Управление образования Администрации Ярославского муниципального района

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Кузнечихинская средняя школа»

Ярославского муниципального района

 Дополнительная общеразвивающая

программа туристско-краеведческой направленности

**«Туризм для начинающих»**

(базовый уровень)

Возраст обучающихся 11-13 лет

Срок реализации 1 год

Автор составитель:

Веневцева Мария Александровна

педагог дополнительного образования

СОДЕРЖАНИЕ

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
	1. Пояснительная записка
	2. Цель и задачи программы
	3. Содержание программы
	4. Планируемые результаты
2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ.
	1. Календарно учебный график
	2. Условия реализации программы
	3. Форма аттестации
	4. Оценочные материалы
	5. Методические материалы
	6. Список литературы

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Наименование программы | «Туризм для начинающих» |
| 2 | Полное наименованиеобразовательной программы | «Юный турист. Основы спортивноготуризма для обучающихся 5 – 6 классов» |
| 3 | Вид деятельности | Спортивный туризм |
| 4 | Направленность | Туристско-краеведческая |
| 5 | Аннотация | Программа «Туризм для начинающих» способствует всестороннему развитию личности ребенка, она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.При занятиях ориентированием вырабатываются такие необходимые человеку качества, как самостоятельность, решительность, целеустремленность, настойчивость в достижении цели, умение владеть собой, эффективно мыслить в условиях больших физических нагрузок, работать в команде.Приобретенные учащимися знания применяются во время участия в соревнованиях, сборах и слетах при преодолении разных видов дистанций. |
| 6 | Уровень сложности | Базовый |
| 7 | Место реализации программы | Ярославская область, Ярославский район,д. Кузнечиха, ул. Центральная, 34. МОУ Кузнечихинская СШ ЯМР |
| 8 | Возрастная категорияобучающихся | 11-13 лет |
| 9 | Указание на адаптированность программы для обучающихсяс ОВЗ | Программа не адаптирована для детей с ОВЗ. Осуществляется прием детей, толькоимеющих основную группу здоровья. |
| 10 | Срок освоения программы | 1 год |
| 11 | Режим занятий, продолжительность занятия. | 1 занятие в неделю продолжительностью 2 академических часа, перемены после каждых 40 мин. 10 мин, общая продолжительность занятий 1час 30 мин. |
| 12 | Сведения о педагогах,реализующих программу | Веневцева Мария Александровна, педагогдополнительного образования |
| 13 | Форма обучения по программе | очная |
| 14 | Объем программы | 36 недель , 72 часа |
| 15 | Наполняемость группы | 12-15 человек |

* 1. ***ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.***

 Туристская деятельность во всех еѐ формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. Кроме оздоровительной и спортивной направленности туризм имеет большое прикладное значение. Умение ориентироваться - это навык, который необходим и туристу, и охотнику, и геологу и будущему защитнику.

 При занятиях спортивным туризмом вырабатываются такие необходимые человеку качества, как самостоятельность, решительность, целеустремленность, настойчивость в достижении цели, умение владеть собой, эффективно мыслить в условиях больших физических нагрузок.

 **Направленность.** Программа «Туризм для начинающих» имеет туристско- краеведческую направленность, ориентирована на активное приобщение детей к занятиям физической культурой.

 **Форма организации** – кружковая, индивидуально-ориентированная.

 **Уровень освоения программы** – базовый

 **Новизна программы** заключается в распределенности и чередуемости наиболее крупных и важных содержательных блоков в структуре программы. С учетом объективных возрастных особенностей предполагаемой аудитории программы разумным выглядит сознательный отказ от длительного изучения одной темы, приводящего к снижению заинтересованности и включенности учащихся. Вместо этого адекватным решением является разбиение крупного тематического раздела на более мелкие содержательные учебные модули и распределение их по учебно-тематическому плану. Это позволит активизировать интерес к содержанию программы (учащиеся смогут переключаться с одного тематического раздела на другой) и при этом периодически актуализировать полученные ранее знания.

 **Актуальность** предлагаемой программы обусловлена стремительным развитием спортивного туризма в Ярославской области и потому имеет запрос со стороны детей и их родителей.

 **Отличительные особенности.** В предлагаемой программе дополнительно делается акцент на обучение спортивному ориентированию.

 **Адресат программы** – учащиеся школы в возрасте 11-13 лет, имеющие основную группу здоровья. Набор детей производится по принципу добровольности и свободы выбора.

 **Объем и срок освоения.** Срок реализации программы – 1 год. Программа разработана на 36 учебных недель, объем образовательной программы составляет 72 часа и регламентируется расписанием по 2 академических часа 1 раз в неделю. Продолжительность занятия 1 час 30 минут, включая 10 минутный перерыв. Форма обучения - очная. При желании обучающиеся могут пройти курс программы повторно.

 **Формы и режим занятий.**

 Программа предусматривает возможность проведения групповых, индивидуальных, массовых открытых занятий. Допускается обучение по индивидуальному маршруту (для одаренных детей). Процесс обучения и развития личности ребенка осуществляется прежде всего на учебном занятии. Наиболее распространенным в практике преподавания является комбинированное занятие, т.е. оно включает в себя две или несколько равных по своему значению частей: теоретическую (в классе) и практическую (в зале, на спортивной площадке).

 Предусматривается психолого-педагогическая и медицинская диагностика творческих способностей, талантов и возможностей учащихся, определение начального общего уровня физического и функционального развития.

 **Состав группы** – учащиеся общеобразовательной школы в возрасте 11-

13 лет. При желании обучающийся может пройти курс повторно.

 **Режим занятий** – 2 часа в неделю, 1 день в неделю по 2 академических

часа с переменой в 10 минут (1 час 30 минут).

 Данная программа составлена с учетом личных наработок педагога, соответствует новым требованиям к программам ДОД

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Целевое назначение программы**:

создание условий для формирования у обучающихся ценностно–смысловых, учебно-познавательных, социокультурных и коммуникативных компетенций через включение их в практико–ориентированную туристско–краеведческую деятельность.

**Задачи программы**:

 \* Образовательные:

* учить ориентировать, читать карту, применять различные приемы ориентирования на местности;
* учить техническим приемам спортивного туризма;
* вести подготовку обучающихся к судейству и инструкторов по спорту.

 \* Развивающие:

* развивать основные психические процессы;
* развивать интеллектуальную и творческую активность обучающихся;
* индивидуальные способности обучающихся;
* развивать навыки включения в различные виды деятельности.

 \* Воспитывающие:

* через приобщение к спорту воспитывать волевые и морально-этические качества личности;
* воспитывать навыки общения в разновозрастном коллективе;
* воспитывать ответственность за свои действия;
* формировать лидерские качества у обучающихся;
* развивать активную жизненную позицию;
* приобщать обучающихся к здоровому образу жизни;
* прививать любовь к природе

### 1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

**Тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование тем программы** | **Кол-во****часов** |
| 1. | Введение в туризм и спортивное ориентирование | 2 |
| 2. | Ориентирование и топография. Модуль 1 | 8 |
| 3. | Походная подготовка. Туристский быт. Модуль 1 | 3 |
| 4. | Специальная туристская подготовка. Модуль 1 | 7 |
| 5. | Ориентирование и топография. Модуль 2 | 4 |
| 6. | Походная подготовка. Туристский быт. Модуль 2 | 4 |
| 7. | Специальная туристская подготовка. Модуль 2 | 4 |
| 8. | Ориентирование и топография. Модуль 3 | 3 |
| 9. | Походная подготовка. Туристский быт. Модуль 3 | 5 |
| 10. | Специальная туристская подготовка. Модуль 3 | 6 |
| 11. | Ориентирование и топография. Модуль 4 | 4 |
| 12. | Походная подготовка. Туристский быт. Модуль 4 | 3 |
| 13. | Специальная туристская подготовка. Модуль 4 | 6 |
| 14. | Ориентирование и топография. Модуль 5 | 2 |
| 15. | Походная подготовка. Туристский быт. Модуль 5 | 8 |
| 16. | Специальная туристская подготовка. Модуль 5 | 2 |
| 17. | Подведение итогов работы кружка | 1 |
|  | **ИТОГО:** | **72 часа** |

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы программы | № зан. | Содержание программы | Кол-во часов | Формыконт- роля |
| Т. | Пр. | Всего |  |
| 1 | **Введение в туризм и спортивное ориентирова ние (2 ч.)** | 1. | Информация о работе кружка,техника безопасности | 1 | - | 1 | тест поТБ |
| 2. | История развития туризма испортивного ориентирования | 1 | - | 1 |  |
|  |  | **2** | **0** | **2** |  |
| 2 | **Ориентиров ание и топография. Модуль 1****(8 ч.)** | 3. | Соревнования по спортивному ориентированию, виды иправила | 1 | - | 1 |  |
| 4. | Компас. Строение компаса иработа с ним | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
| 5. | План, карта. Масштаб карты. Измерение прямолинейных икриволинейных расстояний по карте | 0,5 | 0.5 | 1 | проверо чная работа |
| 6. | Условные знаки спортивных карт. Условные знаки из группы«Растительность» | 0,5 | 0,5 | 1 | топогра фическ ийдиктант |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | 7. | Условные знаки из группы«Гидрография» и группы«Искусственные сооружения» | 0,5 | 0,5 | 1 | топогра фическ ийдиктант |
| 8. | Условные знаки из группы«Скалы и камни» и группы«Обозначения дистанции» | 0,5 | 0,5 | 1 | топогра фическ ийдиктант |
| 9. | Некоторые условные знаки из группы «Рельеф». Чтение карты | 0,5 | 0,5 | 1 | топогра фическ ийдиктант |
| 10. | Топографический диктант. Упражнения и задачи на чтениекарты и масштаб | - | 1 | 1 | зачет |
|  |  | **4** | **4** | **8** |  |
| 3 | **Походная подготовка. Туристский быт. Модуль 1 (3 ч.)** | 11. | Виды туризма. Особенностипешеходных походов | 1 | - | 1 |  |
| 12. | Личное и групповоеснаряжение в походе | 1 | - | 1 | опрос |
| 13. | Гигиена туриста. Укладка рюкзака | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
|  |  | **2,5** | **0,5** | **3** |  |
| 4 | **Специальная туристская подготовка. Модуль 1****(7 ч.)** | 14. | Соревнования по спортивному туризму, виды, правила.Техника безопасности во время занятий по спортивному туризму | 1 | - | 1 | тест по ТБ |
| 15. | Туристские узлы и их назначение. Узлы для незатягивающихся петель и длякрепления к опоре | - | 1 | 1 | зачет |
| 16. | Узлы для связывания веревок одинакового и разногодиаметра | - | 1 | 1 | зачет |
| 17. | Туристское снаряжение итребования к нему | - | 1 | 1 |  |
| 18. | Спуск и подъем спортивнымспособом. | - | 1 | 1 |  |
| 19. | Маятник, лабиринт, параллельные перила,мышеловка, переправа побревну, по кочкам, навесная переправа | - | 1 | 1 |  |
| 20. | Прохождение полосы препятствий | - | 1 | 1 | мини соревнование |
|  |  | **1** | **6** | **7** |  |
| 5 | **Ориентиров ание и** | 21. | Упражнения на знаниеусловных знаков | - | 1 | 1 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **топография. Модуль 2** **(4 ч.)** | 22. | Точечные, линейные иплощадные ориентиры | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
| 23. | Рельеф и его изображение на картах. Горизонталь.Бергштрих. Сечение | 0,5 | 0,5 | 1 | проверо чнаяработа |
| 24. | Чтение рельефа на карте.Упражнения на тему рельеф | - | 1 | 1 | зачет |
|  |  | **1** | **3** | **4** |  |
| 6 | **Походная подготовка. Туристский быт.** **Модуль 2** **(4 ч.)** | 25. | Привал и бивуак в походе. Основные требования к меступривала и бивуака | 1 | - | 1 |  |
| 26. | Костровое оборудование. Противопожарные меры. Типыкостров и их назначение | 1 | - | 1 |  |
| 27. | Питание в походе. Калорийность пищи.Примерный набор питания для туристского похода | 0,5 | 0,5 | 1 | опрос |
| 28. | Меню в походе. Учет расходов продуктов в пути. Водно- солевой режим в походе.Составление меню на трехдневный поход | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
|  |  | **3** | **1** | **4** |  |
| 7 | **Специальна я туристская подготовка. Модуль 2** **(4 ч.)** | 29. | Работа с веревками, способы бухтовки веревок. Типыкарабинов, работа с карабинами | - | 1 | 1 |  |
| 30. | Самосброс. Командное иличное наведение спуска с самосбросом | - | 1 | 1 | зачет |
| 31. | Регламент соревнований по спортивному туризму.Командное наведение подъема | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
| 32. | Самостраховка. Самостраховка на этапах подъем и спуск | - | 1 | 1 | минисоревно вание |
|  |  | **0,5** | **3,5** | **4** |  |
| 8 | **Ориентиров ание и топография. Модуль 3** **(3 ч.)** | 33. | Стороны света. Понятие азимута. Определение азимутапо карте | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
| 34. | Определение азимута напредмет. Движение по азимуту | 0,5 | 0,5 | 1 | игра |
| 35. | Упражнения и задания по темеазимут | - | 1 | 1 | зачет |
|  |  | **1** | **2** | **3** |  |
| *9* | **Походная подготовка. Туристский быт. Модуль** | 36. | Причины травм в походе, на соревнованиях, на тренировке иих профилактика. Раны и их разновидности | 0,5 | 0,5 | 1 | практич еская работа |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **3 (5 ч.)** | 37. | Ушибы, растяжения, вывихи.Переломы костей. Разрывы связок, мышц и сухожилий | 0,5 | 0,5 | 1 | практическая работа |
| 38. | Оказание первой доврачебнойпомощи. Способы остановки кровотечений | 0,5 | 0,5 | 1 | практическая работа |
| 39. | Наложение шины припереломах. Приемы искусственного дыхания | 0,5 | 0,5 | 1 | практическая работа |
| 40. | Походная, групповая и личнаяаптечки. | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
|  |  | **2,5** | **2,5** | **5** |  |
| *10* | **Специальна я туристская подготовка. Модуль 3****(6 ч.)** | 41. | Изготовление носилок. Правилатранспортировки пострадавшего на носилках | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
| 42. | Командное и личное наведение переправы по бревну черезовраг способом маятник | - | 1 | 1 | мини соревнование |
| 43. | Командное и личное наведение перил для переправы по бревнучерез овраг | - | 1 | 1 |  |
| 44. | Организация страховки исопровождения при переправе по бревну через овраг | - | 1 | 1 |  |
| 45. | Наведение перил для навеснойпереправы | - | 1 | 1 |  |
| 46. | Командное прохождениедистанции: переправа по бревнус самонаведением – навесная переправа с самонаведением | - | 1 | 1 | зачет |
|  |  | **0,5** | **5,5** | **6** |  |
| *11* | **Ориентиров ание и топография. Модуль 4** **(4 ч.)** | 47. | Выход на контрольный пункт с различных привязок. Отметка на КП. Уход с контрольногопункта. | - | 1 | 1 |  |
| 48. | Технические приемы и способы ориентирования. Грубое ориентирование на длинных перегонах и точноеориентирование на коротких перегонах | - | 1 | 1 |  |
| 49. | Ориентирование с тормозными ориентирами, сиспользованием крупных форм рельефа | - | 1 | 1 |  |
| 50. | Анализ путей движения | - | 1 | 1 | практич ескаяработа |
|  |  | **0** | **4** | **4** |  |
| *12* | **Походная подготовка.** | 51. | Растения и грибы Ярославскойобласти | 1 | - | 1 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Туристский быт. Модуль 4 (3 ч.)** | 52. | Птицы, рыбы и животныеЯрославской области | 1 | - | 1 |  |
| 53. | Викторина по флоре и фаунеЯрославской области | - | 1 | 1 | викторина |
|  |  | **2** | **1** | **3** |  |
| *13* | **Специаль-ная туристская подготовка. Модуль 4****(6 ч.)** | 54. | Командное наведение спуска с самосбросом с организациейкомандной страховки | - | 1 | 1 |  |
| 55. | Командное наведение траверсас самосбросом | - | 1 | 1 |  |
| 56. | Восстановление параллельныхперил | - | 1 | 1 |  |
| 57. | Наведение параллельных перил | - | 1 | 1 |  |
| 58. | Командное прохождение дистанции: подъем с самонаведением –параллельные перила с самонаведением | - | 1 | 1 | зачет |
| 59. | Индивидуальное прохождение дистанции: переправа по бревну способом маятник – навесная переправа – подъем – спуск с самонаведением –параллельные перила – траверс | - | 1 | 1 |  |
|  |  | **0** | **6** | **6** |  |
| *14* | **Ориентиров ание и топография. Модуль 4** **(2 ч.)** | 60. | Соревнования по спортивному ориентированию в форме«Московский лабиринт». Разработка схемы для лабиринта и дистанций | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
| 61. | Установка лабиринта и индивидуальное прохождение дистанций. Внутренние соревнования по московскомулабиринту | - | 1 | 1 | мини соревно вание |
|  |  | **0,5** | **1,5** | **2** |  |
| *15* | **Специальна я туристская подготовка. Модуль 5** **(2 ч.)** | 62. | Командное прохождение дистанции: подъем ссамонаведением – навесная переправа с самонаведением | - | 1 | 1 |  |
| 63. | Командное прохождение дистанции: вязка узлов – параллельные перила ссамонаведением – переправа по бревну с наведением перил | - | 1 | 1 |  |
|  |  | **0** | **2** | **2** |  |
| *16* | **Походная подготовка. Туристский быт.** **Модуль5** | 64. | Краеведческая подготовка. Топонимика Ярославскойобласти | 1 | - | 1 |  |
| 65. | Знаменитые земляки | 1 | - | 1 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  **(8 ч.)** | 66. | Краеведческая викторина | - | 1 | 1 | викторина |
| 67. | Ведение путевых записей: личный и групповой дневник, описание пути движения, описание экскурсионногообъекта, путевой очерк | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
| 68. | Разработка маршрута, плана- графика движения. Подбор и разработка картографическогоматериала | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
| 69. | Составление плана подготовки похода. Туристские должности в походе, обязанности. Подбор и подготовка личного игруппового снаряжения | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
| 70. | Расчет питания, подбор и закупка продуктов.Составление сметы расходов. Правила поведения в транспорте, населенном пункте, при переходе и движению вдоль проезжей части, в лесу | 0,5 | 0,5 | 1 | опрос |
| 71. | Подготовка отчета: приведение в порядок походнойдокументации, записей, составление отчетов по должностям | 0,5 | 0,5 | 1 |  |
|  |  | **4,5** | **3,5** | **8** |  |
| *17* | **Подведение итогов работы кружка** **(1 ч.)** | 72. | Подведение итогов работы кружка. Планирование работыкружка на следующий учебный год | 1 | - | 1 |  |
|  |  | **1** | **0** | **1** |  |
|  |  |  | **ИТОГО: 72 часов****Теория: 26 часов****Практика: 46 часов** | **26** | **46** | **72** |  |

**Содержание учебного плана**

* + 1. ***Введение в туризм и спортивное ориентирование (2 часа)***

**Теория**. Информация о работе кружка, техника безопасности. История развития туризма и спортивного ориентирования. *Профессия тренер.*

* + 1. Ориентирование и топография (21 часа)

**Теория.** Соревнования по спортивному ориентированию, виды и правила. Компас. Строение компаса и работа с ним. План, карта. *Чтение карты – важный навык для многих профессий.*  Масштаб карты. Условные знаки спортивных карт. Условные знаки из группы «Растительность», «Гидрография», «Искусственные сооружения», «Скалы и камни», «Обозначения дистанции». Некоторые условные знаки из группы «Рельеф». Точечные, линейные и площадные ориентиры. Рельеф и его изображение на

картах. Горизонталь. Бергштрих. Сечение. Стороны света. Понятие азимута. Выход на контрольный пункт с различных привязок. Отметка на КП. Уход с контрольного пункта. Технические приемы и способы ориентирования. Грубое ориентирование на длинных перегонах и точное ориентирование на коротких перегонах. Ориентирование с тормозными ориентирами, с использованием крупных форм рельефа

 **Практика**. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний по карте. Чтение карты. Топографический диктант. Упражнения и задачи на чтение карты и масштаб. Упражнения на знание условных знаков. Чтение рельефа на карте. Упражнения на тему рельеф. Определение азимута по карте. Определение азимута на предмет. Движение по азимуту. Упражнения и задания по теме азимут. Анализ путей движения. Соревнования по спортивному ориентированию в форме «Московский лабиринт». Разработка схемы для лабиринта и дистанций. Установка лабиринта и индивидуальное прохождение дистанций. Внутренние соревнования по московскому лабиринту.

### Походная подготовка. Туристский быт(23 часов)

**Теория.** Виды туризма. Особенности пешеходных походов. Личное и групповое снаряжение в походе. Гигиена туриста. Привал и бивуак в походе. Основные требования к месту привала и бивуака. Костровое оборудование.

Противопожарные меры. Питание в походе. Калорийность пищи. Примерный набор питания для туристского похода. Меню в походе. Водно-солевой режим в походе. Причины травм в походе, на соревнованиях, на тренировке и их профилактика. Раны и их разновидности. Ушибы, растяжения, вывихи.

Переломы костей. Разрывы связок, мышц и сухожилий. Походная, групповая и личная аптечки. Растения и грибы Ярославской области. Птицы, рыбы и

животные Ярославской области. Краеведческая подготовка. Топонимика Ярославской области. Знаменитые земляки. Ведение путевых записей: личный и групповой дневник, описание пути движения, описание экскурсионного объекта, путевой очерк. Туристские должности в походе, обязанности. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения. Правила поведения в транспорте, населенном пункте, при переходе и движению вдоль проезжей части, в лесу.

**Практика.** Укладка рюкзака. Типы костров и их назначение. Учет расходов продуктов в пути. Составление меню на трехдневный поход. Оказание первой доврачебной помощи. *Профессия врача и спортивного врача.* Способы остановки кровотечений. Наложение шины при переломах. Приемы искусственного дыхания. Викторина по флоре и фауне Ярославской области. Краеведческая викторина. Разработка маршрута, плана- графика движения. Подбор и разработка картографического материала. *Профессии в сфере туризма.*

Составление плана подготовки похода. Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Составление сметы расходов. Подготовка отчета: приведение в порядок походной документации, записей, составление отчетов по должностям.

### Специальная туристская подготовка (25 часов)

 **Теория**. Соревнования по спортивному туризму, виды, правила. Техника безопасности во время занятий по спортивному туризму. Туристские узлы и их назначение. Узлы для незатягивающихся петель и для крепления к опоре. Узлы для связывания веревок одинакового и разного диаметра. Туристское снаряжение и требования к нему. Типы карабинов, работа с карабинами. Регламент соревнований по спортивному туризму. *Организаторы соревнований по туризму – профессия?*

**Практика** Спуск и подъем спортивным способом. Маятник, лабиринт, параллельные перила, мышеловка, переправа по бревну, по кочкам, навесная переправа. Прохождение полосы препятствий. Работа с веревками, способы

бухтовки веревок. Самосброс. Командное и личное наведение спуска с самосбросом. Командное наведение подъема. Самостраховка. Самостраховка на этапах подъем и спуск. Изготовление носилок. Правила транспортировки пострадавшего на носилках. Командное и личное наведение переправы по бревну через овраг способом маятник. Командное и личное наведение перил для переправы по бревну через овраг. Организация страховки и сопровождения при переправе по бревну через овраг. Наведение перил для навесной переправы. Командное прохождение дистанции: переправа по бревну с самонаведением – навесная переправа с самонаведением. Командное наведение спуска с самосбросом с организацией командной страховки. Командное наведение траверса с самосбросом. Восстановление параллельных перил. Наведение параллельных перил. Командное прохождение дистанции: подъем с самонаведением – параллельные перила с самонаведением. Индивидуальное прохождение дистанции: переправа по бревну способом маятник – навесная переправа – подъем – спуск с самонаведением – параллельные перила – траверс. Командное прохождение дистанции: подъем с самонаведением – навесная переправа с самонаведением. Командное прохождение дистанции: вязка узлов – параллельные перила с самонаведением – переправа по бревну с наведением перил

1. **Подведение итогов работы кружка (1 час)**

**Теория.** Подведение итогов работы кружка. Планирование работы кружка на следующий учебный год.

1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

* + 1. **Результаты обучения (предметные результаты)**

 По окончании обучения учащиеся :

* научатся ориентировать карту по компасу и местным признакам;
* знают топографические и условные спортивные знаки, обозначение рельефа;
* умеют использовать технические приемы спортивного туризма для преодоления препятствий;
* смогут помогать в судействе соревнований по спортивному ориентированию и спортивному туризму.

## Результат воспитывающей деятельности

 По окончании обучения учащиеся:

* будут стремиться к здоровому образу жизни, высоким спортивным результатам;
* будет развита любовь к природе, сформировано желание бережного отношения к ней;
* будут стремиться к коллективизму, взаимопомощи на основе совместной деятельности;
* получат навыки самостоятельной работы, способности к объективной оценке.

## Результаты развивающей деятельности

 По окончании обучения учащиеся:

* будет развита самостоятельность, решительность, целеустремленность, настойчивость в достижении цели, умение владеть собой, эффективно мыслить в условиях больших физических нагрузок;
* будет развит устойчивый интерес к занятиям физической культурой;
* будет сформирована потребность в спортивной активности, созданы условия для самореализации.

# 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дата** | **Время проведе ния****занятия** | **Форма занятия** | **Кол- во часов** | **Тема****занятия** | **Место проведения** | **Форма контроля** |
| 1. **Введение в туризм и спортивное ориентирование (2 ч.)** |
| 1. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Информация о работе кружка, техникабезопасности | Учебный кабинет | тест по ТБ |
| 2. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | История развития туризма и спортивногоориентирования. *Профессия тренер.* | Учебный кабинет | Педагогическое наблюдение |
| 2. **Ориентирование и топография. Модуль 1 (8 ч.)** |
| 3. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Соревнования по спортивному ориентированию, виды и правила | Учебный кабинет | Педагогическое наблюдение |
| 4. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Компас. Строение компаса и работас ним | Учебный кабинет | Педагогическое наблюдение |
| 5. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | План, карта. Масштаб карты. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний покарте. *Чтение карты – важный навык для многих профессий.* | Учебный кабинет | Проверочная работа |
| 6. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Условные знаки спортивных карт. Условные знаки из группы«Растительность» | Учебный кабинет | Топографи-ческий диктант |
| 7. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Условные знаки из группы«Гидрография» и группы | Учебный кабинет | Топографи-ческий диктант |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  | «Искусственныесооружения» |  |  |
| 8. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Условные знаки из группы«Скалы и камни» и группы«Обозначения дистанции» | Учебный кабинет | Топографи-ческий диктант |
| 9. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Некоторые условные знаки из группы«Рельеф».Чтение карты | Учебный кабинет | Топографи-ческий диктант |
| 10. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Топографически й диктант.Упражнения и задачи на чтение карты и масштаб | Учебный кабинет | зачет |
| 3. **Походная подготовка. Туристский быт. Модуль 1 (3 ч.)** |
| 11. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Виды туризма. Особенности пешеходныхпоходов | Учебный кабинет | Педагоги-ческое наблюдение |
| 12. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Личное и групповое снаряжение впоходе | Учебный кабинет | опрос |
| 13. |  |  | Групповая,индивидуа льная | 1 | Гигиена туриста. Укладка рюкзака | Учебный кабинет | Педагоги-ческое наблюдение |
| 4. **Специальная туристская подготовка. Модуль 1 (7 ч.)** |
| 14. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Соревнования по спортивному туризму, виды, правила.Техникабезопасности во время занятий по спортивному туризму | Учебный кабинет | тест по ТБ |
| 15. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Туристские узлы и их назначение. Узлы для незатягивающих ся петель и для крепления копоре | Спортивный зал, улица | зачет |
| 16. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Узлы для связывания веревок одинакового иразного | Спортивный зал, улица | зачет |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  | диаметра |  |  |
| 17. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Туристское снаряжение и требования кнему | Спортивный зал, улица | Педагоги-ческое наблюдение |
| 18. |  |  | Групповая, индивидуальная | 1 | Спуск и подъем спортивнымспособом. | Спортивный зал, улица | Педагоги-ческое наблюдение |
| 19. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Маятник, лабиринт,параллельные перила,мышеловка, переправа по бревну, покочкам, навесная переправа | Спортивный зал, улица | Педагоги-ческое наблюдение |
| 20. |  |  | Групповая, индивидуальная | 1 | Прохождение полосыпрепятствий | Спортивный зал, улица | мини соревнова-ние |
| 5. **Ориентирование и топография. Модуль 2 (4 ч.)** |
| 21. |  |  | Групповая,индивидуа льная | 1 | Упражнения назнание условных знаков | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 22. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Точечные, линейные иплощадные ориентиры | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 23. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Рельеф и его изображение на картах.Горизонталь. Бергштрих. Сечение | Учебный кабинет | проверочная работа |
| 24. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Чтение рельефа на карте.Упражнения на тему рельеф | Учебный кабинет | зачет |
| 6. **Походная подготовка. Туристский быт. Модуль 2 (4 ч.)** |
| 25. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Привал и бивуак в походе.Основные требования кместу привала и бивуака | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 26. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Костровое оборудование. Противопожарн ые меры. Типыкостров и их назначение | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 27. |  |  | Групповая, | 1 | Питание в | Учебный | опрос |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | индивидуа льная |  | походе. Калорийность пищи.Примерный набор питаниядля туристского похода | кабинет |  |
| 28. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Меню в походе. Учет расходов продуктов в пути. Водно- солевой режим в походе.Составление меню на трехдневныйпоход | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 7. **Специальная туристская подготовка. Модуль 2 (4 ч.)** |
| 29. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Работа с веревками, способы бухтовки веревок. Типы карабинов, работа с карабинами | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 30. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Самосброс. Командное и личное наведение спуска ссамосбросом | Спортивный зал, улица | зачет |
| 31. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Регламент соревнований по спортивному туризму. *Организаторы соревнований по туризму – профессия?* Командное наведение подъема | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 32. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Самостраховка. Самостраховка на этапахподъем и спуск | Спортивный зал, улица | мини соревнование |
| 8. **Ориентирование и топография. Модуль 3 (3 ч.)** |
| 33. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Стороны света. Понятие азимута.Определение азимута по карте | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 34. |  |  | Групповая,индивидуа льная | 1 | Определениеазимута на предмет. | Спортивный зал, улица | игра |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  | Движение поазимуту |  |  |
| 35. |  |  | Групповая, индивидуальная | 1 | Упражнения и задания по темеазимут | Спортивный зал, улица | зачет |
| 9. **Походная подготовка. Туристский быт. Модуль 3 (5 ч.)** |
| 36. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Причины травм в походе, на соревнованиях, на тренировке и их профилактика. Раны и ихразновидности. | Учебный кабинет | практическая работа |
| 37. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Ушибы, растяжения, вывихи.Переломы костей. Разрывы связок, мышц и сухожилий | Учебный кабинет | практическая работа |
| 38. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Оказание первой доврачебной помощи. *Профессия врача и спортивного врача.*Способы остановки кровотечений | Учебный кабинет | практическая работа |
| 39. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Наложение шины при переломах. Приемы искусственногодыхания | Учебный кабинет | практическая работа |
| 40. |  |  | Групповая,индивидуа льная | 1 | Походная,групповая и личная аптечки. | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 10. **Специальная туристская подготовка. Модуль 3 (6 ч.)** |
| 41. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Изготовление носилок.Правила транспортировки пострадавшегона носилках | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 42. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Командное и личное наведениепереправы по бревну черезовраг способом маятник | Спортивный зал, улица | мини соревнование |
| 43. |  |  | Групповая,индивидуа | 1 | Командное иличное | Спортивныйзал, улица | педагогическоенаблюдение |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | льная |  | наведение перил для переправыпо бревну через овраг |  |  |
| 44. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Организация страховки и сопровождения при переправе по бревну черезовраг | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 45. |  |  | Групповая, индивидуальная | 1 | Наведение перил для навеснойпереправы | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 46. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Командное прохождение дистанции: переправа по бревну ссамонаведением– навесная переправа с самонаведением | Спортивный зал, улица | зачет |
| 11. **Ориентирование и топография. Модуль 4 (4 ч.)** |
| 47. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Выход на контрольный пункт с различных привязок.Отметка на КП. Уход с контрольного пункта. | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 48. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Технические приемы и способы ориентирования. Грубое ориентирование на длинных перегонах и точное ориентирование на короткихперегонах | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 49. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Ориентирование с тормозными ориентирами, с использованием крупных формрельефа | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 50. |  |  | Групповая,индивидуа | 1 | Анализ путейдвижения | Учебныйкабинет | практическаяработа |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | льная |  |  |  |  |
| 12. **Походная подготовка. Туристский быт. Модуль 4 (3 ч.)** |
| 51. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Растения и грибы Ярославскойобласти | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 52. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Птицы, рыбы и животные Ярославскойобласти | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 53. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Викторина по флоре и фауне Ярославскойобласти | Учебный кабинет | викторина |
| 13. **Специальная туристская подготовка. Модуль 4 (6 ч.)** |
| 54. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Командное наведение спуска с самосбросом с организацией команднойстраховки | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 55. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Командное наведение траверса ссамосбросом | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 56. |  |  | Групповая, индивидуальная | 1 | Восстановление параллельныхперил | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 57. |  |  | Групповая, индивидуальная | 1 | Наведение параллельныхперил | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 58. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Командное прохождение дистанции: подъем ссамонаведением– параллельные перила с самонаведением | Спортивный зал, улица | зачет |
| 59. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Индивидуальное прохождениедистанции: переправа побревну способом маятник – навесная переправа – подъем – спуск с самонаведением– параллельные | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  | перила – траверс |  |  |
| 14. **Ориентирование и топография. Модуль 4 (2 ч.)** |
| 60. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Соревнования по спортивному ориентированию в форме«Московский лабиринт».Разработка схемы для лабиринта и дистанций | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 61. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Установка лабиринта ииндивидуальное прохождениедистанций. Внутренние соревнования по московскому лабиринту | Спортивный зал, улица | мини соревнование |
| 15. **Специальная туристская подготовка. Модуль 5 (2 ч.)** |
| 62. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Командное прохождение дистанции: подъем ссамонаведением– навесная переправа ссамонаведением | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 63. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Командное прохождениедистанции: вязка узлов – параллельные перила с самонаведением– переправа по бревну снаведением перил | Спортивный зал, улица | педагогическое наблюдение |
| 16. **Походная подготовка. Туристский быт. Модуль 5 (8 ч.)** |
| 64. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Краеведческая подготовка.Топонимика Ярославской области | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 65. |  |  | Групповая, индивидуальная | 1 | Знаменитые земляки | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 66. |  |  | Групповая,индивидуа | 1 | Краеведческаявикторина | Учебныйкабинет | викторина |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | льная |  |  |  |  |
| 67. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Ведение путевых записей: личный и групповойдневник, описание пути движения, описание экскурсионногообъекта, путевой очерк. *Профессии в сфере туризма.* | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 68. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Разработка маршрута, плана-графика движения.Подбор и разработкакартографическо го материала | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 69. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Составление плана подготовки похода.Туристские должности в походе, обязанности. Подбор и подготовка личного и групповогоснаряжения | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |
| 70. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Расчет питания, подбор и закупка продуктов.Составление сметы расходов.Правила поведения в транспорте, населенном пункте, при переходе идвижению вдоль проезжей части, в лесу | Учебный кабинет | опрос |
| 71. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Подготовка отчета: приведение впорядок | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  | походнойдокументации, записей, составление отчетов подолжностям |  |  |
| 17. **Подведение итогов работы кружка (1 ч.)** |
| 72. |  |  | Групповая, индивидуа льная | 1 | Подведение итогов работы кружка.Планирование работы кружка на следующий учебный год | Учебный кабинет | педагогическое наблюдение |

* 1. ***УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.***

 **Материально-техническое обеспечение программы**

 Занятия объединения «Туризм для начинающих» должны проходить на улице при хороших погодных условиях и в спортивном зале по необходимости.

**Необходимое оборудование:**

Системы страховочные Веревки 10 мм

Веревки 6 мм Карабины Жумары Устройства ФСУ

Комплект спортивных карт различной местности

Знаки контрольных пунктов Компостеры для отметки Разметка для маркировки трасс разных цветов

Бумага цветная Курвиметр Компасы

Условные знаки спортивных карт Секундомеры

Лыжи

Лыжные палки Лыжные ботинки Мази лыжные

Планшеты для зимнего ориентирования Аптечка

Костровое оборудование Спальные мешки

Палатки туристские, походные Коврики

Рюкзаки

Топор походный

 У каждого ребенка на каждое занятие должна быть спортивная форма, соответствующая погоде. В зимнее время желательно наличие лыж.

**Методическое обеспечение**

Данная программа обеспечена различными видами методической продукции:

* дидактический материал;
* картографический материал;
* руководства и Положение о проведении соревнований;

##  Педагогические технологии реализации программы

На занятиях реализуются принципы единства общения, воспитания и развития личностиобучающегося. С этой целью широко используются

индивидуальные, групповые и коллективные формы обучения, игры и мини- соревнования.

 Основным методом работы является дифференцированный подход. Воспитанники получают задание, подходящее под их уровень знаний, физических возможностей.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуации успешности; радость от преодоления возникших трудностей при выполнении упражнений, игры, походы.

##  Формы активизации учебно-воспитательного процесса

1. Знакомство с успешными спортсменами г. Ярославля.
2. Использование элементов игры, соревнования.
3. Использование на занятиях методической литературы, журналов, иллюстрационного материала.
4. Проведение индивидуальных занятий, консультаций.
5. Проведение походов выходного дня, выездных тренировок
6. Участие в районных и областных соревнованиях по спортивному ориентированию

### ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

 Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы может проходить в форме тестирования, зачетных тренировок, сдачи нормативов, соревнований, походов. По итогам года учащимся может быть присвоен спортивный разряд.

В течение учебного года осуществляется диагностика обучающихся, включающая анкетирование (в начале и в конце освоения образовательной программы), проведение текущего контроля усвоения знаний и умений, ведение дневника педагогических наблюдений

### КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Разделы | Оценочные материалы |
| 1 | Введение в туризм и спортивноеориентирование | Тест по ТБ |
| **2** | Ориентирование и топография. | Топографический диктант,упражнения по теме |
| **3** | Походная подготовка.Туристский быт. | Топографический диктант, практические работы, мини-соревнования, зачеты,викторины |
| **4** | Специальная туристскаяподготовка. | Входной контроль, мини-соревнования, зачеты |
| **5** | Подведение итогов работылружка | Беседа, игра |

* 1. ***МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ***

**Методы проведения занятия.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела, темы | Материально- техническоеоснащение | Формы, методы приемыобучения | Формы подведенияитогов |
| 1 | Введение в туризм и спортивное ориентирование | Учебный кабинет, инструкции по ТБ на занятиях кружка | Формы: Коллективная, групповая Методы и приемы:фронтальная беседа | Педагогическое наблюдение, ответы обучающихся |
| 2 | Ориентирование и топография. | Учебный кабинет, спортивный зал, проектор, тестовые карточки, картографический материал,секундомеры. | Формы: индивидуальная, индивидуально- групповая.Методы и приемы:фронтальная беседа | мини соревнования, зачеты |
| 3 | Походная подготовка. Туристский быт. | Учебный кабинет, проектор, тестовые карточки,секундомеры, спортивный зал, рюкзаки, коврики, спальники | Формы: индивидуальная, индивидуально- групповая.Методы и приемы обучения;беседа,информационное сообщение | мини соревнования, зачеты, викторины |
| 4 | Специальная туристская подготовка. | Спортивный кабинет, страховочныесистемы, голицы, веревки, карабины, устройства ФСУ, жумары | Формы: индивидуальная, индивидуально- групповая.Методы и приемы обучения;беседа,информационное сообщение | мини соревнования, зачеты |
| 5 | Подведение итогов работы кружка | Учебный кабинет | Формы: индивидуальная, индивидуально- групповая.Методы и приемы обучения;беседа,информационное сообщение | Педагогическое наблюдение. |

* 1. ***СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.***

 Список литературы для педагогов.

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М., ЦДЮТур МО РФ, 2006.
2. Константинов Ю.С. Детско – юношеский туризм. Учебно- методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2008.
3. Шибаев А.В. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени? (программированные задания для контроля и закрепления знаний) – М., 1996.
4. Новиков А.Л. Учебно- познавательные игры с элементами топографии. (Учебное пособие). –М. ЦДЮТиК, 2002.
5. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Константинова Ю.В. Словарь юного туриста.- М., ФЦДЮТиК, 2004.
6. Шкнев В.А. Спортивно – прикладной туризм. (Программа, разработки занятий, рекомендации 8-9 классы). – Волгоград: Учитель, 2009.
7. Жихарев А.М. Собираемся в поход. – Ярославль: Академия развития, 2004.
8. Черновол В. Справочник туриста. – Ростов – на – Дону: «Феникс», 2001.
9. Биржаков М.Б., Казаков Н.П. Безопасность в туризме. – Спб.: «Издательский дом Герда», 2006.
10. Константинов Ю.С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма. (Учебное пособие).-М.: Советский спорт, 2009.
11. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. (Учебно методическое пособие). – М.: ФЦДЮТиК, 2005.
12. История Ярославского края с древнейших времен до конца 20-х гг. ХХ века.

/Под ред. Селиванова А.М./ - Ярославль: Яросл. гос. Ун-т., 2000.

1. Иванов Е.И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию.- М.: ФиС, 1978.
2. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000.
3. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма: Учебно- методическое пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.
4. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. – М., ЦДЮТур МО РФ, 1997.
5. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков. – М.: ЦДЮТур РФ, 1997
6. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. Учебное пособие.- М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
7. Маслов А.Г. Организация работы и финансирование туристско- краеведческих объединений учащихся. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
8. Огородников Б.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. М., ФиС, 1989.
9. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
10. Ривкин Е.Ю. Организация туристской работы со школьниками. – М.: АРКТИ, 2001.
11. Алексеев А.А. Пособие по составлению отчетов о туристских походах, путешествиях и спортивных турах. –М.: 2005.
12. Алексеев А.А. Пособие по составлению отчетов о туристских походах, путешествиях и спортивных турах. –М.: 2005.

 Список литературы, рекомендуемой для детей и родителей

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М., ЦДЮТур МО РФ, 2006.
2. Константинов Ю.С. Детско – юношеский туризм. Учебно- методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2008.
3. Шибаев А.В. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени? (программированные задания для контроля и закрепления знаний) – М., 1996.
4. Новиков А.Л. Учебно- познавательные игры с элементами топографии. (Учебное пособие). –М. ЦДЮТиК, 2002.
5. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Константинова Ю.В. Словарь юного туриста.- М., ФЦДЮТиК, 2004.
6. Жихарев А.М. Собираемся в поход. – Ярославль: Академия развития, 2004.
7. Черновол В. Справочник туриста. – Ростов – на – Дону: «Феникс», 2001.
8. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. (Учебно методическое пособие). – М.: ФЦДЮТиК, 2005.
9. История Ярославского края с древнейших времен до конца 20-х гг. ХХ века.

/Под ред. Селиванова А.М./ - Ярославль: Яросл. гос. Ун-т., 2000.

1. Иванов Е.И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию.- М.: ФиС, 1978.
2. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. Учебное пособие.- М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
3. Огородников Б.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. М., ФиС, 1989.
4. Алексеев А.А. Пособие по составлению отчетов о туристских походах, путешествиях и спортивных турах. –М.: 2005.