



**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Курасовская основная общеобразовательная школа»
Курского района Курской области**

ПРИНЯТО решением
педагогического совета
Протокол №1 от 31.08.2023
Председатель педагогического совета
 /Колесов А.А./

Утверждено
Директор МБОУ «Курасовская
основная
общеобразовательная школа»
 /Колесов А.А./
Приказ №1-78 от 18.10.2023г

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческая направленности**

«Здоровячок»

(базовый уровень)

Возраст учащихся – 7-15 лет

Объем – 72 часа

Срок реализации – 1 год

Автор-составитель:
Рощупкин Михаил Михайлович,
педагог дополнительного образования

г. Курск, 2023 г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовая база

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами в сфере дополнительного образования.

Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями вступает в силу с 01.08.2020);

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;

Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р);

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 № 66403);

Приказ Министерства просвещения и Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 № 61573);

Закон Курской области от 09.12.2013 № 121-ЗКО (ред. от 07.10.2022) «Об образовании в Курской области»;

Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.01.2023г. № 1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»;

Устав МБОУ «Курасовская основная общеобразовательная школа» Курского района Курской области.

Направленность программы – туристско-краеведческая

Актуальность программы заключается в том, что туристские походы и

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

Дополнительная образовательная программа «Здоровячок» является незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

Новизна программы заключается в том, что она позволяет в себя включить достаточно большой диапазон видов деятельности, в совмещении туризма, краеведения, активного отдыха и позволяет по окончании курса обучения подготовить квалифицированного туриста-инструктора по всем разделам, затронутым в дополнительной общеобразовательной программе «Здоровячок».

Опыт показал, что, занимаясь в туристском объединении, человек продолжает занятия и после окончания курса обучения, и во взрослой жизни. Последние ступени обучения, по сути, являются подготовкой инструкторских туристских кадров.

Отличительной особенностью программы «Муравей» является то, что её освоение служит основой (базовой) в будущем для специальной подготовки и достижения высоких результатов в избранной сфере деятельности или виде спорта. Так как физические качества развиваются комплексно.

Адресат программы. Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 7 до 15 лет.

Объём и срок освоения программы. Программа «Здоровячок» рассчитана на один год обучения. Количество учебных часов на год обучения – 72 часа (2 часа в неделю)

Режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу. Продолжительность академического часа – 45 минут, перерыв между часами одного занятия – 10 минут.

Форма обучения – очная.

Форма проведения занятий - групповая, в разновозрастных учебных группах с постоянным составом учащихся.

Особенности организации образовательного процесса - традиционная в рамках учреждения.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование у обучающихся необходимых для социальной адаптации, туристских умений и навыков, эмоционально-ценностных отношений к родному краю через включение их в учебную и практико-ориентированную деятельность в области туризма и краеведения.

Задачи программы:

Образовательно-предметные задачи:

- формировать умения и навыки основ туристической подготовки;
- включать обучающихся в познавательную деятельность по изучению истории, культурного наследия, природы родного края;
- формировать умения и навыки поисковой, исследовательской и проектной деятельности;
- через наставничество освоить приёмы, навыки определенных действий, способы решения поставленных задач, делая обучение для наставляемых понятнее.

Компетентностные задачи:

- формировать здоровый образ жизни и социальную ориентацию;
- воспитывать патриотизм и любовь к родному краю;
- развивать личностные качества: сотрудничество, сопереживание, общительность, толерантность;
- воспитывать культуру поведения в обществе.
- воспитывать чувства ответственности за свои действия; дисциплинированности, взаимопомощи;
- формировать организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- в наставничестве применять технологии демократического сотрудничества (наставник не притесняет наставляемого)

Личностные задачи:

- развивать познавательный интерес к туризму и краеведению;
- развивать туристское и спортивное мастерство;
- развивать физические качества;
- развивать психические процессы: внимание, мышление, память, волевая сфера;
- развивать коммуникативные способности;
- развивать интерес обучающихся к туристической деятельности и краеведческому исследованию;
- развивать наставнические умения и навыки

1.3. Планируемые результаты

Образовательно-предметные результаты

Учащиеся будут знать:

- формировать умения и навыки основ туристической подготовки;
- включать обучающихся в познавательную деятельность по изучению истории, культурного наследия, природы родного края;
- формировать умения и навыки поисковой, исследовательской и проектной деятельности;
- через наставничество освоить приёмы, навыки определенных действий, способы решения поставленных задач, делая обучение для наставляемых понятнее.

Компетентностные результаты:

Учащиеся приобретут следующие компетенции:

- формировать здоровый образ жизни и социальную ориентацию;
- воспитывать патриотизм и любовь к родному краю;
- развивать личностные качества: сотрудничество, сопереживание, общительность, толерантность;
- воспитывать культуру поведения в обществе.
- воспитывать чувства ответственности за свои действия; дисциплинированности, взаимопомощи;
- формировать организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- в наставничестве применять технологии демократического сотрудничества (наставник не притесняет наставляемого)

Личностные результаты:

Учащимися будут проявлены:

- развивать познавательный интерес к туризму и краеведению;
- развивать туристское и спортивное мастерство;
- развивать физические качества;
- развивать психические процессы: внимание, мышление, память, волевая сфера;
- развивать коммуникативные способности;
- развивать интерес обучающихся к туристической деятельности и краеведческому исследованию;
- развивать наставнические умения и навыки

1.4. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего часов	Форма контроля
1	Основы туризма	14	25	39	Опрос
2	Основы краеведения	5	6	11	Обобщение знаний и умений, спортивная игра.
3	Основы ботаники	1	3	4	Ответы на вопросы Наблюдение, выполнение контрольных нормативов
4	Основы спортивного ориентирования	1	9	10	Наблюдение, участие в играх
5	Основы ПМП	1	7	8	Ответы на вопросы
				Итого: 72	

Содержание учебного плана

Раздел № 1. Основы туризма (39 ч) Варианты установок палатки, история возникновения туризма, бивак, варианты костра, приготовление пищи в походе, переправа, брод, спуск, подъём, траверс, бухтование веревки, компас, карта.

Раздел №2 . Основы краеведения (11 ч.): Экскурсии по родной деревне, составления маршрута, главные достопримечательности края, экскурсия в музей.

Раздел №3. Основы ботаники (4 ч.) лечебные травы, красная книга, применение трав в быту.

Раздел №4. Основы спортивного ориентирования(10 ч.) условные обозначения, знаки экстренной помощи, ориентация на месте, компас, карта, составление маршрутных листов.

Раздел № 5 Основы ПМП (8 ч.) Классификация травм, ожоги, переломы, вывихи, лихорадка, кровотечение, обморожение, транспортировка.

Раздел 2. Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график является составной частью программы, содержащей комплекс основных характеристик образования и определяющей даты и окончания учебных периодов (этапов), количество учебных недель, сроки контрольных процедур, составляется для каждой учебной группы и представлен в Приложении 1.

2.2. Оценочные материалы

Для оценки результатов обучения применяется комплексный мониторинг и промежуточная диагностика в конце каждого полугодия.

Комплексный педагогический мониторинг включает в себя: мониторинг результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Здоровячок» (теоретическая подготовка, практическая подготовка) (Приложение 2); мониторинг уровня проявления компетенций (Приложение 3), мониторинг уровня проявления личностных качеств (Приложение 4), сводную карту педагогического мониторинга (Приложение 5).

2.3. Формы аттестации

Формы промежуточной аттестации: опрос, тестирование, практическая работа, игра.

Для оценки результатов обучения на базовом уровне применяется мониторинг и промежуточная диагностика в конце каждого полугодия.

Педагогический мониторинг включает в себя: мониторинг результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе, мониторинг проявления ключевых компетенций, сводную карту педагогического мониторинга.

Результатом обучения является участие не менее 80% обучающихся по программе в муниципальных, региональных, всероссийских и международных конкурсных мероприятий, включенных в региональный и/или федеральный перечень олимпиад и иных интеллектуальных и творческих конкурсов, мероприятий, направленных на развитие способностей к занятиям физической культурой и спортом, на развитие интереса к физкультурно-спортивной деятельности, а так же на пропаганду спортивных достижений.

Формы отслеживания, фиксации, предъявления, демонстрации образовательных результатов

Журнал учета работы педагога, наблюдение и дневник наблюдений, опрос, тестирование, самостоятельная работа, мониторинг результатов обучения, фотоматериалы, видеозаписи, открытое занятие, конкурс, тематические игры

(конкурсы, викторины), аналитический материал по итогам проведения диагностики, аналитический материал по итогам тестирования и мониторинга.

2.4. Методическое обеспечение программы

Современные педагогические технологии

На занятиях применяются следующие современные педагогические и информационные технологии, их комбинации и элементы: технология личностно-ориентированного обучения, технология продуктивного обучения, игровые технологии; технология сотрудничества, технология создания ситуаций успеха, здоровьесберегающие технологии.

Методы обучения

В процессе реализации программы применяются следующие методы обучения: наглядно-зрительный, словесный, практический, репродуктивный, метод формирования интереса к обучению, методы контроля, самоконтроля.

На занятиях могут использоваться элементы и различные комбинации методов обучения по выбору педагога.

Формы учебных занятий

Учебные занятия обеспечены наглядными, раздаточными материалами по тематике разделов. Для каждого раздела программы определены формы занятий, составлен перечень оборудования и оснащения. Формы учебных занятий: практическая работа, самостоятельная творческая работа, занятие - виртуальная экскурсия и т.д.

Примерный алгоритм проведения учебного занятия

I. Организационный этап

Организация учащихся на занятие. Подготовка рабочего места к работе. Сообщение темы. Определение цели и задач занятия (совместно с педагогом). Тематические беседы.

II. Основной этап

1. Повторение изученного материала. Повторение и закрепление изученного материала через опросы.

2. Изучение нового материала. Сообщение и обсуждение нового материала. Объяснение педагога. Знакомство с новыми понятиями и представлениями. Включение учащихся в освоение нового материала через совместную деятельность. Закрепление изученного материала через опросы, практическую работу, самостоятельную работу. Выполнение заданий по новой теме с созданием ситуации успеха. Динамические паузы.

III. Завершающий этап

Подведение итогов занятия. Анализ и обсуждение результатов. Похвала,

поощрение, одобрение. Мотивация и стимулирование познавательного интереса учащихся к учебному материалу следующего занятия.

2.5. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Кабинет. Для занятий используется просторное светлое помещение, отвечающее санитарно-эпидемиологическим требованиям к учреждениям дополнительного образования (СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г). Помещение сухое, с естественным доступом воздуха, легко проветриваемое, с достаточным дневным и искусственным освещением, с правильно организованными учебными местами в соответствии с требованиями техники безопасности.

Учебное оборудование. Кабинет оборудован учебной мебелью, доской, наглядными материалами, техническими средствами обучения. На занятиях используются спортивные снаряды, инструкции по безопасным условиям труда, справочная и специальная литература.

Информационное обеспечение

В процессе реализации программы используются тематические фото- и видеоматериалы, интернет-источники:

- <http://festival.1september.ru/ФЕСТИВАЛЬПЕД.ИДЕЙ«ОТКРЫТЫЙУРОК»>
- Каталог образовательных ресурсов сети Интернет для школы- <http://katalog.iot.ru/>
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов- <http://school-collection.edu.ru/>
- Группа ВК «Велоклуб на миллионной,14», группа в инстаграм «veloschool204»

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий профессиональную подготовку по профилю деятельности и соответствующий профессиональному стандарту по должности «педагог дополнительного образования».

Раздел 3. Рабочая программа воспитания

Программа «Здоровячок» имеет туристско-краеведческую направленность.

Приобщение детей к спортивно-физической деятельности является средством общего развития ребёнка, становлению социально значимых личностных качеств, а также формированию системы специальных технологических и универсальных учебных действий. Способствует развитию в них физических способностей. Большое воспитательное значение заложено в правилах игр. Они определяют весь

ход игры; регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребёнок не может не проявить воспитываемые у него качества. Программа направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психо - эмоциональное и социальное развитие личности.

Срок реализации – 1 год.

Цель воспитания - создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Задачи воспитания:

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формирование и пропаганда здорового образа жизни.

Направления деятельности:

- физкультурно-спортивная,
- духовно-нравственная,
- туристско-краеведческая.

Формы воспитательной работы в детском объединении:

- викторины
- спортивные праздники
- фотовыставки
- экскурсии
- конкурсы для всей семьи
- социально-значимые акции
- «десанты помощи» ветеранам, пожилым людям.

Методы воспитания:

- формирования интереса к учению (создание ситуаций успеха, приёмы занимательности);
- формирования ответственности в обучении (самостоятельная работа учащихся, подготовка к выступлениям, анализ собственного исполнения);
- поддержка, стимулирование, коллективное мнение, положительная мотивация.

Технологии: личностно-ориентированного обучения, продуктивного обучения, сотрудничества, развивающего обучения, группового обучения, дифференцированного обучения, разноуровневого обучения, коллективной творческой деятельности, коллективных обсуждений, создания ситуаций успеха, здоровьесберегающие технологии.

Диагностика результатов воспитательной деятельности

Периодичность диагностики	Качества личности учащихся	Методы (методики)	Кто проводит
Октябрь	самооценка нравственные ориентации	«Лесенка» В.Г. Щур (старший дошкольный и младший школьный возраст) Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан (школьный возраст) Методика «Беседа» (старший дошкольный и младший школьный возраст) Методика «Закончи предложения» (школьный возраст)	Совместно педагог-психолог и педагог дополнительного образования
Апрель-май	уровень воспитанности самооценка нравственные ориентации	Методика М.И. Шиловой «Лесенка» В.Г. Щур (старший дошкольный и младший школьный возраст) Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан (школьный возраст) Методика «Беседа» (старший дошкольный и младший школьный возраст) Методика «Закончи предложения» (школьный возраст)	Совместно педагог-психолог и педагог дополнительного образования

Планируемые результаты:

У учащихся будут сформированы и воспитаны

- способности к развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развитие системы отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способности к умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формирование и пропаганда здорового образа жизни.

Календарный план воспитательной работы

Воспитательные мероприятия в объединении

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Ответственный
1	Духовно-нравственное направление	Просмотр фильма на тему: «Спорт в жизни каждого»	Сентябрь	Рощупкин М.М.
2	Социально-культурная практика	Спортивный праздник «Спорт-норма жизни»	Октябрь	Рощупкин М.М.
3	Социально-культурная практика	Веселые старты	Ноябрь	Рощупкин М.М.
4	Социально-культурная практика	Праздник «Встреча зимних праздников»	Декабрь	Рощупкин М.М.
5	Спортивно-оздоровительное направление	Эстафеты	Январь	Рощупкин М.М.
6	Спортивно-оздоровительное направление	«А.ну-ка мальчики»	Февраль	Рощупкин М.М.
7	Спортивно-оздоровительное направление	«А,ну-ка девушки»	Март	Рощупкин М.М.

8	Спортивно-оздоровительное направление	«День здоровья»	Апрель	Рощупкин М.М.
9	Духовно-нравственное развитие	Просмотр фильмов о Великой Отечественной войне	Май	Рощупкин М.М.

4 Литература

1. В.И. Ляха (2015г.),
2. Куликов Л.М. Управление спортивной тренировкой. Системность, адаптация, здоровье. М., Фон, 1995 г.
3. Первая помощь (учебник). РОКК, 1997.
4. Тер-Ованесян А.А., Тер-Ованесян И.А. Обучение в спорте. М., Советский спорт, 1992 г.

Электронные и цифровые информационные ресурсы

- <http://festival.1september.ru/ФЕСТИВАЛЬ> ПЕД.ИДЕЙ«ОТКРЫТЫЙУРОК»
- Каталог образовательных ресурсов сети Интернет для школы- <http://katalog.iot.ru/>
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов- <http://school-collection.edu.ru/>
- Группа ВК «Велоклуб на миллионной,14», группа в инстаграм «veloschool204»

Приложение 1

№ п/п	Дата		Тема	Кол-во часов	Элементы содержания	Форма занятия	Форма контроля
	месяц	число					
Основы туризма(2 ч.)							
1	сентябрь		«Туризм – познание, отдых, спорт»	1	Понимание роли и значения туризма в формировании личностных качеств,	Лекция, практическое занятие	Опрос
2			«Туризм – познание, отдых, спорт»	1	Понимание роли и значения туризма в формировании личностных качеств	Лекция, практическое занятие	Опрос
Основы краеведения (4 ч.)							
3			Природа родного края	1	Экскурсия по родному краю	Лекция, практическое занятие	Обобщение знаний и умений
4			Природа родного края	1	Экскурсия по родному краю	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
5			Природа родного края	1	Экскурсия по родному краю	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
6			Природа родного края	1	Экскурсия по родному краю	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
Основы ботаники (4 ч.)							
7			Изучение лекарственных растений	1	Дикорастущие лекарственные растения	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
8			Изучение лекарственных растений	1	Культурные лекарственные растения	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
9			Изучение лекарственных растений	1	Использование лекарственного сырья	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
10			Изучение лекарственных растений	1	Сбор лекарственных растений	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
Основы спортивного ориентирования(10 ч.)							
11			Топографические знаки	1	Виды и свойства карт. Масштаб карты	Практическое занятие	Спортивная игра

					(численный, именованный и линейный). Ориентирование с помощью карты и компаса. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками.		
12			Топографические знаки	1	Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейным и числовыми масштабами. Курвиметр. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте.	Практическое занятие	Спортивная игра
13			Топографические знаки	1	Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейным и числовыми масштабами. Курвиметр. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте.	Лекция, практическое занятие	Обобщение знаний и умений
14			Топографические знаки	1	Измерение направлений (азимутов) на карте. Транспорт. Виды ориентирования на туристских соревнованиях: открытый, маркированный, обозначенный и азимутальный маршруты, ориентирование по легенде.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
15			Знакомство с компасом	1	Измерение направлений (азимутов) на карте. Транспорт. Виды ориентирования на туристских	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений

					соревнованиях: открытый, маркированный, обозначенный и азимутальный маршруты, ориентирование по легенде.		
16			Знакомство с компасом	1	Ориентирование по горизонту, азимут. Ориентирование по местным предметам. Топографические карты, значение топокарт для туристов	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
17			Знакомство с компасом	1	Определение расстояния по карте, топографических знаков, сторон света без компаса, границ полигона	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
18			Знакомство с компасом	1	Определение расстояния по карте, топографических знаков, сторон света без компаса, границ полигона	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
19			Знакомство с компасом	1	Определение расстояния по карте, топографических знаков, сторон света без компаса, границ полигона	Практическое занятие	Спортивная игра
20			Знакомство с компасом	1	Составление топографической карты. Определение расстояния до недоступного предмета	Практическое занятие	Спортивная игра
Основы туризма (8 ч.)							
21			Разучивание туристских песен	1	Изучения тестов популярных туристических песен	Лекция, практическое занятие	Обобщение знаний и умений
22			Разучивание туристских песен	1	Изучения тестов популярных туристических песен	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
23			Разучивание туристских песен	1	Изучения тестов популярных туристических песен	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
24			Разучивание туристских песен	1	Изучения тестов популярных туристических песен	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
25			Снаряжение туриста	1	Понятие о личном и групповом снаряжении.	Практическое занятие	Обобщение знаний и

					Типы рюкзаков, спальных мешков, палаток, преимущества и недостатки. Снаряжение для зимних походов. Групповое снаряжение, требования к нему. Виды туристических узлов.		умений
26			Снаряжение туриста	1	Понятие о личном и групповом снаряжении. Типы рюкзаков, спальных мешков, палаток, преимущества и недостатки. Снаряжение для зимних походов. Групповое снаряжение, требования к нему. Виды туристических узлов.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
27			Снаряжение туриста	1	Понятие о личном и групповом снаряжении. Типы рюкзаков, спальных мешков, палаток, преимущества и недостатки. Снаряжение для зимних походов. Групповое снаряжение, требования к нему. Виды туристических узлов.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
28			Снаряжение туриста	1	Понятие о личном и групповом снаряжении. Типы рюкзаков, спальных мешков, палаток, преимущества и недостатки. Снаряжение для зимних походов. Групповое снаряжение, требования к нему. Виды туристических узлов.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
Основы мед.помощи(8 ч.)							
29			Оказание первой медицинской помощи	1	Действия в случае потери ориентировки. Правила поведения в лесу.	Практическое занятие	Спортивная игра
30			Оказание первой медицинской помощи	1	Правила поведения при экстремальных ситуациях. Паника и к чему приводит паника.	Практическое занятие	Спортивная игра
31			Оказание первой медицинской помощи	1	основные приёмы оказания первой доврачебной помощи	Лекция. Практическое занятие	Обобщение знаний и умений

32			Оказание первой медицинской помощи	1	основные приёмы оказания первой доврачебной помощи	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
33			Оказание первой медицинской помощи	1	основные приёмы оказания первой доврачебной помощи	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
34			Оказание первой медицинской помощи	1	Приёмы транспортировки пострадавшего. Оказание первой медицинской помощи, перевязки при несложном ранении	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
35			Оказание первой медицинской помощи	1	Приёмы транспортировки пострадавшего. Оказание первой медицинской помощи, перевязки при несложном ранении	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
36			Оказание первой медицинской помощи	1	Приёмы транспортировки пострадавшего. Оказание первой медицинской помощи, перевязки при несложном ранении	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений

Основы туризма (4 ч.)

37			Страховка туриста	1	Понятие о личном и групповом снаряжении. Типы рюкзаков, спальных мешков, палаток, преимущества и недостатки. Снаряжение для зимних походов. Групповое снаряжение, требования к нему. Виды туристических узлов.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
38			Страховка туриста	1	<i>Личное снаряжение.</i> Одежда и обувь туриста в дальнем походе, типы рюкзаков, оборудование рюкзака. Одежда и обувь для зимних походов. Предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка). Как готовить личное снаряжение к походу	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
39			Страховка туриста	1	<i>Личное снаряжение.</i> Одежда и	Практическое занятие	Спортивная игра

					обувь туриста в дальнем походе, типы рюкзаков, оборудование рюкзака. Одежда и обувь для зимних походов. Предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка). Как готовить личное снаряжение к походу		
40			Страховка туриста	1	<i>Групповое снаряжение.</i> Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Типы палаток, как подготовить палатку к походу. Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Обязанности старосты по палатке.	Практическое занятие	Спортивная игра
Основы краеведения (2 ч.)							
41			Беседы по экологии	1	Приготовление пищи с использованием природных ресурсов (дичь, рыба, грибы, ягоды, травы). Основы охоты на дичи.	Лекция. Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
42			Беседы по экологии	1	Приготовление пищи с использованием природных ресурсов (дичь, рыба, грибы, ягоды, травы). Основы охоты на дичи.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
Основы туризма (9 ч.)							
43			Изготовление рисунков и газет на туристскую тему	1	Поиск информации для туристической газеты	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
44			Изготовление рисунков и газет на туристскую тему	1	Поиск информации для туристической газеты	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
45			Бивак. Установка палатки	1	Типы палаток, как подготовить палатку к	Практическое занятие	Обобщение знаний и

					походу. Упаковка и переноска палаток		умений
46			Бивак. Установка палатки	1	Типы палаток, как подготовить палатку к походу. Упаковка и переноска палаток	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
47			Бивак. Установка палатки	1	Типы палаток, как подготовить палатку к походу. Упаковка и переноска палаток	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
48			Бивак. Установка палатки	1	Типы палаток, как подготовить палатку к походу. Упаковка и переноска палаток	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
49			Приготовление пищи в походе	1	Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
50			Костры и костровые принадлежности	1	Техника разжигания костра без огня	Практическое занятие	Спортивная игра
51			Организация костра в походных условиях	1	Техника разжигания костра без огня	Практическое занятие	Спортивная игра

Основы краеведения (5 ч.)

52			Экскурсия в районный краеведческий музей	1	Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма. Организация туризма в России. Туристские возможности родного края	Практическое занятие	Спортивная игра
53			Экскурсия в районный краеведческий музей	1	Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма. Организация туризма в России. Туристские возможности родного края	Лекция, Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
54			Экскурсия в районный краеведческий музей	1	Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма. Организация туризма в России. Туристские возможности родного края	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
55			Экскурсия в районный краеведческий музей	1	Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма. Организация туризма в России. Туристские	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений

					возможности родного края		
56			Экскурсия в районный краеведческий музей	1	Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма. Организация туризма в России. Туристские возможности родного края	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
Основы туризма (16 ч.)							
57			Туристские узлы	1	Групповое снаряжение, требования к нему. Виды туристических узлов.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
58			Организация и проведение походов	1	Групповое снаряжение, требования к нему. Виды туристических узлов.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
59			Приготовление пищи в походе	1	Значение, режим и особенности организации питания туристов в сложном спортивном походе. Весовые и калорийные нормы дневного рациона. Перечень наиболее часто применяемых в туристских походах продуктов и блюд, их калорийность, стоимость, вес	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
60			Приготовление пищи в походе	1	Значение, режим и особенности организации питания туристов в сложном спортивном походе. Весовые и калорийные нормы дневного рациона. Перечень наиболее часто применяемых в туристских походах продуктов и блюд, их калорийность, стоимость, вес	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
61			Приготовление пищи в походе	1	Обязанности дежурных по кухне. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре	Практическое занятие	Спортивная игра
62			Приготовление пищи в походе	1	Обязанности дежурных по кухне. Меры	Практическое	Спортивная

					безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре	занятие	игра
63			Организация костра в походных условиях	1	Подготовка к походу. Личное и групповое снаряжение. Организация туристского быта. Привалы. Питание. Ориентирование. Правила движения в походе, преодоление препятствий.	Лекция, Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
64			Организация костра в походных условиях	1	Подготовка к походу. Личное и групповое снаряжение. Организация туристского быта. Привалы. Питание. Ориентирование. Правила движения в походе, преодоление препятствий.	Лекция, Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
65			Организация костра в походных условиях	1	Подготовка к походу. Личное и групповое снаряжение. Организация туристского быта. Привалы. Питание. Ориентирование. Правила движения в походе, преодоление препятствий.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
66			Организация костра в походных условиях	1	Подготовка к походу. Личное и групповое снаряжение. Организация туристского быта. Привалы. Питание. Ориентирование. Правила движения в походе, преодоление препятствий.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
67			Туристские узлы	1	Групповое снаряжение, требования к нему. Виды туристических узлов.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
68			Туристские узлы	1	Групповое снаряжение, требования к нему. Виды туристических узлов.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
69			Туристские узлы	1	Групповое снаряжение, требования к нему. Виды туристических узлов.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
70			Туристские узлы	1	Групповое снаряжение, требования к нему. Виды туристических узлов.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений

71			Организация и проведение походов	1	Подготовка к походу. Личное и групповое снаряжение. Организация туристского быта. Привалы. Питание. Ориентирование. Правила движения в походе, преодоление препятствий.	Практическое занятие	Обобщение знаний и умений
72			Организация и проведение походов	1	Подготовка к походу. Личное и групповое снаряжение. Организация туристского быта. Привалы. Питание. Ориентирование. Правила движения в походе, преодоление препятствий.	Практическое занятие	Спортивная игра