

Приложение 1
к приказу № 18
от 22.04.2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Школьного туристического клуба «Экотур»
на 2023/2024 учебный год
Срок реализации – 1 год

Составитель Садвакасов Дархан Назымбекович,
учитель физической культуры

с. Нижний Кучук
2024 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Содержание программы.....	7
3. Календарный учебный график.....	9
4. Условия реализации программы.....	17
5. Формы аттестации	18
6. Оценочные материалы	18
7. Методические материалы.....	18
8. Список литературы	21

1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Приказ Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края от 19.03.2015 № 535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ».
- Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Нижнекучукская средняя общеобразовательная школа»

На плановые и самодеятельные пешеходные маршруты ежегодно ходят миллионы людей. Такие походы способствуют улучшению деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной системы, повышению сопротивляемости организма к заболеваниям, укреплению мускулатуры. Пребывание на свежем воздухе, воздействие солнца и дозирование физических нагрузок, а также разнообразие впечатлений во время похода и путешествия нормализуют деятельность центральной нервной системы, восстанавливают силы, повышают работоспособность.

Туризм неотделим от краеведческой работы, то есть во время походов дети изучают историю, природу и культуру родного края – своей малой родины. О туризме можно сказать не только как об уникальном оздоровительном отдыхе, но и как о важнейшем средстве культурно-патриотического воспитания.

В наше непростое время, когда возросли опасности природных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для подготовки занимающихся к действиям в экстремальных ситуациях. А так как в

данное время возрастает отчуждённость, жестокость между людьми, нужно тем более использовать возможности туризма для формирования коллективизма, для воспитания взаимовыручки.

Актуальность:

Актуальность программы заключается в том, чтобы дать воспитанникам возможность освоить все премудрости пешеходного и лыжного туризма, т.е. дать им путёвку в большой туризм, на всю жизнь привить им страсть к путешествиям, к познанию, к самосовершенствованию.

Программа предлагает разнообразные виды деятельности обучающихся, дети обучаются туристическим навыкам, правилам поведения вынужденной автономии, оказанию первой медицинской помощи, знакомятся с историей, своего района и края.

Туристические походы – это активный здоровый отдых. Наибольшую пользу здоровью приносят такие виды туризма, в которых используются активные средства передвижения – это пешие и лыжные походы, путешествия. Все эти вопросы находят свое конкретное воплощение в деятельности данной программы. Туристские походы на протяжении многих лет утвердили свое право на жизнь. Но при всей своей привлекательности, полезности, эмоциональной насыщенности они имеют и существенные недостатки. Главный из них – это громоздкость организации, значительная пестрота состава участников, ведущая к разноплановости интересов. Поэтому при планировании и организации походов нужно проявлять индивидуальный подход, учитывая возраст и интересы детей.

Цель:

Создание условий для развития физических качеств обучающихся, привития стремления к здоровому образу жизни, посредством туризма и краеведения, для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, творческого развития личности.

Задачи:

Личностные:

- создание «ситуации успеха» для каждого с целью воспитания «успешной личности»,
- воспитание целеустремлённости, упорства в достижении цели;
- воспитание личности обучающегося с установкой на здоровый образ жизни.

Метапредметные:

- привитие интереса к занятиям туризмом,
- воспитание бережного отношения к природе,
- создание условий для сформированности разновозрастного детско-юношеского коллектива.

Образовательные (предметные):

- обучение основам техники пешего, лыжного туризма,
- приобретение навыков в работе с картой и компасом,
- обучение навыкам оказания первой медицинской помощи,
- обучение правилам поведения при вынужденной автономии.

Обучение включает в себя следующие основные предметы:

- пеший туризм,
- лыжный туризм.

Вид ДООП:

Модифицированная программа – это программа, в основу которой положена примерная (типовая) программа либо программа, разработанная другим автором, но измененная с учетом особенностей образовательной организации, возраста и уровня подготовки детей, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов.

Направленность ДООП:

Туристско-краеведческая.

Адресат ДООП:

Программа рассчитана на обучающихся 8 - 14 лет. В объединение принимаются дети, как с туристическими навыками, так и новички. Дети не должны иметь медицинские противопоказания к занятиям спортом. Занятия туризмом вырабатывают у школьников ценные умения и навыки в разведении костра, приготовлении пищи, ремонте обуви и одежды, ориентировании на местности по компасу, карте, небесным светилам и местным предметам.

Данный возраст характеризуется быстрыми темпами развития мышечной системы. У детей наблюдается стремительное увеличение общей мышечной массы - в первую очередь за счет утолщения мышечного волокна. Команды к действующим мышцам становятся более точными, заметно улучшаются межмышечные координации. На туристском маршруте в работу вовлекаются все основные группы мышц конечностей и туловища. Исключительно благотворно воздействует туризм на сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы обучающихся. Длительное пребывание в условиях похода способствует закаливанию организма, повышает его сопротивляемость внешним воздействиям, различным заболеваниям.

При движении по пересеченной местности работают мышцы рук, ног, туловища, высокие требования предъявляются к деятельности органов кровообращения и дыхания. Только правильно организованная предпоходная тренировка сделает путешествие праздником для детей.

Срок и объем освоения ДООП:

1 год, 60 педагогических часов, из них:

- «Стартовый уровень» - 1 год, 60 педагогических часов.

Форма обучения:

Очная.

Особенности организации образовательной деятельности:

Разновозрастная группа.

Режим занятий:

Таблица 1.1.1

Режим занятий

Предмет	Стартовый уровень
Туризм	2 часа в неделю один раз 60 часов в год.

Ожидаемые результаты:

Таблица 1.2.1

Ожидаемые результаты

	Стартовый уровень
Знать	<ul style="list-style-type: none"> • способы оказания первой медицинской помощи при кровотечении, переломах, вывихах, ранениях, ожогах, обморожениях, • виды туристических узлов, технику установки палатки • технику отыскания пострадавшего в лавине, • растения нашей местности.
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> • ориентироваться по компасу, карте, определять азимут, • подниматься и спускаться по склону, • тропить лыжню, • переправляться через реку по навесной переправе и по бревну, • приготовить пищу на костре.
Владеть	<ul style="list-style-type: none"> • навыками вязания туристических узлов, • навыками разжигания костра.

2.Содержание программы

« Туризм» Стартовый уровень Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста	14	10	4	
1.1	Вводное занятие. Правила ТБ	2	2		Наблюдение
1.2	История развития туризма	1	1		Опрос
1.3	Виды туризма	1	1		Опрос
1.4	Основы безопасности в природной среде	1	1		Индивидуальный опрос
1.5	Организация биваков и охрана природы	1	0,5	0,5	Практическая работа, викторина
1.6	Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря	1	0,5	0,5	Опрос
1.7	Личное снаряжение и уход за ним	1	0,5	0,5	Индивидуальный опрос/практическая работа
1.8	Групповое снаряжение и уход за ним	1	0,5	0,5	Индивидуальный опрос/практическая работа
1.9	Питание в туристическом походе	1	1		Конкурс команд
1.10	Узлы, работа с верёвками	1	0,5	0,5	Практическая работа/вязание узлов
1.11	Разжигание костра, кипячение воды	1	0,5	0,5	Практическая работа/конкурс команд
1.12	Оказание первой помощи «пострадавшему», и его транспортировка	2	1	1	Практическая работа/зачет
2.	Азбука топографии и туристского ориентирования	10	4	6	
2.1	План местности	2	1	1	Топографический диктант
2.2	Условные знаки	2	1	1	Практическая работа
2.3	Ориентирование по сторонам горизонта	1	0,5	0,5	Творческая работа
2.4	Ориентирование на местности	1	0,5	0,5	Практическая работа
2.5	Ориентирование по компасу	2	1	1	Практическая работа
2.6	Спортивное ориентирование	2		2	Соревнование
3.	Подготовка к соревнованиям по технике лыжного туризма	10	4	6	
3.1	Тропление лыжни	1	0,5	0,5	Практическая работа

3.2	Преодоление завала	1	0,5	0,5	Практическая работа
3.3	Преодоление крутого склона	2	1	1	Практическая работа
3.4	Спуск с поворотом и торможением у контрольной черты	2	1	1	Наблюдение
3.5	Отыскание пострадавшего в лавине	1	0,5	0,5	Практическая работа
3.6	Способы транспортировки пострадавшего	1	0,5	0,5	Наблюдение
3.7	Лыжный поход	2		2	Соревнования
4.	Основы краеведения	6	4	2	
4.1	Достопримечательности Благовещенского района	1	1		Индивидуальный опрос
4.2	История и культура родного края	2	1	1	Сообщение
4.3	Природа родного края	1	1		Викторина
4.4	Природа Благовещенского района	1	1		Тестирование
4.5	Определение растительности на местности	1		1	Практическая работа
5.	Подготовка к соревнованиям по технике пешеходного туризма	20	10	10	
5.1	Установка и снятие палатки	1	0,5	0,5	Конкурс команд
5.2	Преодоление чащобного участка	1	0,5	0,5	Практическая работа
5.3	Параллельные веревки	2	1	1	Практическая работа
5.4	Подъем, траверс, спуск	2	1	1	Индивидуальный опрос/ практическая работа
5.5	Преодоление канавы с помощью шеста.	1	0,5	0,5	Наблюдение
5.6	Преодоление канавы с помощью маятника	1	0,5	0,5	Наблюдение
5.7	Переправа вброд с шестом и с использованием перилл	2	1	1	Практическая работа

5.8	Преодоление болота по жердям	1	0,5	0,5	Наблюдение
5.9	Преодоление реки по навесной переправе	1	0,5	0,5	Практическая работа
5.10	Преодоление водной преграды по бревну с использованием шеста	1	0,5	0,5	Наблюдение
5.11	Переправа по бревну с использованием перил	1	0,5	0,5	Практическая работа
5.12	Опасность на воде, первая помощь утопающему	2	1	1	Индивидуальный опрос
5.13	Пешеходный поход, подведение итогов	2		2	Соревнования
	Итого:	60	32	28	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста

Тема 1.1. Вводное занятие. Правила ТБ.

Теория: Основная цель и задачи работы объединения. Календарное планирование работы на учебный год, время, район проведения соревнований. Инструктаж участников по вопросам безопасности. Значение туризма и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Укрепление костно-мышечной системы, сердца, легких и других органов человека при активном передвижении.

Тема 1.2. История развития туризма

Теория: Туризм в древние времена (торговля, Олимпийские игры, стремление к христианским и мусульманским святым, курорты). Внутренний туризм в СССР. Спортивный туризм. Препятствия для развития туризма.

Тема 1.3. Виды туризма

Теория: Выездной, внутренний, въездной туризм. Спортивный туризм (лыжный, пеший).

Тема 1.4. Основы безопасности в природной среде

Теория: Безопасность на водоемах летом и зимой (провал в полынью). Безопасность в лесу летом и зимой.

Тема 1.5. Организация биваков и охрана природы

Теория: Бивак на туристической прогулке. Охрана природы при организации привалов и биваков. Требования к бивакам (наличие дров, безопасность, эстетичность). Устройство и оборудование бивака (места для

установки палаток, приготовления и приема пищи, отдыха, умывания, мытья посуды, туалеты).

Практика: Планирование места организации бивака по плану местности. Организация бивачных работ. Упаковка палатки для транспортировки. Овладение навыками установки, снятия и упаковки палатки.

Тема 1.6. Организация работы по разворачиванию и свертыванию лагеря

Теория: Техника выполнения всех действий при разворачивании лагеря (постановка палатки и её место положение, натягивание тента, разведение костра; определение место положения всех станций по отношению друг к другу). Требование пожарной безопасности, молниезащита расположения лагерных палаток.

Практика: Определение места для постановки палатки, разведения костра.

Тема 1.7. Личное снаряжение и уход за ним

Теория: Личное снаряжение юного туриста: рюкзак, обувь, одежда, личная посуда, средства личной гигиены. Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением.

Практика: Игра «Собери рюкзак».

Тема 1.8. Групповое снаряжение и уход за ним

Теория: Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Палатки, их виды и назначение. Устройство палаток и правила ухода за ними. Стойки и колышки для палатки. Кухонное и костровое снаряжение: котелки, саперная лопатка, кухонная клеенка, половники, ножи, упаковка для продуктов питания.

Практика: Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения и применения его во время туристической прогулки.

Тема 1.9. Питание в туристическом походе

Теория: Походная еда — спартанский вариант городской еды. Главный критерий — вес. На одного человека берётся 600 гр продуктов на каждый день. Предпочтение – крупам, орехам, сушеным овощам и фруктам.

Практика: Составление примерного меню 3-х дневного похода.

Тема 1.10. Узлы, работа с верёвками

Теория: Виды туристических узлов (прямой, шкотовый, брамшкотовый, проводник, проводник, восьмерка, схватывающий, ткатский, грепвайн, их применение.

Практика: Вязание туристических узлов.

Тема 1.11. Разжигание костра, кипячение воды

Теория: Способы разжигания костра (относительно направления и скорости ветра).

Практика: Разжигание костра в полевых условиях, используя природные материалы. Закипятить в кружке снег.

Тема 1.12. Оказание первой помощи «пострадавшему», и его транспортировка

Теория: Оказание первой помощи при заданных травмах. Наложение жгута. Обработка раны йодом. Наложение стерильной повязки. Наложение шин. Транспортировка пострадавшего.

Практика: Сбор волокуши. Оказание помощи пострадавшему, транспортировка.

Раздел 2. Азбука топографии и туристского ориентирования

Тема 2.1. План местности

Теория: История развития способов изображения земной поверхности и их значение. Рисунок и простейший план местности. Изображение местности на рисунке, фотографии, схеме или плане.

Практика: Рисовка плана учебного плана. Измерение расстояний (шагами и парами шагов). Освоение навыков чтения и движение по схеме. Обсуждение историй из книг и мультфильмов, где герои использовали планы местности или рисунки в различных целях (поиск кладов, путешествия, строительство).

Тема 2.2. Условные знаки

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

Практика: Рисовка условных знаков. Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристической прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками.

Тема 2.3. Ориентирование по сторонам горизонта

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

Практика: Выработка навыков определения сторон горизонта по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам.

Тема 2.4. Ориентирование на местности

Теория: Способы ориентирования на местности. Линейные ориентиры (дорожки, тропы, линии электропередачи и т.д.), точечные ориентиры и объекты. Рельеф. Измерение расстояний на местности: временем движения, шагами и т.д. Ориентирование по описанию (легенде).

Практика: Ориентирование с использованием легенды.

Тема 2.5. Ориентирование по компасу

Теория: Изучение устройства компаса. Определение азимута на местности. Топографические карты.

Практика: Работа с компасом.

Тема 2.6. Спортивное ориентирование

Теория: Знакомство с основными правилами соревнований по туристическому ориентированию. Виды туристического ориентирования и их различия. Права и обязанности участников соревнований. Основные правила, технические приемы и условия соревнований по ориентированию на обозначенном маршруте. Выбор оптимального пути движения и количества контрольных пунктов.

Практика: Движение по плану (схеме). Игра состязание на местности.

Раздел 3. Подготовка к соревнованиям по технике лыжного туризма

Теория: Подготовка к прохождению этапов в соревнованиях по технике лыжного туризма.

Практика: Этапы соревнований по технике лыжного туризма.

Тема 3.1. Тропление лыжни

Теория: Назначение тропления лыжни, способы тропления лыжни.

Практика: Тропление лыжни.

Тема 3.2. Преодоление завала

Теория: Изучение способов и правил преодоления завала.

Практика: Преодоление завала.

Тема 3.3. Преодоление крутого склона

Теория: Изучение техники подъема лесенкой. Изучение техники подъема ёлочкой.

Практика: Отработка подъема лесенкой, ёлочкой.

Тема 3.4. Спуск с поворотом и торможением у контрольной черты

Теория: Изучение техники спуска с крутого склона

Практика: Отработка спуска с поворотом и торможением у контрольной черты

Тема 3.5. Отыскание пострадавшего в лавине

Теория: Изучение техники отыскания пострадавшего в лавине.

Практика: Отработка техники отыскания пострадавшего в лавине.

Тема 3.6. Способы транспортировки пострадавшего

Теория: Организация транспортировки пострадавшего. Организация транспортировки пострадавшего при различных травмах и заболеваниях: вывихах, тепловом ударе, отравлении и т.д. Правила транспортировки пострадавшего по лестницам, склонам при различных травмах. Взаимопомощь в туристической группе при транспортировке.

Практика: Изготовление средств для транспортировки пострадавшего из курток, ветровок. Транспортировка пострадавшего на пересеченном рельефе на руках, с помощью простейших транспортных средств (носилок из курток, волокуши).

Тема 3.8. Лыжный поход

Практика: Применение на практике всех полученных ранее знаний и умений прохождения этапов.

Раздел 4. Основы краеведения

Теория: Родной край, его природные особенности, история, известные земляки, климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые.

Практика: Знакомство с картой своего края. Краеведческая викторина.

Тема 4.1. Достопримечательности Благовещенского района

Теория: Первые поселения Благовещенского района, образование Омской губернии. Курганские могильники в районе сел Нижний Кучук, Суворовка, Дмитриевка, Екатериновка, Георгиевка. Легенды района. Памятники погибшим в годы ВОВ. Здание кредитного банка в с. Леньки. Развитие промышленности, одно из крупнейших предприятий отрасли ОАО «Кучуксульфат» — единственный в России производитель сульфата натрия.

Практика: Индивидуальные сообщения о достопримечательностях района, поселка.

Тема 4.2. История и культура родного края

Теория: История образования Алтайского края, переселенцы. Камнерезы Алтайского края, колыванская ваза, изображенная на гербе края. Первые государства: нашествие племен хунну, массовые миграции самодийцев и угров, присоединение к Золотой Орде. Известные люди края. Многонациональность края.

Практика: Индивидуальные сообщения об истории и культурном наследии района, края...

Тема 4.3. Природа родного края

Теория: Равнины и горы края. Огромное количество рек и водопадов, реки Катунь и Бия. Более 20тыс. озер (наиболее значительные — Телецкое, которое является пресноводным. Ая — теплое горное озеро. А также, Джулукуль, называемый священным водоёмом). Уникальное место Алтая - ленточные сосновые боры, черневая тайга.

Практика: Работа с географическими картами, викторина.

Тема 4.4. Природа Благовещенского района

Теория: Рельеф района, реки, озера (более 20 горько-соленых и пресных озер, помимо названных — Селитерное, Плотавя, Рыбное, Лебяжье, Баужансор и

др.), горько-солёные и пресные озера, природные памятники: Шимолинский ленточный бор, Благовещенский природный заказник.

Практика: Работа с географической картой района. Экскурсии на природные объекты.

Тема 4.5. Определение растительности на местности

Теория: Изучение растительности нашей местности (деревьев, кустарников, травы, в том числе лекарственных растений).

Практика: Самостоятельное определение деревьев, кустарников и травы на заданной местности.

Раздел 5. Подготовка к соревнованиям по технике пешеходного туризма

Тема 5.1. Установка и снятие палатки

Теория: Выбор места для установки палатки, ознакомление с техникой установки и снятия палатки на 10 кольшков и 2 стойки.

Практика: Отработка установки и снятия палатки без перекоса и складок на скатах крыши.

Тема 5.2. Преодоление чащобного участка

Теория: Изучение техники преодоления чащобного участка.

Практика: Отработка техники преодоления ограниченного ограждением чащобного участка.

Тема 5.3. Параллельные веревки

Теория: Способы переправы через реку. Переправа через реку по параллельным веревкам с самонаведением для старших туристов и по судейским веревкам для юных туристов.

Практика: Наведение переправы. Переправа через реку по параллельным веревкам с самостраховкой «фал» с карабином.

Тема 5.4. Подъем, траверс, спуск

Теория: Изучение техники подъема в гору по травянистым и осыпным склонам, движение по склону без сброса и набора высоты - траверс и спуска с горы.

Практика: Подготовка этапов. Отработка навыков подъема (движение с нижней самостраховкой на прусике и схватывающем узле), траверса (на самостраховке длинным усом к опоре), спуска (по веревке спортивным способом или дюльфером).

Тема 5.5. Преодоление канавы с помощью шеста.

Теория: Техника преодоления водных преград. Изучение техники преодоления канавы с помощью шеста.

Практика: Отработка техники преодоления канавы с помощью шеста.

Тема 5.6. Преодоление канавы с помощью маятника

Теория: Преодоление канавы, ручья, рва с использованием подвешенной веревки («маятником»). Переправа методом «вертикальный маятник». Жестко закрепленный маятник и маятник, веревку которого можно выдавать или выбирать (маятник из связочной страховочной веревки). В последнем случае маятниковой точкой может служить промежуточная точка страховки.

Практика: Отработка переправы при помощи «маятника» (прыжок участника туристского похода на подвешенной и закрепленной верхним концом свободно висящей веревке).

Тема 5.7. Переправа вброд с шестом

Теория: Переправа через водную преграду. Изучение техники переправы вброд с шестом, с использованием перилл.

Практика: Отработка техники переправы вброд с шестом (шест двигать по дну, который должен быть расположенный выше по течению, турист – лицом к течению). Отработка наведения переправы. Техника переправы вброд с использованием перилл. Переправа на самостраховке, страховочная веревка в грудное перекрестие выше рук. Проводник с контрольным узлом, восьмерка без контрольного.

Тема 5.8. Преодоление болота по жердям

Теория: Переправа через заболоченные участки. Изучение техники преодоления болота по жердям.

Практика: Отработка техники преодоления болота по жердям. Разрешается использование командных альпенштоков. Движение боком, приставным шагом.

Тема 5.9. Преодоление реки по навесной переправе

Теория: Переправа через водную преграду. Изучить технику прохождения этапа навесная переправа. Первый участник переправляется по судейской страховке «на усах», закрепленных на плавающем карабине. Страхуют два человека, вспомогательная веревка должна быть зафиксирована. Остальные переправляются по наведенным перилам со страховкой (челнок), которая закреплена на грудном карабине. Концы челнока закреплены на участниках или опоре. Рюкзаки переправляются отдельно.

Практика: Отработка техники прохождения навесной переправы Команда наводит переправу.

Тема 5.10. Преодоление водной преграды по бревну с использованием шеста

Теория: Изучить технику преодоления водной преграды по бревну с использованием шеста.

Практика: Отработка техники преодоления водной преграды по бревну с использованием шеста.

Тема 5.11. Переправа по бревну с использованием перилл

Теория: Изучить технику переправы по бревну с использованием перилл. Участники переправляются по самостраховке, страхующая веревка грудное перекрестие выше рук. Проводник с контрольным узлом, восьмерка без контрольного.

Практика: Отработка техники переправы по бревну с использованием перилл.

5.12. Опасность на воде, первая помощь утопающему

Теория: Рекомендации при купании на водоеме. Помощь утопающему (бросить круг, помочь добраться до берега (голова над водой), приближаться к утопающему со стороны спины, привлекайте внимание окружающих).

Практика: Последовательность действий при оказании помощи утопающим.

5.13. Пешеходный поход, подведение итогов

Практика: Применение на практике всех знаний и умений.

3. Календарный учебный график

Позиции	Заполнить с учетом срока реализации ДООП
Количество учебных недель	36
Количество учебных дней	30
Продолжительность каникул	4 месяца
Даты начала и окончания учебного года	1.10.2022-31.05.2023
Сроки промежуточной аттестации	По темам
Сроки итоговой аттестации (при наличии)	В конце года

4. Условия реализации программы

Аспекты	Характеристика (заполнить)
Материально-техническое обеспечение	<ul style="list-style-type: none">• Кабинет с необходимым оборудованием,• лыжи,• волокуша,• страховочные системы,• веревки,• карабины,• палатки
Информационное обеспечение	<ul style="list-style-type: none">• Интернет-ресурсы
Кадровое обеспечение	<ul style="list-style-type: none">• Педагог дополнительного образования, Садвакасов Дархан Назымбекович, владеющий методикой работы туристско-краеведческого направления

5. Формы аттестации

Формами аттестации являются:

- Соревнования
- Слёт

6. Оценочные материалы

Показатели качества реализации ДООП	Методики
Уровень развития творческого потенциала учащихся	<ul style="list-style-type: none">• Методика «Креативность личности» Д. Джонсона
Уровень развития социального опыта учащихся	<ul style="list-style-type: none">• Тест «Уровень социализации личности» (версия Р.И.Мокшанцева)
Уровень сохранения и укрепления здоровья учащихся	<ul style="list-style-type: none">• «Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений» под ред. М.М. Безруких
Уровень теоретической подготовки учащихся	<ul style="list-style-type: none">• Разрабатываются ПДО самостоятельно
Уровень удовлетворенности родителей предоставляемыми образовательными услугами	<ul style="list-style-type: none">• ИЗУЧЕНИЕ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ РОДИТЕЛЕЙ РАБОТОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ (методика Е.Н.Степановой)
Оценочные материалы (указать конкретно в соответствии с формами аттестации)	<ul style="list-style-type: none">• Анализ работы участников команды по итогам прохождения этапов соревнований.• Карта итоговой аттестации. Проводится в конце учебного года (апрель-май) в форме: творческая индивидуальная работа.• Карта учета творческих достижений обучающихся в течении года

7. Методические материалы

Методы обучения:

- Словесный. Устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.д.;
- Наглядный. Показ материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.;
- Объяснительно-иллюстративный. В процессе учебной работы используются иллюстрации, т. е. наглядное пояснение, или же демонстрируется то или

иное учебное пособие, которое может, с одной стороны облегчать восприятие и осмысление изучаемого материала, а с другой – выступать в качестве источника новых знаний.

Формы организации образовательной деятельности:

- Групповая форма организации учебно-познавательной деятельности на занятии, предполагающая функционирование разных малых групп, работающих как над общими, так и над специфическими заданиями педагога, стимулирует согласованное взаимодействие между учащимися, отношения взаимной ответственности и сотрудничества
- Практическое занятие, форма организации учебного процесса, при использовании которой обучающиеся по заданию и под руководством преподавателя выполняют одну или несколько практических работ. Цель практических работ - формирование у обучаемых профессиональных умений, а также практических навыков, необходимых для изучения последующих учебных предметов. Особенно большую роль практические занятия должны играть при изучении специальных предметов, содержание которых направлено на формирование профессиональных умений.
- Беседа это целенаправленное обсуждение чего-либо, организованный, подготовленный диалог на заранее выбранную тему.

Педагогические технологии:

- Технология группового обучения.
Ученикам предлагается обсудить задачу, наметить пути решения, реализовать их на практике и, наконец, представить найденный совместно результат. Эта форма работы обеспечивает учет индивидуальных особенностей учеников, открывает большие возможности для совместной деятельности, для возникновения духа коллективизма.
Благодаря применению групповых технологий обучения обеспечивается активность учебного процесса, достигается высокий уровень усвоения содержания учебного материала, оказывается мощное стимулирующее действие на развитие ребенка.
- Технология коллективного взаимодействия.
Сущность технологии: научить учащихся строить свою деятельность так, чтобы все элементы деятельности ученика были взаимосвязаны, осознаны и полностью осуществлены им самим. Коллективное обучение предполагает, что каждый ученик по очереди выступает то в роли обучаемого, то в роли обучающего, т.е. коллектив обучает каждого своего члена. Каждый ученик по очереди вступает в содержательное общение со всеми своими одноклассниками. В объединении одновременно общаются все.
- Здоровьесберегающая технология.
Реализуется комплекс физиолого-гигиенических мер в общеобразовательном учреждении, направленных на сохранение здоровья детей. Обстановка и

гигиенические условия в кабинете: температура и свежесть воздуха, рациональность освещения, подготовленных мест занятий. Наличие в содержательной части связанных со здоровьем и здоровым образом жизни: психологический климат на занятии, гигиенические факторы, элементы движений, физические упражнения, физкультминутки.

Тип учебного занятия:

Изучения и первичного закрепления новых знаний.

Дидактические материалы:

- Раздаточные материалы

Образцы узлов, туристическое снаряжение (веревки, страховочные системы, карабины, волокуша)

- Инструкции

Инструкции по оказанию первой медицинской помощи, вязанию узлов, наведению переправ.

8. Список литературы

1. Антропов, К. Узлы. Практическое пособие / К. Антропов, М.М. Расторгуев. – Москва: ЦДЮТур РФ, 1994. – 29с.
2. Багдасаров, Л.В. Основы безопасности жизнедеятельности и начальной военной подготовки: авторский лекционный курс для общеобразовательных школ 10-11 кл. / Л.В. Багдасаров. – Краснодар: Советская Кубань, 1992.
3. Бардин, К.В. Азбука туризма / К.В. Бардин. – Москва: Просвещение, 1981.
4. Вяткин, Л. А. Туризм и спортивное ориентирование: учебное пособие для вузов / Л. А. Вяткин, Е. В. Сидорчук, Д. Н. Немытов. - Москва: Академия, 2001. - 208 с.
5. Кудряшов, Б.Г. Энциклопедия выживания. Один на один с природой/Б.Г. Кудряшов. - Краснодар: Советская Кубань, 2001г.- 384с.
6. Пасечный, П.С. На туристской тропе/П.С. Пасечный. – Москва: ФиС, 1986г.-93с.
7. Самцов, С.К. Юным туристам и путешественникам/С.К. Самцов, И. М. Пучинский. - 2-е изд., перераб. и доп. - Минск: Полымя, 1988г. - 238с.
8. <https://provyzhivanie.ru/vyzhivanie/ukrytie/что-такое-бивак>
9. <https://turclub-pik.ru/blog/okazanie-pervoj-pomoshhi-v-pokhode/>
10. http://samlib.ru/c/chelombitko_a/3.shtml