

**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 E-mail: cdtsekret@mail.ru

РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА
педагогическим советом
МАОУ ДО «Центр детского творчества»
Протокол № 3
от "19" августа 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАОУ ДО
"Центр детского творчества"
Сухих Н. В. Сухих
" 02 " сентября 2019 г.
Приказ № 90
от "02" сентября 2019 г.



Рабочая программа

**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
туристического клуба «Виват»**

коллективов отделения начальной подготовки - «Виват и К»

/команд «Виват и К-2», «Виват и К-3»/

«Спортивно-познавательный туризм»

на 2019-2020 учебный год

Направленность программы: туристско-краеведческая

Возраст обучающихся: 10 лет-11 лет

3 год обучения

Составитель программы:

Подковырина Надежда Анатольевна,

педагог дополнительного

образования, ВКК

г. Ирбит

2019 г.

Пояснительная записка

1	Направленность рабочей программы - туристско-краеведческая
2	Уровень рабочей программы - базовый
3	Особенности обучения в 2019-2020 учебном году по реализации рабочей программы заключались в ее содержании, скорректированном на данный период согласно основного государственного события: 75-летия Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов.
4	<p>Особенности организации образовательного процесса по реализации рабочей программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - количество учебных часов по программе 3 года обучения - 144 учебных часа, из расчета 36 учебных недель, по 4 учебных часа в неделю; • количество учебных часов согласно расписанию: 2 учебных часа в течение рабочей недели + 2 учебных часа в субботу – поход, полевой выход; • информация об изменении сроков и/или времени изучения отдельных тематических блоков (разделов) с указанием причин и целесообразности изменений: в связи с распространением на территории РФ вируса COVID-19 и опасностью заражения данным заболеванием, на основании приказа №53 от 06.04.2020 г. МАОУ ДО МО г. Ирбит «Центр детского творчества», в программу внесены изменения с 06.04.2020 года в части формы обучения, а именно переход с очной формы на дистанционную форму обучения.
5	Цель рабочей программы на текущий учебный год: 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, посредством базового изучения основ специальной подготовки по спортивному туризму, походной подготовки, спортивного ориентирования и самостоятельной организации туристического быта.

Задачи на конкретный учебный год для конкретной учебной группы:

1. Укрепление здоровья, посредством занятий базового изучения основ специальной подготовки по спортивному туризму, походной подготовки, спортивного ориентирования и самостоятельной организации туристического быта.
2. Повышение общеобразовательного уровня и технического спортивно-туристического мастерства на занятиях базового изучения основ специальной подготовки по спортивному туризму, походной подготовки, спортивного ориентирования и самостоятельной организации туристического быта.
3. Проведение спортивных походов, путешествий, соревнований и других массовых мероприятий, обеспечивающих совершенствование туристических навыков специальной подготовки базового уровня.
4. Создание «банка краеведческой информации» по своему району и округу на основе материалов собранных участниками экспедиции «Уральская тропа».
5. Формирование в сознании ребенка понимания важности сохранения и бережного использования культурного и природного наследия, посредством овладения содержанием программы через базовые принципы туризма, экологии и краеведения.
6. Стимулирование развития творческой, познавательной самостоятельности на занятиях базового изучения основ специальной подготовки спортивного туризма, походной подготовки, спортивного ориентирования и организации туристического быта.
7. Создание условий для успешной социальной адаптации детей, посредством вовлечения их в туристско-краеведческую деятельность: спортивные путешествия 1-2 степени сложности, соревнования по спортивному туризму (дистанции 1 класса) и спортивному ориентированию (уровень ОУ, муниципальный уровень).

6

	8. Воспитание патриотизма и гражданственности на занятиях спортивно-познавательным туризмом.
7	Изменения , внесенные в рабочую программу, необходимые для обучения в текущем учебном году и их обоснование (информация об изменении содержательной части дополнительной общеобразовательной программы, обоснование изменений, описание резервов, за счет которых они будут реализованы): на основании вышеуказанного приказа по ОУ (п. 4 ПОЯСНИТЕЛЬНОЙ ЗАПИСКИ) с 06.04.20 г. изменения предполагаются в УЧЕБНОМ ПЛАНЕ, а именно в части корректировки форм занятий; в МЕТОДИЧЕСКОМ ОБЕСПЕЧЕНИИ программы, где, также корректируются формы занятий, дидактический материал и ТСО, используемые в процессе обучения.
8	Ожидаемые результаты и способы их оценки в текущем учебном году (результаты и способы измерения результатов для конкретного года обучения, форма проведения промежуточной и итоговой аттестации): <i>Результат:</i> получение обучающимися значка «ЮНЫЙ ПУТЕШЕСТВЕННИК» 1-2 ступени; <i>способы измерения результатов:</i> проведение процедуры соответствия с ПОЛОЖЕНИЕМ о СИСТЕМЕ ПООЩРЕНИЯ В ДЕТСКОМ ТУРИЗМЕ, утвержденной Федеральным Центром детско-юношеского туризма и краеведения от 30 мая 2018 года; форма проведения промежуточной и итоговой аттестации: мониторинг по физической подготовленности, зачет (тестовые задания), мониторинг сформированности компетенций обучающихся.

Учебный план

коллективов «Виват и К», «Виват и К-1»

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	в том числе, час		Форма занятия	Форма контроля	Примечание
				теор.	практ.			
8. 8.1	11.09.19	Специальная подготовка по спортивному туризму <i>Специальное личное снаряжение.</i> История появления снаряжения. Страховочная система. Самостраховка. Рукавицы. Каска. Обувь. Список и применение специального личного снаряжения. Предъявляемые к нему требования.	1	1	-	• коллективная лекция.	смотр знаний (текущий)	
	13.09.	<i>Практическое изучение</i>	1	-	1	• коллективное	смотр знаний	

		<i>материала:</i> Надевание страховочной системы. Подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за ним, его ремонт.				занятие-практикум; • индивидуально-групповая.	(текущий)	
8.2	14.09.	<i>Узлы.</i> Группы узлов, их назначение и применение на практике.	2	2	-	• коллективная лекция; • поход.	зачет	
	18.09.	<i>Практическое изучение материала:</i> Вязка узлов	1	-	1	• коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая.	зачет	
	20.09.	<i>Практическое изучение материала:</i> Применение узлов по назначению.	1	-	1	• коллективное занятие-практикум; • индивидуально-	зачет	

						групповая.		
8.3	21.09.	<i>Работа с веревками.</i> Основная и вспомогательная верёвки. Название и применение основных и вспомогательных верёвок. Требования к верёвкам.	2	2	-	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция; • поход. 	смотр знаний (текущий)	
	25.09.	<i>Практическое изучение материала:</i> Бухтовка верёвки.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая. 	зачет	
	27.09.	<i>Практическое изучение материала:</i> Маркировка верёвки.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; • коллективная тренировка; 	зачет	

						<ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая. 		
8.4	28.09.	<p><i>Работа с карабинами.</i></p> <p>Виды карабинов, различительные особенности, правила пользования карабинами, их назначение и применение.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Применение карабинов.</p>	2	1	1	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная лекция; • коллективное занятие-практикум; • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая. 	<p>смотр знаний (текущий)</p>	
8.5	02.10.	<p><i>Личное прохождение этапов спортивного туризма.</i></p> <p>Правила действий при работе на технических этапах.</p>	1	1	-	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция. 	<p>смотр знаний (текущий)</p>	
	04.10.	Последовательность	1	1	-	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная 	<p>смотр знаний</p>	

		действий при работе на технических этапах.				лекция.	(текущий)	
	05.10.	Возможные ошибки и нарушения, их классификация.	2	2	-	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная лекция. 	зачет	
	09.10.	Правила техники безопасности.	1	1	-	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция. 	тест	
	11.10.	<i>Практическое изучение материала:</i> Личное прохождение технических этапов.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • соревнование. 	смотри знаний (текущий)	
	12.10.	<i>Практическое изучение материала:</i> Организация самостраховки при прохождении технических этапов. Отработка скорости работы на этапе.	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная тренировка; • соревнование. 	зачет	
8.6	16.10.	<i>Командное прохождение</i>	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная 	зачет	

		<i>дистанции по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции – пешеходные».</i> <i>Практическое изучение материала:</i> Последовательность командных действий при работе на технических этапах.				тренировка; <ul style="list-style-type: none"> • соревнование. 		
18.10.		<i>Практическое изучение материала:</i> Распределение обязанностей.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая. 	смотр знаний (текущий)	
19.10.		<i>Практическое изучение материала:</i> Работа в связках.	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная тренировка; • соревнование. 	смотр знаний (текущий)	
23.10.		<i>Практическое изучение</i>	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное 	смотр знаний	

		<i>материала:</i> Командная страховка.				занятие- практикум; • индивидуально- групповая.	(текущий)	
25.10.	<i>Практическое изучение</i> <i>материала:</i> Командное сопровождение.	1	-	1	• коллективная тренировка; • индивидуально- групповая.	смотр знаний (текущий)		
26.10.	<i>Практическое изучение</i> <i>материала:</i> Возможные ошибки.	2	-	2	• поход; • коллективная тренировка; • соревнование.	смотр знаний (текущий)		
30.10.	<i>Практическое изучение</i> <i>материала:</i> Возможные нарушения.	1	-	1	• коллективная тренировка; • индивидуально- групповая.	смотр знаний (текущий)		
01.11.	<i>Практическое изучение</i> <i>материала:</i> Правила техники	1	-	1	• коллективная тренировка; • индивидуально-	тест		

		безопасности.				групповая.		
02.11.	<i>Практическое изучение материала:</i> Командное прохождение дистанции (общие подходы).	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	зачет		
06.11.	<i>Практическое изучение материала:</i> Командное прохождение технических этапов.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	зачет		
08.11.	<i>Практическое изучение материала:</i> Организация командной страховки.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	смотр знаний (текущий)		
09.11.	<i>Практическое изучение материала:</i>	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная 	зачет		

		Организация самостраховки при командном прохождении дистанции.				<p>тренировка;</p> <ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая; • соревнование. 		
13.11.	<i>Практическое изучение материала:</i>	Отработка техники выполнения заданий на технических этапах.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	смотр знаний (текущий)	
15.11.	<i>Практическое изучение материала:</i>	Отработка тактики выполнения заданий на технических этапах.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая; • занятие-практикум. 	смотр знаний (текущий)	
16.11.	<i>Практическое изучение материала:</i>	Разбор различных нештатных ситуаций при	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная тренировка; • индивидуально- 	зачет	

		прохождении технических этапов.				групповая; • соревнование.		
	20.11.	<i>Практическое изучение материала:</i> Отработка скорости работы на технических этапах.	1	-	1	• коллективная тренировка; • индивидуально-групповая.	зачет	
	22.11.	<i>Практическое изучение материала:</i> Прохождение учебной короткой дистанции.	1	-	1	• коллективная тренировка; • индивидуально-групповая.	зачет	
	23.11.	<i>Практическое изучение материала:</i> Прохождение учебной длинной дистанции.	1	-	1	• поход; • индивидуально-групповая; • коллективная тренировка; • соревнование.	зачет	
8.7	23.11.	<i>Полигоны по спортивному туризму.</i> <i>Практическое изучение</i>	1	-	1	• индивидуально-групповая; • коллективная	зачет	

		<p><i>материала:</i></p> <p>Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные»: «Навесная переправа» через сухой овраг.</p>				<p>тренировка;</p> <ul style="list-style-type: none"> • соревнование; • поход. 		
27.11.	<p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные»: «Навесная переправа» через водную преграду.</p>	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	зачет		
29.11.	<p><i>Практическое изучение материала:</i></p>	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; 	зачет		

		Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные»: «Переправа по бревну», «Параллельные перила».				<ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая; • соревнование. 		
	30.11.	<i>Практическое изучение материала:</i> Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные»: «Подъем-спуск по склону».	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • индивидуально-групповая; • соревнование; • коллективная тренировка. 	зачет	
8.8	30.11.	<i>Соревнования по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции – пешеходные (лыжные)».</i>	1	1	-	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная лекция; • соревнование. 	смотр знаний (текущий)	

	Виды соревнований по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции – пешеходные», «Дистанции – лыжные». Общие положения.							
04.12.	Правила проведения соревнований.	1	1	-	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция. 	зачет		
06.12.	<i>Практическое изучение материала:</i> Виды соревнований по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции – пешеходные (лыжные)».	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	смотр знаний (текущий)		
07.12.	<i>Практическое изучение материала:</i> Виды соревнований по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции –	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • индивидуально-групповая; • коллективная тренировка; 	зачет		

		пешеходные (лыжные)»: дистанция – пешеходная (лыжная) – личная.				<ul style="list-style-type: none"> • соревнование. 		
11.12.	<i>Практическое изучение материала:</i> Виды соревнований по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции – пешеходные (лыжные)»: дистанция – пешеходная (лыжная) – группа.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая; • коллективная тренировка; • соревнование. 	зачет		
13.12.	<i>Практическое изучение материала:</i> Участие в туристских соревнованиях школьного уровня: спортивная программа – «Туристическая полоса препятствий».	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	зачет		

14.12.	<p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Участие в туристских соревнованиях школьного уровня: спортивная программа – «Туристическая полоса препятствий», прохождение этапа «Определение расстояния на глаз».</p>	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • индивидуально-групповая; • коллективная тренировка; • соревнование. 	зачет	
18.12.	<p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Участие в туристских соревнованиях школьного уровня: спортивная программа – «Туристическая полоса препятствий», прохождение этапа «Определение</p>	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая; • коллективная тренировка; • соревнование. 	зачет	

		топознаков».						
20.12.	<i>Практическое изучение материала:</i> Участие в туристских соревнованиях школьного уровня: спортивная программа – «Туристическая полоса препятствий», прохождение этапа «Определение азимута на маршруте».	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая; • коллективная тренировка; • соревнование. 	зачет		
21.12.	<i>Практическое изучение материала:</i> Участие в туристских соревнованиях школьного уровня: спортивная программа – «Туристическая полоса препятствий», прохождение	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	зачет		

		этапа «Переправа по бревну с самостраховкой».						
25.12.	<i>Практическое изучение материала:</i> Участие в туристских соревнованиях школьного уровня: спортивная программа – «Туристическая полоса препятствий», прохождение этапа «Лыжная техника».	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	зачет		
27.12.	<i>Практическое изучение материала:</i> Участие в туристских соревнованиях школьного уровня: спортивная программа – «Туристическая полоса препятствий», прохождение	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	зачет		

	этапа «Вязание туристических узлов».							
28.12.	<i>Практическое изучение материала:</i> Участие в туристских соревнованиях школьного уровня: спортивная программа – «Туристическая полоса препятствий», прохождение этапа «Паутина».	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	зачет		
10.01.20	<i>Практическое изучение материала:</i> Участие в туристских соревнованиях муниципального уровня.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	зачет		
11.01.	<i>Практическое изучение материала:</i>	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • индивидуально- 	зачет		

		Участие в туристских соревнованиях окружного (районного) уровня.				групповая; • соревнование.		
8.9	15.01.	<i>Учебно – тренировочные сборы по СТ.</i> <i>Практическое изучение материала:</i> Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные, лыжные»: «Переправа по бревну».	1	-	1	• коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая; • соревнование.	смотр знаний (текущий)	
	17.01.	<i>Практическое изучение материала:</i> Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции –	1	-	1	• коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая; • соревнование.	смотр знаний (текущий)	

		пешеходные, лыжные»: «Навесная переправа через сухой овраг».						
18.01.	<i>Практическое изучение материала:</i> Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные, лыжные»: «Навесная переправа через водную преграду».	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	зачет		
22.01.	<i>Практическое изучение материала:</i> Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные, лыжные»: «Навесная переправа через водную преграду».	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая. 	смотр знаний (текущий)		

		«Дистанции – пешеходные»: «Подъем по склону».						
24.01.	<i>Практическое изучение материала:</i> Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные, лыжные»: «Спуск по склону».	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая. 	смотр знаний (текущий)		
25.01.	<i>Практическое изучение материала:</i> Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные, лыжные»: «Траверс склона».	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая; • соревнование; 	смотр знаний (текущий)		
29.01.	<i>Практическое изучение</i>	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная 	смотр знаний		

		<i>материала:</i> Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные, лыжные»: «Переправа по параллельным перилам».				тренировка; • индивидуально-групповая.	(текущий)	
31.01.	<i>Практическое изучение материала:</i> Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные, лыжные»: «Маятник».	1	-	1	• коллективная тренировка; • индивидуально-групповая.	смотр знаний (текущий)		
01.02.	<i>Практическое изучение материала:</i> Отработка техники	2	-	2	• поход; • коллективная тренировка;	зачет		

	прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные, лыжные»: «Переправа по тонкому льду».				<ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая; • соревнование. 		
05.02.	<i>Практическое изучение материала:</i> Транспортировка грузов по этапам.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая. 	смотр знаний (текущий)	
07.02.	<i>Практическое изучение материала:</i> Транспортировка пострадавших.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая. 	смотр знаний (текущий)	
08.02.	<i>Практическое изучение материала:</i> Отработка тактики прохождения этапов спортивного туризма в	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • индивидуально-групповая; • соревнование. 	зачет	

		дисциплине «Дистанции – пешеходные».						
12.02.	<i>Практическое изучение материала:</i> Отработка тактики прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – лыжные».	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая. 	смотр знаний (текущий)		
14.02.	<i>Практическое изучение материала:</i> Обеспечение безопасности при прохождении этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные».	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая. 	смотр знаний (текущий)		
15.02.	<i>Практическое изучение материала:</i> Обеспечение безопасности	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективное занятие- 	зачет		

		при прохождении этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – лыжные».				практикум; • индивидуально-групповая.		
9. 9.1	19.02.	Походная подготовка. Турбыт. <i>Групповое снаряжение.</i> 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 предъявляемые к нему требования.	1	1	-	• коллективная лекция.	смотр знаний (текущий)	
	21.02.	<i>Практическое изучение</i>	1	-	1	• коллективное	смотр знаний	

		<p><i>материала:</i></p> <p>Использование специального группового снаряжения при преодолении естественных препятствий. Уход за групповым снаряжением.</p>				<p>занятие-практикум;</p> <ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая. 	(текущий)	
9.2	22.02.	<p><i>Подготовка к походу.</i></p> <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</p>	2	1	1	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная лекция; • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая. 	<p>смотр знаний (текущий), зачет</p>	

		такое «раскладка». <i>Практическое изучение материала:</i> Укладка рюкзака для похода в соответствие с погодой. Подбор одежды и обуви. Составление продуктовой раскладки.						
9.3	26.02.	<i>Движение в походе.</i> Режим движения и отдыха в походе. Преодоление препятствий в походе. Правила техники безопасности.	1	1	-	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция. 	смотр знаний (текущий)	
	28.02.	<i>Практическое занятие:</i> Отработка навыков преодоления естественных препятствий: зарослей растительности, склонов,	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая. 	смотр знаний (текущий)	

		подъемов. Организация переправы по бревну с самостраховкой.						
9.4	29.02.	<p><i>Профилактика опасностей в походе.</i></p> <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</p>	2	1	1	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная лекция; • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая. 	<p>смотр знаний (текущий), зачет</p>	

		негодность. Отличать ядовитые растения и грибы.						
9.5	04.03.	<i>Организация бивачных работ.</i> Выбор места для бивуака, костра, установки палатки. Требование к месту для бивуака, костра. Мероприятия при остановке на ночлег. Разведение костра. Типы костров, их назначение. Требования по экологии.	1	1	-	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция. 	смотр знаний (текущий)	
	06.03.	<i>Практическое изучение материала:</i> Установка палатки, разведение костра.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая. 	зачет	
9.6	07.03.	<i>Доврачебная помощь.</i>	2	2	-	<ul style="list-style-type: none"> • поход; 	смотр знаний	

		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.				<ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция. 	(текущий), зачет	
11.03.	<i>Практическое изучение материала:</i>	Наложение повязки, изготовление носилок из жердей и штормовок, переноска пострадавшего.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая. 	зачет	
13.03.	<i>Практическое изучение</i>		1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное 	зачет	

		<i>материала:</i> Сбор аптечки доврачебной помощи для группы.				занятие-практикум; • индивидуально-групповая.		
9.7	14.03.	<i>Походы.</i> <i>Практическое изучение материала:</i> Предпоходная подготовка: общие сборы.	2	-	2	• поход; • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая.	зачет	
	18.03.	<i>Практическое изучение материала:</i> Предпоходная подготовка: продуктовая раскладка.	1	-	1	• коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая.	зачет	
	20.03.	<i>Практическое изучение материала:</i> Предпоходная подготовка: составление меню.	1	-	1	• коллективное занятие-практикум; • индивидуально-	зачет	

						групповая.		
21.03.	<i>Практическое изучение материала:</i> Предпоходная подготовка: расчет группового снаряжения.		2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая. 	зачет	
25.03.	<i>Практическое изучение материала:</i> сбор группового снаряжения.		1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая. 	смотр знаний (текущий)	
27.03.	<i>Практическое изучение материала:</i> Предпоходная подготовка: закуп продуктов.		1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая. 	смотр знаний (текущий)	
28.03.	<i>Практическое изучение материала:</i>		2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективное 	смотр знаний (текущий),	

		Предпоходная подготовка: упаковка продуктов.				занятие- практикум; • индивидуально- групповая.	зачет	
01.04.	<i>Практическое изучение материала:</i> Предпоходная подготовка: «развеска» рюкзаков.	1	-	1	• коллективное занятие- практикум; • индивидуально- групповая.	смотр знаний (текущий)		
03.04.	<i>Практическое изучение материала:</i> Прохождение пеших дистанций в рамках участия в соревнованиях.	1	-	1	• коллективное занятие- практикум; • индивидуально- групповая; • соревнование.	смотр знаний (текущий), зачет		
04.04.	<i>Практическое изучение материала:</i> Прохождение лыжных дистанций в рамках участия	2	-	2	• поход; • индивидуально- групповая; • соревнование.	смотр знаний (текущий), зачет		

		в соревнованиях.						
08.04.	<i>Практическое изучение материала:</i> Разработка маршрута с использованием картографического материала.	1	-	1	коллективное занятие-практикум /ZOOM, облачная платформа для проведения онлайн-занятий/.	зачет		
10.04.	<i>Практическое изучение материала:</i> Совершение пеших походов по территории родного края.	1	-	1	• коллективное занятие-практикум /ZOOM, облачная платформа для проведения онлайн-занятий/.	зачет		
11.04.	<i>Практическое изучение материала:</i>	2	-	2	• видео-урок в формате	зачет		

		Совершение лыжных и комбинированных походов по территории родного края.				занятия-практикума; • онлайн-поход /виртуальная экскурсия/.		
10. 10.1	15.04.	Спортивное ориентирование. <i>Краткие сведения о спортивном ориентировании.</i> Ориентирование и его виды. Ориентирование как вид спорта. История развития. Виды спортивного ориентирования.	1	1	-	• видео-урок в формате лекции.	смотр знаний (текущий)	
10.2	17.04.	<i>Топографическая подготовка.</i> <i>Практическое изучение материала:</i>	1	-	1	• коллективное занятие-практикум /ZOOM,	зачет	

		Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба.				облачная платформа для проведения онлайн-занятий/.		
10.3	18.04.	<i>Виды и правила соревнований по спортивному ориентированию.</i> Заданный маршрут, ориентирование по выбору, маркированный маршрут. Правила соревнований. Принцип отметки.	1	1	-	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате лекции. 	смотр знаний (текущий)	
	18.04.	<i>Практическое изучение материала:</i> Тренировка умения делать отметки согласно правилам соревнований.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате тренировочного занятия. 	зачет	
10.4	22.04.	<i>План. Карта.</i>	1	1	-	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок 	смотр знаний	

		Виды карт и их назначение. Измерение расстояний по карте. Спортивные карты. Масштабы спортивных карт.				в формате лекции.	(текущий)	
	24.04.	<i>Практическое изучение материала:</i> Определение расстояния по карте, использование масштаба, распознавание карты.	1	-	1	• коллективное занятие-практикум /ZOOM, облачная платформа для проведения онлайн-занятий/.	зачет	
10.5	25.04.	<i>Компас.</i> Методы определения сторон горизонта. Устройство компаса. Правила пользования компасом. Взятие азимута на ориентир.	1	1	-	• видео-урок в формате лекции.	смотр знаний (текущий)	
	25.04.	<i>Практическое изучение</i>	1	-	1	• видео-урок в	зачет	

		<i>материала:</i> Определение сторон горизонта, пользование компасом. Взятие азимута на ориентир.				формате занятия-практикума.		
10.6	29.04.	<i>Условные знаки.</i> Условные знаки спортивных карт. Классификация условных знаков: масштабные, внемасштабные, линейные, точечные, площадные.	1	1	-	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате лекции. 	смотр знаний (текущий)	
	02.05.	<i>Практическое изучение материала:</i> Обозначение объектов местности условными знаками.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате коллективной лекции. • онлайн-поход /виртуальная экскурсия/. 	зачет	

10.7	02.05.	<i>Тактико-техническая подготовка.</i> Основные сведения о тактико-технической подготовке и их значения для роста спортивного мастерства. Значение данных видов подготовки для роста результатов.	1	1	-	• видео-урок в формате занятия-практикума и тренировки.	смотр знаний (текущий), зачет	
	06.05.	<i>Практическое изучение материала:</i> Упражнения по тактико-технической подготовке.	1	-	1	• видео-урок в формате занятия-практикума.	зачет	
10.8	08.05.	<i>Азимут. Движение по азимуту.</i> Понятие азимута. Азимут на ориентир.	1	1	-	• видео-урок в формате лекции.	смотр знаний (текущий)	
	13.05.	Движение по азимуту.	1	1	-	• видео-урок в формате	смотр знаний (текущий)	

						лекции.		
	15.05.	<i>Практическое изучение материала:</i> Определение азимута на ориентир, азимут по карте. Движение по азимуту. Соревнования по спортивному ориентированию в заданном направлении.	1	-	1	• видео-урок в формате тренировочного занятия.	зачет	
	16.05.	<i>Практическое изучение материала:</i> Соревнования по спортивному ориентированию по маркированной трассе.	1	-	1	• онлайн-соревнование /ZOOM, облачная платформа для проведения онлайн-занятий/.	зачет	
10.9	16.05.	<i>Чтение карты.</i> Воспроизведение карты.	1	1	-	• видео-урок в формате	смотр знаний (текущий)	

						лекции.		
20.05.	Сличение с местностью.	1	1	-		• видео-урок в формате лекции.	смотр знаний (текущий)	
22.05.	<i>Практическое изучение материала:</i> Сличение карты с местностью.	1	-	1		• видео-урок в формате занятия-практикума.	зачет	
23.05.	<i>Практическое изучение материала:</i> Изображение местности на основании карты.	1	-	1		• онлайн-поход; • видео-урок в формате занятия-практикума и тренировки.	зачет	

10.10	23.05.	Полигоны по спортивному ориентированию. Практическое изучение материала: Прохождение учебных дистанций: в заданном направлении.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • онлайн-соревнование; • онлайн-игра /ZOOM, облачная платформа для проведения онлайн-занятий/. 	зачет	
	27.05.	Практическое изучение материала: Прохождение учебных дистанций: по выбору.	1	-	1	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате занятия-практикума. 	зачет	
10.11	29.05.	Соревнования по спортивному ориентированию. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Виды соревнований по	1	1	-	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате лекции. 	смотр знаний (текущий)	

		спортивному ориентированию.						
	30.05.	<p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию на соревнованиях школьного, муниципального и окружного уровней.</p>	2	-	2	<ul style="list-style-type: none"> • онлайн-соревнование; • онлайн-игра /ZOOM, облачная платформа для проведения онлайн-занятий/. 	зачет: смотр знаний, универсальных умений и навыков; мониторинг сформир.-ти компетенций обучающихся (итоговый).	

Методическое обеспечение

№ п/п	Раздел/тема	Дидактический материал и ТСО	Формы занятий	Методы	Форма подведени я итогов
8.	Специальная подготовка по спортивному туризму.				
8.1	<p><i>Специальное личное снаряжение.</i></p> <p>История появления снаряжения.</p> <p>Страховочная система.</p> <p>Самостраховка. Рукавицы.</p> <p>Каска. Обувь. Список и применение специального личного снаряжения.</p> <p>Предъявляемые к нему требования.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему:</p> <p>«Специальное личное снаряжение»;</p> <p>страховочная система, самостраховка, карабины-автоматы, рукавицы, каски и др. специальное личное снаряжение.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция; • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая. 	<p>общепедагогические методы;</p> <p>специфические методы физического воспитания.</p>	<p>смотр знаний (текущий)</p>

	Надевание страховочной системы. Подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за ним, его ремонт.				
8.2	<p><i>Узлы.</i></p> <p>Группы узлов, их назначение и применение на практике.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Вязка узлов и применение их по назначению.</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему:</p> <p>«Узлы. Группы узлов, их назначение и применение на практике»;</p> <p>блокировки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция; • поход; • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая. 	<p>общепедагогические методы;</p> <p>специфические методы физического воспитания.</p>	зачет
8.3	<p><i>Работа с веревками.</i></p> <p>Основная и вспомогательная верёвки. Название и применение основных и вспомогательных верёвок.</p> <p>Требования к верёвкам.</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему:</p> <p>«Работа с веревками»;</p> <p>основные и вспомогательные верёвки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция; • поход; • коллективное занятие-практикум; 	<p>общепедагогические методы;</p> <p>специфические методы физического</p>	<p>смотр знаний (текущий);</p> <p>зачет</p>

	<p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Бухтовка верёвки. Маркировка верёвки.</p>		<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая. 	воспитания.	
8.4	<p><i>Работа с карабинами.</i></p> <p>Виды карабинов, различительные особенности, правила пользования карабинами, их назначение и применение.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Применение карабинов.</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему:</p> <p>«Работа с карабинами»; карабины с механической муфтой, контрольные карабины, карабины-автоматы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная лекция; • коллективное занятие-практикум; • коллективная тренировка; • индивидуально-групповая. 	<p>общепедагогические методы;</p> <p>специфические методы физического воспитания.</p>	<p>смотр знаний (текущий)</p>
8.5	<p><i>Личное прохождение этапов спортивного туризма.</i></p> <p>Правила и последовательность действий при работе на</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему:</p> <p>«Личное прохождение этапов спортивного</p>	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная лекция; 	<p>общепедагогические методы;</p> <p>специфические</p>	<p>смотр знаний (текущий);</p> <p>зачет;</p>

	<p>технических этапах. Возможные ошибки и нарушения, их 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>	<p><i>туризма».</i></p> <p>Специальное туристическое снаряжение: основная и вспомогательная верёвки, карабины-автоматы, «жумары», «инвары», страховочные системы, самостраховки, каски.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • соревнование. 	<p>методы физического воспитания.</p>	<p>тест</p>
8.6	<p><i>Командное прохождение дистанции по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции – пешеходные».</i></p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p>	<p>Специальное туристическое снаряжение: основная и вспомогательная верёвки, карабины-автоматы, «жумары», «инвары», страховочные системы,</p>	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная тренировка; • соревнование; • коллективное занятие-практикум; 	<p>общепедагогические методы; специфические методы физического</p>	<p>смотр знаний (текущий); зачет; тест</p>

	<p>Последовательность командных действий при работе на технических этапах.</p> <p>Распределение обязанностей.</p> <p>Работа в связках. Командная страховка и сопровождение.</p> <p>Возможные ошибки и нарушения. Правила техники безопасности.</p> <p>Командное прохождение технических этапов.</p> <p>Организация командной страховки и само страховки.</p> <p>Отработка скорости работы на технических этапах.</p> <p>Прохождение учебной короткой дистанции. Прохождение учебной длинной дистанции.</p>	<p>само страховки, каски.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая; • поход. 	<p>воспитания.</p>	
--	--	-------------------------------	--	--------------------	--

8.7	<p><i>Полигоны по спортивному туризму.</i></p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Отработка техники прохождения этапов спортивного туризма в дисциплине «Дистанции – пешеходные (лыжные)»: «Навесная переправа» через сухой овраг, «Навесная переправа» через водную преграду, «Переправа по бревну», «Параллельные перила», «Подъем-спуск по склону».</p>	<p>Специальное туристическое снаряжение: основная и вспомогательная верёвки, карабины-автоматы, «жумары», «инвары», страховочные системы, самостраховки, каски.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • индивидуально-групповая; • коллективная тренировка; • соревнование. 	<p>общепедагогические методы;</p> <p>специфические методы физического воспитания.</p>	зачет
8.8	<p><i>Соревнования по спортивному туризму в дисциплине</i></p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективное 	<p>общепедагогические</p>	смотр знаний

<p>«Дистанции – пешеходные (лыжные)».</p> <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 (лыжная) – группа.</p> <p>Участие в туристских</p>	<p>«Соревнования по спортивному туризму в дисциплине «Дистанции – пешеходные»;</p> <p>специальное туристическое снаряжение: основная и вспомогательная верёвки, карабины-автоматы, «жумары», «инвары», страховочные системы, самостраховки, каски; карточки с топонимами, жидкостные компаса, рулетка, лыжи, лыжные ботинки, лыжные палки.</p>	<p>занятие-практикум;</p> <ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая; • коллективная тренировка; • соревнование; • коллективная лекция. 	<p>методы; специфические методы физического воспитания.</p>	<p>(текущий); зачет.</p>
--	--	---	---	--------------------------

	<p>соревнованиях школьного уровня: спортивная программа – «Туристическая полоса препятствий», прохождение этапов «Определение расстояния на глаз», «Определение топознаков», «Определение азимута на маршруте», «Переправа по бревну с самостраховкой», «Лыжная техника», «Вязание туристических узлов», «Паутина». Участие в туристских соревнованиях муниципального, окружного (районного) уровня.</p>				
8.9	<p><i>Учебно – тренировочные сборы по СТ.</i></p>	<p>Специальное туристическое снаряжение: основная и</p>	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие- 	<p>общепедагогические</p>	<p>смотр знаний</p>

	<p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>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».</p> <p>Транспортировка грузов по этапам. Транспортировка</p>	<p>вспомогательная верёвки, карабины-автоматы, «жумары», «инвары», страховочные системы, самостраховки, каски; лыжи, лыжные ботинки, лыжные палки; комплектующие и ремнабор для изготовления носилок.</p>	<p>практикум;</p> <ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая; • соревнование; • поход. 	<p>методы; специфические методы физического воспитания.</p>	<p>(текущий); зачет.</p>
--	---	---	---	---	--------------------------

	<p>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)».</p>				
9.	Походная подготовка. Турбыт.				
9.1.	<p><i>Групповое снаряжение.</i> Групповое снаряжение, требования к нему. Типы</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему: «Групповое снаряжение».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие- 	<p>общепедагогические</p>	<p>смотр знаний</p>

	<p>палаток, их назначение. Походная посуда для приготовления пищи. Основная и вспомогательная веревки. Назначение и применение специального группового снаряжения и 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>	<p>Походное личное и групповое снаряжение: палатки, спальные мешки, тенты и др.; костровое оборудование- топоры, пилы, ножи, костровой трос, набор канов и др.</p>	<p>практикум;</p> <ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая; • коллективная лекция. 	<p>методы; специфические методы физического воспитания.</p>	<p>(текущий)</p>
<p>9.2</p>	<p><i>Подготовка к походу.</i></p> <p>Список личного и командного снаряжения. Список вещей для</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему: «Подготовка к походу»;</p>	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; 	<p>общепедагогические методы;</p>	<p>смотр знаний (текущий);</p>

	<p>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>	<p>маршрутная документация;</p> <p>личное и командное походное снаряжение.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • индивидуально-групповая; • соревнование; • поход. 	<p>специфические методы физического воспитания.</p>	<p>зачет</p>
<p>9.3</p>	<p><i>Движение в походе.</i></p> <p>Режим движения и отдыха в походе. Преодоление препятствий в походе. Правила</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему:</p> <p>«Движение в походе»;</p> <p>специальное туристическое</p>	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное занятие-практикум; • индивидуально- 	<p>общепедагогические методы;</p> <p>специфические</p>	<p>смотр знаний (текущий)</p>

	<p>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>	<p>снаряжение: основная и вспомогательная верёвки, карабины-автоматы, «жумары», «инвары», страховочные системы, самостраховки, каски.</p>	<p>групповая;</p> <ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция. 	<p>методы физического воспитания.</p>	
9.4	<p><i>Профилактика опасностей в походе.</i></p> <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</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему:</p> <p>«Профилактика опасностей в походе»;</p> <p>костровое оборудование- топоры, пилы, ножи; коллекции ядовитых растений и грибов.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция; • поход; • коллективное занятие- практикум; • индивидуально- групповая. 	<p>общепедагогические методы.</p>	<p>смотр знаний (текущий); зачет</p>

	<p>порчи продуктов.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Обращение с топором, ножом.</p> <p>Определение продуктов, пришедших в негодность.</p> <p>Отличать ядовитые растения и грибы.</p>				
9.5	<p><i>Организация бивачных работ.</i></p> <p>Выбор места для бивуака, костра, установки палатки.</p> <p>Требование к месту для бивуака, костра. Мероприятия при остановке на ночлег.</p> <p>Разведение костра. Типы костров, их назначение.</p> <p>Требования по экологии.</p> <p><i>Практическое изучение</i></p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему:</p> <p>«Организация бивачных работ»;</p> <p>палатки различной модификации, костровое оборудование- топоры, пилы, ножи.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • коллективная лекция; • коллективное занятие- практикум; • индивидуально- групповая. 	<p>общепедагогические методы;</p> <p>специфические методы физического воспитания.</p>	<p>смотр знаний (текущий);</p> <p>зачет</p>

	<p><i>материала:</i></p> <p>Установка палатки, разведение костра.</p>				
9.6	<p><i>Доврачебная помощь.</i></p> <p>Оказание доврачебной помощи при ожоге, укусе змеи, переохлаждении, обморожении, тепловом ударе, растяжении, вывихе, пищевом отравлении. Простейшие способы переноски пострадавшего.</p> <p>Транспортировка пострадавшего подручными средствами. Походная аптечка.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Наложение повязки, изготовление носилок из</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему:</p> <p>«Доврачебная помощь»; комплектующие и ремнабор для изготовления носилок; походная аптечка.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективная лекция; • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая. 	<p>общепедагогические методы; специфические методы физического воспитания.</p>	<p>смотр знаний (текущий), зачет</p>

	жердей и штормовок, переноска пострадавшего. Сбор походной аптечки для группы.				
9.7	<p><i>Походы.</i></p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Предпоходная подготовка: общие сборы, продуктовая раскладка, составление меню, расчет группового снаряжения, сбор группового снаряжения, закуп продуктов, упаковка продуктов, «развеска» рюкзаков.</p> <p>Прохождение пеших дистанций в рамках участия в соревнованиях. Прохождение лыжных дистанций в рамках</p>	<p>Походное личное и групповое снаряжение: палатки, спальные мешки, тенты и др.; костровое оборудование - топоры, пилы, ножи, костровой трос, набор канов и др.;</p> <p>маршрутная документация; жидкостные компаса.</p> <p>Учебный видео-фильм по теме: «Походы».</p> <p>Мультимедиа – презентации по темам: «Совершение походов», «Движение по</p>	<ul style="list-style-type: none"> • поход; • коллективное занятие-практикум; • индивидуально-групповая; • коллективное занятие-практикум /ZOOM, облачная платформа для проведения онлайн-занятий/; 	<p>общепедагогические методы;</p> <p>специфические методы физического воспитания.</p>	<p>смотр знаний (текущий), зачет</p>

	участия в соревнованиях. Разработка маршрута с использованием картографического материала. Совершение пеших, лыжных и комбинированных походов по территории родного края.	туристическим маршрутам».	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате занятия-практикума; • онлайн-поход /виртуальная экскурсия/. 		
10	Спортивное ориентирование				
10.1	<i>Краткие сведения о спортивном ориентировании.</i> Ориентирование и его виды. Ориентирование как вид спорта. История развития. Виды спортивного ориентирования.	Мультимедиа – презентация на тему: «Краткие сведения о спортивном ориентировании». Учебный видео-фильм по теме: «Краткие сведения о спортивном ориентировании».	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате лекции. 	общепедагогические методы.	смотр знаний (текущий)
10.2	<i>Топографическая подготовка.</i>	Топографические карты,	<ul style="list-style-type: none"> • коллективное 	общепедагогические	зачет

	<p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба.</p>	<p>жидкостные компаса, линейки.</p>	<p>занятие-практикум /ZOOM, облачная платформа для проведения онлайн-занятий/.</p>	<p>гические методы.</p>	
10.3	<p><i>Виды и правила соревнований по спортивному ориентированию.</i></p> <p>Заданный маршрут, ориентирование по выбору, маркированный маршрут. Правила соревнований. Принцип отметки.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Тренировка умения делать</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему: «Виды и правила соревнований по спортивному ориентированию».</p> <p>Учебный видео-фильм по теме: «Виды и правила соревнований по спортивному</p>	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате лекции; • видео-урок в формате тренировочного занятия. 	<p>общепедагогические методы;</p> <p>специфические методы физического воспитания.</p>	<p>смотр знаний (текущий), зачет</p>

	отметки согласно правилам соревнований.	ориентированию». Карты спортивного ориентирования, жидкостные компаса, булавки, планшеты для ориентирования.			
10.4	<p><i>План. Карта.</i></p> <p>Виды карт и их назначение. Измерение расстояний по карте. Спортивные карты. Масштабы спортивных карт.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Определение расстояния по карте, использование масштаба, распознавание карты.</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему: «План. Карта».</p> <p>Учебный видео-фильм по теме: «План. Карта».</p> <p>Карты спортивного ориентирования, жидкостные компаса, линейки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате лекции; • коллективное занятие-практикум /ZOOM, облачная платформа для проведения онлайн-занятий/. 	общепедагогические методы.	смотр знаний (текущий), зачет

10.5	<p><i>Компас.</i></p> <p>Методы определения сторон горизонта. Устройство компаса. Правила пользования компасом. Взятие азимута на ориентир.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Определение сторон горизонта, пользование компасом. Взятие азимута на ориентир.</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему: «Компас».</p> <p>Учебный видео-фильм по теме: «Компас».</p> <p>Жидкостные компаса, картографический материал.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате лекции; • видео-урок в формате занятия-практикума. 	<p>общепедагогические методы.</p>	<p>смотр знаний (текущий), зачет</p>
10.6	<p><i>Условные знаки.</i></p> <p>Условные знаки спортивных карт. Классификация условных знаков: масштабные, внемасштабные, линейные, точечные, площадные.</p> <p><i>Практическое изучение</i></p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему: «Условные знаки».</p> <p>Учебный видео-фильм по теме: «Условные знаки».</p> <p>Топографические карты и карты спортивного</p>	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате лекции; • онлайн-поход /виртуальная экскурсия/. 	<p>общепедагогические методы.</p>	<p>смотр знаний (текущий); зачет</p>

	<p><i>материала:</i></p> <p>Обозначение объектов местности условными знаками.</p>	<p>ориентирования, карточки с топографическими знаками и знаками спортивного ориентирования.</p>			
10.7	<p><i>Тактико-техническая подготовка.</i></p> <p>Основные сведения о тактико-технической подготовке и их значения для роста спортивного мастерства. Значение данных видов подготовки для роста результатов.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Упражнения по тактико-технической подготовке.</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему: «Тактико-техническая подготовка».</p> <p>Учебный видео-фильм по теме: «Тактико-техническая подготовка».</p> <p>Топографические карты, карты спортивного ориентирования, жидкостные компаса, булавки, планшеты для ориентирования.</p>	<p>• видео-урок в формате занятия-практикума и тренировки.</p>	<p>общепедагогические методы; специфические методы физического воспитания.</p>	<p>смотр знаний (текущий); зачет</p>

10.8	<p><i>Азимут. Движение по азимуту.</i></p> <p>Понятие азимута. Азимут на ориентир. Движение по азимуту.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Определение азимута на ориентир, азимут по карте. Движение по азимуту. Соревнования по спортивному ориентированию в заданном направлении. Соревнования по спортивному ориентированию по маркированной трассе.</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему: «Азимут. Движение по азимуту».</p> <p>Учебный видео-фильм по теме: «Азимут. Движение по азимуту».</p> <p>Топографические карты, карты спортивного ориентирования, жидкостные компаса, булавки, планшеты для ориентирования.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате лекции; • видео-урок в формате тренировочного занятия; • онлайн-соревнование /ZOOM, облачная платформа для проведения онлайн-занятий/. 	<p>общепедагогические методы;</p> <p>специфические методы физического воспитания.</p>	<p>смотр знаний (текущий), зачет</p>
10.9	<p><i>Чтение карты.</i></p> <p>Воспроизведение карты и сличение с местностью.</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему: «Чтение карты».</p>	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате лекции; 	<p>общепедагогические методы.</p>	<p>смотр знаний (текущий),</p>

	<p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Сличение карты с местностью. Изображение местности на основании карты.</p>	<p>Учебный видео-фильм по теме: «Чтение карты». Топографические карты, карты спортивного ориентирования, линейки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате занятия-практикума; • онлайн-поход; видео-урок в формате занятия-практикума и тренировки. 		зачет
10.10	<p><i>Полигоны по спортивному ориентированию.</i></p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Прохождение учебных дистанций: в заданном направлении, по выбору.</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему: Полигоны по спортивному ориентированию. «Чтение карты». Карты спортивного ориентирования, жидкостные компаса,</p>	<ul style="list-style-type: none"> • онлайн-соревнование; • онлайн-игра /ZOOM, облачная платформа для проведения онлайн- 	<p>общепедагогические методы; специфические методы физического воспитания.</p>	зачет

		булавки, планшеты для ориентирования.	занятий/; • видео-урок в формате занятия-практикума.		
10.11	<p><i>Соревнования по спортивному ориентированию.</i></p> <p>Правила соревнований по спортивному ориентированию.</p> <p>Виды соревнований по спортивному ориентированию.</p> <p><i>Практическое изучение материала:</i></p> <p>Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию на соревнованиях школьного, муниципального и окружного уровней.</p>	<p>Мультимедиа – презентация на тему: «Соревнования по спортивному ориентированию».</p> <p>Учебный видео-фильм по теме: «Соревнования по спортивному ориентированию».</p> <p>Жидкостные компаса, булавки, планшеты для ориентирования.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • видео-урок в формате лекции; • онлайн-соревнование; • онлайн-игра /ZOOM, облачная платформа для проведения онлайн-занятий/. 	<p>общепедагогические методы;</p> <p>специфические методы физического воспитания.</p>	<p>смотр знаний (текущий);</p> <p>зачет: смотр знаний, ун. умений и навыков;</p> <p>монит.-г сформированности компетенций</p>

					обуч.-ся (ИТОГОВЫЙ).
--	--	--	--	--	-------------------------