

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Новоперуновская средняя общеобразовательная школа
Тальменского района Алтайского края

Принято педагогическим советом
(протокол педагогического совета
№ 5 от 16.02.2024 г

Утверждено
Приказом МКОУ «Новоперуновская СОШ»
№ 28/4 от 16.02.2024 г
Директор _____ Е. А. Зайцев

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Пешеходный туризм»
объединения «Пешеходный туризм»

Направленность – туристско-краеведческая
Возраст обучающихся – 8-16 лет
Срок реализации – 1 год
Уровень освоения – «стартовый»

Автор-составитель:
Соловьев Сергей Николаевич, педагог дополнительного образования;

Куручкино, 2024

Содержание

1. Комплекс основных характеристик образования-----	3
1.1 Пояснительная записка -----	3
1.2 Содержание программы -----	7
1.3 Планируемые результаты -----	16
2. Комплекс организационно-педагогических условий -----	17
2.1 Календарный учебный график -----	17
2.2 Формы аттестации и оценочные материалы -----	18
2.3 Методические материалы -----	20
2.4 Воспитательные компоненты -----	20
2.5 Информационные ресурсы и литература -----	25

Пояснительная записка

Программа разработана на основании следующих нормативных документов:

Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

письмо Минобрнауки № 09-3242 от 18.11. 2015 г. «О направлении информации (методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы))»;

письмо Минобрнауки № ВК-641/09 от 29.03.2016 г. «О направлении методических рекомендаций (методически рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ)»; Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;

Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Закон Алтайского края от 04.09.2013 № 56-ЗС «Об образовании в Алтайском крае»;

Устав МКОУ «Новоперуновская СОШ» Тальменского района Алтайского края.

В основу разработки программы могут входить нормативно-правовые документы, регламентирующие специфику вида деятельности по программе

Направленность программы. Программа имеет туристско- краеведческую направленность и предусматривает знакомство обучающихся с основами пешеходного туризма, общими элементами туризма, походной деятельности и изучения родного края.

Актуальность программы. В соответствии с приоритетными направлениями по обновлению содержания и технологий дополнительного образования детей, утвержденными Экспертным советом Министерства просвещения Российской Федерации по вопросам дополнительного образования детей и взрослых, данную программу можно считать актуальной. Программа соответствует такому приоритетному направлению программ туристско-краеведческой направленности, как «Туризм (социальный, культурно-познавательный, образовательный, активный)», «Обеспечение безопасности в природной и городской среде», «Служебно-прикладные виды профессиональной деятельности (спасатели, пожарные, силовые структуры)».

Актуальность программы обусловлена также государственной политикой РФ. В частности, актуальность определяется следующими нормативными правовыми документами, в которых сформулирован запрос на программы туристско-краеведческой направленности:

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (выдержки): п.5 «Приоритеты обновления содержания и технологий по направленностям»): «В рамках реализации дополнительных общеобразовательных программ по туристско-краеведческой направленности необходимо создать условия для вовлечения детей в туристскую и краеведческую деятельность в целях изучения как малой Родины, так и России в целом посредством организации походно-экспедиционных, экскурсионных, проектно-исследовательских и других профильных форм работы (походы, экспедиции, слеты, выездные школы и профильные смены и др.),... содействовать формированию у обучающихся знаний, умений и навыков, связанных с безопасным пребыванием в условиях природной и сельской среды, создавать условия для воспитания и развития личности, а также для социализации обучающихся».

Пешеходный туризм – вид туризма, в котором участники при помощи карты и компаса должны пройти намеченную дистанцию, расположенную на местности.

Программа «Пешеходный туризм» помогает обеспечить дополнительные возможности для духовного, интеллектуального и физического развития обучающихся, привитие любви к труду и умения трудиться, приобретение необходимых навыков. В силу специфики этой программы появляется особая возможность содействия личностному самоопределению обучающихся, их адаптации к жизни в динамично меняющемся обществе, приобщения к здоровому образу жизни.

Пешеходный туризм имеет и практическое значение. Умение ориентироваться на местности вырабатывают самостоятельность, решительность, целеустремленность, настойчивость, умение владеть собой.

Новизна и отличительные особенности программы:

На занятия по программе принимаются учащиеся 8-13 лет, в каждую группу возможно включение учащихся-наставников в возрасте 14-16 лет, имеющие опыт участия в составе школьных команд в туристско-краеведческих и туристско-спортивных мероприятиях.

В отличие от большинства систем, в рамках настоящей программы предпринята попытка с помощью туристско-спортивной деятельности сформировать у учащихся организаторские и лидерские качества путем накопления ими данного опыта в первичных группах. Включение учащегося в разных ролях во множество микроколлективов (палатка, дежурная группа, походная группа, команда на соревнованиях, судейская бригада, обучение новичков) дает ему возможность раскрыть свою индивидуальность и творческий потенциал, развивают способность к самореализации в проявлении компетенции и лидерских качеств.

Практические занятия по программе предполагают: занятия в спортзале, походы выходного дня, однодневные походы, поездки на соревнования.

Занимаясь по программе и принимая участие в соревнованиях, учащиеся имеют возможность получить спортивный разряд.

В рамках программы учащиеся принимают участие в соревнованиях разного уровня: школьного, межшкольного, районного, регионального.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, и в

первую очередь своей Малой Родины, занятия способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов. Отмечено, что учащиеся, входящие в состав туристской группы, стараются вести здоровый образ жизни, реже совершают поступки асоциального характера.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы.

Структура и содержание составлены с учетом психолого-педагогических особенностей учащихся. Возраст обучающихся участвующих в программе 8-16 лет.

Набор детей производится в начале учебного года. В объединение принимаются все желающие, без предварительных испытаний. Допускается дополнительный набор детей в течение всего учебного года на вакантные места по результатам собеседования.

Наполняемость учебной группы: 15 человек.

Требования при приёме учащихся в туристско-краеведческие кружки остаются общими, как и в другие кружки. Однако следует иметь в виду, что программой занятий туристско-краеведческих кружков предусмотрены соревнования и путешествия с определёнными физическими нагрузками, ночёвки на открытом воздухе и т. д.; поэтому следует заранее обследовать состояние здоровья поступающих. Перед соревнованием туристских путешествий-походов, экскурсий, дальних экспедиций медицинское обследование всех участников является строго обязательным.

Для воспитанников 8-9 лет характерны живой интерес к окружающей жизни, жажда ее познания, огромная восприимчивость к тому, что он узнает самостоятельно и от взрослых. У детей этого возраста заметно повышается произвольность психических процессов – восприятия, мышления и речи, внимания, памяти, воображения. Внимание становится более сосредоточенным, устойчивым (ребенок способен им управлять), в связи с этим развивается способность запоминать: мобилизуя волю, ребенок сознательно старается запомнить правила, последовательность действий при выполнении заданий и т.п. Поведение становится более целенаправленным, целеустремленным.

9-12 лет. Для этого возраста характерно большое совершенствование деятельности организма. Интенсивное развитие внутреннего торможения приводит к установлению равновесия нервных процессов, происходящих в центральной нервной системе. В этом возрасте дети еще не могут достаточно долго сосредоточивать внимание, в связи с этим нужно чаще менять задания, шире использовать игровую, соревновательную форму, проводить обучение преимущественно целостным методом, шире используя показ и подводящие упражнения.

13-15 лет. Этот период развития детей характеризуется некоторой функциональной неустойчивостью и сравнительно легкой ранимостью организма. Дело в том, что в 13-15 лет происходят сложные внутренние перестройки, связанные с переходом от детства к юности. Внешне эти преобразования проявляются в резком ускорении роста тела, в некоторой дискоординации движений, довольно быстрой утомляемости, неуравновешенности, появлении новых черт характера. Значительно совершенствуются функции двигательного анализатора, обостряется мышечное чувство и уточняется управление движениями. Двигательные навыки начинают автоматизироваться. Интенсивные нагрузки в данный период следует применять

осторожно и с достаточными паузами для восстановления. Поведение подростков в большей мере определяется деятельностью второй сигнальной системы. На смену чисто эмоциональным стимулам в обучении приходит сознательное волевое усилие. 16 лет. В этом возрасте процессы глубоких функциональных перестроек начинают приближаться к завершению, и организм все больше приближается к состоянию, характерному для взрослого человека. Заметно улучшается и достигает своего совершенства координация движений. Возрастает и способность сердечно-сосудистой системы обеспечивать потребности организма при интенсивных нагрузках, причем у юношей она выше, чем у девушек. Что касается психики, то в 16 лет отмечается устойчивость интересов, способность к отвлеченному мышлению и длительной концентрации внимания. Все это позволяет ставить задачи достижения высоких результатов.

Сроки реализации образовательной программы.

Срок реализации общеобразовательной общеразвивающей программы составляет 1 год. Суммарное количество часов- 70 (2 часа в неделю)

Уровень программы.

Стартовый уровень предполагает знакомство учащихся с начальными туристскими навыками, а также знакомство с основными понятиями краеведения и получение первоначальных знаний о родном крае. Учащиеся приобретают комплекс теоретических знаний и практических навыков, необходимых для участия в походе выходного дня с развитием навыков самоорганизации и распределения походных ролей.

На стартовый уровень программы принимаются все желающие без предъявления требований к их способностям и подготовке.

Формы и методы работы.

Форма обучения – очная. Данная программа может быть реализована в **дистанционной форме обучения**. В связи с этим применяются следующие дистанционные образовательные технологии:

1. Системы дистанционного обучения, с использованием социальных сетей, мессенджеров.
2. Комплексные кейс – технологии (основаны на самостоятельном изучении).
3. Информационные-коммуникативные технологии (использование разнообразных компьютерных обучающих программ, электронных учебников представленные в открытом доступе в сети Интернет) и т.д.

Режим занятий:

Занятия на 1-ом году обучения проводятся 2 раза в неделю по 1 учебному часу (2 часа в неделю, 35 учебных недель, 70 часов в год).

Продолжительность одного занятия составляет 40 минут.

Формы организации образовательного процесса:

фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);

коллективная (ансамблевая): организация проблемно-поискового взаимодействия между всеми детьми одновременно;

групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь, наставничество) в малых группах, в т. ч. в парах, для выполнения определенных

задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);

индивидуальная: организуется для работы с детьми, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

Цель программы - совершенствование личностных качеств учащихся, социализация личности через занятия туризмом и спортом.

Задачи программы:

Обучающие

- Обучение основам техники пешеходного туризма, приемам техники безопасности, организации быта в походе.
- Обучение навыкам “добывания” знаний из исторических источников и литературы.
- Обучение навыкам словесного описания объектов материальной и духовной культуры.
- Расширение знаний по географии, истории, краеведению, полученных в школе.

Развивающие:

- Развитие творческой деятельности учащихся.
- Развитие мышления, памяти, фантазии, литературной речи.
- Расширение кругозора учащихся.
- Развитие интереса к исследованию родного края.
- Развитие стремления к сохранению исторической памяти;
- Развитие физических навыков учащихся.

Воспитательные:

- Воспитание патриотизма посредством занятия краеведением.
- Воспитание уважительного отношения к культурному и природному наследию родного края.
- Нравственное и эстетическое воспитание учащихся на лучших образцах народной культуры.
- Коррекция отклоняющегося поведения.
- Побуждение к ведению здорового образа жизни, к ответственности за свое здоровье.

Содержание программы:

Учебный план

N п/п	Названиераздела/ предмета	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всег о	Теор ия	Прак тика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Правила поведения во время занятий. Знакомство с программой.	1	1	-	Опрос
2	Основы туристской подготовки.	14	6,4	7,6	Тестирование Опрос,

					Наблюдение
3	Топография и ориентирование.	12	5,2	6,8	Тестирование Опрос, Наблюдение
4	Краеведение.	10	3	7	Тестирование Опрос, Наблюдение
5	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	9	3,2	5,8	Тестирование Опрос, Наблюдение
6	Общая и специальная физическая подготовка.	24	2	22	Тестирование Опрос, Наблюдение
	ИТОГО:	70	20,8	49,2	

Учебно-тематический план

N п/п	Названиераздела/ предмета	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всег о	Теор ия	Прак тика	
	Вводное занятие. Техника безопасности. Правила поведения во время занятий. Знакомство с программой.	1	1	-	Опрос
1	Раздел 1. Основы туристской подготовки.	14			Тестирование
1.1	Туристские путешествия. История развития туризма. Техника безопасности при проведении туристских походов и занятий.	2	2	-	Опрос
1.2	Личное и групповое снаряжение.	2	1	1	Опрос
1.3	Организация туристского быта. Биваки.	2	1	1	Опрос
1.4	Костры. Типы и виды костров.	1	0,2	0,8	Опрос
1.5	Узлы. Виды узлов. Способы вязки.	4	1	3	Опрос, наблюдение
1.6	Питание в туристском походе.	2	1	1	Опрос, наблюдение
1.7	Подготовка к походу, путешествию.	1	0,2	0,8	Опрос, наблюдение
2	Раздел 2. Топография и ориентирование.	12			Тестирование

2.1	Понятие о карте.	1	0,2	0,8	Опрос, наблюдение
2.2	Условные знаки.	3	1	2	Опрос
2.3	Ориентирование по горизонту. Азимут.	2	1	1	Опрос, наблюдение
2.4	Измерение расстояний	2	1	1	Опрос, наблюдение
2.5	Компас.	2	1	1	Опрос, наблюдение
2.6	Ориентирование по местным предметам.	2	1	1	Опрос, наблюдение
3	Раздел 3. Краеведение.	10			Тестирование
3.1	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.	2	2	-	Опрос
3.2	Туристские возможности края. Обзор краеведческих объектов, музеев.	3	0	3	Опрос
3.3	Общественно-полезная работа в походе, охрана природы и памятников культуры.	3	1	2	Опрос
3.4	Пешеходные экскурсии	2	-	2	Наблюдение
4	Раздел 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	9			Тестирование
4.1	Личная гигиена туриста.	2	1	1	Опрос
4.2	Походная аптечка.	1	0,2	0,8	Опрос
4.3	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	4	1	3	Опрос, наблюдение
4.4	Приемы транспортировки пострадавшего.	2	1	1	Опрос, наблюдение
5	Раздел 5. Общая и специальная физическая подготовка.	24			Тестирование
5.1	Краткие сведения о строении организма человека.	1	1	-	Опрос
5.2	Врачебный контроль, самоконтроль. Предупреждение травм на тренировках.	1	1	-	Опрос
5.3	Общая физическая подготовка.	4	-	4	наблюдение
5.4	Специальная физическая подготовка.	9	-	9	наблюдение
5.5	Практическая отработка навыков на местности	9		9	
	ИТОГО:	70			

Содержание учебного плана

Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория. Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Её роль в подготовке к защите Родины, в выборе профессии и подготовке к предстоящей трудовой деятельности. Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе. Задачи и план работы на год. Техника безопасности при занятиях в классе, спортивном зале, на прогулке.

Раздел 1. Основы туристской подготовки.

Тема 1.1. Туристские путешествия. История развития туризма.

Теория. Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм. Туристские нормативы и значки «Юный турист России»,

«Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью. Краеведение, туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество», основные направления движения.

Тема 1.2. Личное и групповое снаряжение.

Теория. Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтного набора. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

Практика. Ознакомление с имеющимся туристским снаряжением. Правила размещения предметов в рюкзаке. Укладка рюкзака. Работа со снаряжением, уход за ним.

Тема 1.3. Организация туристского быта.

Теория. Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.). Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров. Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Уборка места лагеря перед уходом группы. Организация ночлегов в помещении. Правила купания.

Практика. Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развёртывание и свёртывание лагеря (бивака).

Тема 1.4. Костры. Типы костров.

Теория. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при

заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнём, кипятком.

Практика. Сооружение и разведение костра.

Тема 1.5. Узлы. Виды узлов. Способы вязки.

Теория. Ознакомление с видами узлов и их применением.

Практика. Вязка узлов.

Тема 1.6. Питание в туристском походе.

Теория. Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в однодневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

Практика. Составление меню и списка продуктов для однодневного похода.

Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Тема 1.7. Подготовка к походу, путешествию.

Теория. Этапы подготовки похода: цели и задачи похода, комплектование группы, организация группы (собрание, распределение обязанностей). Изучение района похода (изучение литературы, карт, отчетов о походах, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут). Выбор и разработка маршрута движения. Подготовка личного и группового снаряжения. Меню, список продуктов. Оформление маршрутной документации. Распределение обязанностей. Разработка маршрута движения в соответствии с краеведческой информацией. Правильное движение группы на маршруте.

Практика. Разработка маршрута.

Тема 1.8. Туристские должности в группе.

Теория. Должности постоянные и временные. Командир группы. Требования к руководителю группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе. Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчёт о походе, культорг, физорг и т.д. Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытьё посуды). Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

Тема 1.9. Правила движения в походе.

Теория. Инструктаж по безопасности. Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересечённой местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Тема 1.10. Техника безопасности при проведении туристских походов и занятий.

Теория. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения

при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком. Использование простейших узлов и техника их вязания. Правила поведения в незнакомом населённом пункте. Взаимоотношения с местным населением.

Раздел 2. Топография и ориентирование.

Тема 2.1. Понятие о карте.

Теория. Инструктаж по безопасности. Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации. Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути. Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координат точки на карте. Назначение спортивной карты, её отличие от топографической карты. Масштабы спортивной карты. Способы и правила копирования карт. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Практика. Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты.

Тема 2.2. Условные знаки.

Теория. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топографических знаков по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщённые, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практика. Знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков. Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии. Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками.

Тема 2.3. Ориентирование по горизонту. Азимут.

Теория. Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»). Определение азимута, его отличие от простого угла (чертёж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник.

Практика. Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

Тема 2.4. Измерение расстояний.

Теория. Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица переводов шага в метры. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

Практика. Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

Тема 2.5. Компас.

Теория. Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Ориентир. Что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

Практика. Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки» и т.п.).

Тема 2.6. Ориентирование по местным предметам.

Теория. Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута на Солнце в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, её нахождение. Приблизжённое определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов. Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, выходе к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

Практика. Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий восстановления местонахождения.

Раздел 3. Краеведение.

Тема 3.1. Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.

Теория. Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озёра, полезные ископаемые. Административное деление края. Транспортные магистрали. Промышленность. Экономика и культура края, перспектива его развития. Сведения о прошлом края. Памятники истории и культуры. Знатные люди края, их вклад в его развитие. История своего населённого пункта. Знакомство с картой своего края. «Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин.

Тема 3.2. Туристские возможности края. Обзор краеведческих объектов,

музеев.

Теория. Инструктаж по безопасности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, музеи края. Краеведческие и мемориальные музеи, народные и школьные музеи. Экскурсии на предприятия, на стройки, в учреждения и организации. Сбор сведений об истории края в архивах, военкоматах, общественных организациях.

Практика. Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов.

Тема 3.3. Общественно-полезная работа в походе, охрана природы и памятников культуры.

Практика. Краеведческая работа – один из видов общественно полезной деятельности. Выполнение краеведческих заданий: сбор материалов по истории, поисковая работа, запись воспоминаний участников и очевидцев памятных событий. Метеорологические наблюдения. Гидрологические наблюдения. Изучение растительного и животного мира. Геологический поиск. Простейшие приборы для краеведческой и исследовательской работы. Работа в музеях, архивах, библиотеках. Законодательство по охране природы. Природоохранительная деятельность туристов. Охрана памятников истории и культуры. Проведение различных краеведческих наблюдений. Сбор материалов для школьного музея, предметных кабинетов. Знакомство с краеведческими объектами. Изучение краеведческой литературы. Волонтерство в архивах, музеях, библиотеках, субботники.

Тема 3.4 Пешеходные экскурсии.

Практика. Пешеходные экскурсии по Тальменскому району Алтайского края.

Раздел 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.

Тема 4.1. Личная гигиена туриста.

Теория. Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, её значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание). Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий. Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов. Изучение основ здорового образа жизни.

Практика. Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними. Изучение основ здорового образа жизни.

Тема 4.2. Походная аптечка.

Теория. Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов: ампульные, таблеточные, порошковые, линименты, смазки. Различия в принципе действия. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Перечень и назначение, показания и

противопоказания применения лекарственных препаратов. Новейшие фармакологические препараты. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

Практика. Формирование походной медицинской аптечки.

Тема 4.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Теория. Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, поражённому электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Практика. Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

Тема 4.4. Приемы транспортировки пострадавшего.

Теория. Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества людей оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на верёвке, вдвоём на поперечных палках. Переноска вдвоём на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетёнках из верёвок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

Практика. Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

Раздел 5. Общая и специальная физическая подготовка.

Тема 5.1. Краткие сведения о строении организма человека.

Теория. Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен. Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система – центральная и периферическая. Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности. Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом.

Тема 5.2. Врачебный контроль, самоконтроль. Предупреждение травм на тренировках.

Теория. Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Объективные данные: вес, динамометрия, спирометрия. Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке. Дневник самоконтроля.

Тема 5.3. Общая физическая подготовка.

Практика. Освоение основ техники бега. Бег в колонне по одному по пересеченной местности, бег по лестнице, бег «серпантинном», бег с препятствиями. Прыжки в длину и высоту. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых

качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Гимнастические упражнения. Спортивные (в том числе народные) игры.

Тема 5.4. Специальная физическая подготовка.

Практика. Развитие физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц. Занятия на веревочном городке, прохождение лабиринта. Организация и проведение переправ разного вида.

Планируемые результаты и формы подведения итогов образовательной программы.

Предметные результаты.

Обучающиеся будут знать:

- компас, планшет и их устройство;
- правила эксплуатации и хранения снаряжения;
- основные условные знаки и опознавать их на местности;
- права и обязанности участников похода;
- виды походов и способы проведения походов, действия участника похода в ходе похода и по его окончании;
- задачи общей физической подготовки, взаимосвязь физической, технической, тактической подготовок;
- роль и значение специальной физической подготовки для роста индивидуального туристского мастерства
- методы проведения контрольных нормативов;
- основное групповое и личное снаряжение, виды рюкзаков, основные требования к ним, виды костров и их назначение, биваки.

Уметь:

- соблюдать правила движения в группе;
- находить выход из аварийных ситуаций;
- правильно вести поиск заблудившихся;
- передвигаться по дорогам и тропам с помощью компаса и карты;
- читать масштаб карт;
- читать и расшифровывать основные топографические знаки;
- определять крутизну склона и его высоту;
- выполнять действия по выбору пути движения и выбирать оптимальный путь;
- соблюдать права и обязанности участников похода, правильно использовать техническую информацию о маршруте;
- выполнять общеразвивающие упражнения для мышц шеи, плечевого пояса, спины, живота, ног, выполнять разминку и заминку;
- соблюдать меры личной гигиены, соблюдать правильный и здоровый режим питания;
- реализовывать теоретические и практические навыки по походной работе;
- укладывать рюкзак;
- разводить костер, уметь приготовить пищу на костре;
- уметь убирать место привалов и бивуаков.

Метапредметные результаты:

- управлять своей деятельностью (постановка и формулирование цели предстоящей учебной деятельности);
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- участвовать в коллективном обсуждении;
- определять проблему, цель;
- строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми в процессе совместной деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха;
- работать в группе, управлять поведением партнера;
- извлекать информацию из различных источников;
- волевая саморегуляция (способность к преодолению затруднений).

Личностные результаты:

- развитое тактическое мышление – умение создавать мыслительные модели, которые позволяют принимать правильные тактические решения в конкретной сложившейся ситуации;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, стремление прислушиваться к мнению других;
- формирование ценности здорового образа жизни;
- толерантность (разновозрастное сотрудничество на основе общего коллективного творчества);
- формирование ответственного отношения к учению.

В конце обучения воспитанники должны выполнять требования контрольных нормативов, а также показывать соответствующие результаты.

Комплекс организационно-педагогических условий:**Календарный учебный график**

Период	Сроки
Формирование групп, входной контроль (при необходимости)	1-14 сентября
Начало учебного года	15.09
Окончание учебного года	31.05
Продолжительность обучения	35 учебных недель, 245 дней
Режим учебной недели	5 дней
Продолжительность занятия	8-9 лет – 40 минут; 10-16 лет – 40 минут
Сроки входного контроля (при необходимости)	Первая неделя октября
Сроки промежуточной аттестации	Последняя неделя декабря, мая
Сроки аттестации по итогам освоения программы	Последняя неделя мая

Каникулярный период	с ___ 01. по ___ 01; с ___ 03. по ___ 04; с 06. по 09.
Время работы учреждения	с 8.00 до 19.00
Время учебных занятий	с 16.00 до 19.00

Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации

Для оценки результативности учебных занятий применяется:

- предварительный контроль - проводится перед началом изучения учебного материала для определения исходного уровня универсальных учебных действий /анкетирование, тесты, беседы с детьми и родителями/;
- текущий - проверка универсальных учебных действий, приобретенных в ходе изучения нового материала, его повторения, закрепления и практического применения /тестирование/;
- тематический - после изучения темы, раздела для систематизации знаний /тесты, соревнования, практические задания/;
- периодический – контроль по целому разделу учебного курса/тесты, устные опросы, практические задания, соревнования/;
- итоговый – контроль в конце учебного года с учетом результатов периодического контроля /соревнование, тренировочный поход/

Оценочные материалы (диагностики)

Динамика результативности образовательного процесса

Цель: Изучение результатов педагогической деятельности

Задачи:

1. Определить степень развития самостоятельности воспитанников при решении творческих задач
2. Определить степень сформированности системы знаний, необходимых организатору туристско-краеведческой работы;
3. Определить степень устойчивости интереса к туристским мероприятиям
4. Определить уровень сформированной навыков туристской техники, ориентирования, выживания в природной среде, судейства туристско-спортивных мероприятий.

Теоретические знания:

Теоретические знания	октябрь										сентябрь									
№ ребенка																				
Туристские путешествия, подготовка к походу																				
Организация и подготовка похода.																				
Туристское снаряжение																				
Гигиена туриста																				

Туристский бивак																			
План и карта																			
Определение расстояний простейшими способами.																			
Владение специальной терминологией																			
Краеведение																			
<i>Средний балл воспитанника (максимально 45 баллов)</i>																			

Средний балл группы:
на начало учебного года –
на конец учебного года –

Мониторинг формирования качеств социальной компетенции

Качества социальной компетенции	октябрь	май
Я умею обучаться самостоятельно		
Я уверен, что правила нужны.		
Я умею сотрудничать с другими людьми		
Я всегда ищу новые пути достижения цели.		
Я способен эффективно решать возникающие проблемы.		
Я умею слушать других людей.		
Я умею разрешать конфликтные ситуации.		
Я достаточно терпимо отношусь к другим людям.		
Я уверен в себе.		
Я уверен, что в моей жизни многое будет определяться моими собственными действиями.		
<i>Средний балл воспитанника (максимальный балл – 50)</i>		

Средний балл группы:
на начало учебного года _____
на конец учебного года _____

Оценочные материалы

По итогам аттестационных мероприятий заполняется протокол аттестации, в котором определяется уровень предметных, метапредметных, личностных результатов – высокий, средний, низкий (для каждого этапа/уровня обучения) с использованием методик (Матюхиной М.В., Забрамной С. Д., Кравцовой К.А., Тишковой А.А., Репкиной Г.В., Заика Е.В. и др.)

Анкета для родителей «Отношение родительской общественности к качеству

образовательных услуг и степень удовлетворенности образовательным процессом в объединении»;

Анкета для учащихся «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения» и др.

Оценочные материалы – пакет диагностических методик и материалов, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов, в том числе анкеты, тестовые материалы по темам программы (ФЗ № 273, ст.2, п.9; ст. 47, п.5).

Условия реализации программы

Данная программа может быть успешно реализована при взаимодействии следующих ее составляющих:

Материально - техническое обеспечение программы

Материально-техническая база включает в себя:

- спортивный зал;
- учебный кабинет;
- туристское снаряжение и оборудование:
 - палатка туристическая - 2 шт
 - коврик туристический - 15 шт
 - компас - 8 шт
 - карабин с муфтой - 16 шт
 - веревка основная 10 мм - 100 м
 - жумар – 4 шт
 - спусковое устройство – 4 шт
 - индивидуальная страховочная система – 4 шт

Воспитательные компоненты:

ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ ВОСПИТАНИЯ

В соответствии с законодательством Российской Федерации общей целью воспитания является: самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению; взаимного уважения; бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Задачи:

изучить интересы и запросы обучающихся, их способности и желания участвовать в общественной и спортивной жизни МКОУ «Новоперуновская СОШ»;

приобщить детей к занятиям туризмом;

формировать и развивать физические навыки, положительное отношение к занятиям спортом и здоровому образу жизни;

воспитывать уважительное отношение к культурному и природному наследию родного края и страны;

воспитать уважение, доброе отношение к окружающим, взаимовыручку и взаимопомощь;

воспитывать добросовестное отношение к своим обязанностям, к самому себе, к общественным поручениям;

Целевые ориентиры воспитания детей по программе (ожидаемые результаты):

- ✓ воспитание уважения к природному наследию России и Алтайского края;
- ✓ развитие физических навыков;
- ✓ развитие интереса к истории родного края, достижениям и биографиям выдающихся людей;
- ✓ формирование опыта участия в соревнованиях, сборах, смотрах и т. п.;
- ✓ формирование стремления к сотрудничеству, уважения к старшим;
- ✓ развитие ответственности;
- ✓ формирование воли и дисциплинированности в спортивной деятельности;
- ✓ формирование опыта занятия туризмом как социально значимой деятельности.

«Взаимодействие с родителями»

В качестве одной из целей, стоящей перед педагогом, является необходимость осуществления психолого-педагогической поддержки семьи и повышение педагогической компетентности родителей, психологического сопровождения развития ребенка в условиях семьи и образовательного учреждения. Успешное достижение обозначенной цели возможно при условии выбора оптимальных форм взаимодействия с родителями по вопросам обучения и воспитания ребенка. Для достижения высоких результатов необходимо объединять усилия педагогов и родителей. Создание союза: педагог - дети - родители - один из задач, стоящих перед педагогом.

Задача: обеспечить согласованность позиций семьи и образовательного учреждения для более эффективного достижения цели воспитания.

Работа с родителями (законными представителями) направлена на:

формирование у обучающихся ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни;

привлечение родительской общественности к управлению образовательной организацией (родительские комитеты), к совместной реализации воспитательных программ и проектов.

Взаимодействие с родительской общественностью осуществляется в разных формах:

родительские собрания, совместные мастер-классы, поездки на соревнования, сборы;

Действенными формами работы в данном направлении воспитательной деятельности стали мероприятия, направленные на повышение авторитета семейных

отношений, на развитие диалога поколений, на совместное решение задач, такие как:

На уровне учреждения:

- организация на базе учреждения семейных праздников, соревнований, направленных на сплочение семьи и учреждения;
- завершение учебного года в объединениях отчетными мероприятиями.

На уровне детского объединения:

- регулярное информирование родителей об успехах и проблемах их детей, о жизни объединения в целом;
- организация мероприятий в детском объединении для родителей, педагогов и детей для совместного проведения досуга и общения;
- привлечение родителей к организации и проведению воспитательных мероприятий (поход выходного дня, экскурсии, соревнования, пикники на природе);
- проведение мастер-классов для родителей и обучающихся;
- организация родительских собраний в детских объединениях, в повестку дня которых включены основные организационные вопросы работы: предупреждение детского травматизма, основы безопасности, профилактика правонарушений, проведение массовых мероприятий, знакомство с нормативными документами, законами, традициями и др.

На индивидуальном уровне:

- помощь со стороны родителей в подготовке и проведении массовых мероприятий воспитательной направленности;
- индивидуальное консультирование с целью координации воспитательных усилий педагогов и родителей.

«Наставничество»

Модель наставничества в рамках образовательной организации предусматривает - независимо от форм наставничества - две основные роли: наставляемый и наставник. В роли наставника могут выступать как педагоги, так и родители, и сами обучающиеся.

Для организации наставничества:

сформированы пары/группы подходящих друг другу наставников и наставляемых; профиль наставника должен соответствовать запросам наставляемого, а у наставнической пары/группы должен сложиться взаимный интерес и симпатия, так как наставничество - это в первую очередь основанные на доверии, уважительные и эмоционально окрашенные отношения;

создаются условия для установления гармоничных и продуктивных отношений в наставнической паре/группе так, чтобы они были максимально комфортными, стабильными и результативными для обеих сторон;

сформулированы цели на ближайший период работы. Взаимодействие наставника и наставляемого проходит в рамках:

участия в совместных конкурсах и проектных работах; участия в конкурсах профориентационной направленности;

совместных походов, выездные мероприятия; совместного участия в занятиях с целью определения образовательной траектории наставляемого) и др.

УСЛОВИЯ ВОСПИТАНИЯ, АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского объединения «Пешеходный туризм» на базе образовательного учреждения в соответствии с нормами и правилами работы учреждения и на других площадках, где проводятся различные мероприятия с участием детского объединения, с учетом правил и норм деятельности на этих площадках. Для достижения задач воспитания при реализации образовательной программы в учреждении создаются и поддерживаются все необходимые условия физической безопасности, комфорта, активностей детей и обстоятельств их общения, социализации, признания, самореализации.

Анализ результатов воспитания детей, результативности воспитательной деятельности в процессе реализации программы осуществляется следующими методами:

➤ педагогическое наблюдение (оценивается поведение и личностное отношение детей к различным ситуациям и мероприятиям, общение и отношения детей друг с другом, в коллективе, отношения с педагогом и др.);

➤ оценка творческих и исследовательских работ и проектов экспертным сообществом (педагоги, родители, другие обучающиеся, приглашённые внешние эксперты и др.) (оценивается умение применять имеющиеся знания норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество, личностные результаты освоения программы и личностные качества каждого ребёнка, результаты социокультурного опыта);

➤ отзывы, интервью, материалы рефлексии (опросы родителей, анкетирование родителей и детей, интервью с родителями, беседы с детьми, самообследования, отзывы других участников мероприятий и др.), которые предоставляют возможность косвенной оценки достижения целевых ориентиров воспитания по программе в процессе и по итогам реализации программы, оценки личностных результатов участия детей в разнообразной деятельности по программе).

Анализ результатов воспитательной деятельности направлен на получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определенных в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся и конкретного ребенка. Результаты, полученные в процессе оценки достижения целевых ориентиров воспитания используются для планирования дальнейшей работы педагога и используются только в виде обобщенных и анонимных данных.

Оценка результатов воспитательной деятельности осуществляется с помощью оценочных средств с определенными показателями и тремя уровнями выраженности оцениваемых качеств: высокий, средний и низкий уровень

Календарный план воспитательной работы на 2024-2025 учебный год

№	Дата проведения	Наименование мероприятия	Место проведения	Форма проведения
1	В течение	Календарь значимых событий	Школа	Видео сюжеты

	года			
2	Сентябрь	Международный день туризма	Школа	Поход выходного дня (совместно с родителями)
4.	Октябрь	День учителя	Школа	Видеоролик
5.	Ноябрь	День народного единства	Школа	Видеоролик
6.	Декабрь	Новый год	Школа	Видеопоздравление
7.	Февраль	День защитника Отечества	Школа	Соревнование
8.	Март	Международный женский день	Школа	Соревнование
9.	Апрель	День космонавтики	Школа	Викторина
10.	Май	День Победы	Школа	Показательные выступления
11.	Май	Отчётные мероприятия объединения	Школа	Показы, выставки

Информационные ресурсы и литература:

Список литературы для учителя:

1. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. - М.: Физкультура и спорт, 1983.
2. Александрова Л. И. Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивное ориентирование: учеб. Пособие. Красноярск: ИПК СФУ, 2008. – 75 с. – (Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивное ориентирование: УМКД № 290-2007 / рук. творческого коллектива Л. И. Александрова).
3. Болотов С.Б., Прохорова Е.А., «Спортивное ориентирование», (выпуск). М., ЦДЮТ и К МО РФ, 2002 Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивное ориентирование.
4. Волков В.Н. Восстановительные процессы в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1977.
5. Воронов Ю.С., Николин М.В., Малахова Г.Ю. Методика обучения юных ориентировщиков технико-тактическим действиям и навыкам: Учебное пособие. - Смоленск, 1998.
6. Елаховский С.Б. Спортивное ориентирование на лыжах. — М.: Физкультура и спорт, 1981.
7. Ермаков В.В., Солодухин О.Ю., Савельев А.А. Техника коньковых лыжных ходов: Учебное пособие. - Смоленск: СГИФК, 1988.
8. Иванов Е.И. Судейство соревнований спортивного ориентирования. - М.: Физкультура и спорт, 1978.
9. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. - М.: Физкультура и спорт, 1985.
10. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат.
11. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТур, 1997.
12. Лосев А.С. Тренировка ориентировщиков - разрядников. - М.: Физкультура и спорт, 1984.
13. Нурмима В. Спортивное ориентирование. - М.: ФСО РФ, 1997.
14. Огородников Б.И. С картой и компасом по ступням ГТО. - М.: Физкультура и спорт, 1989.
15. Огородников Б.И., Моисеенков А.Л., Приймак Е.С. Сборник задач и упражнений по спортивному ориентированию. - М.: Физкультура и спорт, 1980.
16. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование: Пособие для руководителей кружков внешкольных учреждений. - М.: Просвещение, 1990.
17. Фесенко Б.И. Книга молодого ориентировщика. - М.: ЦДЮТур, 1997.
18. Журнал «Азимут» Федерации спортивного ориентирования России.

Для обучающихся и родителей:

1. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат.
2. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТур, 1997.

3. Фесенко Б.И. Книга молодого ориентировщика. - М.: ЦДЮТур, 1997.

4. Журнал «Азимут» Федерации спортивного ориентирования России.

Электронные образовательные ресурсы:

1. Регламент группы спортивных дисциплин «дистанциипешеходные»:

[Электронный ресурс]// Туризм спортивный. URL:

http://tmmoscow.ru/norm_doc/reg_play/regplay_2019_pedestrian_25042019

2. Регламент по спортивному туризму Туристско-спортивные мероприятия, связанные с прохождением туристских маршрутов: [Электронный

ресурс]//Федерация спортивного туризма в России. URL:

<http://www.tssr.ru/files/materials/1641/2008>

3. Условия соревнований в дисциплине «контрольно-туристский маршрут»:

[Электронный ресурс] // Туризм спортивный. URL:

http://tmmoscow.ru/news/mos2019/Sutur_pesh_BV_usl_KTM.pdf.

4. Условия соревнований в дисциплине «дистанция – пешеходная - группа»

(длинная): [Электронный ресурс] // Туризм спортивный. URL:

http://tmmoscow.ru/news/mos2019/Sutur_pesh_BV_usl_gr_2kl.pdf.

5. Условия соревнований в дисциплине «дистанция – пешеходная» (короткая)

[Электронный ресурс] // Туризм спортивный. URL:

http://tmmoscow.ru/news/mos2019/Sutur_pesh_BV_usl_lich_2kl

6. Туризм спортивный [Электронный ресурс] // Туризм спортивный. URL:

<http://tmmoscow.ru/index>

