

Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
Муниципального образования город Ирбит  
«Центр детского творчества»  
Пролетарская ул., дом 61, г. Ирбит Свердловской области, 623856  
тел. / факс (34355) 6-48-66 Е –mail: [cdtsekret@mail.ru](mailto:cdtsekret@mail.ru)

---

РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА  
педагогическим советом  
МАОУ ДО «Центр детского  
творчества»  
Протокол № 1  
от "30" августа 20 17 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАОУ ДО  
"Центр детского творчества"  
Сухова Н. В. Суких  
"08" сентября 2017 г.  
Приказ № 74  
от "08" сентября 20 17 г.



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
туристического клуба «Виват»**

/отделение начальной подготовки коллективов «Виват и К»/

**«Спортивно-познавательный туризм»**

Направленность программы: туристско-краеведческая

Возраст обучающихся: 8-11 лет

**Автор-составитель:**

Подковырина Надежда Анатольевна,  
педагог дополнительного образования,  
ВКК

г. Ирбит

2017 год

## Оглавление программы

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	11
1.3. Содержание программы .....	13
1.4. Планируемые результаты.....	36
2. Комплекс организационно-педагогических условий .....	50
2.1. Календарный учебный график.....	50
2.2. Условия реализации программы .....	51
2.3. Формы аттестации (контроля) .....	55
2.4. Оценочные материалы.....	55
2.5. Методическое обеспечение.....	57
2.6. Рабочие программы.....	63
2.7. Список литературы .....	64
Приложение 1 .....	73
Приложение 2 .....	74
Приложение 3 .....	76
Приложение 4 .....	80

# **1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

Инновационные реформы образования общеобразовательной школы предусматривают комплексный характер организации физического воспитания учащихся и их обучения основам личной и общественной безопасности в условиях различных экстремальных ситуаций.

В связи с введением нормативов ГТО по физической подготовленности, инвариантная часть учебной программы по физической культуре предусматривает в рамках Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, изучение обучающимися теоретических сведений по спортивному туризму, овладение элементов туристской техники, участие в учебных и зачетных летних и зимних походах, туристских слетах и соревнованиях по спортивному ориентированию.

В свою очередь, инвариантная часть учебной программы «Окружающий мир», предусматривает изучение тем по разделам «Эта удивительная природа», «Родной край - часть большой страны», «Природа России» и т.д., а также, участие в соревнованиях, организованных в рамках Всероссийского детско-юношеского движения «Школа безопасности» - «Зарничка».

Учреждения дополнительного образования, а конкретно клубная туристическая система, созданная в Центрах детского творчества, - это особая сфера деятельности, которая при правильной организации и реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, создает неограниченные возможности для каждого ребенка, а именно, пережить чувство успеха, ощущение нужности и полезности, уверенности в своих силах, что в целом повышает степень нравственной устойчивости и дает возможность полноценного развития личности.

**Направленность программы** – туристско-краеведческая.

**Объединение** – отделение туристско-краеведческой направленности.

### **Название коллектива:**

- туристический клуб «Виват», отделение начальной подготовки коллективов «Виват и К» / МБОУ «СОШ №8», базовая площадка МАОУ ДО «Центр детского творчества»/.

Учитывая последние тенденции общеобразовательной школы и социальный запрос в целом обучения детей и подростков по данному направлению, а также, удовлетворение их возрастных потребностей и интересов в сфере дополнительного образования в области туристско-краеведческой деятельности, данный жизненный аспект показывает необходимость создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по спортивно-познавательному туризму и ее прикладным видам.

Спортивно-познавательный туризм, включает в себя организацию и проведение различных походов, в т.ч. походов выходного дня, массовых походов, спортивных категорийных походов, туристических слетов и соревнований.

Спортивно-познавательный туризм - уникальное средство общения между людьми, основанное на реальном знакомстве с жизнью, историей, культурой и обычаями тех регионов, где проходят маршруты туристических походов, что является проявлением народной толерантности и дипломатии.

Спортивно-познавательный туризм - наиболее демократичный вид отдыха, характеризующийся специфической формой народного творчества, свободным выбором формы собственной активности, реализующейся в условиях походной жизни на самостоятельно разработанном маршруте.

Специфические, наиболее характерные черты спортивно-познавательного туризма обозначены в следующих тезисах:

1. Туризм - это здоровый образ жизни человека, а не просто хобби или способ самооздоровления.

2. Увлечение туризмом имеет глубокие корни в российской истории. Все аспекты туристского путешествия - это полная аналогия традиций и устремлений русских путешественников - землепроходцев, т.е. данное увлечение довольно характерная национальная черта.

3. Туризм - явление комплексное, которое развивает человека в таких направлениях, как:

духовная сфера - развитие высоких человеческих качеств, необходимых в экстремальных условиях походной жизни;

познавательные аспекты, включая совершенствование экологической культуры человека;

самоутверждение личности, включая спортивные и иные достижения;

оздоровительный эффект - естественное благотворное влияние природной среды, многообразные формы общественно-полезной деятельности практически всегда сопутствуют путешествию.

4. Туризм - это эффективная форма военно-патриотического воспитания.

5. Туризм охватывает все возрастные и социальные группы населения страны, включая детей дошкольного возраста, школьников, студентов, сирот, инвалидов и т.д., а также всю семью в целом.

6. Туризм - это источник создания интеллектуального продукта в сфере разработки теории и практики туризма (стратегии, тактики, техники хождения и т.д.), создания новейших туристских маршрутов (в том числе и квалифицированных кадров: мастеров спорта, гидов, инструкторов, тренеров).

7. Вся деятельность человека в туризме естественна и натуральна, т.к. охватывает весь первобытный комплекс действий и поступков человека, поэтому является наиболее эффективной системой занятий, компенсирующей недостатки городской среды обитания.

8. В условиях современного стрессового пространства, спортивно-познавательный туризм автоматически создает внутри себя «школу по самовыживанию» человека в сложной техногенной среде обитания.

Суть спортивного туризма коротко может быть выражена слоганом: «За Духовность, Спорт, Природу!».

Отечественная педагогика накопила громадный опыт коллективного воспитания. Коллектив, так же, как и малая социальная группа, является механизмом, который помогает личности адаптироваться в системе

функционально-ролевых отношений через отношения сотрудничества, человеческого богатства. Именно в туристской деятельности (ТД) детского объединения создаются оптимальные условия для самореализации современного ребенка.

Сам туризм как форма жизнедеятельности, это: и область человеческих знаний, и образ жизни, и вид спорта, и форма проведения досуга, и способ самовыражения личности, самосовершенствования и оздоровления организма.

Туристическое объединение в системе дополнительного образования дает возможность свободы выбора занятий по интересам, формирует определенный стиль отношений между педагогами и воспитанниками, позволяет нивелировать индивидуальные тенденции в развитии личности, формируя заботливое отношение к окружающей жизни и людям.

Именно в силу специфики туризма: совместное проживание педагогами и воспитанниками определенного «отрезка жизни», когда огромную роль играют не только профессиональные, но и, прежде всего, личностные качества любого ребенка, появляется возможность собственной самооценки, а значит, и социализации.

Данная программа является модифицированным и скорректированным соответствием существующим государственным требованиям в системе дополнительного образования по подготовке детей к образовательной туристической деятельности, направленной на познание родного края.

**Актуальность разработки** данной программы обусловлена приоритетными направлениями деятельности в сфере дополнительного образования, закрепленными следующими нормативно-правовыми документами:

1. ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273.
2. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. приказом Минпросвещения России от 09 августа 2018 года № 196).
3. Конвенция ООН «О правах ребенка».

4. Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года №78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

6. Постановление Правительства Российской Федерации от 5 августа 2013 г. N 662 «Об осуществлении мониторинга системы образования».

7. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. N 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 6 октября 2010 г., регистрационный N 18638) с изменением, внесенным приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 31 мая 2011 г. N 448н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 1 июля 2011 г., регистрационный N 21240).

8. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

9. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. N1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

10. Устав МАОУ ДО «Центр детского творчества».

11. Инструктажи по ТБ и следующими факторами:

- приоритетами образовательной политики в сфере дополнительного образования, заявленными в «Основных направлениях политики Правительства Свердловской области (СО) в сфере дополнительного образования и программе её реализации на 2016-2020 годы», что нашло свое отражение в областной

экологической программе «Родники» (совместная программа Министерства общего и профессионального образования СО и Министерства природных ресурсов СО), областной туристско-краеведческой экспедиции «Уральская тропа» в рамках программы «Каменный пояс - третье тысячелетие» (Министерство общего и профессионального образования СО) и областном Фестивале «Интеллектуалы Среднего Урала», в части проведения Открытого первенства по спортивному туризму «Школа безопасности» среди школьников СО в рамках программы Всероссийского детско-юношеского движения «Школа безопасности» (Министерство образования и науки РФ и МЧС РФ);

- политикой Министерства общего и профессионального образования СО в сфере гражданского, патриотического, духовно-нравственного воспитания молодежи, которая непосредственно регламентирована Программой гражданско-патриотического воспитания молодежи СО в рамках реализации Федеральной программы – «Дети России».

Данная программа нацелена на создание условий для полного принятия ребенка, его индивидуально-личностного развития на всех этапах обучения, на создание ситуации «успеха» всех субъектов образовательного процесса.

**Отличительные особенности данной программы** заключаются в непосредственном ее назначении:

- создание в системе дополнительного образования условий для развития спортивно-познавательной туристской деятельности обучающихся, как средств становления личности;

- удовлетворение естественной потребности детей и подростков в непосредственном познании мира, своего края;

- интегрирование и практическое применение в естественных природных условиях знаний, полученных на уроках окружающего мира, технологии, изобразительного искусства, музыки, математики, физической культуры общеобразовательной школы;

- улучшение физического здоровья детей с помощью спортивной туристской закалки, посредством походов и тренировок;



- развитие способности ребенка к самостоятельному решению возникающих проблем;

- стимулирование творческой активности ребенка средствами туризма и краеведения, чтобы совместно со школой и семьей воспитать гармоничного, здорового человека.

Образовательный процесс представляет собой организацию обучения на добровольных началах, создание комфортной психологической атмосферы, развитие ребенка, раскрытие его творческих и физических возможностей, а также, таких качеств личности, как инициативность, самостоятельность, дисциплинированность, развивающих индивидуальность человека.

Процесс обучения построен на реализации следующих **принципов**:

*Принципы сознательности и активности* предусматривают сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении специальными техническими приемами, осмысленного отношения к их выполнению, воспитание способности к самооценке и соответствующему анализу своих действий.

*Принцип наглядности* помогает создать представление о непосредственном выполнении двигательных действий туристической техники, повышает интерес к более глубокому и прочному их усвоению.

Приемы наглядности:

- просмотр двигательных действий туристической техники;
- словесный разбор двигательных действий туристической техники;
- демонстрация двигательных действий туристической техники и т.д.;
- изучение схем, рисунков, наглядных пособий и др.

*Принцип доступности* требует постановки перед обучающимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

*Принцип систематичности* предусматривает непрерывность процесса формирования туристических навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности обучающихся, определенную

последовательность решения тактико-технических и др. заданий.

*Принцип гуманности* в воспитательной работе выражает:

- безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
- глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
- создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения.

*Принцип демократизма* основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

#### **Адресат программы.**

Данная программа адресуется педагогам дополнительного образования в туристско-краеведческой области деятельности, реализующим дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы по спортивно-познавательному туризму для детей 8-11 лет.

**Форма обучения** - очная.

#### **Виды занятий:**

- индивидуальные занятия;
- групповые;
- индивидуально-групповые;
- коллективные лекции;
- коллективные тренировки;
- экскурсионная деятельность;
- походная деятельность;
- соревновательная деятельность;
- конкурсы, фестивали.

**Срок освоения программы:** 3 года.

Программа состоит из 2 этапов (ступеней) обучения:

*1 этап - ознакомительный (стартовый) уровень, 1-2 года обучения;*

*2 этап – базовый уровень, 3 год обучения.*

Программа не предполагает повышенного уровня обучения, в связи с индивидуальными особенностями группы обучения (младший школьный возраст).

Каждый этап предполагает изучение определенных тем, соответствующих возрасту обучающихся, восприятию учебного материала и его усложнению на каждом этапе обучения.

### **Объем программы**

Данная программа рассчитана на 432 учебных часов, из расчета 36 учебных недель, соответственно ступеням и годам обучения.

#### *1 ступень, 1-2 год обучения:*

- 1 год обучения - 144 учебных часа, из расчета 36 учебных недель, 4 учебных часа в неделю;

- 2 год обучения – 144 учебных часа, из расчета 36 учебных недель, 4 учебных часа в неделю;

#### *2 ступень обучения, 3 год обучения:*

- 3 год обучения – 144 учебных часа, из расчета 36 учебных недель, 4 учебных часа в неделю.

**Режим занятий** составлен с учетом учебного плана образовательного учреждения, индивидуальной тарификационной нагрузки педагога, требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», а именно: *от 2 до 4 учебных часов на всех ступенях обучения.*

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Целью данной программы является:**

Создание у детей оптимального уровня знаний и умений в области спортивно-познавательного туризма, а также условий для их самореализации в

сфере активной физической и практической спортивно-туристической деятельности.

**Задачи:**

1. Укрепление здоровья.
2. Повышение общеобразовательного уровня и технического спортивно-туристического мастерства.
3. Проведение спортивных походов, путешествий, соревнований и других массовых мероприятий, обеспечивающих совершенствование туристических навыков.
4. Создание «банка краеведческой информации» по своему району, округу, области на основе материалов собранных участниками экспедиции «Уральская тропа».
5. Формирование в сознании ребенка понимания важности сохранения и бережного использования культурного и природного наследия.
6. Стимулирование развития творческой, познавательной самостоятельности на занятиях спортивно-познавательного туризма.
7. Создание условий для успешной социальной адаптации детей, посредством вовлечения их в туристско-краеведческую деятельность.
8. Воспитание патриотизма и гражданственности.

### 1.3. Содержание программы

#### 1.3.1. Учебно-тематический план /из расчета 36 учеб. недель/

#### 1.3.2.

№ п/п	Название темы	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения		
		Кол.- во часов	В том числе, час.		Кол.- во часов	В том числе, час.		Кол.- во часов	В том числе, час.	
			Теор.	Практ.		Теор.	Практ.		Теор.	Практ.
<b>1.</b>	<b>История развития туризма.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
1.1.	История развития туризма. Развитие туризма в России.	1	1	-	1	1	-	-	-	-
1.2.	Туризм плановый, спортивный (самодетельный), международный.	1	1	-	1	1	-	-	-	-
<b>2.</b>	<b>Спортивное путешествие.</b>	<b>34</b>	<b>12</b>	<b>22</b>	<b>34</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
2.1.	Организация спортивного туризма.	6	2	4	6	2	4	-	-	-
2.2.	Туристическое снаряжение.	4	2	2	4	2	2	-	-	-
2.3.	Питание в походе.	6	2	4	6	2	4	-	-	-
2.4.	Приемы ориентирования в путешествии.	6	2	4	6	2	4	-	-	-
2.5.	Организация привалов и ночлегов.	6	2	4	6	2	4	-	-	-
2.6.	Полезная работа в путешествии. Организация наблюдений.	6	2	4	6	-	6	-	-	-
<b>3.</b>	<b>Техника и тактика</b>	<b>30</b>	<b>8</b>	<b>22</b>	<b>30</b>	<b>8</b>	<b>22</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>

	<b>туризма.</b>									
3.1.	Техническая подготовленность туриста.	20	2	18	20	2	18	-	-	-
3.2.	Тактическая подготовленность туриста.	10	6	4	10	6	4	-	-	-
<b>4.</b>	<b>Экология.</b>	<b>16</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	-	-	-
4.1.	Основы экологических знаний.	10	8	2	10	8	2	-	-	-
4.2.	Охрана природы.	6	4	2	6	4	2	-	-	-
<b>5.</b>	<b>Краеведение.</b>	<b>20</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>20</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	-	-	-
5.1.	Виды краеведения.	2	2	-	2	2	-	-	-	-
5.2.	Памятники истории и культуры.	6	2	4	6	2	4	-	-	-
5.3.	Изучение родного края.	8	2	6	8	2	6	-	-	-
5.4.	Военно-патриотическая работа.	4	2	2	4	2	2	-	-	-
<b>6.</b>	<b>Безопасность в туризме.</b>	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	-	-	-
6.1.	Основы безопасности.	2	2	-	2	2	-	-	-	-
6.2.	Аварийное ориентирование.	4	2	2	4	2	2	-	-	-
6.3.	Основы гигиены и доврачеб- ная помощь.	4	4	-	4	4	-	-	-	-
6.4.	Общая и специальная физическая подготовка	4	2	2	4	2	2	-	-	-
6.5.	Начальная специальная подготовка.	4	2	2	4	2	2	-	-	-
<b>7.</b>	<b>Туристические соревнования.</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	-	-	-
7.1.	Дистанции и этапы соревнований.	4	2	2	4	2	2	-	-	-
7.2.	Подготовка соревнований.	4	4	-	4	4	-	-	-	-

7.3.	Техника и тактика выступлений.	8	-	8	8	-	8	-	-	-
7.4.	Оборудование дистанций.	2	-	2	2	-	2	-	-	-
7.5.	Судейство туристических соревнований.	2	2	-	2	2	-	-	-	-
7.6.	Виды туристических соревнований.	4	-	4	4	-	4	-	-	-
<b>8.</b>	<b>Специальная подготовка по спортивному туризму.</b>	-	-	-	-	-	-	<b>87</b>	<b>13</b>	<b>74</b>
8.1.	Специальное личное снаряжение.	-	-	-	-	-	-	2	1	1
8.2.	Узлы.	-	-	-	-	-	-	4	2	2
8.3.	Работа с веревками.	-	-	-	-	-	-	4	2	2
8.4.	Работа с карабинами.	-	-	-	-	-	-	2	1	1
8.5.	Личное прохождение этапов спортивного туризма.	-	-	-	-	-	-	8	5	3
8.6.	Командное прохождение дистанции по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции-пешеходные».	-	-	-	-	-	-	23	-	23
8.7.	Полигоны по спортивному туризму.	-	-	-	-	-	-	4	-	4
8.8.	Соревнования по спортивному туризму в дисциплине дистанции пешеходные (лыжные).	-	-	-	-	-	-	20	2	18
8.9.	Учебно – тренировочные сборы по СТ.	-	-	-	-	-	-	20	-	20
<b>9.</b>	<b>Походная подготовка. Турбыт</b>	-	-	-	-	-	-	<b>32</b>	<b>7</b>	<b>25</b>

9.1.	Групповое снаряжение.	-	-	-	-	-	-	2	1	1
9.2.	Подготовка к походу.	-	-	-	-	-	-	2	1	1
9.3.	Движение в походе.	-	-	-	-	-	-	2	1	1
9.4.	Профилактика опасностей в походе.	-	-	-	-	-	-	2	1	1
9.5.	Организация бивачных работ.	-	-	-	-	-	-	2	1	1
9.6.	Доврачебная помощь.	-	-	-	-	-	-	4	2	2
9.7.	Походы.	-	-	-	-	-	-	18	-	18
<b>10.</b>	<b>Спортивное ориентирование</b>	-	-	-	-	-	-	<b>25</b>	<b>11</b>	<b>14</b>
10.1.	Краткие сведения о спортивном ориентировании.	-	-	-	-	-	-	1	1	-
10.2.	Топографическая подготовка.	-	-	-	-	-	-	1	-	1
10.3.	Виды и правила соревнований по спортивному ориентированию.	-	-	-	-	-	-	2	1	1
10.4.	План. Карта.	-	-	-	-	-	-	2	1	1
10.5.	Компас.	-	-	-	-	-	-	2	1	1
10.6.	Условные знаки.	-	-	-	-	-	-	2	1	1
10.7.	Тактико-техническая подготовка.	-	-	-	-	-	-	2	1	1
10.8.	Азимут. Движение по азимуту.	-	-	-	-	-	-	4	2	2
10.9.	Чтение карты.	-	-	-	-	-	-	4	2	2
10. 10.	Полигоны по спортивному ориентированию.	-	-	-	-	-	-	2	-	2



10.	Соревнования по спортивному ориентированию.	-	-	-	-	-	-	3	1	2
11.		<b>144</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>144</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>144</b>	<b>31</b>	<b>113</b>
<b>ИТОГО:</b>										

### 1.3.2 Содержание учебно-тематического плана

#### Содержание учебно-тематического плана

#### 1 этапа обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Содержание	Часов на тему	
			1 год об.-ния	2 год об.-ния
<b>1.</b>	<b>История развития туризма</b>		<b>2</b>	<b>2</b>
1.1.	История развития туризма. Развитие туризма в России.	Основные исторические вехи в развитии туризма. Главные исторические события в туризме.  Знаменитые путешественники и первопроходцы. Экспедиции и путешествия - открытия неизведанного.	1	1
1.2.	Туризм плановый, спортивный (самодетельный), международный.	Историческое развитие планового, спортивного (самодетельного) и международного туризма.  Организация и развитие планового, спортивного (самодетельного) и международного туризма – на современном этапе развития.	1	1
<b>2.</b>	<b>Спортивное путешествие.</b>		<b>34</b>	<b>34</b>
2.1.	Организация спортивного туризма.	Влияние занятий спортивным туризмом на здоровье человека. Виды туризма: по целям, по способам	6	6

		<p>передвижения, по классификации протяженности и продолжительности.</p> <p>Комплектование группы и подготовка к путешествию. Разработка района путешествия. Разработка маршрута. Составление календарного плана. Оформление и зачёт путешествия.</p>		
2.2.	Туристическое снаряжение.	<p>Личное снаряжение. Групповое снаряжение.</p> <p>Специальное снаряжение. Подготовка снаряжения к путешествию, уход за ним и ремонт.</p>	4	4
2.3.	Питание в походе.	<p>Основы рационального питания. Организация питания в походах выходного дня. Подготовка продуктов к походу выходного дня и их упаковка.</p> <p>Организация питания в путешествии. Организация питания в многодневных походах. Подготовка продуктов к походу многодневному и их упаковка. Приготовление пищи в походных условиях.</p>	6	6
2.4.	Приемы ориентирования в путешествии.	<p>Элементы топографии. Карты и схемы. Масштаб. Чтение карты.</p> <p>Способы ориентирования: ориентирование с помощью компаса и карты, ориентирование по местным предметам, ориентирование с картой без компаса, ориентирование без компаса и карты, ориентирование по туристической маркировке. Оценка расстояний и времени. Движение по азимуту.</p>	6	6
2.5.	Организация привалов и ночлегов.	<p>Привалы и ночлеги. Установка и оборудование палаток. Простейшие укрытия.</p>	6	6

		Костры и очаги. Место для костра. Разжигание костра. Заготовка топлива. Костры в лесистых районах. Очаги в малолесной местности.		
2.6.	Полезная работа в путешествии. Организация наблюдений.	<p>Формы общественно полезной работы. Метеорологические наблюдения в походе. Предсказание погоды.</p> <p>Фотографирование и ведение дневника. Наблюдения в походе: топографические, геологические и гидрологические, ботанические и зоологические, фенологические. Изучение рельефа.</p> <p><i>Практическое изучение материала раздела «Спортивное путешествие» осуществляется в рамках проведения походов выходного дня.</i></p>	6	6
<b>3.</b>	<b>Техника и тактика туризма.</b>		<b>30</b>	<b>30</b>
3.1.	Техническая подготовленность туриста.	<p>Снаряжение, используемое для технической оснащённости группы в пешем и лыжном туризме. Вязание узлов и их классификация. Отдельные технические приемы. Организация переправ через водную преграду, сухой овраг: движение вброд без наведения перил, движение по кладу, движение по бревну (классическая переправа), движение по навесной переправе, движение по веревке с перилами (параллельные перила), движение по тросу, маятниковая переправа, обеспечение страховки.</p> <p>Преодоление препятствий пешего характера: движение по дорогам и лесным тропам, движение по заболоченным участкам.</p> <p>Снаряжение, используемое для технической оснащённости группы в пеше-горном и лыжно-горном</p>	20	20

		<p>туризме. Передвижение по скальному рельефу: свободное лазание, движение по скальным участкам при подъемах, спусках и траверсах, страховка на скальном рельефе.</p> <p>Преодоление ледового рельефа: техника передвижений по льду (без кошек) при подъемах, траверсах, спусках; вырубание ступеней, самозадержание на льду.</p> <p>Преодоление снежного рельефа (в ботинках): движение по снегу, фирну, самозадержание на снегу, страховка на снегу.</p> <p>Особенности преодоления препятствий на лыжах: в районе плоскогорья и среднегорья – виды лыжной техники (лыжные ходы – передвижение одновременным одношажным и двухшажным ходом; подъемы: «елочкой», «лесенкой»; спуски: «лесенкой», «глиссированием»; торможение: «упором», «переступанием»; повороты на месте: прыжком; прохождение дистанции 1-3 км), передвижение группы по опасному участку реки (тонкий лед) и обеспечение страховки.</p> <p>Преодоление препятствий пешего характера: движение по курумнику, преодоление оврагов и каньонов, преодоление крупных склонов (подъемы и спуски) без организации перил, преодоление пологих (затяжных) склонов, преодоление лесных завалов и зарослей.</p> <p>Техника передвижения в горах: движение на перевал (зимой, летом, в межсезонье), преодоление травянистых склонов и осыпей.</p> <p>Особенности преодоления препятствий на лыжах в районе плоскогорья и среднегорья – виды лыжной</p>		
--	--	---	--	--

		<p>техники (лыжные ходы - передвижение попеременным двухшажным ходом, одновременным бесшажным ходом; подъемы: скользящим шагом, ступающим шагом, «полуелочкой»; спуски в основной, высокой и низкой стойках; торможение «плугом»; повороты на месте: переступанием, махом; прохождение дистанции 1-2 км), преодоление завалов, замерших водоемов и др. естественных препятствий, тропление лыжни.</p> <p>Особенности преодоления препятствий на лыжах в районе плоскогорья и среднегорья – виды лыжной техники (лыжные ходы - передвижение попеременным двухшажным ходом, одновременным бесшажным ходом; подъемы: скользящим шагом, ступающим шагом, «полуелочкой»; спуски в основной, высокой и низкой стойках; торможение «плугом»; повороты на месте: переступанием, махом; прохождение дистанции 1-2 км), преодоление завалов, замерших водоемов и др. естественных препятствий, тропление лыжни.</p> <p>Транспортировка груза. Транспортировка пострадавшего способами «крест» и «беседка», на стационарных медицинских носилках.</p>		
3.2.	Тактическая подготовленность туриста.	<p>Организация и проведение начальной тактической подготовки. Построение маршрута в пешем и лыжном путешествии: распорядок дня, режима движения, количество переходов и привалов (с учетом светового времени суток), темп движения группы, порядок движения, место руководителя в походной группе, место в группе слабых участников, интервал между участниками. Проведение тактических игр. Решение ситуационных задач.</p>	10	10

		<p>Построение маршрута в комбинированном (пеше-горном и лыжно-горном) путешествии. Сбор, обработка и подготовка данных для планируемого путешествия, организация визуальной разведки объекта и фиксирование результатов. Практическое исследование актуальной информации. Методика оценки собственных сил. Планирование по элементам плана и его варианты. Оформление плана, маршрутная документация. Использование резервов групп. Реализация и выполнение плана, тактическая дисциплина. Отклонения от плана (предусмотренные и непредусмотренные). Поведение в экстремальных ситуациях и маневрах. Разборы законченных походов и соревнований. Практическая подготовка: оценка возникающих ситуаций и принятие решения по организации мер безопасности, выбор прохождения участков пути и т.д. Обработка маршрута и отдельных его участков. Решение различных ситуационных моментов, принятие оптимального решения поставленных задач. Выбор и обоснование оптимального варианта с учетом безопасности возможностей группы, погодных условий, наличия снаряжения и питания, усложнения ситуации.</p>		
		<p><i>Практическое изучение материала раздела «Техника и тактика туризма», в части отработки и совершенствования технико-тактической подготовки обучающихся осуществляется в форме организации тренировочного процесса и участия в соревнованиях по спортивному туризму школьного, муниципального и окружного уровней, согласно учебного Плана проведения</i></p>		

		<i>массовых туристско-краеведческих мероприятий образовательного учреждения.</i>		
<b>4.</b>	<b>Экология.</b>		<b>16</b>	<b>16</b>
4.1.	Основы экологических знаний.	<p>Влияние экологических факторов на организм. Подготовка человека к преодолению неблагоприятных факторов окружающей среды.</p> <p>Природные и техногенные экологические катастрофы, землетрясения, наводнения, извержение вулканов, пожары. Преодоление природных катастроф и их последствия. Использование ресурсов. Охраняемые территории.</p> <p>Прогнозирование техногенных катастроф и способы их преодоления. Экологические наблюдения и исследования. Участие в природоохранных, экологических мероприятиях, работах по восстановлению памятников природы, культуры и архитектуры.</p>	10	10
4.2.	Охрана природы.	<p>Бережное отношение к растительности. Соблюдение противопожарных правил. Соблюдение чистоты и тишины. О пользе животных.</p> <p>Соблюдение правил охоты и рыболовства. Охрана птиц. Борьба с вредителями леса. Правила посещения охраняемых природных территорий. Правовая защита природы. Турист - друг природы (Кодекс туриста).</p>	6	6
		<i>Практическое изучение материала раздела «Экология» осуществляется посредством участия в природоохранных экологических походах по очистке леса, родников и других источников нецентрализованного водоснабжения в рамках областной экологической программы «Родники»).</i>		

<b>5.</b>	<b>Краеведение.</b>		<b>20</b>	<b>20</b>
5.1.	Виды краеведения.	<p>Географическое краеведение. Историческое краеведение.</p> <p>Археологическое краеведение. Литературное краеведение.</p>	2	2
5.2.	Памятники истории и культуры.	<p>Значение памятников для туристов. Виды памятников истории и культуры. Бережное отношение к памятникам.</p> <p>Разведка и учет памятников истории и культуры. Участие туристов в охране памятников.</p> <p><i>Практическое изучение материала раздела «Памятники истории и культуры» организуется в рамках проведения образовательных экскурсий и походов выходного дня.</i></p>	6	6
5.3.	Изучение родного края.	<p>Туристические возможности родного края. Полезные ископаемые своего края. Изучение промышленного предприятия. Изучение сельскохозяйственного предприятия. Изучение транспортного предприятия. Работа в краеведческом музее. Изучение археологического наследия. Составление и разработка географических и исторических маршрутов по родному краю.</p> <p>Проведение археологических работ. Археологические культуры и местные археологические памятники. Археологическая карта края. Моделирование и макетирование. Археологический рисунок. Археологическая разведка. Посещение археологических музеев. Полевые выходы на археологические памятники. Изучение литературы об Ирбите и Ирбитском районе. Жанры фольклора. Наш край в устном народном творчестве. Народные таланты нашего края. Навыки литературно-краеведческой деятельности. Составление и</p>	8	8



		разработка археологических и литературных маршрутов по родному краю.		
		<i>Практическое изучение материала раздела «Изучение родного края» организуется в рамках проведения образовательных экскурсий и походов выходного дня.</i>		
5.4.	Военно-патриотическая работа.	Значение военно-патриотической работы. Знаменитые земляки.  Герои войны и труда. Изучение и охрана памятников, связанных с историей борьбы российского народа за свою независимость.  <i>Практическое изучение материала раздела «Военно-патриотическая работа» организуется в рамках проведения походов по местам боевой славы, помощи ветеранам, труженикам тыла и их детям.</i>	4	4
<b>6.</b>	<b>Безопасность в туризме.</b>		<b>18</b>	<b>18</b>
6.1.	Основы безопасности.	Техника безопасности при проведении туристических походов и тренировочных занятий. Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения.  Психологические аспекты взаимоотношений в группе. Действия группы в аварийных ситуациях. Особенности видов туризма. Усовершенствование и изготовление туристического снаряжения. Организация туристического быта в экстремальных ситуациях.	2	2
6.2.	Аварийное ориентирование.	Действия в случае потери ориентировки. Ориентирование в сложных условиях.  Морально-волевая подготовка проводника -	4	4

		ориентировщика. Решение ситуационных задач, связанных с потерей ориентировки. Решение ситуационных задач, связанных с потерей ориентировки в период ухудшения погодных условий.		
6.3.	Основы гигиены и доврачебная помощь.	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. Походная медаптечка.  Доврачебная помощь (ДП) при травмах. ДП при острых состояниях и несчастных случаях. ДП при отравлениях. Осмотр, обследование и оценка состояния пострадавшего.	4	4
6.4.	Общая и специальная физическая подготовка.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Врачебный контроль.  Самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка.  <i>Практическое изучение материала раздела «Общая и специальная физическая подготовка» осуществляется посредством организации тренировочного процесса, участия в соревнованиях по спортивному туризму и непосредственной сдаче спортивных нормативов, которая проводится в начале и в конце учебного года (мониторинг по физической подготовленности).</i>	4	4

6.5.	Начальная специальная подготовка.	<p>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Экстремальные ситуации аварийного характера в транспорте.</p> <p>Экстремальные ситуации криминогенного характера. Работа в индивидуальных средствах защиты. Выживание в условиях автономного существования. Подача сигналов бедствия.</p> <p><i>Практическое изучение материала раздела «Начальная специальная подготовка» осуществляется посредством сдачи нормативов овладения технико-тактической грамотностью (отслеживается дважды в год во время проведения учебно-тренировочных семинаров по СТ).</i></p>	4	4
<b>7.</b>	<b>Туристические соревнования.</b>		<b>24</b>	<b>24</b>
7.1.	Дистанции и этапы соревнований.	<p>Построение спортивных дистанций. Оборудование этапов.</p> <p>Временная штрафная система спортивных дистанций с использованием постановки штрафных кругов. Бальная штрафная система спортивных дистанций. Стоп - система спортивных дистанций.</p>	4	4
7.2.	Подготовка соревнований.	<p>Положение о соревнованиях. Программа соревнований.</p> <p>Регламент по спортивному туризму. Разрядные книжки спортсмена.</p>	4	4
7.3.	Техника и тактика выступлений.	<p>Страховка и самостраховка. Прохождение и страховка при переправе: «Навесная переправа» (II класс дистанции), «Переправа через реку и овраг по бревну» (II класс дистанции).</p> <p>«Переправа вброд» с шестом и «таджикским способом»,</p>	8	8

		«Переправа вброд по перилам» (II класс дистанции). Техника движения по скальному рельефу (свободное лазание; по перилам- II класс дистанции). Движение по жердям и кочкам.		
7.4.	Оборудование дистанций.	Оборудование полигона (естественная среда обитания) для тренировочных занятий.  Оборудование спортивного зала для тренировочных занятий.	2	2
7.5.	Судейство туристических соревнований.	Работа главной судейской коллегии и секретариата.  Судейство на этапах дистанции. Судейское обеспечение безопасности на этапах дистанции.	2	2
7.6.	Виды туристических соревнований.	Соревнования по виду «Спортивный туризм» в группе Дисциплин «Пешая (лыжная) – группа - длинная». Соревнования по виду «Спортивный туризм» в группе Дисциплин «Пешая (лыжная) - группа-короткая».  Соревнования по виду «Спортивный туризм» в группе Дисциплин «Пешая (лыжная) – личная - короткая». Соревнования по виду «Школа безопасности»: дистанция «Поисково-спасательные работы», конкурс «Жизнеобеспечение человека». Незачетные виды и конкурсная программа.	4	4
	<b>ИТОГО:</b>		<b>144</b>	<b>144</b>

## Содержание учебно-тематического плана

### 2 этапа обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Содержание	Часов на тему
			3 год обучения
<b>8.</b>	<b>Специальная подготовка по спортивному туризму.</b>		<b>87</b>
8.1.	Специальное личное снаряжение.	История появления снаряжения. Страховочная система. Самостраховка. Рукавицы. Каска. Обувь. Список и применение специального личного снаряжения. Предъявляемые к нему требования. <i>Практическое изучение материала:</i> Надевание страховочной системы. Подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за ним, его ремонт.	2
8.2.	Узлы.	Группы узлов, их назначение и применение на практике. <i>Практическое изучение материала:</i> Вязка узлов и применение их по назначению.	4
8.3.	Работа с веревками.	Основная и вспомогательная верёвки. Название и применение основных и вспомогательных верёвок. Требования к верёвкам. <i>Практическое изучение материала:</i> Бухтовка верёвки. Маркировка верёвки.	4
8.4.	Работа с карабинами.	Виды карабинов, различительные особенности, правила пользования карабинами, их назначение и применение. <i>Практическое изучение материала:</i> Применение карабинов.	2
8.5.	Личное прохождение этапов спортивного туризма.	Правила и последовательность действий при работе на технических этапах. Возможные ошибки и нарушения, их	8

		<p>классификация. Правила техники безопасности.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Личное прохождение технических этапов. Организация самостраховки при прохождении технических этапов. Отработка скорости работы на этапе.</p>	
8.6.	Командное прохождение дистанции по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции – пешеходные».	<p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Последовательность командных действий при работе на технических этапах. Распределение обязанностей. Работа в связках. Командная страховка и сопровождение. Возможные ошибки и нарушения. Правила техники безопасности.</p> <p>Командное прохождение технических этапов. Организация командной страховки и самостраховки. Отработка скорости работы на технических этапах. Прохождение учебной короткой дистанции. Прохождение учебной длинной дистанции.</p>	23
8.7.	Полигоны по спортивному туризму.	<p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные»: «Навесная переправа» через сухой овраг, «Навесная переправа» через водную преграду, «Переправа по бревну», «Параллельные перила», «Подъем-спуск по склону».</p>	4
8.8.	Соревнования по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции – пешеходные (лыжные)».	<p>Виды соревнований по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции – пешеходные», «Дистанции – лыжные». Общие положения. Правила проведения соревнований.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Виды соревнований по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции – пешеходные (лыжные)»: дистанция – пешеходная (лыжная) - личная, дистанция – пешеходная</p>	20

		(лыжная) – группа. Участие в туристских соревнованиях школьного уровня: спортивная программа – «Туристическая полоса препятствий», прохождение этапов «Определение расстояния на глаз», «Определение топонимов», «Определение азимута на маршруте», «Переправа по бревну с самостраховкой», «Лыжная техника», «Вязание туристических узлов», «Паутина». Участие в туристских соревнованиях муниципального, окружного (районного) уровня.	
8.9.	Учебно – тренировочные сборы по СТ.	<i>Практическое изучение материала:</i> Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные, лыжные»: «Переправа по бревну», «Навесная переправа через сухой овраг», «Навесная переправа через водную преграду», «Подъем по склону», «Спуск по склону», «Траверс склона», «Переправа по параллельным перилам», «Маятник», «Переправа по тонкому льду». Транспортировка грузов по этапам. Транспортировка пострадавших. Отработка тактики прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные». Отработка тактики прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – лыжные». Обеспечение безопасности при прохождении этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные (лыжные)».	20
<b>9.</b>	<b>Походная подготовка. Турбыт.</b>		<b>32</b>
9.1.	Групповое снаряжение.	Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение. Походная посуда для приготовления пищи. Основная и вспомогательная веревки. Назначение и применение специального группового снаряжения и	2

		<p>предъявляемые к нему требования.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Использование специального группового снаряжения при преодолении естественных препятствий. Уход за групповым снаряжением.</p>	
9.2.	Подготовка к походу.	<p>Список личного и командного снаряжения. Список вещей для похода. Требования к одежде и обуви. Правила укладки рюкзака. Разработка маршрута. Оформление документации. Распределение обязанностей в группе. Продукты, пригодные для похода. Что такое «раскладка».</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Укладка рюкзака для похода в соответствие с погодой. Подбор одежды и обуви. Составление продуктовой раскладки.</p>	2
9.3.	Движение в походе.	<p>Режим движения и отдыха в походе. Преодоление препятствий в походе. Правила техники безопасности.</p> <p><i>Практическое занятие:</i></p> <p>Отработка навыков преодоления естественных препятствий: зарослей растительности, склонов, подъемов. Организация переправы по бревну с самостраховкой.</p>	2
9.4.	Профилактика опасностей в походе.	<p>Меры по профилактике травм, заболеваний и опасностей в походе. Личная гигиена. Ядовитые растения, грибы. Простейшие меры гигиены в походе. Правила обращения с топором, ножом. Признаки порчи продуктов.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Обращение с топором, ножом. Определение продуктов, пришедших в негодность. Отличать ядовитые растения и грибы.</p>	2
9.5.	Организация бивачных работ.	<p>Выбор места для бивуака, костра, установки палатки. Требование к месту для бивуака, костра. Мероприятия при</p>	2



		остановке на ночлег. Разведение костра. Типы костров, их назначение. Требования по экологии. <i>Практическое изучение материала:</i> Установка палатки, разведение костра.	
9.6.	Доврачебная помощь.	Оказание доврачебной помощи при ожоге, укусе змеи, переохлаждении, обморожении, тепловом ударе, растяжении, вывихе, пищевом отравлении. Простейшие способы переноски пострадавшего. Транспортировка пострадавшего подручными средствами. Походная аптечка. <i>Практическое изучение материала:</i> Наложение повязки, изготовление носилок из жердей и штормовок, переноска пострадавшего. Сбор походной аптечки для группы.	4
9.7.	Походы.	<i>Практическое изучение материала:</i> Предпоходная подготовка: общие сборы, продуктовая раскладка, составление меню, расчет группового снаряжения, сбор группового снаряжения, закуп продуктов, упаковка продуктов, «развеска» рюкзаков. Прохождение пеших дистанций в рамках участия в соревнованиях. Прохождение лыжных дистанций в рамках участия в соревнованиях. Разработка маршрута с использованием картографического материала. Совершение пеших, лыжных и комбинированных походов по территории родного края.	18
<b>10.</b>	<b>Спортивное ориентирование</b>		<b>25</b>
10.1.	Краткие сведения о спортивном ориентировании.	Ориентирование и его виды. Ориентирование как вид спорта. История развития. Виды спортивного ориентирования.	1
10.2.	Топографическая подготовка.	<i>Практическое изучение материала:</i> Работа с картами различного масштаба. Упражнения по	1

		определению масштаба.	
10.3.	Виды и правила соревнований по спортивному ориентированию.	Заданный маршрут, ориентирование по выбору, маркированный маршрут. Правила соревнований. Принцип отметки. <i>Практическое изучение материала:</i> Тренировка умения делать отметки согласно правилам соревнований.	2
10.4.	План. Карта.	Виды карт и их назначение. Измерение расстояний по карте. Спортивные карты. Масштабы спортивных карт. <i>Практическое изучение материала:</i> Определение расстояния по карте, использование масштаба, распознавание карты.	2
10.5.	Компас.	Методы определения сторон горизонта. Устройство компаса. Правила пользования компасом. Взятие азимута на ориентир. <i>Практическое изучение материала:</i> Определение сторон горизонта, пользование компасом. Взятие азимута на ориентир.	2
10.6.	Условные знаки.	Условные знаки спортивных карт. Классификация условных знаков: масштабные, внемасштабные, линейные, точечные, площадные. <i>Практическое изучение материала:</i> Обозначение объектов местности условными знаками.	2
10.7.	Тактико-техническая подготовка.	Основные сведения о тактико-технической подготовке и их значения для роста спортивного мастерства. Значение данных видов подготовки для роста результатов. <i>Практическое изучение материала:</i> Упражнения по тактико-технической подготовке.	2
10.8.	Азимут. Движение по азимуту.	Понятие азимута. Азимут на ориентир. Движение по азимуту.	4

		<i>Практическое изучение материала:</i> Определение азимута на ориентир, азимут по карте. Движение по азимуту. Соревнования по спортивному ориентированию в заданном направлении. Соревнования по спортивному ориентированию по маркированной трассе.	
10.9.	Чтение карты.	Воспроизведение карты и сличение с местностью. <i>Практическое изучение материала:</i> Сличение карты с местностью. Изображение местности на основании карты.	4
10.10	Полигоны по спортивному ориентированию.	<i>Практическое изучение материала:</i> Прохождение учебных дистанций: в заданном направлении, по выбору.	2
10.11	Соревнования по спортивному ориентированию.	Правила соревнований по спортивному ориентированию. Виды соревнований по спортивному ориентированию. <i>Практическое изучение материала:</i> Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию на соревнованиях школьного, муниципального и окружного уровней.	3
<b>ИТОГО:</b>			<b>144</b>

## 1.4. Планируемые результаты

### *Общие планируемые результаты реализации программы:*

получение спортивного звания «Юный путешественник России» 1-2 ступени, дальнейшее получение образования в группах спортивной подготовки и группах олимпийского резерва по виду спорта «Спортивный туризм» направлению туристско-краеведческой области деятельности дополнительного образования.

### Планируемые результаты выпускников

#### *1 ступени обучения*

В результате изучения программы выпускник туристической секции должен **знать:**

- основные исторические вехи в развитии туризма;
- главные исторические события в туризме;
- знаменитых путешественников и первопроходцев;
- знаменитые экспедиции и путешествия;
- историческое развитие планового, спортивного (самодеятельного) и международного туризма;
- о влиянии занятий спортивным туризмом на здоровье человека;
- виды туризма: по целям, по способам передвижения, по классификации протяженности и продолжительности;
- основы рационального питания;
- элементы топографии, карты и схемы;
- способы ориентирования;
- построение маршрута в пешем и лыжном путешествии: распорядок дня, режима движения, количество переходов и привалов (с учетом светового времени суток), темп движения группы, порядок движения, место руководителя в походной группе, место в группе слабых участников, интервал между участниками;
- построение маршрута в комбинированном (пеше-горном и лыжно-горном) путешествии;

- о влиянии экологических факторов на организм;
- о преодолении неблагоприятных факторов окружающей среды;
- природные и техногенные экологические катастрофы, землетрясения, наводнения, извержение вулканов, пожары;
- о преодолении природных катастроф и их последствия;
- об использовании природных ресурсов;
- охраняемые территории;
- о прогнозировании техногенных катастроф и способах их преодоления;
- основы экологических наблюдений и исследований;
- о пользе животных;
- правила охоты и рыболовства;
- об охране птиц;
- о борьбе с вредителями леса;
- правила посещения охраняемых природных территорий;
- о правовой защите природы;
- Кодекс туриста;
- основы географического, исторического, археологического, литературного краеведения;
- о значении памятников для туристов;
- виды памятников истории и культуры;
- туристические возможности родного края;
- полезные ископаемые своего края;
- о промышленных, сельскохозяйственных, транспортных предприятиях родного края;
- об археологическом наследии;
- об основах проведения археологических работ;
- об археологической культуре и местных археологических памятниках;
- основы чтения археологической карты края;
- основы чтения археологического рисунка;
- основы проведения археологической разведки;

- жанры фольклора;
- родной край в устном народном творчестве;
- народные таланты родного края;
- основы составления и разработки археологических и литературных маршрутов по родному краю;
- о значении военно-патриотической работы;
- знаменитых земляков;
- героев войны и труда;
- историю памятников, связанных с историей борьбы русского народа за свою независимость;
- основы оформления плана и маршрутной документации;
- об использовании резервов группы;
- об основах реализации и выполнении плана и тактической дисциплине;
- о правилах отклонения от плана (предусмотренные и непредусмотренные);
- о правилах поведения в экстремальных ситуациях и маневрах;
- технику безопасности при проведении туристических походов и тренировочных занятий;
- причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения;
- психологические аспекты взаимоотношений в группе;
- о действиях группы в аварийных ситуациях;
- об особенностях видов туризма;
- об усовершенствовании и изготовлении туристического снаряжения;
- о морально-волевой подготовке проводника – ориентировщика;
- о личной гигиене туриста, профилактике различных заболеваний;
- состав и применение походной медицинской аптечки;
- краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений;
- основы врачебного контроля;

- основы самоконтроля и основные правила предупреждения спортивных травм на тренировках;

- основы общей и специальной физической подготовки;

- основы построения спортивных дистанций и оборудования этапов;

- штрафную систему спортивных дистанций с использованием постановки штрафных кругов, бальную штрафную систему и «стоп – систему» спортивных дистанций;

- «Регламент по спортивному туризму»;

- основы заполнения и ведения разрядной книжки спортсмена;

- основы оборудования полигона (естественная среда обитания) и спортивного зала для тренировочных занятий;

- основы работы главной судейской коллегии и секретариата;

- основы судейства на этапах дистанции;

- основы судейского обеспечения безопасности на этапах дистанции;

***уметь:***

- осуществлять подготовку к путешествию;

- разрабатывать район путешествия и маршрут;

- составлять календарный план;

- готовить документы к оформлению и зачёту путешествия;

- готовить личное, групповое и специальное снаряжение к путешествию;

- осуществлять уход за снаряжением и ремонт;

- организовывать привалы и ночлеги;

- устанавливать и оборудовать палатки;

- организовывать простейшие укрытия;

- оборудовать и разводить костры и очаги;

- оборудовать место для костра;

- заготавливать топливо;

- фотографировать и вести походный дневник;

- осуществлять и анализировать наблюдения в походе: топографические, геологические и гидрологические, ботанические и зоологические,

фенологические;

- вязать узлы, согласно их классификации;
- осуществлять подготовку продуктов;
- проводить подготовку туристской группы, согласно занимаемой

должности;

- определять масштаб карты;
- читать топографические карты;
- ориентироваться с помощью компаса и карты, по местным предметам, с

картой без компаса, без компаса и карты, по туристической маркировке;

- оценивать расстояния и время;
- двигаться по азимуту;
- определять формы общественно полезной работы;
- осуществлять метеорологические наблюдения в походе;

- предсказывать погоду по различным признакам;

- решать ситуационные задачи;

- бережно относиться к растительности;

- соблюдать противопожарные правила;

- соблюдать чистоту и тишину в походных условиях;

- бережно относиться к памятникам;

- организовывать туристический быт в экстремальных ситуациях;

- действовать в случае потери ориентировки;

- ориентироваться в сложных условиях;

- решать ситуационные задачи, связанные с потерей ориентировки, в том

числе, в период ухудшения погодных условий;

- оказывать доврачебную помощь (ДП) при травмах;

- оказывать ДП при острых состояниях и несчастных случаях;

- оказывать ДП при отравлениях;

- выполнять осмотр и оценивать состояние пострадавшего;

- действовать в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, экстремальных ситуациях аварийного характера в транспорте,



криминогенного характера;

- использовать индивидуальные средства защиты;
- подавать сигналы бедствия;
- «читать» и «ориентироваться» в основных нормативных соревновательных

документах - в Положении и Программе соревнований;

***иметь практический опыт владения:***

- по организации питания в походах выходного дня;
- по подготовке продуктов к походу выходного дня и их упаковке;
- по организации питания в путешествии в многодневных походах;
- по подготовке продуктов к многодневному походу и их упаковке;
- приготовления пищи в походных условиях;
- в вопросах изучения рельефа;
- отдельными техническими приемами;

- организацией переправ через водную преграду, сухой овраг: движение вброд без наведения перил, движение по кладу, движение по бревну (классическая переправа), движение по навесной переправе, движение по веревке с перилами (параллельные перила), движение по тросу, маятниковая переправа, обеспечение страховки;

- преодолением препятствий на лыжах в районе плоскогорья и среднегорья

- виды лыжной техники (лыжные ходы - передвижение попеременным двухшажным ходом, одновременным бесшажным ходом; подъемы: скользящим шагом, ступающим шагом, «полуелочкой»; спуски в основной, высокой и низкой стойках; торможение «плугом»; повороты на месте: переступанием, махом; прохождение дистанции 1-2 км), преодоление завалов, замерших водоемов и др. естественных препятствий, тропление лыжни;

- преодолением препятствий пешего характера: движение по дорогам и лесным тропам, движение по заболоченным участкам;

- передвижением по скальному рельефу: свободное лазание, движение по скальным участкам при подъемах, спусках и траверсах, страховка на скальном рельефе;

- преодолением ледового рельефа: техника передвижений по льду (без кошек) при подъемах, траверсах, спусках; вырубание ступеней, самозадержание на льду;

- преодолением снежного рельефа (в ботинках): движение по снегу, фирну, самозадержание на снегу, страховка на снегу;

- преодолением препятствий на лыжах: в районе плоскогорья и среднегорья – виды лыжной техники (лыжные ходы – передвижение одновременным одношажным и двухшажным ходом; подъемы: «елочкой», «лесенкой»; спуски: «лесенкой», «глиссированием»; торможение: «упором», «переступанием»; повороты на месте: прыжком; прохождение дистанции 1-3 км), передвижение группы по опасному участку реки (тонкий лед) и обеспечение страховки;

- преодолением препятствий пешего характера: движение по курумнику, преодоление оврагов и каньонов, преодоление крупных склонов (подъемы и спуски) без организации перил, преодоление пологих (затяжных) склонов, преодоление лесных завалов и зарослей;

- техникой передвижения в горах: движение на перевал (зимой, летом, в межсезонье), преодоление травянистых склонов и осыпей;

- транспортировкой груза;

- транспортировкой пострадавшего способами «крест» и «беседка», на стационарных медицинских носилках;

- начальной тактической подготовкой;

- сбором, обработкой и подготовкой данных для планируемого путешествия, организацией визуальной разведки объекта и фиксирование результатов;

- оценкой собственных сил;

- планированием по элементам плана и его вариантам;

- разведкой и учетом памятников истории и культуры;

- участия в охране памятников;

- работой в краеведческом музее;

- составлением и разработкой географических и исторических маршрутов

по родному краю;

- правилами посещения археологических музеев;
- основами полевых выходов на археологические памятники;
- основами изучения литературы об Ирбите и Ирбитском районе;
- навыками литературно-краеведческой деятельности;
- участия в природоохранных, экологических мероприятиях, работах по восстановлению памятников природы, культуры и архитектуры;
- оценкой возникающих ситуаций и принятием решения по организации мер безопасности;
- выбором прохождения участков пути и т.д.;
- обработкой маршрута и отдельных его участков;
- решением различных ситуационных моментов, принятием оптимального решения поставленных задач;
- выбором и обоснованием оптимального варианта с учетом безопасности возможностей группы, погодных условий, наличия снаряжения и питания, усложнения ситуации;
- выживанием в условиях автономного существования;
- страховкой и самостраховкой;
- прохождением и страховкой при переправах: «Навесная переправа» (II класс дистанции), «Переправа через реку и овраг по бревну» (II класс дистанции), «Переправа вброд» с шестом и «таджикским способом», «Переправа вброд по перилам» (II класс дистанции);
- техникой движения по скальному рельефу (свободное лазание; по перилам- II класс дистанции);
- движением по жердям и кочкам;
- участия в соревнованиях по виду «Спортивный туризм» в группе Дисциплин «Пешая (лыжная) – группа - длинная», «Пешая (лыжная) - группа-короткая», «Пешая (лыжная) – личная - короткая»;
- участия в соревнованиях по виду «Школа безопасности»: дистанция «Поисково-спасательные работы», конкурс «Жизнеобеспечение человека»;

- участия в незачетных видах и конкурсной программе.

## **Планируемые результаты выпускников**

### ***2 ступени обучения***

В результате изучения программы выпускник туристической секции должен **знать:**

- историю появления снаряжения;
- требования к специальному личному снаряжению;
- о применении основных и вспомогательных верёвок, требования к верёвкам;
- виды карабинов, различительные особенности, правила пользования карабинами, их назначение и применение;
- правила и последовательность действий при работе на технических этапах, возможные ошибки и нарушения, их классификацию;
- правила техники безопасности;
- личное прохождение технических этапов;
- основы организации самостраховки при прохождении технических этапов;
- перечень группового снаряжения, требования к нему;
- типы палаток, их назначение;
- назначение и применение специального группового снаряжения и предъявляемые к нему требования;
- список личного и командного снаряжения, список вещей для похода, требования к одежде и обуви;
- правила укладки рюкзака;
- основы разработки маршрута;
- основы оформления документации;
- о распределении обязанностей в группе согласно туристической должности и цели похода;
- понятие «раскладка», перечень продуктов, пригодных для похода;
- меры по профилактике травм, заболеваний и опасностей в походе;
- основы личной гигиены туриста;

- ядовитые растения, грибы;
  - правила обращения с топором, ножом;
  - признаки порчи продуктов;
  - типы костров, их назначение;
  - основные требования по экологии;
  - перечень походной аптечки;
  - требования к месту для бивуака, костра;
  - основы ориентирования, его виды и историю развития;
  - топографическую карту;
  - условные топографические знаки, масштаб;
  - виды карт и их назначение;
  - устройство компаса;
  - правила пользования компасом;
  - условные знаки спортивных карт;
  - классификацию условных знаков: масштабные, внемасштабные, линейные, точечные, площадные;
  - обозначение объектов местности условными знаками;
  - основные сведения о тактико-технической подготовке и их значении для роста спортивного мастерства и роста результатов;
  - понятие азимута;
  - упражнения по тактико-технической подготовке;
  - правила соревнований по спортивному ориентированию;
  - виды соревнований по спортивному ориентированию;
- уметь:**
- использовать специальное личное снаряжение;
  - одевать страховочную систему;
  - «подгонять» снаряжение;
  - работать со снаряжением, ухаживать за ним, осуществлять его ремонт;
  - вязать и применять на практике различные группы узлов по их назначению;

- распределять обязанности в команде при выполнении технических заданий;
- работать в связках;
- выполнять командную страховку и сопровождение;
- предвидеть и исправлять возможные ошибки и нарушения при выполнении технических заданий;
- действовать в соответствии с правилами техники безопасности;
- использовать специальное групповое снаряжение при преодолении естественных препятствий;
- осуществлять уход за групповым снаряжением;
- укладывать рюкзак для похода в соответствии с погодой;
- осуществлять подбор одежды и обуви;
- составлять продуктовую раскладку;
- обращаться с топором, ножом;
- определять продукты, пришедшие в негодность;
- отличать ядовитые растения и грибы;
- выбирать места для бивуака, костра;
- устанавливать палатку;
- проводить комплекс мероприятий при остановке на ночлег;
- разводить костер;
- оказывать доврачебную помощь при ожоге, укусе змеи, переохлаждении, обморожении, тепловом ударе, растяжении, вывихе, пищевом отравлении;
- выполнять простейшие способы переноски пострадавшего;
- транспортировать пострадавшего подручными средствами;
- накладывать повязки;
- изготавливать носилки из жердей и штормовок;
- переносить пострадавшего;
- комплектовать аптечку доврачебной помощи для туристической группы;
- осуществлять общие сборы, составлять продуктовую раскладку и меню, рассчитывать и собирать групповое снаряжение, закупать продукты, упаковывать

их, «развешивать» рюкзаки в рамках предподходной подготовки;

- находить отличия топографической карты от спортивной карты;
- работать с картами различного масштаба;
- выполнять упражнения по определению масштаба;
- соблюдать правила соревнований по спортивному туризму и спортивному

ориентированию;

- измерять расстояния по карте;
- определять стороны горизонта;
- определять расстояния по карте, используя масштаб;
- пользоваться компасом;
- двигаться по азимуту;
- определять стороны горизонта;
- определять азимут на ориентир и по карте;
- изображать местность на основании карты;

***иметь практический опыт владения:***

- в бухтовании и маркировке верёвок;
- в отработке скорости работы на этапе;
- в последовательности командных действий при работе на технических

этапах;

- командным прохождением технических этапов;
- организацией командной страховки и самостраховки;
- в отработке скорости работы на технических этапах;
- в прохождении учебной короткой дистанции;
- в прохождении учебной длинной дистанции;
- участия в туристских соревнованиях школьного или муниципального и

окружного (районного) уровней;

- в отработке техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные (лыжные)»: «Переправа по бревну», «Навесная переправа», «Подъем по склону», «Спуск по склону», «Траверс склона», «Переправа по параллельным перилам», «Маятник»;

- транспортировкой грузов по этапам;
- режимом движения и отдыха в походе;
- преодолением препятствий в походе;
- правилами техники безопасности;
- в отработке навыков преодоления естественных препятствий: зарослей растительности, склонов, подъемов;
- в организации переправы по бревну с самостраховкой;
- участия в совершении пеших, лыжных и комбинированных походов по территории родного края, или прохождении пеших дистанций в рамках участия в соревнованиях;
- участия в разработке маршрута с использованием картографического материала;
- ориентированием по заданному маршруту, по выбору, по маркированному маршруту;
- участия в соревнованиях по спортивному ориентированию в заданном направлении;
- участия в соревнованиях по спортивному ориентированию по маркированной трассе;
- воспроизведением карты и сличением ее с местностью;
- прохождением учебных дистанций разного вида;
- участия в соревнованиях по спортивному ориентированию на соревнованиях школьного, муниципального и окружного (районного) уровней.





## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график регламентируется законом «Об образовании в Российской Федерации», Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4 3172-14), Уставом МАОУ ДО «Центр детского творчества», Правилами внутреннего трудового распорядка, локальным актом МАОУ ДО «Центр детского творчества».

Продолжительность учебного года в МАОУ ДО «Центр детского творчества»:

начало учебного года - 01 сентября,

окончание учебного года – 31 мая.

Продолжительность учебного года – 36 учебных недель, в соответствии с календарным учебным графиком, утвержденным УО МО город Ирбит в начале учебного года.

Календарь занятий:

Этапы образовательного процесса	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
Продолжительность учебного года	36 недель		
Начало учебных занятий	1 сентября	1 сентября	1 сентября
Продолжительность учебных занятий	45 мин	45 мин	45 мин
Входная диагностика	сентябрь		
Промежуточная аттестация	декабрь		
Итоговый контроль	апрель-май		
Окончание учебного года по дополнительным общеобразовательным	31 мая		

программам	
Окончание учебного года	31 мая
Каникулы зимние	в соответствии с календарным учебным графиком, утвержденным УО МО город Ирбит в начале учебного года
Каникулы летние	с 1 июня по 31 августа

## 2.2. Условия реализации программы

### *Кадровые условия:*

Подковырина Надежда Анатольевна – педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории.

Образование – высшее педагогическое,

Уральский государственный педагогический университет г. Екатеринбурга, 22.04.1999 г. Специальность: «Физическое воспитание», квалификация «Учитель физической культуры».

Штатный работник.

### *Сведения о повышении квалификации:*

Курсы повышения квалификации по образовательным программам

- «Деятельность педагогов учреждений профессионального образования в условиях введения ФГОС НПО/СПО», ГАОУ ДПО Свердловской области «Институт развития образования», май 2012 г.;

- Курсы повышения квалификации по дополнительной профессиональной программе «Педагогика дополнительного образования: технологии, инновации» 72 часа, АНО ДПО «Центр профессионального развития «ПРОФИ», май, 2017 г., регистрационный номер 2822/2017.

### *Требования к учебным помещениям*

Реализация программы требует наличие:

- учебного кабинета для проведения теоретических занятий,
- оборудования и методической комплектации учебного кабинета:
- комплект учебной мебели в соответствии с возрастными

требованиями -

доска учебная стол преподавателя,

стул офисный поворотный,

ученические столы,

ученические стулья,

доска классная 3-х секционная или магнитно-маркерная доска,

шкаф книжный 2-х секционный;

- технические средства обучения:

компьютер,

принтер,

ксерокс,

интерактивный мультимедийный комплекс (интерактивная доска, мультимедийный проектор),

- учебная, методическая, справочная литература, раздаточный материал, методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы для обучающихся, материалы для контроля (тесты, электронные тесты, тексты с заданиями и др.);

- наличие учебного кабинета для проведения практических занятий (организации тренировочного процесса) – спортивный зал, скалодром, спортивный стадион, дворовая спортивная площадка.

- оборудования учебного кабинета для проведения практических занятий:

вспомогательное оборудование для оснащения мест хранения спортивного инвентаря и оборудования,

комплект для занятий по общей и специальной физической подготовке, тренажеры и устройства для воспитания и развития физических качеств,

комплект снаряжения для занятий спортивным туризмом -

*Материально - техническое оснащение (на команду 12 человек)*

Основная веревка диаметром 10мм, 300 м - на команду

Карабины по 4 шт.- на каждого  
Спусковое устройство – на каждого  
Индивидуальная страховочная система – на каждого  
Самостраховка – на каждого  
Подъемное устройство, типа «жумар» – на каждого  
Ролики двойные – 4 шт. на команду  
Каска – на каждого  
Репшнур диаметром 6 мм, 100 м - на команду  
Рюкзак - на каждого  
Палатка – 3 шт. на команду  
Набор котлов – 1 комплект на команду  
Тросик костровой – 1 шт. на команду  
Аптечка – 1 комп. на команду  
Спальный мешок – на каждого  
Тент - 2 шт. на команду  
Шатер (20 местный) - 1 шт.  
Печка туристическая - 1 шт.  
Тенты - 4 шт.  
Костровые принадлежности:  
- трос костровой - 1 шт.  
- набор канов (5,7,8 литров) - комплект  
- топор в чехле - 2 шт.  
- пила в чехле -1 шт.  
Ремонтный набор - комплект.  
Коврики туристические - на каждого  
Спальники одноместные - на каждого  
Рюкзаки - на каждого  
Рукавицы брезентовые - на каждого  
Лыжи, лыжные палки - 1 пара на каждого  
Альпеншток - на каждого

Кошки - 2 пары

Ледоруб, айсбаль - 2 шт.

Лавинная лента - на каждого

Специфическое скальное, лыжное и снежно - ледовое снаряжение иметь в одном экземпляре для ознакомления и апробации.

*Дидактический материал*

Для реализации программы используются следующие методические материалы:

- «Регламент по виду спорта «Спортивный туризм» (пешеходный, лыжный)»);
- памятка «Правила вида спорта «Спортивный туризм»;
- учебные презентации;
- раздаточный материал;
- анкеты, тесты для организации контроля результативности занятий.

### **2.3. Формы аттестации (контроля)**

- опросы, смотр знаний (текущий), зачеты;
- открытые уроки;
- соревнования;
- учебно-тренировочные семинары;
- проектная исследовательская деятельность (защита проектов);
- экологические экспедиции, экологические акции;
- походы.

Система определения предъявления обучающимися результатов деятельности при переходе с этапа на этап обучения осуществляется через различные формы зачетов для контроля усвоения приобретенных знаний и умений по четвертям в течение года и определения уровня их исполнительских способностей.

Опрос – ведет учет усвоения теоретических знаний, полученных в процессе обучения.

Зачеты – развивают физические и творческие способности.

Соревнования, учебно-тренировочные семинары – проводятся для выявления индивидуальных способностей, повышают интерес и эмоциональный настрой к дальнейшему обучению.

Участие в соревнованиях, походах, проектной исследовательской деятельности (защита проектов), экологических экспедициях, экологических акциях, служит своеобразным промежуточным контролем качества полученных знаний и умений.

### **2.4. Оценочные материалы**

Оценочные материалы – пакет диагностических методик, позволяющих определить достижения обучающихся в контексте планируемых результатов. Мониторинговая программа содержит критерии оценки, по которым отслеживается уровень знаний, умений и навыков, уровень развития и уровень воспитанности обучающихся.

*Оценочные материалы:*

1. Сохранность контингента (Приложение №1).
2. Мониторинг личностного развития обучающихся (Приложение №2).
3. Формы и методы оценки результатов. Система отслеживания состояния физического развития обучающегося /индивидуальный паспорт физического здоровья, мониторинг физического развития обучающихся/ – «Система отслеживания состояния физического развития обучающегося» (Приложение №3).
4. Протокол и лист оценки результатов сформированности компетенций обучающихся, в соответствии с направлением деятельности дополнительного образования (Приложение №4).
5. Спортивные достижения обучающихся (личное портфолио обучающегося).



## 2.5. Методическое обеспечение

### *Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы*

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел/ тема</b>	<b>Место проведения; дидактический материал и ТСО</b>	<b>Формы занятий</b>	<b>Методы</b>	<b>Форма подведения итогов</b>
<b>1.</b>	<b>История развития туризма.</b>	кабинет; презентация «История развития туризма»	Групповые	*общепедагогические	Зачет
1.1.	История развития туризма. Развитие туризма в России.	кабинет; презентация «Развитие туризма в России»	Групповые	*общепедагогические	Зачет
1.2.	Туризм плановый, спортивный (самодетельный), международный.	кабинет, презентация «Туризм плановый, спортивный (самодетельный), международный»	Групповые	*общепедагогические	Зачет
<b>2.</b>	<b>Спортивное путешествие.</b>	кабинет, презентация	Групповые	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Зачет. Участие в походе.
2.1.	Организация спортивного туризма.	кабинет; презентация «Организация спортивного туризма»	Групповые	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Зачет. Участие в походе.
2.2.	Туристическое снаряжение.	спортивная площадка, зал;	Групповые	*общепедагогические *специфические методы	Зачет. Участие в походе.

		туристическое снаряжение		физического воспитания	
2.3.	Питание в походе.	лесополоса; костровое и варочное оборудование, комплект продуктов	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические	Зачет. Участие в походе.
2.4.	Приемы ориентирования в путешествии.	лесополоса; компаса, карты	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Зачет. Участие в походе.
2.5.	Организация привалов и ночлегов.	лесополоса; бивачное снаряжение	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Зачет. Участие в походе.
2.6.	Полезная работа в путешествии. Организация наблюдений	музей, лесополоса; туристическое снаряжение	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Зачет. Участие в походе.
<b>3.</b>	<b>Техника и тактика туризма.</b>	спортивная площадка, зал, лесополоса; специальное снаряжение	Индивидуальные Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях и в спортивном путешествии.
3.1.	Техническая подготовленность туриста.	спортивная площадка, зал, лесополоса; специальное снаряжение	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях и в спортивном путешествии.
3.2.	Тактическая подготовленность туриста.	спортивная площадка, зал, лесополоса; специальное снаряжение	Групповые, индивидуальные	*наглядный (показ) *общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях и в спортивном путешествии.

<b>4.</b>	<b>Экология.</b>	лесополоса; туристическое снаряжение	Групповые	*общепедагогические	Зачет. Участие в экологической экспедиции, экологической акции.
4.1.	Основы экологических знаний.	лесополоса; туристическое снаряжение	Групповые	*общепедагогические	Зачет. Участие в экологической экспедиции, экологической акции.
4.2.	Охрана природы.	лесополоса; туристическое снаряжение	Групповые	*общепедагогические	Зачет. Участие в экологической экспедиции, экологической акции.
<b>5.</b>	<b>Краеведение.</b>	музей, лесополоса; туристическое снаряжение	Групповые	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Зачет. Участие в походе по родному краю. Участие в военно-патриотических соревнованиях.
5.1.	Виды краеведения.	кабинет, презентация «Виды краеведения»	Групповые	*общепедагогические	Зачет. Участие в походе по родному краю.
5.2.	Памятники истории и культуры.	музей, лесополоса; туристическое снаряжение	Групповые	*общепедагогические	Зачет. Участие в походе по родному краю.

5.3.	Изучение родного края.	музей, лесополоса; туристическое снаряжение	Групповые	*общепедагогические	Зачет. Участие в походе по родному краю.
5.4.	Военно-патриотическая работа.	музей, лесополоса; туристическое снаряжение	Групповые	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Зачет. Участие в военно-патриотических соревнованиях.
<b>6.</b>	<b>Безопасность в туризме.</b>	спортивная площадка, зал, лесополоса; специальное снаряжение	Групповые	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях и в спортивном путешествии. Сдача контрольных нормативов.
6.1.	Основы безопасности.	кабинет, презентация «Основы безопасности»	Групповые	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях и в спортивном путешествии.
6.2.	Аварийное ориентирование.	спортивная площадка, зал, лесополоса; компаса, топографические карты	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях и в спортивном путешествии.
6.3.	Основы гигиены и доврачебная помощь.	кабинет; медаптечка (бинты и др. перевязочный материал)	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях и в спортивном путешествии.

6.4.	Общая и специальная физическая подготовка.	спортивная площадка, зал, лесополоса; спортивное специальное туристическое оборудование	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях и в спортивном путешествии. Сдача контрольных нормативов по физической подготовленности.
6.5.	Начальная специальная подготовка.	спортивная площадка, зал, лесополоса; специальное туристическое оборудование	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях и в спортивном путешествии. Сдача контрольных нормативов по специальной туристской подготовленности.
<b>7.</b>	<b>Туристические соревнования.</b>	спортивная площадка, зал, лесополоса; специальное туристическое оборудование	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях по спортивному туризму.
7.1.	Дистанции и этапы соревнований.	спортивная площадка, зал, лесополоса; специальное туристическое	Групповые	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях по спортивному туризму.

		оборудование			
7.2.	Подготовка соревнований.	спортивная площадка, зал, лесополоса; специальное туристическое оборудование	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях по спортивному туризму.
7.3.	Техника и тактика выступлений.	спортивная площадка, зал, лесополоса; специальное туристическое оборудование	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях по спортивному туризму.
7.4.	Оборудование дистанций.	спортивная площадка, зал, лесополоса; специальное туристическое оборудование	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях по спортивному туризму.
7.5.	Судейство туристических соревнований.	спортивная площадка, зал, лесополоса; специальное туристическое оборудование	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях по спортивному туризму.
7.6.	Виды туристических соревнований.	спортивная площадка, зал, лесополоса; специальное туристическое оборудование	Групповые, индивидуальные	*общепедагогические *специфические методы физического воспитания	Участие в соревнованиях по спортивному туризму.

## 2.6. Рабочие программы

Рабочие программы этапов обучения определяют содержание, объем, структуру учебного процесса по изучению спортивно-познавательного туризма и основаны на дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе туристического клуба «Виват» коллективов отделения начальной подготовки - «Виват и К» «Спортивно-познавательный туризм»

Рабочие программы составляются на начало учебного года по наличию формирования учебных групп определенного года обучения и прилагаются к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе:

1. Рабочая программа дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы туристического клуба «Виват» коллективов отделения начальной подготовки - «Виват и К» /команд «Виват и К», «Виват и К-1», Виват и К-2», «Виват и К-3», Виват и К-4», «Виват и К-5»/

«Спортивно-познавательный туризм» на 2017-2018 учебный год (1-ый год обучения).

2. Рабочая программа дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы туристического клуба «Виват» коллективов отделения начальной подготовки - «Виват и К» /команд «Виват и К», «Виват и К-1», Виват и К-2», «Виват и К-3», Виват и К-4», «Виват и К-5»/ «Спортивно-познавательный туризм» на 2018-2019 учебный год (2-ой год обучения).

3. Рабочая программа дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы туристического клуба «Виват» коллективов отделения начальной подготовки - «Виват и К» /команд «Виват и К», «Виват и К-1», Виват и К-2», «Виват и К-3», Виват и К-4», «Виват и К-5»/ «Спортивно-познавательный туризм» на 2019-2020 учебный год (3-ий год обучения).

## 2.7. Список литературы

### 2.7.1. Список литературы для педагогов:

1. Андрюхина Л.М., Огоновская И.С., Рейдерман А.Д., Шевченко В.Я. Программа гражданско-патриотического воспитания в системе образования Свердловской области.- Екатеринбург: ИРРО, 2001.
2. Аппенянский А.И. Физическая подготовка туристов. - М.: ЦРИБ Турист, 1985.
3. Батманов В.А. Фенологические наблюдения в походе. – Св.: Свердловское книжное издательство,1961.
4. Безрукова В.С. Педагогика. Проективная педагогика. – Екатеринбург: Деловая книга, 1996.
5. Библиотечка по защите населения в чрезвычайных ситуациях (в трех выпусках). - М.: Папирус, 1998.
6. Буранов Ю.А. Пискунов В.А. Свердловск. Экскурсии без экскурсовода.- Св.-к: Средне - Уральское книжное издательство, 1973.
7. Бутко И.И., Ляшко Г.И., Маркин П.П., Ситников В.А. Туризм. Безопасность в программах туров и на туристических маршрутах. Учебное пособие для студентов гуманитарных и профильных факультетов высших учебных заведений, специалистов туристических организаций. - Ростов – на - Дону: Изд.- во «Феникс», 2009.
8. Васильев М.Ю., Востоков И.Е. и др. Русский турист. - М.: ТСС России, 1998.
9. Велитченко В.К. Физкультура без травм. - М.: Просвещение, 1991.
10. Винокуров В.К. Безопасность в альпинизме. - М.: Ф и С, 1983.
11. Волошин Н.И. Правовое регулирование в туризме. - М.: «Советский спорт», 2004.
12. Волошинов В.Б., Литвинов Е.Н., Перевалов В.Ф., Шершнева Л.И. Безопасность человека. - М: 1994.
13. Востоков И.Е., Панов С.Н. «Русский турист» (7 выпуск). – М.: Туристско-спортивный союз России, 2001.



14. Выживание в экстремальных условиях.- М.: ИПЦ Русский раритет, 1993.
15. Гражданско-патриотическое воспитание молодежи: программа развития на 2016-2020 гг. – Екатеринбург, 2003.
16. Дрогов И.А. Подготовка инструкторов детско-юношеского туризма. - М.: «Советский спорт», 2003.
17. Дрогов И.А., Фадеев Б.Г. Подготовка и повышение квалификации кадров самодеятельного туризма. - М.: «Турист», 1987.
18. Енин А. Конструирование игровых сценариев. - М.: Педагогическая техника, №3, 2006.
19. Зорин И.В., Пирожник И.И., Пряхин Ю.М., Путрик Ю.С., Свешников В.В. География туризма и экскурсий. - М.: ЦРИБ «Турист», 1985.
20. Иванов Е.И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию. – М.: Ф и С, 1978.
21. Истомина П.И. Организация массового самодеятельного туризма. - М.: «Турист», 1986.
22. Капустин В.Г., Корнев И.Н. География Свердловской области: природа, населения, хозяйство, экология: Учебное пособие для учащихся старших классов по курсу «География Свердловской области». - Екатеринбург: Изд. – во Дома учителя, 1998.
23. Кашевич Б. Л. Организация страховки при прохождении горных маршрутов. - М.: ЦРИБ Турист, 1987.
24. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. - М.: Профиздат, 1990.
25. Комаров В.В. Модель организации ДО в учреждении интернатного типа. – М.: Внешкольник № 3, 2005., с.19.
26. Константинов Ю.С. Походная педагогика. – М.: Внешкольник № 6, 2005, с.1.
27. Константинов Ю.С. Роль туристско-краеведческой деятельности в воспитании, обучении и оздоровлении учащихся. – М.: ДО №11, 2000.
28. Константинов Ю.С. Туристические слеты и соревнования учащихся.

– М.: РМАТ, 2000.

29. Константинов Ю.С., Орлов С.В. Туризм и учитель. – М.: ДО №5, 2003., с. 45.

30. Косолапов А.Б. Теория и практика экологического туризма. - М.: КНОРУС, 2005.

31. Косолапов А.Б. Теория и практика экологического туризма. - М.: КНОРУС, 2005.

32. Крутик А.Б., Решетова М.В. Экономика и предпринимательство в социально-культурном сервисе и туризме. - М.: Изд. центр «Академия», 2010.

33. Кудрина Е.Л., Рудич Л.И., Утин Е.В. Система планирования в учреждениях социально-культурной сферы: учеб. пособие – 3-е изд., перераб. и доп.- ное. – М.: Издательство «ФАИР», 2006.

34. Кузьмин И.А. Урал. Человек. Истоки. – Екатеринбург: ГОУ «Центр «Учебная книга», 2005.

35. Лебедев В.Н. Педагог-организатор в сфере детского туризма. – ДО №7, 2002.

36. Лебедев В.Н. Туристско-краеведческая деятельность – путь к пониманию истории родного края и нашей страны. – М.: Дополнительное образование, 2/2001.

37. Луговьер Д.А. Организация и проведение чемпионатов по туризму. – М.: ЦРИБ «Турист», 1984.

38. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. - М: ЦЦЮтур, 1998.

39. Лысогор Н.А., Толстой Л.А., Толстая В.В. Питание туриста в походе. – М.: Пищевая промышленность, 1980.

40. Магадович И.П., Покопцев Ю. М. Методическое руководство к картинам «отечественные и зарубежные путешественники и исследователи». – М.: «Просвещение», 1980.

41. Маслов А.Г. «Школа безопасности».- М.: Центр ДЮТ, 2002.

42. Мельник В.П. Уральский меридиан. – Челябинск: Южно-Уральское

книжное издательство, 1989.

43. Михайлов Б.А. Туризм и профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.- СПб: Издательство С.- Петерб. ун-та, 2001.

44. Москвин Б.В. Путешествие за тайной. - М.: Профиздат, 1990.

45. Мотков О.И. ТКД на развитие личностной гармонии старшеклассников. – М.: ДО №8, 2002., с.11.

46. Нестеров А.П. Вестник детско - юношеского туризма в России. Чтобы видеть, знать.... (Из истории детского туризма и экскурсий). – М.: 1993.

47. Нестеров В.В., Белкин А.С. Педагогическая компетентность. – Екатеринбург: «Учебная книга», 2003.

48. Никулина. М.П. Родной край. – Св.: Средне-Уральское книжное издательство, 1979.

49. Нормативное время победителя соревнований по спортивному ориентированию (Правила соревнований по спортивному ориентированию). - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995, стр. 8,9, табл. 2.

50. Нормативно-правовые документы и концептуальные документы о развитии образования как основания для определения направлений и задач деятельности методических объединений педагогов. – Екатеринбург, 2002.

51. Огородников Б.И. Туризм и спортивное ориентирование в комплексе ГТО. - М.: Физкультура и спорт, 1983.

52. Олейников А.Н. В недрах планеты. - Ленинград: «Недра», 1979.

53. Оноприенко В.И. Зов высоких широт. - М.: «Мысль», 1989.

54. Остапец – Свешников А.А. Программа-система «Школа – окружающий мир». «III Всероссийские педагогические чтения». – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1999.

55. Остапец А.А. Педагогика туристско-краеведческой работы в школе. – М.: Педагогика, 1993.

56. Панфилова А.П. Игровое моделирование в деятельности педагога: учеб. пособие для студентов высших учеб. заведений.- М.: Издательский центр «Академия», 2007.

57. Пищулов В.М. Менеджмент в социально-культурном сервисе и туризме.- М.: Изд. центр «Академия», 2010.
58. Положение об областной ТК экспедиции «Уральская тропа». – Екатеринбург, 2003.
59. Попов В.И., Попова И.А. ДО воспитанников интернатных учреждений как средство их социальной адаптации. – М.: ДО №10, 2001.
60. Попович Ю.А. ТКД «Отечество» - школа юных патриотов России. – М.: ДО №11, 2001, с.27.
61. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристических походов. – М.: Профиздат, 1997.
62. Поспелов Е.М. Туристу о географических названиях. - М.: Профиздат, 1988.
63. Правила соревнований по спортивному ориентированию. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
64. Правительство Свердл. обл.-ти. Положение о конкурсе на лучшую реализацию программы «Родники» среди детско-юношеских коллективов Свердл. обл. – Екатеринбург, 2003.
65. Приезжева Е.М. Организация и методы игровой деятельности в туризме. - М.: «Советский спорт», 2005.
66. Программа «Детское и юношеское движение в России: история, теория, практика». - Екатеринбург, 2000.
67. Самойленко А.А. География туризма. - Ростов на Дону «Феникс», 2006.
68. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей. – М.: ЦДЮТур РФ, 1995.
69. Селевко Г.К. Игровые технологии. - М.: Школьные технологии, № 4, 2006.
70. Символьные легенды контрольных пунктов (Правила соревнований по спортивному ориентированию). - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
71. Смирнов Д.В. Оздоровительно-познавательный туризм.- М.:

«Советский спорт», 2003.

72. Соревнования по технике горного туризма. – М.: ЦРИБ «Турист», 1993.

73. Сост. Тамм Е.И. Энциклопедия туриста. – М.: Большая российская Энциклопедия, 1993.

74. Сост.: Штюмер Ю.А. Карманный справочник туриста. - М.: Профиздат, 1982.

75. Тамм Е.И. Энциклопедия туризма. - М.: Большая российская энциклопедия, 1993.

76. Туризм и профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.- СПб.: Изд-во СПбГУ, 2001

77. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. Пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений. - М.: Просвещение, 1990.

78. Усыскин Г.С. Век российского туризма. – М.: Вестник детско-юношеского туризма в России, №13, 1995.

79. Финажина С.Ю. Методика организации массовых мероприятий.- М.: Дополнительное образование, № 9, 2005.

80. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания.- М.: Академия, 2003.

81. Чепик В.Д., Смирнов Д.В., Методологические основы построения технологий дополнительного образования в объединениях туристского профиля. – ДО № 11, 2002, с.17.

82. Шабанов. А.Н. Карманная энциклопедия туриста. – М.: Вече, 2000.

83. Шакурова М.В. Методика и технология работы социального педагога. – М.: Академия, 2002.

84. Шашина В.П. Методика игрового общения. – Ростов-на-Дону: Издательство «Феникс», 2005.

85. Шестакова Е.С. Экологический туризм – шаг навстречу. – М.: ДО №7, 2002, с.22.

86. Шмакова Г.С. Игра как способ социализации ребенка. М.:

Дополнительное образование, № 2, 2007.

87. Штюрман Ю.А. Карманный справочник туриста. – М.: Профиздат, 1982.

88. Юрченко И.Г., Касатова Н.С., Лузина К.А. Организация ТКД учащихся. – Ек.- г, 1998.

89. Ястребов Г.С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф.- Ростов-на-Дону: Издательство «Феникс», 2005.

### **2.7.2. Список литературы для родителей:**

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе, издание пятое, дополненное. – М., 1990.

2. Иванов Е.И. С компасом и картой. – М: ДОСААФ, 1971.

3. Иванов Е.И. Ориентирование на местности, как вид спорта / Теория и практика физической культуры. – 1969, №5.

4. Нурмиаа В. Спортивное ориентирование. К столетию ориентирования (1897 – 1997). - М.: ФСО РФ, 1997.

5. Рыжавский Г.Я. Биваки. - М.: ЦДЮТур, 1995.

### **2.7.3. Список литературы для детей:**

1. Архипова Н.П. Заповедные места Свердловской области. – Свердловск: Средне – Уральское книжное издательство, 1984.

2. Архипова Н.П., Ястребов Е.В. Как были открыты Уральские горы. Издание третье, перераб.- Свердловск: Средне – Уральское книжное издательство, 1990.

3. Астротова Г. В. Использование дикорастущих растений в питании. – Екатеринбург, 1991.

4. Баленко С.В. Школа выживания. - М.: Приложение к журналу Зарубежное военное обозрение, 1992.

5. Бардин К. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981.
6. Биржаков М.Б. Введение в туризм. – СПб.: «Невский Фонд», «Издательский дом Герда», 2004.
7. Бринкин И. Ю., Бондарец М. П. Ателье туриста. – М.: Физкультура и спорт, 1990.
8. Варламов В.К. Основы безопасности в пешем походе. - М.: ЦРИБ Турист, 1983.
9. Волович В.Г. Академия выживания. - М.: Технополус, 1990.
10. Волович В.Г. С природой на один. - М.: Воениздат, 1989.
11. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях среды. - М.: Мысль, 1980.
12. Вяткин Л.А, Сидорчук Е.В, Емытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование. - М.: «Академия», 2004.
13. Гастюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. - М.: Зеркало, 1998.
14. Гастюшин А.В., Шубина С.И. Азбука выживания. - М.: Знание, 1997.
15. Деев М.Г., Шумилов А.В., Зубов Н.Н. Замечательные географы и путешественники. - М.: Мысль, 1989.
16. Ильин А.А. Энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002.
17. Калугина Г.А. История родного края. – Св.-к: Средне-Уральское книжное издательство, 1976.
18. Коструб А. А. Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат, 1986.
19. Кудряшов Б. В. Энциклопедия выживания. - Краснодар, 1996.
20. Кузьмин И.А. Урал. Человек. Истоки.- Екатеринбург: ГОУ «Центр «Учеб. книга», 2005.
21. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристическом путешествии. - М., 1997.
22. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в

туристском путешествии. - М.: ЦЦЮтур МО РФ, 1997.

23. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков. - М.: Владос, 1999.

24. Куприн А.М. Умей ориентироваться на местности. - М.: ДОСААФ, 1968.

25. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. – М.: Владос, 2000.



**Сохранность контингента**

коллектива \_\_\_\_\_

педагог \_\_\_\_\_

20\_\_ - 20\_\_ учебный год

№		Количество обучающихся		%
		Начало уч. года	Конец уч. года	
1.	Учебные группы _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____	_____ _____ _____ _____ _____ _____ _____	_____ _____ _____ _____ _____ _____ _____	_____ _____ _____ _____ _____ _____ _____
2	Количество выбывших			
3	Причина выбывания			
4	Количество прибывших			
5	Кол-во выпускников, окончивших I степень обучения (1, 2 года)			
	Кол-во выпускников, окончивших II степень обучения (3 год)			

**Выводы** \_\_\_\_\_

Мониторинг личностного развития обучающихся

таблица «Динамика личностного развития обучающихся»

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	
1	2	3	4	
I. Организационно-волевые качества: <i>1. Терпение</i>	<i>Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности</i>	- терпения хватает меньше, чем на ½ занятия;	1	
		- терпения хватает больше, чем на ½ занятия;	5	
		- терпения хватает на все занятие;	10	
	<i>2. Воля</i>	<i>Способность активно побуждать себя к практическим действиям</i>	- волевые усилия ребёнка побуждают извне;	1
			- иногда – самим ребёнком;	5
			- всегда – самим ребёнком;	10
	<i>3. Самоконтроль</i>	<i>Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)</i>	- ребёнок постоянно действует под воздействием контроля извне;	1
			- периодически контролирует себя сам;	5
			- постоянно контролирует себя сам	10
II. Ориентационные качества: <i>1. Самооценка</i>	<i>Способность оценивать себя адекватно</i>	- завышенная;	1	
		- заниженная;	5	

	<i>реальным достижениям</i>	- нормальная	10	
<i>2. Интерес к занятиям в детском объединении</i>	<i>Осознанное участие ребёнка в освоении образовательной программы</i>	- интерес к занятиям продиктован ребёнку из вне;	1	
		- интерес периодически поддерживается самим ребёнком;	5	
		- интерес постоянно поддерживается ребёнком самостоятельно	10	
<b>III. Поведенческие качества:</b> <i>1. Конфликтность</i>	<i>Общение со сверстниками, с педагогом. (дисциплина, коммуникатив.-ть, авторитетность среди сверстников)</i>	- отсутствие дисциплины, неуважение по отношению к другим, не управляемость;	1	
		- реагирует на замечания, слушается, но ссорится часто;	5	
		- пользуется авторитетом, управляет, дисциплинирован.	10	
	<i>2. Тип сотрудничества.</i>	<i>Способность принимать участие в общем деле.</i>	- избегает принимать участие;	1
			- подчиняется обстоятельствам;	5
			- проявляет инициативу, творчество	10
<b>IV. Личностные достижения</b>	<i>Участие в мероприятиях, соревнованиях, выставки, конкурсы, и т.д.</i>	- учебные группы;	1	
		- школа;	3	
		- Центр детского творчества;	5	
		- город;	6	
		- округ;	8	
		- область;	9	
- регион и т.д.	10			

**Формы и методы оценки результатов**

Составление индивидуального паспорта физического здоровья и проведение мониторинга по физической подготовленности обучающихся (сдача нормативов) проводится с целью оценивания физических качеств и развития ключевых компетенций у обучающихся.

**Система отслеживания состояния физического развития обучающегося (содержание паспорта)**

**ФИО** **Пол** **Дата рождения**

**Наименование образовательной программы**

**Наименование коллектива**

**Возрастная группа**

**Год обучения** год 2017-2018 группа/год обучения возраст  
 год 2018-2019 и т.д. группа/год обучения возраст

**Группа здоровья**

Показатели		Группа/год обучения			Группа/год обучения			Примечание
Антропометрические	Рост							
	Вес							
Гемодинамические	Давление							
	Пульс							
	Частота дыхательных сокращений							

**Уровень физической подготовленности обучающегося**

№	Физические качества	Контрольные упражнения	Группа/год обучения		Группа/год обучения		Развитие ключевых компетенций
1.	Скоростные	Бег 30 м.					Принятие быстрых решений.
2.	Силовые	Подтягивание.					Развитие целеустремленности. Преодоление жизненных трудностей через силовое усилие над собой. Развитие толерантности.
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см.					Развитие целеустремленности. Преодоление страха.
4.	Координационные	Челночный бег, 3*10 м.					Ориентировка в жизненном пространстве (выбор жизненных приоритетов: вычленение из множества самого главного и т.д.)
5.	Гибкость	Наклоны вперед из положения стоя.					Развитие «гибкости» при взаимодействии с людьми (приспособление к быстро изменяющимся событиям, ситуациям).
6.	Выносливость	6-минутный бег.					Стрессоустойчивость. Умение довести начатое дело до конца. Преодоление жизненных трудностей через силовое усилие над собой. Развитие толерантности.

**Дата заполнения**

Педагог ДО: Подковырина Н.А

Уровень физической подготовленности обучающихся 7-11 лет

Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст	Мальчики			Девочки		
			Уровень					
			<i>низкий</i>	<i>средний</i>	<i>высокий</i>	<i>низкий</i>	<i>средний</i>	<i>высокий</i>
Скоростные	Бег 30 м, с	7	7,5 и выше	7,3 - 6,2	5,6 и ниже	7,6 и выше	7,5 - 6,4	5,8 и ниже
		8	7,1	7,0 - 6,0	5,4	7,3	7,2 - 6,2	5,6
		9	6,8	6,7 - 5,7	5,1	7,0	6,9 - 6,0	5,3
		10-11	6,6	6,5 - 5,6	5,1	6,6	6,5 - 5,6	5,2
Координационные	Челночный бег 3*10 м, с	7	11,2 и выше	10,8 - 10,3	9,9 и ниже	11,7 и выше	11,3 - 10,6	10,2 и ниже
		8	10,4	10,0 - 9,5	9,1	11,2	10,7 - 10,1	9,7
		9	10,2	9,9 - 9,3	8,8	10,8	10,3 - 9,7	9,3
		10-11	9,9	9,5 - 9,0	8,6	10,4	10,0 - 9,5	9,1
Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	7	100 и ниже	115-135	155 и выше	85 и ниже	110 -130	150 и выше
		8	110	125-145	165	90	125 -140	155
		9	120	130-150	175	110	135 -150	160
		10-11	130	140-160	185	120	140 -150	170
Выносливость	6-минутный бег, м	7	700 и ниже	750-900	1100 и выше	500 и ниже	600 - 800	900 и выше
		8	750	800-950	1150 и выше	550 и ниже	650 - 850	950 и выше
		9	800	850-1000	1200 и выше	600 и ниже	700 - 900	1000 и выше
		10-11	850	900-1050	1250 и выше	650 и ниже	750 - 950	1050 и выше
Гибкость	Наклон вперед из положения	7	1 и ниже	3 -5	9 и выше	2 и ниже	6 - 9	12,5 и выше
		8	1и ниже	3-5	7,5 и выше	2 и ниже	5 - 8	11,5 и выше

	сидя, см	9 10-11	1 и ниже 2 и ниже	3-5 4-6	7,5 и выше 8,5 и выше	2 и ниже 3 и ниже	6 - 9 7- 10	13,10 и выше 14,10 и выше
Силовые	Подтягивание	7	1	2-3	4 и выше	2 и ниже	4 - 8	12 и выше
	на высокой	8	1	2-3	4 и выше	3 и ниже	6 - 10	14 и выше
	перекладине из	9	1	3-4	5 и выше	3 и ниже	7 - 11	16 и выше
	виса (мальчики), на ниж. перекладине из виса лежа (девочки), кол- во раз	10-11	1	3-4	5 и выше	4 и ниже	8 - 13	18 и выше

**Протокол оценки результатов сформированности компетенций обучающихся  
в соответствии с направлением деятельности дополнительного образования**

**Объединение \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_ руководитель \_\_\_\_\_**

№ п/ п	Ф.И.О.	Показатели сформированности компетенций																		Итого	Уровень	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			
		Эмоционально-психологическая			Регулятивная			Социальная			Аналитическая			Творческая			Самосовершенствование					
1.																						
2.																						
	Итого по показателям (средний балл):																					

Итоговый балл сформированности компетенций у обучающегося:

- 36-30 баллов - высокий уровень,
- 29-18 баллов - средний уровень,
- ниже 18 баллов - низкий уровень.

Итого по коллективу:

	Кол-во обучающихся	Процент
Высокий		
Средний		
Низкий		

Дата: « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.



**Лист**  
**оценки результатов сформированности компетенций**  
**обучающихся в соответствии с направлением деятельности**  
**дополнительного образования**

Компетенции	Компоненты деятельности 0 баллов – показатель не проявляется; 1 балл – единичное проявление показателя; 2 балла – оптимальное проявление показателя.	Процедура оценки	Методы оценки
Эмоционально-психологическая	1. поддерживает атмосферу взаимопонимания, работает в коллективе и команде взаимодействует со всеми субъектами образовательного процесса	Анкетирование, ситуационные игры	Анализ анкет, формализованное наблюдение
	2. проявляет стрессоустойчивость при публичных выступлениях (умение держаться на публике)		
	3. проявляет такт, навыки культуры речи и поведения в соответствии с нормами поведения и внутреннего распорядка в соответствии с Правилами для обучающихся		
Регулятивная	4. соблюдает нормы сохранения жизни и здоровья воспитанников и поведения на занятиях в соответствии с Правилами внутреннего распорядка	Сравнение продукта или процесса деятельности с эталоном. Процесс практической учебной деятельности в команде, группе	Формализованное наблюдение в регламентированной ситуации
	5. принимает различные ролевые позиции (организатор, ведущий, солист, участник, эксперт - наблюдатель)		
	6. обеспечивает сохранность костюмов, реквизита, снаряжения, оборудования и др.		
Социальная	7. понимает значимость своей деятельности, проявляет к ней устойчивый интерес	Процесс практической учебной деятельности в команде, группе	Формализованное наблюдение в регламентированной ситуации
	8. использует в деятельности названия <u>специальных</u> терминов, понятий, условных обозначений в ходе образовательного процесса		
	9. имеет свидетельства общественного признания успехов по выбранному виду деятельности (грамоты, благодарности, публикации в СМИ и др.)		
Аналитическая	10. оценивает результаты своей деятельности на занятии в соответствии с критериями листа самооценки выбранного направления деятельности	Сравнение продукта или процесса деятельности с эталоном. представлены	Формализованное наблюдение в регламентированной
	11. оценивает результаты своего участия в конкурсе, олимпиады, соревнования, выставки и		

	систематизирует их посредством формирования личного портфолио в соответствии с заявленной структурой	е портфолио	ситуации
	12. анализирует деятельность других участников группы с целью корректировки своей деятельности и деятельности других участников		
Творческая	13. выполняет предложенные педагогом задания на творческом уровне, выполняет нестандартные задания	Решение творческой задачи, выполнение проекта	Оценка по критериям
	14. организует работу в малых детских и подростковых группах с принятием на себя ответственности за результат		
	15. участвует в проектной деятельности в процессе освоения образовательной программы по выбранному направлению деятельности		
	Компетенции самосовершенствования		Оценка по критериям
	16. участвует в работе детского жюри (судейской бригады) в соответствии с Положениями конкурсов, фестивалей, соревнований	Процесс деятельности в регламентированной, заданной ситуации	
	17. демонстрирует результаты профессионального роста (наличие дипломов, званий, разрядов, наград за личные выступления)		
18. корректирует свою деятельность в ходе образовательного процесса на основании выбранного направления деятельности (самостоятельно проводит работу над ошибками)			
Дополнительные баллы (макс. - 2 балла)			

Оценки выставляются в баллах: 0 – показатель не проявляется, 1 – единичное проявление показателя, 2 – системное проявление показателя.

Для получения итоговой оценки необходимо сопоставить общее количество баллов со шкалой:

Сумма в баллах	от 0 до 14	от 15 до 21	от 22 до 29	от 30 до 36
Итоговая оценка	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично

**Пояснение**  
**к оценке результатов сформированности компетенций**  
**обучающихся в соответствии с направлением деятельности**  
**дополнительного образования**

В основу составления методики оценки результатов сформированности компетенций обучающихся была положена «Методика разработки Фондов оценочных средств Основной профессиональной образовательной программы на основе ФГОС», г. Екатеринбург, 2011 г. (автор: Темняткина Ольга Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры профобразования ГБОУ ДПО СО «Институт развития профессионального образования»).

Оценочные материалы по учебному курсу представляют собой практико-ориентированные задания, которые носят проблемный, исследовательский характер (например, тесты; деловые игры: имитационные, операционные, ролевые; участие в походе, экологической экспедиции, соревнованиях и т.д.; публичная защита туристического маршрута в соответствии с занимаемой походной должностью и т.д.), где демонстрация приобретенного опыта, в свою очередь, является мотивацией и стимулом для обучающихся.