствий пешеходного туризма (осень, весна)	8	2	6	Беседа, наблюдение

## **Содержание модуля 5. Азбука спортивно-оздоровительного туризма**

### **5.1. Туристские узлы и их применение**

**Теория:** Основные туристские узлы: «прямой», «проводник простой», «проводник восьмерка», «удавка», «встречный» и «ткацкий». Их назначение и использование. Маркировка веревки для транспортировки.

**Практика:** Вязание узлов по их назначению.

### **5.2. Лыжный туризм (в зимний период)**

**Теория:** Правильный подбор лыж и лыжных палок для занятий на местности. Стойка лыжника на различном рельефе. Передвижение ступающим и скользящим шагом (просмотр видео- или диафильмов). Техника безопасности при ходьбе на лыжах. Правила движения в строю на лыжном маршруте. Одежда для лыжной прогулки или занятий. Предохранение обуви от намокания (бахилы).

**Практика:** Подбор лыж и снаряжения юными туристами и их родителями. Управление лыжами на месте: поочередное поднимание ноги с лыжей и движение ею по воздуху вниз и вверх, вправо и влево; поочередное поднимание носков лыж; переступание на месте вокруг пяток и носков лыж.

Ходьба на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без палок; толчок палками; передвижение на лыжах по лыжне до 600-700 м; игры на лыжах (эстафеты до 50 м); движение боковыми приставными шагами; передвижение без палок и с палками по глубокому снегу без груза и с грузом до 1-2 кг в рюкзачке; передвижение в среднем темпе. Лыжные прогулки.

Наблюдение окружающих объектов природной среды (растительный и животный мир; живая и неживая природа).

### **5.3. Пешеходный туризм**

**Теория:** Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения); организация движения группы в лесу по слабопересеченной и равнинной местности. Преодоление простых водных преград (ручьев, канав). Техника преодоление крутых склонов (спуски, подъемы).

**Практика:** Просмотр видеофильмов о способах преодоления простейших естественных препятствий (без снаряжения).

Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий. Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям). Переправа через условное болото по кочкам. Переправа по бревну. Преодоление завалов. Движение по лесным массивам. Движение по песчаным склонам (спуски и подъемы).

### **5.4. Полоса препятствий пешеходного туризма (осень, весна)**

**Теория:** Естественные и искусственные препятствия. Дистанция соревнований, этап дистанции. Разметка и маркировка дистанции. Старт и финиш. Способы преодоления препятствий. Правила безопасного преодоления препятствий. Личное и командное прохождение дистанции полосы препятствий. Взаимодействие и

взаимопомощь членов спортивной туристской команды. Права и обязанности юного спортсмена-туриста в команде на соревнованиях.

*Практика:* Соревнования по преодолению полосы препятствий.

Переправа через болото по кочкам; переправа по гати, по наведенным кладям (жердям); переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; «мышеловка»; установка и снятие палатки; спуски и подъемы, в том числе по песчаным склонам.

### **Ожидаемые результаты обучения**

По окончанию обучения обучающиеся должны

*Знать:*

- названия, виды и где применяется туристское оборудование;
- названия туристских узлов.

*Уметь:*

- пользоваться туристским оборудованием;
- трогать лыжню;
- вязать туристские узлы;
- преодолевать естественные преграды с помощью туристского оборудования.

### **2.1.6. Учебный модуль 6.**

#### **Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка**

Реализация данного модуля направлена развитие физических и спортивных способностей обучающихся. Оздоровление организма обучающихся за счет подвижных спортивных игр.

**Цель модуля:** создать условия для развития физических и спортивных навыков у обучающихся.

*Задачи: модуля:*

- научить основам выносливости;
- научить основам бега, прыжкам в длину, через преграды;
- изучить спортивные (в том числе народные) игры.

#### **Учебно – тематический план модуля 6. Общая физическая подготовка**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	6.1. Общая физическая подготовка и оздоровление организма	20	2	18	Вводная, беседа, наблюдение
2.	6.2. Подвижные и спортивные игры	10	-	10	наблюдение

#### **Содержание модуля «Общая физическая подготовка»**

##### **6.1. Общая физическая подготовка и оздоровление организма**

*Теория:* Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

*Практика:* Освоение основ техники бега. Бег в колонне по одному по пересеченной местности, бег по лестнице, бег «серпантином», бег с препятствиями.

Прыжки в длину и высоту.

Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Гимнастические упражнения.

Спортивные (в том числе народные) игры.

### **6.2.Подвижные и спортивные игры**

**Практика:**Организация подвижных игр в спорт зале и на улице: футбол, баскетбол, волейбол, веселые старты, спортивные эстафеты и тд.

### **Ожидаемые результаты обучения**

По окончанию обучения обучающиеся должны

**Знать:**

- название подвижных игр.

**Уметь:**

- выполнять утреннюю зарядку;
- бегать;
- прыгать в длину и через препятствия.

### **2.1.7. Учебный модуль 7. Азбука туристско – бытовых навыков юного туриста**

Реализация данного модуля направлена на основы безопасного поведения в школе, в лесу, бережной организации туристических стоянок (бивуаков) и охраны природы.

Осуществление обучения детей по данному модулю дает им возможность ближе познакомится с природой, с помощью которую человек может ей оказать. Научится организовывать туристскую стоянку правильно с туристской и экологической стороны. Узнать свой родной город с туристической стороны.

**Цель модуля:** создание условий для формирования бережного отношение к природе, развитие туристских навыков по организации походов.

**Задачи модуля:**

- научить безопасным правилам поведения юных туристов дома, в школе и в лесу;
- научить бережному отношению к природе
- изучить основы охраны природы;
- изучить как правильно организовывается поход;
- научить постановке туристской стоянке (бивак);
- изучить достопримечательности родного города.

### **Учебно – тематический план модуля 7. Азбука туристско – бытовых навыков юного туриста**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	7.1.Основы безопасности	4	2	2	Вводная, беседа, наблюдение
5.	7.5.Туристская группа на прогулке (экскурсии, походе)	18	3	15	Наблюдение
6.	7.6.Организация биваков и охрана природы	8	2	6	Беседа, наблюдение

## **Содержание модуля 7. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста**

### **7.1. Основы безопасности в природной среде**

**Теория:** Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии в парк (лес). Привила поведения юных туристов во время различных природных явлений (снегопада, гололеда, грозы, ливня, тумана и пр.). Правила поведения в парке (лесу) при обнаружении задымления или очага возгорания. Правила безопасности при встрече в природной (городской) среде с представителями животного мира (в том числе домашними животными). Правила поведения в учебных и досуговых учреждениях, музеях. Правила обращения с колюще-режущими предметами, электроприборами, предметами бытовой химии и медикаментами. Пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях. Телефоны аварийных служб.

**Практика:** Необходимость выполнении требований руководителя туристской (экспeditionной) группы. Взаимопомощь в туристской группе. Игры на темы: «Что делать в случае ... (задымления, обнаружения очагов возгорания, запаха газа, посторонних предметов и пр.)», «Действия в чрезвычайной ситуации во время экскурсии, на туристской прогулке», «Правила перехода улицы».

### **7.2. Туристская группа на прогулке (экскурсии)**

**Теория:** Стой туристской группы. Направляющий, замыкающий в туристской группе. Организация привалов во время прогулки (экскурсии). Ритм и темп движения туристской группы во время прогулки (экскурсии). Правила перехода дорог, улиц. Взаимопомощь в туристской группе. Привалы промежуточный, обеденный. Распорядок дня юного туриста во время экскурсии и на прогулке.

Охрана природы на туристской прогулке или во время экскурсии. Питьевой режим во время туристской прогулки, экскурсии. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки.

Состав ремонтного набора (иголки, нитки, булавки, набор пуговиц, набор заплаток, запасные шнурки, клей и пр.). Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими. Обязанности ремонтного мастера группы. Ремонт личного и группового снаряжения.

**Практика:** Построение в походную колонну, отработка движения группы. Работа направляющего и замыкающего. Туристская прогулка (экскурсия). Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья во время туристской прогулки (экскурсии). Рациональное расходование воды во время туристской прогулки (экскурсии). Формирование силы воли и выносливости, соблюдение питьевого режима во время туристской прогулки (тренировки). Игра-состязание «Ремонт личного снаряжения» (способы штопки, наложение заплат, заклеивания дыр, пришивания пуговиц и пр.).

### **7.3. Организация биваков и охрана природы**

**Теория:** Бивак на туристской прогулке. Охрана природы при организации привалов и биваков. Требования к бивакам (наличие дров и источника питьевой воды, безопасность, эстетичность). Устройство и оборудование бивака (места для установки палаток, приготовления и приема пищи, отдыха, умывания, збора воды и мытья посуды, туалеты). Выбор места на площадке (поляне) для установки палатки. Требования к месту для

установки на поляне (биваке). Установка палатки, тента для палатки или тента для отдыха группы.

**Практика:** Планирование места организации бивака по плану (спорткарте) местности. Планирование и организация бивака на местности во время туристской прогулки. Организация бивачных работ.

Проверка комплектации палатки и ее целостности перед выходом на прогулку. Упаковка палатки для транспортировки.

Овладение навыками установки, снятия и упаковки палатки (на пришкольной площадке или в парке).

### **Ожидаемые результаты обучения**

По окончанию обучения обучающиеся должны

**Знать:**

- достопримечательности города;
- основы безопасного поведения дома, в школе и в лесу;
- виды туристских костров.

**Уметь:**

- организовывать бивак;
- применять туристские навыки;
- соблюдать меры по охране природы во время туристских стоянок в лесу.

### **Зачетный летний поход (вне сетки часов)**

Движение группы по маршруту протяженностью до 4-5 км с использованием плана местности (легенды) или спорткарте. Организация лагеря туристской группы, бивака совместно с родителями. Участие в заготовке дров и сборе хвороста. Посильное участие в приготовлении пищи на костре (совместно с родителями). Сервировка дежурными туристского походного стола. Соблюдение правил и требований гигиены. Туристские и другие игры и состязания («Спортивная семья» и пр.). Конкурс знатоков растений на поляне привала. Операции «Помоги братьям меньшим» и «Помоги природе» (очистка ближайших окрестностей от бытового мусора) и др.

## **3. Формы аттестации**

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

- **входной контроль** (сентябрь) в форме проведения мониторинга для оценки уже существующего багажа знаний, умений и навыков;
- **текущий контроль** (в течение всего учебного года) проводится в форме экологических игр – викторин, выставок работ, показов театрализованных представлений, презентаций экологических сказок и мультфильмов, представлений проектов.
- **промежуточный контроль**, как оценка результативности, проводится путем тестирования и выполнения обучающимися практических заданий по окончании модулей.

Контроль знаний и умений производится в форме педагогического наблюдения, беседы с обучающимися, наблюдений при проведении занятий, тестовых заданий, творческих работ, соревнований, зачетного туристского похода.

Методы проверки: наблюдение, тестирование, опрос. В процесс оценки собственных достижений вовлекаются обучающиеся, что является концентрированным выражением общественного мнения группы о каждом.

Уровень теоретической подготовки определяется через зачетные теоретические занятия в рамках модулей программы в форме: контрольно-тренировочных тестов и опроса.

Уровень практической подготовки определяется с помощью контрольно-практических заданий, сдачи спортивных нормативов, во время зачетных учебно-тренировочных занятий и сборов, работы обучающихся в качестве младших инструкторов, помощников руководителей, участия в соревнованиях различного уровня, творческих конкурсах, во время зачетных учебно-тренировочных, степенных и категорийных походов.

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

Наиболее качественные показатели уровня обучения дают итоговые походы и другие многодневные мероприятия, являющиеся для членов объединения своеобразным экзаменом на проверку таких качеств, как самостоятельность, выносливость, физическая подготовка, овладение туристскими и специальными навыками и умениями. Каждый обучающийся оценивается педагогом, друзьями и в зависимости от этой оценки у каждого из них определяется статус в группе.

#### 4. Оценочные материалы

№	Модуль	Форма контроля	Критерии оценки	Система оценки
1.	Вводный	Тестирование (приложение 2)	Обучающийся без особого труда может распределить оборудование на личное и групповое. Знает что такое туризм, кто такой турист.	25-35 баллов – высокий уровень освоения
			Обучающийся иногда допускает ошибки в определении принадлежности оборудования, знает понятие определения что такое туризм, кто такой турист	24-10 баллов – средний уровень освоения
			Обучающийся часто совершает ошибки в определении принадлежности оборудования, не может ответить на	9-0 баллов – низкий уровень освоения

			вопросы что такое туризм, и кто такой турист	
2.	Азбука топографии и ориентирования	Практическое задание (приложение 2)	Обучающийся хорошо ориентируется в пространстве, знает все стороны горизонта, условные знаки, без проблем может зарисовать и объяснить не сложный план местности (кабинета, комнаты)	15-20 баллов – высокий уровень освоения
			Обучающийся хорошо знает стороны горизонта, но допускает ошибки в определении условных знаков. Может зарисовать план местности (кабинет, комнату)	10-14 баллов – средний уровень освоения
			Обучающий допускает ошибки в определении сторон горизонта, с трудом а иногда и с подсказкой педагога может определить условные знаки. Не может зарисовывать план местности кабинет, комнату	0 - 9 баллов – низкий уровень освоения
3.	Личная гигиена и первая доврачебная помощь	Тестирование (приложение 2)	Обучающийся без особого труда отвечает на вопросы связанные с оказанием первой помощи и личной гигиены а именно как и чем обработать рану, какую одежду необходимо брать в поход и тд.	7-10 баллов – высокий уровень освоения
			Обучающийся допускает не серьезные ошибки в ответах, отвечает не полным кратким ответом	4–6 баллов – средний уровень освоения
			Обучающий не может ответить на вопросы без помощи педагога	0-4 балла – низкий уровень освоения
4.	Основы		Обучающий знает свою	10-15 баллов –

			<p>семью до 5 поколения, умеет составлять генологическое древо своей семьи. Может подробно о ней рассказать (состав семьи, семейные традиции, праздники).</p> <p>Отвечает на вопросы связанные с историей города, знает достопримечательные места города</p>	высокий уровень освоения
	краеведения	Практическое задание, тестирование (приложение 2)	<p>Обучающийся знает свою семью до 3 поколения, может, что то о ней рассказать.</p> <p>Отвечает на вопросы связанные с историей города, знает достопримечательные места города, но иногда допускает ошибки</p>	5-9 баллов – средний уровень освоения
			<p>Обучающийся с трудом рассказывает про свою семью, путает имена родственников, на вопросы связанные с историей города, знает достопримечательные места города, отвечает с подсказками педагога либо вовсе не отвечает</p>	0-4 балла – низкий уровень освоения
5.	Азбука спортивно – оздоровительного туризма	Практическое задание, тестирование (приложение 2)	<p>Обучающийся знает, как называется туристическое оборудование и в совершенстве владеет им, умеет вязать туристические узлы и знает их названия</p>	10-16 баллов – высокий уровень освоения
			<p>Обучающийся знает, как называется туристическое оборудование и умеет с ним работать, умеет вязать туристические узлы, но допускает незначительные ошибки в вязании узла либо в названии</p>	5-9 баллов – средний уровень освоения
			<p>Обучающий не знает название туристского</p>	0-4 балла – низкий уровень освоения

			оборудования, не всегда может его применить на практике, умеет вязать некоторые узлы с ошибками, название узлов и их применение не знает	
6.	Общая физическая подготовка	Контрольные нормативы по общей подготовке	Обучающийся без особого труда выполняет все упражнения без подсказок и ошибок	Высокий уровень освоения
			Обучающийся выполняет все упражнения, иногда совершая незначительные ошибки	Средний уровень освоения
			Обучающийся выполняет упражнения с трудом под руководством педагога	Низкий уровень освоения
7.	Азбука туристско – бытовых навыков юного туриста	Практическое задание, тестирование (приложение 2)	Обучающийся без труда отвечает на вопросы, знает что такое бивуак и как правильно его поставить соблюдая все правила	8-12 баллов – высокий уровень освоения
			Обучающий знает ответы на вопросы, но допускает незначительные ошибки при организации и постановки бивуака	5-7 баллов – средний уровень освоения
			Обучающий неполностью может ответить на вопросы, знает что такое бивуак, но допускает серьезные ошибки при организации и постановки бивуака	4-0 балла – низкий уровень освоения

Степень достижения результатов оценивается по трем уровням (на основании «Перечень знаний и умений членов туристского объединения»):

- низкий уровень: обучающийся выполняет задания по инструкции, под руководством педагога, без желания участвует в общественно полезных делах;
- средний уровень: обучающийся выполняет задания при консультативной помощи педагога, охотно участвует в общественно полезных делах, но сам не проявляет инициативы;

- высокий уровень: обучающийся выполняет задание самостоятельно, сам проявляет творчество и инициативу в организации общественно полезных дел.

Формой подведения итогов реализации программы, по окончании каждого года обучения, является зачетный летний поход.

### **Мониторинг результатов обучения**

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
1.1 Теоретические знания по основным разделам учебно-тематического плана программы		Минимальный уровень – ребенок овладел менее чем 0,5 объема знаний.	Тестирование, контрольный опрос и др.
		Средний уровень – ребенок способен ответить на более половины вопросов.	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объем знаний.	
2.1. Туристская подготовка	Умение пользоваться снаряжением, организовать быт, ориентироваться, оказывать первую помощь	Минимальный уровень – ребенок понимает теоретические аспекты, но в практической работе совершает ошибки	Наблюдение
		Средний уровень – ребенок может выполнять практические задания, но под руководством педагога	
		Максимальный уровень – ребенок знает и понимает, как организовывать свою работу, что он должен делать. Умеет пользоваться туристским оборудованием, ориентироваться на местности	
2.2. Краеведческие навыки	Умение проводить наблюдения, исследования и оформлять результаты	Минимальный уровень – ребенок знает минимальный набор истории края он знает город в котором живет, возможно год основания	Наблюдение
		Средний уровень – ребенок знает историю своего города, не всю, но большую часть.	
		Максимальный уровень – ребенок умеет грамотно	

		отвечать на вопросы, умеет проводить наблюдения и делать выводы	
2.3.Физическая подготовка	Умение преодолевать препятствия	Минимальный уровень – ребенок физически слаб, быстро устает Средний уровень – ребенок готов к выполнению практических этапов, справляется практически со всеми заданиями, но совершает ошибки Максимальный уровень – ребенок знает технику выполнения практических этапов, выполняет их быстрее и без ошибок	Наблюдение
3.1 Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Минимальный уровень – ребенок испытывает серьезные затруднения в работе, нуждается в помощи педагога Средний уровень – работает с помощью педагога Максимальный уровень - работает самостоятельно, не испытывает затруднения.	Наблюдение
3.2 Учебно-организационные навыки и умения	Способность самостоятельно подготовиться к занятию и убрать за собой.	Минимальный уровень – ребенок овладел менее чем $\frac{1}{2}$ объема навыков Средний уровень – объем усвоенных навыков более $\frac{1}{2}$ ; Максимальный уровень – освоил практически весь объем навыков за данный период	Наблюдение
3.3 Умение соблюдать правила безопасности во время занятий	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям.	Минимальный уровень – ребенок овладел менее чем $\frac{1}{2}$ объема навыков соблюдения правил безопасности Средний уровень – объем усвоенных навыков более $\frac{1}{2}$ ; Максимальный уровень – освоил практически весь объем навыков за данный	Наблюдение

		период	
--	--	--------	--

## **5. Методические материалы**

Содержание программ составлено с учетом принципов концентрического освоения окружающей деятельности, цикличности проведения оздоровительно-познавательной, туристско-краеведческой и исследовательской деятельности, использования должностно-ролевой системы творческого самоуправления и развития творческой самодеятельности участников детского объединения

Обучающиеся непосредственно знакомятся с окружающим их миром – своей семьей, своим классом, школой, микрорайоном (населенным пунктом), ближайшей зеленой зоной (парком, лесом, рекой); у них формируются начальные навыки здорового образа жизни и безопасного поведения в окружающем мире.

Систематическая оздоровительно-познавательная, туристско-краеведческая деятельность с младшими школьниками строится на непрерывно сменяющих друг друга, а в некоторых случаях и накладывающихся друг на друга циклах (макро-, микро- и мезо-), каждый из которых включает подготовку к мероприятию, его организацию, проведение и подведение его итогов (оформление выставки творческих работ; творческих работ; творческие отчеты – инсценировки, рассказы и пр.; оформление стенных фотогазет; проведение вечеров, состязаний и КВНов, совместный анализ достижений и промахов на состязаниях и мини-соревнованиях).

Предлагается, что большая часть занятий будет проводиться на открытом воздухе, на школьном дворе или в парке (лесопарке).

Педагогическая эффективность оздоровительно-познавательной, туристско-краеведческой деятельности будет выше, если каждый обучающийся будет включаться в эту деятельность посредством выполнения соответствующих его возрастным особенностям и индивидуальным творческим способностям, мотивам и интересам игровых должностей (ролей): организационно-хозяйственных (командир, физорг, ремонтный мастер, штурман, дежурный, заведующий снаряжением, санинструктор и т. д.) и познавательно-краеведческих (знаток погоды, знаток птиц, знаток растений, знаток растений, знаток трав, знаток улицы, знаток достопримечательностей и т. д.). При этом педагогу необходимо формировать у воспитанников ответственное отношение к исполнению должностно-ролевых обязанностей, пунктуальность, индивидуальность, коллективизм.

### **5.1. Методическое обеспечение образовательной программы**

Учебно – воспитательный процесс в рамках реализации программы имеет развивающий характер, направлен на развитие задатков обучающихся, на реализацию их интересов и способностей. В связи с этим в образовательном процессе широко используются личностно – ориентировочные технологии обучения и воспитания, в центре внимания которой находится личность, стремящаяся к самореализации своих возможностей.

### **5.2. Методы обучения, используемые на занятиях**

Словесные методы	- Лекция
------------------	----------

обучения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Объяснение</li> <li>- Рассказ</li> <li>- Чтение</li> <li>- Беседа</li> <li>- Диалог</li> <li>- Консультация</li> </ul>
Методы практической работы	<p><i>Метод упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Упражнения</li> <li>- Тренинг</li> <li>- Тренировка</li> </ul> <p><i>Письменные работы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Оформление проектов</li> </ul>
Методы наблюдения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Фото- видеосъемка</li> </ul>
Исследовательские методы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Работа с техническими устройствами</li> </ul>
Методы проблемного обучения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Объяснение основных понятий, определений, терминов;</li> <li>- Создание проблемных ситуаций: постановка проблемного вопроса;</li> <li>- Самостоятельная постановка, формулировка и решение проблемы учащимися: поиск и отбор аргументов, фактов, доказательств;</li> <li>- Самостоятельный поиск ответа обучающихся на поставленную проблему</li> </ul>
Методы программированного обучения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Объяснение ключевых вопросов программы обучения, остальной материал обучающиеся изучают самостоятельно</li> </ul>
Проектно-конструкторские методы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Моделирование ситуации;</li> <li>- Создание творческих работ;</li> <li>- Проектирование (планирование) деятельности, конкретных дел</li> </ul>
Метод игры	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Дидактические игры;</li> <li>- Игры на знакомство;</li> <li>- Развивающие игры;</li> <li>- Коммуникативные игры;</li> <li>- Игры на взаимодействие;</li> <li>- Игра-путешествие;</li> <li>- Ролевые игры</li> </ul>
Наглядный метод обучения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Наглядные материалы: картины, рисунки, плакаты, фотографии; таблицы, схемы, диаграммы, чертежи, карты.</li> <li>- Видеоматериалы, учебные и другие фильмы</li> </ul>

### 5.3. Методическое обеспечение программы

№ п/ п	Наименование модуля	Виды занятий	Приемы и методы организации учебно-	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий

			воспитательного процесса		
1.	Введение	Беседа, прогулка, практические занятия, игра, поход	Словесный, наблюдения, метод проблемного обучения, метод игры, наглядный	Видео ролик «Кто такой турист».	Ноутбук, проектор
2.	Азбука топографии и ориентирования	Беседа, дидактическая игра, практические занятия, экскурсии, поход	Словесный, наблюдения, метод игры, наглядный	Подборка видеороликов, снаряжение	Ноутбук, проектор, палатки, туристические коврики, спальники рюкзаки,
3.	Личная гигиена и первая доврачебная помощь	Беседа, лекции, практические занятия, соревнования, игры, мастер - классы	Словесный, наблюдения, метод проблемного обучения, метод игры, наглядный	Карта географическая и топографическая. Условные знаки. Карточки топографических знаков. Топографические игры, Презентация «Ориентирование по сторонам горизонта», презентация «Ориентирование на местности», Карты топографические.	Ноутбук, проектор,
4.	Основы краеведения	Беседа, лекции, тематическая игра, практические занятия	Словесный, наблюдения, метод игры, наглядный.	Презентация «Обработка ран, ссадин, наложение повязок», видеоролик «Транспортировка раненного»	Ноутбук, проектор, аптечка
5.	Азбука спортивно – оздоровительного туризма	Беседа, лекции, практические занятия, прогулки, экскурсии, встреча с интересными людьми	Словесный, наблюдения, метод проблемного обучения, метод игры, наглядный	Видео ролики «Керженский заповедник», презентация «Моя семья», определитель птиц и растений.	Ноутбук, проектор, бинокль
6.	Общая физическая подготовка	Беседа, лекции, практические занятия, поход, мастер- классы	Словесный, наблюдения, метод проблемного обучения, метод игры, наглядный	Подборка видеороликов о пешеходном туризме	Ноутбук, проектор, веревки, карабины, рюкзаки, жумары, спусковые устройства, страховочная система.

7.	Азбука туристско – бытовых навыков юного туриста	Беседа, Практические занятия, соревнования, эстафеты	Словесный, наблюдения, метод проблемного обучения, метод игры, наглядный	Презентация «Комплекс упражнений для утренней гимнастики»	Ноутбук, проектор, мячи, скакалки
----	--	--	--	---	-----------------------------------

## **6.Условия реализации программы**

### **6.1.Материально – техническое обеспечение программы**

- учебное помещение;
- спортивный зал;
- компьютер, принтер, мультимедийная установка, экран, фотоаппаратура;
- палатки, туристические коврики, рюкзаки;
- снаряжение для спортивного туризма (страховочные системы, карабины, жумары, спусковые устройства, ролики, каски, веревки, перчатки);
- компаса; курвиметр;
- комплекты спортивных карт,
- система электронной отметки (электронные станции, чипы);
- контрольные пункты (призмы);
- лыжный инвентарь (лыжи, планшеты, ботинки, лыжные палки);
- снаряжение для походной деятельности (рюкзаки, палатки, тенты, спальные мешки, котелки, костровые принадлежности, фонарики);
- спортивный инвентарь (мячи, скакалки, гимнастические палки);
- секундомеры;
- аптечка и т.д.

### **6.2. Список используемых источников**

#### **6.2.1. Список литературы для учащихся**

1. Степанов П. В. Программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровительная деятельность / П. В. Степанов, С. В. Сизяев, Т. Н. Сафонов. — М. : Просвещение, 2011. — 80 с. — (Работаем по новым стандартам). — ISBN 978-5-09-017995-9.

2. Константинов, Ю. С. Методика обучения: уроки ориентирования : учеб.пособие для вузов / Ю. С. Константинов, О. Л. Глаголева. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 329 с. — (Серия : Образовательный процесс).

#### **6.2.2. Список литературы, используемой педагогом в работе**

1. Константинов, Ю. С. К65 Детско-юношеский туризм : учеб.пособие для академического бакалавриата / Ю. С. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 455 с. — Серия : Университеты России.

2. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися (Текст) / Под общ.ред. М.М. Бостанджогло. — Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ДОД «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения Российской Федерации». — М.: Изд-во «Канцлер», 2015. - 24 с.

3. Константинов Ю. С. «Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей»/ М.: ФЦДЮТК, 2011-180 с.

### **6.2.3.Интернет ресурсы**

1. Электронное пособие - <http://budetinteresno.info/lit.htm>.
2. Уроки ориентирования - <https://fcdtk.ru/>
3. АлексеевА.А. Питание в туристском походе -  
<http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev/index.htm>
4. Штюрмер Ю.А. Карманный справочник туриста -  
<http://www.outdoors.ru/book/sptur/index.php>
2. Богащенко Ю.А., Бормотов И.В. Навесная переправа -  
[http://nkosterev.narod.ru/met/nav\\_per.html](http://nkosterev.narod.ru/met/nav_per.html)
3. Александров Н.В. Приключения Люськи (учебные рассказы по правилам безопасности в походе) - <http://nkosterev.narod.ru/met/luska.html>
4. Берман А.Е. Юный турист - <https://sheba.spb.ru/bib/berman-turist.htm>
5. Сервер для туристов и путешественников Скиталец.ru - <https://skitalets.ru/>

## **Приложения**

**Календарный учебный график**

№ п/п	№ урока	Дата проведения		Тема занятия	Кол-во часов		Форма занятия	Форма контроля
		План	Корректировка		Теория	Практика		
<b>1</b>	<b>Модуль 1. Вводный</b>							
1.1	1			<b>1.1.Оздоровительная роль туризма</b> Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека.	1	1	Беседа, практика	Наблюдение
1.2	2			<b>1.2.Правила поведения юных туристов</b> Правила поведения в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, и парке (лесу).	1	1	Беседа, практика	Наблюдение
1.3	3			Правила поведения юных туристов в многодневном походе	-	2	Прогулка	Наблюдение опрос
1.4	4			<b>1.3.Личное и групповое снаряжение и уход за ним</b> Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии	1	1	Лекция, беседа	Наблюдение
1.5	5			Работа с личным оборудованием	-	2	практика	Наблюдение
1.6	6			Игра «Собери рюкзак»	-	2	игра	Наблюдение
1.7	7			Групповое снаряжение	1	1	Лекция, беседа	Наблюдение
1.8	8			Уход за личным и групповым снаряжением в походе	1	1	Лекция, беседа	Наблюдение
1.9	9			Разновидности палаток и правила использования	-	2	Практика	Наблюдение
1.10	10			Костровое снаряжение, применение его в походе <i>Промежуточная аттестация</i>	-	2	Практика	Наблюдение, тестирование
<b>2.</b>	<b>Модуль 2. Топография и ориентирование</b>							
2.1.	11			<b>2.1.Компас и его устройство</b> Знакомство с компасом – прибором для определения сторон горизонта	1	1	Лекция, практика	Наблюдение

2.2	12			Направления С, З, Ю и В на циферблате компаса	1	1	Лекция, практика	Наблюдение
2.3	13			<b>2.2.План местности</b> История развития способов изображения земной поверхности	1	1	Лекция, практика	Наблюдение
2.4.	14			Рисунок и простейший план местности (школьного двора, двора своего дома или своей улицы)	1	1	Лекция, практика	Наблюдение
2.5.	15			<b>2.3.Условные знаки</b> Способы изображения на рисунках	2	-	Лекция	Наблюдение
2.6.	16			Рисовка условных знаков	-	2	практика	Наблюдение
2.7.	17			Топографические условные знаки	-	2	Практика	Наблюдение
2.8.	18			Пояснительные условные знаки	-	2	Практика	Наблюдение
2.9.	19			Условные знаки спортивного ориентирования	-	2	практика	Наблюдение
2.10	20			<b>2.4.Ориентирование по сторонам горизонта</b> Стороны горизонта	1	1	Лекция, практика	наблюдение
2.11.	21			Определение сторон горизонта по небесным светилам	-	2	практика	Наблюдение
2.12	22			<b>2.5.Ориентирование на местности</b> Ориентирование в лесу, у реки, в поле	1	1	Лекция, практика	Наблюдение
2.13	23			Ориентирование с помощью карты	-	2	Практика	Тестирование
2.14	24			Ориентирование с помощью компаса	-	2	Практика	Наблюдение
2.15	25			Ориентирование с использованием легенды в школе	-	2	Практика	Наблюдение
2.16	26			<b>2.6.Виды туристского ориентирования</b> Знакомство с основами правил соревнований по туристскому ориентированию.	2	-	Лекция	Наблюдение
2.17	27			Движение по легенде	-	2	Практика	Наблюдение
2.18	28			Виды туристского ориентирования и их особенности	2	-	Лекция	Наблюдение
2.19	29			Азимутальный маршрут	-	2	Практика	Наблюдение
2.20	30			<b>2.7.Экскурсионное ориентирование</b> Экскурсионные объекты	1	1	Беседа, практика	Наблюдение опрос
2.21	31			Работа туристской группы при движении по легенде на	-	2	практика	Наблюдение

				экскурсии			
2.22	32			Основные правила, технические приемы и условия соревнований по ориентированию на обозначенном маршруте	1	1	Лекция, практика
2.23	33			Прохождение дистанции под руководством педагога. <i>Промежуточная аттестация</i>	-	2	Практика
3.	<b>Модуль 3. Личная гигиена и первая доврачебная помощь</b>						
3.1	34			<b>3.1Личная гигиена юного туриста</b> Правила соблюдения личной гигиены юного туриста на туристских прогулках	1	1	Беседа, практика
3.2	35			Личная гигиена туриста в летнем и зимнем походе	1	1	Беседа, практика
3.3	36			<b>3.2.Оказание первой доврачебной помощи</b> Причины, характеристика травм.	1	1	Беседа, практика
3.4	37			Ушибы, растяжения, переломы костей	-	2	Практика
3.5	38			<b>3.3.Обработка ран, ссадин и наложение повязок</b> Правила и способы обработки ран, ссадин.	1	1	Беседа, практика
3.6	39			Виды кровотечений Наложение повязок: чепец, «черепашья», голеностопного сустава, спиралевидная на один палец, косыночная и галстучная повязки	1	1	Ролевая игра
3.7	40			<b>3.4.Индивидуальная и групповая медицинские аптечки</b> Состав медицинской аптечки (индивидуальной и групповой) для туристской прогулки.	1	1	Беседа, практика
3.8	41			<b>3.5.Способы транспортировки пострадавшего</b> Организация транспортировки пострадавшего при несложных травмах	1	1	Беседа, практика
3.9	42			Носилки из подручных материалов	-	2	Практика
3.10	43			Состав групповой медицинской аптечки	-	1	Ролевая игра

				Транспортировка пострадавшего <i>Промежуточная аттестация</i>	-	1		
<b>4. Модуль 4. Основы краеведения</b>								
4.1	44			<b>4.1.Родословие</b> Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники	1	1	Лекция, практика	Наблюдение
4.2	45			Составление генологического древа семьи	-	2	Практика	Наблюдение
4.3	46			<b>4.2.Моя школа</b> Изучение истории школы: «Моя школа»	1	1	Беседа, практика	Наблюдение
4.4	47			<b>4.3.Природа моего края</b> Погода, климат своей местности	1	1	Лекция, практика	Наблюдение
4.5	48			Организация наблюдений за погодой	-	2	прогулка	Наблюдение
4.6	49			Приборы для наблюдений за погодой	1	1	Беседа, практика	Наблюдение
4.7	50			Растения и животные своей местности в разные времена года	2	-	лекция	наблюдение
4.8	51			зарисовка отпечатков следов животных и птиц	-	2	практика	наблюдение
4.9	52			<b>4.4.Азбука краеведения</b> Достопримечательности своего района	1	1	Беседа, практика	Наблюдение
4.10	53			Охрана памятников истории	1	1	Лекция, прогулка	Наблюдение
4.11	54			Экскурсии в парк и наблюдение за поведением птиц, животных	-	2	экскурсия	наблюдение
4.12	55			Экскурсия в краеведческий музей <i>Промежуточная аттестация</i>	-	2	экскурсия	Наблюдение, тестирование
<b>5. Модуль 5. Азбука спортивно –оздоровительного туризма</b>								
5.1	56			<b>5.1.Туристские узлы и их применение</b> Основные туристские узлы их назначение и использование	1	1	Лекция, практика	наблюдение
5.2	57			Контрольный, восьмерка, восьмерка проводник, двойной проводник, встречный, встречная восьмерка	1	1	Лекция, практика	наблюдение
5.3	58			Соревнования по вязанию туристских узлов	-	2	Соревнования	Тестирование
5.4	59			<b>5.2.Лыжный туризм</b> Правильный подбор лыж и лыжных палок для занятий	1	1	Беседа, практика	Наблюдение

				на местности.			
5.5	60			Управление лыжами на месте	-	2	практика
5.6	61			Ходьба на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без палок	-	2	практика
5.7	62			передвижение на лыжах по лыжне до 600-700 м	-	2	практика
5.8	63			игры на лыжах (эстафеты до 50 м)	-	2	игра
5.9	64			движение боковыми приставными шагами	-	2	практика
5.10	65			Лыжная прогулка	-	2	прогулка
5.11	66			<b>5.3.Пешеходный туризм</b> Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий	1	1	Лекция, практика
5.12	67			Техника преодоление крутых склонов (спуски, подъемы)	1	1	лекция, практика
5.13	68			Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий	-	2	поход
5.14	69			Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям)	-	2	поход
5.15	70			Переправа по бревну. Преодоление завалов	-	2	поход
5.16	71			Движение по песчаным склонам (спуски и подъемы)	-	2	поход
5.17	72			Отработка на практике элемента навесная переправа	-	2	поход
5.18	73			Отработка на практике элемента переправа по бревну	-	2	поход
5.19	74			Отработка на практике элемента параллельные перила	-	2	поход
5.20	75			<b>5.4.Полоса препятствий пешеходного туризма (осень, весна)</b> Естественные и искусственные препятствия	2	-	лекция
5.21	76			Способы преодоления препятствий.	-	2	поход
5.22	77			Личное и командное прохождение дистанции полосы препятствий	-	2	поход
5.23	78			Соревнования по преодолению полосы препятствий. <i>Промежуточная</i>	-	2	практика
							соревнования, тестирование

				<i>аттестация</i>				
<b>6.</b>	<b>Модуль 6. Общая физическая подготовка</b>							
6.1	79			<b>6.1.Общая физическая подготовка и оздоровление организма</b> Влияние физических упражнений на укрепление здоровья	1	1	беседа, практика	наблюдение
6.2	80			Упражнения на развитие быстроты	-	2	практика	наблюдение
6.3	81			Упражнения на развитие силы	-	2	практика	наблюдение
6.4	82			Упражнения на развитие ловкости	-	2	практика	наблюдение
6.5	83			Упражнения на развитие гибкости	-	2	практика	наблюдение
6.6	84			Упражнения на развитие выносливости	-	2	практика	наблюдение
6.7	85			Общеразвивающие упражнения	-	2	практика	наблюдение
6.8	86			Общеподготовительные упражнения	-	2		
6.9	87			Упражнения для отдельных групп мышц	-	2	практика	наблюдение
6.10	88			Упражнения для отдельных групп мышц	-	2	практика	наблюдение
6.11	89			<b>6.2.Подвижные и спортивные игры</b> Организация подвижных игр	-	2	практика	наблюдение
6.12	90			Футбол	-	2	практика	наблюдение
6.13	91			Баскетбол	-	2	практика	наблюдение
6.14	92			Волейбол	-	2	практика	наблюдение
6.15	93			Спортивная эстафета «Выше, сильнее, быстрее» <i>Промежуточная аттестация</i>	-	2	эстафета	наблюдение, контрольные нормативы
<b>7.</b>	<b>Модуль 7. Азбука туристско – бытовых навыков юного туриста</b>							
7.1	94			<b>7.1.Основы безопасности в природной среде</b> Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки	1	1	беседа, практика	наблюдение
7.2	95			Основы безопасности дома и в школе	1	1	беседа, практика	наблюдение
7.3	96			<b>7.2.Туристская группа на прогулке (экскурсия по городу)</b> Строй туристской группы. Направляющий, замыкающий в туристской группе	1	1	беседа, практика	наблюдение
7.4	97			Питьевой режим на туристской прогулке	-	2	поход	наблюдение
7.5	98			Индивидуальный и групповой ремонтный набор	1	1	беседа, практика	наблюдение

7.6	99			Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими.	-	2	практика	наблюдение
7.7	100			Организация привалов во время прогулки (экскурсии). Ритм и темп движения туристской группы во время прогулки (экскурсии)	1	1	беседа, практика	наблюдение
7.8	101			Экскурсия в музей	-	2	экскурсия	наблюдение
7.9	102			Охрана природы на туристской прогулке или во время экскурсии	-	2	поход	наблюдение
7.10	103			Построение в походную колонну, отработка движения группы	-	2	поход	наблюдение
7.11	104			Взаимопомощь в туристской группе	-	2	поход	наблюдение
7.12	105			<b>7.3.Организация биваков и охрана природы</b> Бивак на туристской прогулке	2	-	лекция	наблюдение
7.13	106			Установка палатки, тента для палатки или тента для отдыха группы.	-	2	поход	наблюдение
7.14	107			Организация бивака	-	2	поход	наблюдение
7.15	108			Устройство и оборудование бивака (место для установки палатки, приготовление приема пищи, отдыха, умывания, туалет) <i>Промежуточная аттестация</i>	-	2	поход	наблюдение, тестирование

**Приложение 2**  
**Задания для промежуточной аттестации**

**Модуль 1.Вводный**

**Тестовое задание**  
 (за каждый правильный ответ – 1 балл)

**1. Введение**

1. Что, по вашему мнению, означает слово Туризм?
2. Кто такой Турист?
3. Чем полезен туризм?

**2. Конкурс «Снаряжение»**

1.

Выбрать из предложенного списка личное и групповое снаряжение для пешеходного похода и заполнить таблицу.

2.

№		№	Наименование снаряжения
1.	Бахилы + подбахильникил	1.	Байдаркаг
2.	Ботинки с подошвой типа «вибрам» л	2.	Бритвал
3.	Жилетл	3.	Веревка вспомогательнаяг
4.	Индивидуальный пакетл	4.	Веревка основнаяг
5.	Карабин альпинистскийг	5.	Веслог
6.	Каскал	6.	Видеокамерал
7.	Коврик пенополиуретановыйл	7.	Гитарал
8.	Костюм аноракл	8.	Жилет спасательныйл
9.	Костюм теплыйл	9.	Зеркальце в футлярел
10.	Кошкил	10.	Котелг
11.	Ледорубл	11.	Купальные принадлежностил
12.	Лыжи туристские + палкил	12.	Лопатаг
13.	Майка, шортыл	13.	Медицинская аптекаг
14.	Маска от ветрал	14.	Ножл
15.	Накидка полиэтиленоваял	15.	Палаткаг
16.	Носки хлопчатобумажныел	16.	Пилағ
17.	Носки шерстяныел	17.	Половникг
18.	Очки солнцезащитныел	18.	Расчёскал
19.	Палки телескопическиел	19.	Ремонтный наборг
20.	Панамал	20.	Рукавицы брезентовыел
21.	Перчаткил	21.	Свечиг
22.	Подъемное устройствог	22.	Сковородаг
23.	Посудал	23.	Спальникл
24.	Пуховкал	24.	Тентг
25.	Репшнурл	25.	Термометрг
26.	Рубашкал	26.	Толстовка, свитерл
27.	Рукавицы тёплые	27.	Топорг
28.	Рюкзакл	28.	Трос костровойг
29.	Сапоги резиновые	29.	Туалетные принадлежностил
30.	Сидушка л	30.	Утюгг
31.	Сменная обувьл	31.	Фонарь налобныйл
32.	Спички в герметической упаковке	32.	Фотоаппаратг
33.	Спусковое устройствог	33.	Часыл
34.	Страховочная система	34.	Шапочка лыжнаял
35.	Тельняшкал	35.	Штурманский наборл

3.

№	Личное снаряжение	№	Групповое снаряжение
1		1	
2		2	
3		3	
4		4	
5		5	
6		6	
7		7	
8		8	
9		9	
10		10	
11		11	
12		12	
13		13	
14		14	
15		15	
16		16	
17		17	
18		18	
19		19	
20		20	
21		21	
22		22	
23		23	
24		24	
25		25	
26		26	
27		27	
28		28	
29		29	
30		30	
31		31	
32		32	
33		33	
34		34	
35.		35	

## Модуль 2. Топография и ориентирование

### Практические задания

#### Задание №1. Азбука топографии

1. Нарисуйте план вашей комнаты, кабинета.

(максимальное количество 10 баллов)

*Критерии оценки задания:*

- технически правильно выполненный рисунок – план кабинета и своей комнаты (все

*предметы изображены правильно, расстановка мебели изображена правильно и тд.) – 8 баллов;*

- рисунок – план кабинета или своей комнаты выполнен, с незначительными ошибками (например: недостаточное количество парт, изменение формы предмета) – 5 баллов.*

- рисунок – план кабинета или своей комнаты выполнен с множеством ошибок (например: неправильно расположено окно, дверь на рисунке, некорректное (непонятное) изображение мебели) – до 3 баллов.*

### **Задание № 2. Условные знаки топографических карт**

Используя карточки домино, сложите цепочку карточек так, чтобы каждое описание соответствовало нарисованному знаку(10 карточек).

*(за каждый правильный ответ – 1 балл.КВ = 5 минут)*

### **Задание № 3. Определение сторон горизонта по компасу**

Участники команды при помощи компаса определяют стороны горизонта.

*(максимальное количество – 2 балла.КВ = 5 минут)*

## **Модуль 3. Личная гигиена и первая доврачебная помощь**

### **Тестовое задание**

*(за каждый правильный ответ 2 балла)*

1. Для защиты голеностопного сустава в пешеходном походе применяются...		
Bахилы	Фонарики	Резиновые сапоги
2. Перед едой следует...		
Проголодаться	Почистить зубы	<b>Вымыть руки</b>
3. Одежду в пешеходном походе следует подбирать так, чтобы...		
Было красиво	Не вспотеть	<b>Не замёрзнуть</b>
4. Для обработки лёгких ран применяется...		
Йод	<b>Зелёнка</b>	Перекись водорода
5. Если вы чувствуете, что натираете мозоль на ноге, вы...		
Потерпите до ближайшего	<b>Немедленно сообщите</b>	Немедленно сообщите
большого привала	руководителю группы	медицину группы

## **Модуль 4. Основы краеведения**

### **Теоретическое задание**

Вопросы для теста по истории города Балахны

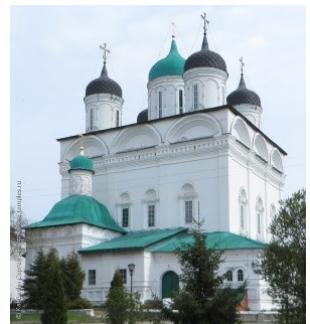
*(за каждый правильный ответ - 1 балл).*

1. Год основания города Балахна

а) 1852г.

**б) 1474г.**

- в) 1614г.
2. Благодаря какому промыслу стала известна Балахна
- добычей соли**
  - добычей известняка
  - добычей мрамора
3. Что за здание изображено на картинке?
- Спасская церковь
  - Сретенская церковь
  - Церковь Рождества Христова**
4. Русский национальный герой. Организатор и один из руководителей народного Земского ополчения 1611 - 1612 годов в период борьбы против польско-литовской и шведской интервенций. Уроженец Балахнинской земли. Кто это?
- Дмитрий Донской
  - Казьма Минин**
  - Василий Шуйский



### Практическое задание

(максимальное количество 10 баллов)

Разработка и представление презентации на тему «Моя семья».

*Критерии оценки презентации:*

- обучающийся выполнил презентацию красочно (с фотографиями, видео), емко. Составил и продемонстрировал генологическое древо своей семьи, рассказал о своих родственниках до 5 колена (имена, кто они ему приходятся по какой линии, краткую биографию) – 10 баллов;
- обучающийся выполнил презентацию менее красочно и содержательно, допустил ошибки в составлении генологического древа либо вовсе его не составил, рассказал о своих родственниках до 3 колена (имена, кто они ему приходятся по какой линии, краткую биографию) – 5 баллов;
- обучающийся не выполнил презентацию, продемонстрировал фотографии своих родственников, генологическое древо не может составить, при рассказе про своих родственников допускает ошибки в виде: путает или не знает имена, не всегда может ответить на вопрос кто ему приходится этот родственник и по какой линии, плохо либо вовсе не знает биографию родственника – родственников – до 3 баллов.

### Модуль 5.Азбука спортивно –оздоровительного туризма

#### Тестовое задание

(за каждый правильный ответ - 1 балл)

1. Напишите названия данных устройств.



2. Встречный узел применяется для связывания веревок:
  - а) Любой диаметра
  - б) Разного диаметра
  - в) Одинакового диаметра**
3. Какой из узлов обеспечивает снятие веревки после окончания переправы всей группы?
  - а) Удавка
  - б) Штык
  - в) Карабинная удавка**
  - г) Булинь

### Практические задания

(максимальное количество – 5 баллов за каждое задание)

Задание 1: Продемонстрировать способ прохождения траверса

Задание 2: Завязать узел «Австрийский проводник»

## Модуль 6. Общая физическая подготовка

### Контрольные нормативы по общей физической подготовке

№ п/п	Контрольные нормативы	Высокий	Средний	Низкий
1.	Наклон вперед сидя (см)	+15-13	+12-9	+8-6
2.	Прыжки на скакалке за 60 сек. (кол-во раз)	125-110	111-95	94-84
3.	Подтягивание в висе лёжа (кол-во раз)	17-12	11-8	7-5
4.	Бег 60 м (сек)	10,0-10,4	10,6-10,8	11,2-11,4

## Модуль 7. Азбука туристско – бытовых навыков юного туриста

### Тестовое задание

(за каждый правильный ответ - 1 балл)

1. Какую воду можно пить на маршруте?

Любую	Только родниковую	<b>Кипячёную</b>	Газированную
-------	-------------------	------------------	--------------

2. Можно ли располагать палаточный лагерь на территории, где есть наклонные, старые, гнилые деревья?

Да	Нет	Можно, если в случае падения стволы не упадут на лагерь
----	-----	--

### **Практическое задание**

Организация бивуака (*максимальное количество баллов - 10*)