Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Детско-юношеский центр спорта и туризма
городского округа город Нефтекамск
Республики Башкортостан

ПРИНЯТА	РАССМОТРЕНА	УТВЕРЖДЕНА
на заседании	на заседании	Директор МАУ ДО ДЮЦ СТ
методического совета	педагогического	_____И. С. Ременникова
от 22.08.2022 г.	совета от 31.08.2022 г.	Приказ № 291
Протокол №1	Протокол № 1	от 01.09.2022 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 7A7A9B29BB4ACF2A8BEBA54F68930229887F34C5
Владелец: Ременникова Инна Сергеевна
Действителен: с 25.01.2022 до 25.04.2023

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Спортивный туризм»

Уровень: базовый
Возраст обучающихся – 14-17 лет
Срок реализации программы – 3 года (720 час.)

Автор-составитель:
Яппаров Азат Альбертович,
педагог дополнительного
образования
МАУ ДО ДЮЦ СТ

г. Нефтекамск, 2022 год

Год разработки программы 2022

Лист внесения изменений в программу

Дата внесения изменений	**Раздел программы**	**Внесенные изменения**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Спортивный туризм» педагога дополнительного образования Муниципального автономного учреждения дополнительного образования Детско-юношеский центр спорта и туризма городского округа город Нефтекамск Республики Башкортостан Яппарова Азата Альбертовича рекомендована к реализации.

Методист Желенкова Елена Александровна.

22.08.2022г.

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	4
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Цель и задачи программы	9
1.3. Содержание программы	10
1.4. Планируемые результаты	21
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	22
2.1. Календарный учебный график	22
2.2. Условия реализации программы	23
2.3. Формы аттестации	27
2.4. Оценочные материалы	28
Список литературы	36
Приложение	40

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивный туризм» по своему содержанию соответствует туристско-краеведческой направленности.

Уровень освоения – базовый.

Туризм способствуют всестороннему развитию личности ребенка, совершенствуют его интеллектуальное, духовное и физическое начала, способствуют приобретению самостоятельной деятельности, является отличным средством патриотического воспитания. Но туризм — это не только спорт. Это философия, образ и стиль жизни. Путешествуя, человек знакомится с родной страной, иногда попадая в условия, близкие к тем, в которых жили наши предки, на практике знакомится с бытом и традициями народов России. И в один прекрасный момент он задумывается о своем месте в жизни. Именно отсюда и начинается патриотизм - с отождествления себя со страной, в которой живешь, с ее культурой и обычаями. Туризм - тот вид деятельности, который при разумной организации дает хороший образовательный уровень. Туризм - школа самопознания, проверки собственных возможностей, тренинг личностного развития. Туристские походы, путешествия являются универсальным инструментом в системе воспитания подрастающего поколения.

Нормативно-правовым основанием для разработки программы «Спортивный туризм» является:

– Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 31.07.2020 г.№304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся») (далее - ФЗ№273);

– Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Приказ № 196);

– Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённый приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196» (далее – Приказ№ 533);

– Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;

– Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (далее – СП 2.4.3648-20);

– Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

– Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей». Протокол от 30.11.2016 №11 Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам;

– Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г.№09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

Актуальность данной программы выражается в очевидной ее эффективности, доступности, безграничных возможностей в привлечении детей любого возраста. Обучение по программе интегрировано со школьным курсом, опираясь на знания, полученные в школе, расширяет и дополняет изучаемые предметы: основы безопасности жизнедеятельности, физическая культура, география, трудовое обучение, информатика. Необходимость практического применения знаний, умений и навыков усиливает интерес учащихся к углубленному изучению данных предметов.

Отличительная особенность и новизна программы. Программа постоянно уточняется и дорабатывается с учетом появления новых форм образовательной деятельности, новых конкурсов и соревнований, нового опыта, накапливаемого в процессе реализации программы, или предъявляемого специальной литературой. Так содержание многих занятий по подготовке к соревнованиям по спортивному туризму, программы которых постоянно обновляются (с целью соответствия уровню всероссийских соревнований), тоже обновляется непосредственно перед самим занятием. Для разработки маршрутов используется информация, размещенная в сети Интернет. Так же используются компьютерные программы для расчета продуктовой раскладки и для подготовки и составления отчетов о совершенных походах, что требует совершенно по-иному строить занятия, подчас, перенимая опыт воспитанников. Заложенное в программе освоение нового оборудования и туристского снаряжения, появляющегося в связи с развитием технического прогресса (газовые горелки, новые ткани и многое др.) повышает возможности и увеличивает выбор туристских маршрутов.

Педагогическая целесообразность. Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся при занятиях спортивным туризмом, основана на принципах спортивной подготовки спортсменов, результатах научных исследований, передовой спортивной практике. Программа предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технической, тактической, психологической и теоретической подготовки, подготовки в избранном виде спорта, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля). Предлагаемая программа собирает воедино несколько видов туризма (пеший, лыжный, водный).

Адресат программы. Программа «Спортивный туризм» рассчитана на детей 14-17 лет. При поступлении в объединение дети должны представить медицинское заключение о состоянии здоровья и письменное заявление от родителей.

Объем и срок освоения программы. Программа рассчитана на 3 года обучения. Количество часов за год соответственно – 216 часов для 1 (первого) года обучения, 180 часов для 2 (второго) года обучения и 324 часа для 3 года обучения. Количество учебных недель – 108, месяцев – 27. В период школьных каникул занятия могут:

– проводиться по специальному расписанию с переменным составом;

– продолжаться в форме учебно-тренировочных сборов и т.п.

Формы работы: в группах, в малых группах, индивидуально. Во время групповых занятий состав группы не должен превышать 15 человек.

Основной **формой проведения** является групповое учебное занятие. Для занятий по спортивному туризму характерно определенная длительность этапов и строгая регламентация заданий.

1. Подготовительный этап - разминка с помощью общеразвивающих упражнений.
2. Основной этап - решаются главные задачи занятия, т.е. усвоение учебного материала, применяются полученные знания и умения во время учебных занятий.
3. Заключительный этап - выполняются упражнения, способствующие более быстрому протеканию восстановительных процессов.

Основными формами организации образовательного процесса являются:

- Туристские слеты и фестивали;
- Соревнования по спортивному туризму;
- Походы однодневные, многодневные, экскурсии;
- Общественно-полезная работа;
- Вечера, праздники, конкурсы;
- Комбинированные старты;
- Учебно-тренировочные занятия на местности, сборы;
- Тренировки;

- Проекты;
- Игры на местности, спортивные игры, ролевые игры;
- Кросс, круговые тренировки;
- Проигрывание ситуаций;
- Создание проблемных ситуаций;
- Разбор и планирование маршрутов;
- Оздоровительные процедуры на воздухе;
- Игры на лыжах, лыжный кросс.

Туристские сборы, слеты, соревнования являются обязательными формами подготовки и проверки готовности туристских групп к совершению безаварийных содержательных, туристских походов, проверки полученных учащимися умений и навыков. Вечера, праздники, конкурсы, экскурсии - формы образовательной и досуговой (воспитательной) деятельности. Они помогают приобщать учащихся к интересному общению, товарищеской взаимопомощи, пониманию, терпению, выдержке.

Состав группы – постоянный. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа, 1 раз в неделю по 3 часа, 2 раза в неделю по 3 часа, либо 3 раза в неделю по 3 часа, в зависимости от года обучения.

Занятие 1-го года обучения: может проводиться по следующему расписанию: двухчасовое или трехчасовое занятие два-три раза в неделю на базе МАУ ДО ДЮЦ СТ (спортзал или учебный, либо полигон). Одно двухчасовое занятие может быть заменено четырехчасовым выездом раз в две недели или одним 8-часовым раз в месяц. **Итого 6 часов в неделю.**

Занятия 2-го обучения: может проводиться по следующему расписанию: двухчасовое и трехчасовое занятие два раза в неделю на базе МАУ ДО ДЮЦ СТ (спортзал или учебный, либо полигон). Одно двухчасовое занятие может быть заменено четырехчасовым выездом раз в две недели или одним 8-часовым раз в месяц. **Итого 5 часов в неделю.**

Занятия 3-го года обучения: может проводиться по следующему расписанию: трехчасовое занятие три раза в неделю на базе МАУ ДО ДЮЦ СТ (спортзал или учебный, либо полигон). Одно трехчасовое занятия может быть заменено шестичасовым выездом раз в две недели или одним 12-часовым раз в месяц. **Итого 9 часов в неделю.**

Такая организация учебного процесса позволяет наиболее полно раскрыть содержательную, образовательную и воспитательную суть программы. Предложенная разработка может быть рекомендована педагогам для использования целиком или выборочно в разных направлениях туристской деятельности при работе с группой дополнительного образования.

Межпредметные связи. Межпредметные связи – инструмент конвергентного подхода, в основе которого целостное представление обучающихся об окружающей реальности. Программа позволяет обучающимся раскрывать таланты в абсолютно различных, но очень интересных и современных направлениях образовательной деятельности:

музыка, гигиена, физиология, физическая культура, скалолазание, спортивное ориентирование.

Формы контроля (аттестации). Способы определения результативности программы.

Оценка образовательных результатов обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе носит вариативный характер. Инструменты оценки достижений обучающихся способствует росту их самооценки и познавательных интересов, а также диагностирует мотивацию достижений личности.

Входная диагностика позволяет определить уровень физической подготовки, знаний, умений и навыков, компетенций у обучающегося, чтобы выяснить, насколько ребенок готов к освоению данной программы. Однако входная диагностика проводится не с целью отбора обучающихся для прохождения программы, а с целью дальнейшего выявления их прогресса, и возможной коррекции форм работы. Формы входящей диагностики: тестирование, сдача нормативов, практическая форма проведения. Общий срез проходит при записи в объединение и на первых занятиях (беседа с ребёнком, наличие медицинской справки, результаты контрольных упражнений, педагогические наблюдения).

Промежуточный и итоговый контроль (аттестация) – середина и конец учебного года (тестирование, контрольные нормативы по ОФП). Контрольные нормативы составляются педагогом на основе общепринятых для данной возрастной группы.

Система контроля достижения детьми планируемых результатов обеспечивает комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения программы, позволяет осуществлять оценку динамики достижений детей.

В процессе контроля исследуются уровень подготовленности детей путем наблюдений за ребенком, критериально-ориентированного тестирования.

Оценка образовательных результатов проводится 2 раза в год. Возможна периодичность мониторинга, которая обеспечивает полную оценку динамики достижений детей, сбалансированность методов, не приводит к переутомлению воспитанников и не нарушает ход образовательного процесса.

Получаемая в ходе мониторинга информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции, инструментом оповещения родителей о состоянии и проблемах, выявленных у ребенка.

Основной формой подведения итогов по реализации данной программы является результативность участия воспитанников в соревнованиях различных уровней и выполнение разрядных норм и требований Единой Всероссийской спортивной классификации.

Основные формы взаимодействия педагога с родителями (законными представителями) обучающихся. Для успешного

выполнения программы рекомендуется поддерживать тесную работу с родителями детей.

1. Групповые формы:

– Дни открытых дверей.
– Родительское собрание.
– Совместные походы.
– Совместная досуговая деятельность.

2. Индивидуальные формы:

– Анкетирование, диагностика.
– Индивидуальная консультация (беседа).
– Просветительская работа.

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы - создание единой туристской группы, способной совершать спортивные путешествия повышенной сложности, участвовать в соревнованиях по спортивному туризму высокого ранга, в котором каждый максимально реализует и многогранно развивается, как личность. Поставленная цель реализуется при помощи ряда задач.

Задачи:

Предметные (обучающие): формирование знаний, умений и навыков совершения туристских походов и организации туристских соревнований, технике и тактике туризма, географии, основ безопасности жизнедеятельности, истории края, его природных особенностей.

Метапредметные (развивающие): повышения уровня физической подготовленности обучающихся, потребности в развитии интеллектуального уровня, развитие способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации.

Личностные (воспитательные): повышение уровня коммуникативной культуры, создание единого коллектива, направленного на достижение спортивных результатов, проведение совместного досуга, бережного отношения к природе.

Современный ребенок стремится к тому, что он получает с экранов телевизоров. Он не видит и не замечает мира, существующего за границами его «виртуального бытия». Отсюда идет и массовое ухудшение здоровья детей - слабая физическая активность, интенсивные информационные нагрузки, и, как итог, психические расстройства. Активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически — вот еще важнейшие задачи современного образования. Туризм позволяет реализовать все эти задачи в полном объеме через путешествия, знакомящие с культурой, историей, природой и населением родной страны.

1.3. Содержание программы

Таблица 1

Учебный план
Первый год обучения 216 ч.

№	Тема	Всего	теория	практика в помещении	практика на местности	Формы аттестации, контроля
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Чем полезны и интересны туристические походы и путешествия	3	3	-	-	Анкетирование, опрос
2.	Основы техники лыжного, водного, пешеходного туризма	15	3	6	6	Соревнования внутри группы
3.	Ориентирование (лабиринт)	12	3	6	3	Практическое занятие
4.	Туристский быт	21	3	6	12	Практический зачет
5.	Основы первой медицинской помощи	9	3	3	3	Тестирование, практический зачет
6.	ОФП	90	-	60	30	Сдача нормативов
7.	Походы, слеты, соревнования	39	3	15	21	Анализ результатов соревнований
8.	Основы топографической подготовки туриста и спортсмена – ориентировщика	21	3	3	15	Соревнования
9.	Питание в однодневном походе. Подведение итогов.	6	3	-	3	Практический зачет
	Итого:	**216**	**24**	**99**	**93**	

Содержание занятий

Задачи 1 года обучения:

- получение знаний умений и навыков по основам спортивного туризма и ориентирования;
- получение знаний, умений и навыков по основам лыжного, пешего и водного туризма;
- по подготовке и использованию туристского снаряжения
- доврачебной помощи;
- организации ночлега;
- приготовлению пищи в походе;
- участие в соревнованиях по спортивному туризму (лыжному, водному, пешеходному);

- выполнение контрольно-переводных нормативов.

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности. Чем полезны и интересны туристические походы и путешествия. (3ч.)

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Обзор предстоящих походов и соревнований по фотоматериалам и отчетам о походах групп 3-его года обучения.
Формы и методы работы – инструктаж, беседа.
Формы контроля – анкетирование, опрос.

Тема 2. Основы техники лыжного, водного, пешеходного туризма. (15ч.)

Лыжный: Разворот на склоне. Спуск «на прямых лыжах», «плугом», подъем «елочкой», «лесенкой», «полуелочкой». Лыжные кроссы – до 3 км. Совершенствование беговой лыжной техники.
Водный: Снаряжение для выхода на воду, терминология, применяемая на практике: «табань» «килеватор», «ход», «рыба», «банка», «карма» и т.д.
Пешеходный: снаряжение, виды переправ, страховки и самостраховки.
Формы и методы работы – тренировки на выездах.
Формы контроля – соревнования внутри группы.

Тема 3. Ориентирование (Лабиринт). (12ч.)

Поиск контрольных пунктов в лабиринте, ориентирование по карте.
Формы и методы работы – ориентирование в лабиринте.
Формы контроля – соревнования внутри группы.

Тема 4. Туристский быт. (21ч.)

Породы деревьев, используемые для разжигания костра, приготовление пищи, виды костров, выбор сухостойного дерева.
Формы и методы работы – беседа, практические занятия на выездах.
Формы контроля – практический зачет.

Тема 5. Основы первой медицинской помощи. (9**ч.)**

Простейшие фиксирующие повязки при вывихах, растяжениях и ушибах, съедобные, ядовитые и лекарственные растения.
Формы и методы работы – практическое занятие, беседа.
Формы контроля – тестирование, практический зачет.

Тема 6. Общефизическая подготовка. (90**ч.)**

Тренировки по ОФП, выявление особенностей физического развития учащихся: скоростной выносливости, двигательной активности, командные игры с мячом, эстафеты с применением специального снаряжения, знакомство со специальными упражнениями.
Формы и методы работы – тренировки, игры, эстафеты.
Формы контроля – сдача нормативов.

Тема 7. Походы, слеты, соревнования. (39**ч.)**

Участие в соревнованиях по спортивному туризму и спортивному ориентированию, однодневные походы, походы выходного дня с одной, двумя ночевками, водный поход в летние каникулы, пешеходные степенные походы - 2 степень. Присвоение спортивных разрядов и званий по спортивному туризму.

Формы и методы работы – выезды, практические занятия, тренировки.
Формы контроля– анализ результатов соревнований.

Тема 8. Основы топографической подготовки туриста и спортсмена ориентировщика. (21**ч.)**

Масштаб карты, измерение расстояний по карте с использованием известного масштаба, информация об объектах топографических карт, комплексные задания, спортивная карта, вид объектов рельефа на местности, ориентирование по выбору, ориентирование по маркированной трассе.

Формы и методы работы – беседа, лекция, тренировки.
Формы контроля – соревнования.

Тема 9. Питание в однодневном походе. Подведение итогов. (6**ч.)**

Сроки хранения продуктов, организация общего туристского стола, рецепты основных блюд, соблюдение правил гигиены при питании на природе.

Формы и методы работы – лекция, беседа, практические занятия на выездах.
Формы контроля – практический зачет.

Результатом реализации программы по спортивному туризму 1 (первого) года обучения следует считать:

- получение знаний умений и навыков по основам спортивного туризма и ориентирования;
- получение знаний, умений и навыков по основам лыжного, пешего и водного туризма;
- по подготовке и использованию туристского снаряжения
- доврачебной помощи;
- организации ночлега;
- приготовлению пищи в походе;
- участие в соревнованиях по спортивному туризму (лыжному, водному, пешеходному);
- выполнение контрольно-переводных нормативов.

Таблица 2

Учебный план
Второй год обучения 180 ч.

№	Тема	Всего	теория	Практика в помещения х	Практика на местности	Формы аттестации, контроля
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Туристическое снаряжение	5	1	2	2	Устный опрос, проверка выполнения практических заданий
2	Питание в походе	5	1	2	2	Составление учебной раскладки, контроль выполнения практических заданий, зачет
3	Туристский быт	12	1	1	10	Контроль выполнения заданий
4	Основы первой медицинской помощи	6	2	2	2	Опрос, зачет
5	Ориентирование (Лабиринт)	8	2	2	4	Практическое занятие
6	Топографическая подготовка	10	2	4	4	Опрос, контроль выполнения заданий
7	Основы спортивного ориентирования	12	2	4	6	Опрос, контроль результатов прохождения трасс на тренировках и соревнованиях
8	Узлы, используемые в спортивном туризме	12	4	4	4	Зачет
9	Основы техники пешеходного туризма	40	2	26	12	Оценка результатов трасс на тренировках и соревнованиях
10	Физическая подготовка туриста	24		16	8	Сдача спортивных нормативов
11	Основы техники лыжного туризма	12		4	8	Анализ результатов соревнования
12	Участие в соревнованиях	30	2	10	18	Анализ результатов соревнований
13	Распределение обязанностей в	4	2		2	Опрос, оценка применения

	туристической группе. Подведение итогов.					знаний, умений и навыков в походе
	Итого:	**180**	**21**	**77**	**82**	

Содержание занятий

Задачи 2 года обучения:

- закрепление и углубление знаний и умений полученных на 1-ом году обучения;
- усовершенствование технико-тактической подготовки, участие в соревнованиях по спортивному пешеходному, лыжному, водному туризму;
- получение (или подтверждение) спортивных разрядов по лыжному, пешеходному, водному туризму (3-ий разряд);
- участие в лыжном, пешеходном, водном походе 1-ой (2-ой) категории сложности и составление отчета о походе, участие во Всероссийском конкурсе маршрутов;
- выполнение контрольно-переводных нормативов.

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности. Туристское снаряжение. **(**5 **ч.)**

Личное снаряжение учащихся для тренировок и походов. Особенности личного снаряжения для лыжного сезона. Обзор специального снаряжения. Групповое снаряжение и его особенности для лыжного сезона. Элементарное самодеятельное снаряжение, основы ремонтных работ. Хранение, уход, порядок учета и сдачи группового снаряжения, его подготовка к походу.

Формы и методы работы – беседа лекция, практические занятия по подготовке, изготовлению и ремонту.

Формы контроля – устный опрос, проверка выполнения практических заданий.

Тема 2. Питание в походе. **(**5 **ч.)**

Составление раскладки и меню на учебно-тренировочный сбор (выезд). Пешеходный поход I категории сложности. Нормы сухого продукта. Упаковка и транспортировка продуктов. Приготовление пищи и режим питания в походе. Значение правильной организации питания в походе.

Формы и методы работы – лекция, практические занятия на местности.

Формы контроля – составление учебной раскладки, контроль выполнения практических заданий, зачет

Тема 3. Туристский быт. (12 **ч.)**

Организация быта на принципах самообеспечения, самообслуживания и взаимопомощи; виды работ по организации лагеря; распределение обязанностей по выполнению работ в лагере; выбор места для ночлега в

пределах лесной зоны, заготовка дров, устройство ночлега; правила техники безопасности при выполнении работ по лагерю.

Формы работы – беседа, практические занятия на местности.

Формы контроля –контроль выполнения заданий.

Тема 4. Основы первой медицинской помощи. (6 **ч.)**

Личная гигиена учащихся в многодневном походе; общие действия группы по оказанию доврачебной помощи, предпринимаемые при травмах или заболеваниях участников похода; доврачебная помощь при ожогах, обморожениях, переохлаждении, солнечном ударе; съедобные, несъедобные и ядовитые растения.

Формы и методы работы – беседа, лекция.

Формы контроля – опрос, зачет.

Тема 5. Ориентирование (Лабиринт). (8 **ч.)**

Поиск контрольных пунктов в лабиринте, ориентирование по карте.

Формы и методы работы – ориентирование в лабиринте.

Формы контроля – соревнования внутри группы.

Тема 6. Топографическая подготовка. (10 **ч.)**

Изучение и классификация топографических карт: понятие масштабного плана, масштаб топографической карты, основные условные знаки топографических карт; определение азимутального направления по топографической карте; компас Андрианова, жидкостный компас, их устройство, правила использования, преимущества; определение азимута. Азимутальный ход. Понятие обратного азимута; глазомерная съемка местности (способы определения высоты отдаленно расположенного объекта, расстояния до него, крутизны и азимутального направления склона).

Формы и методы работы – лекция, работа с учебными пособиями, выполнение практических заданий на местности.

Формы контроля – опрос, контроль выполнения заданий.

Тема 7. Основы спортивного ориентирования. (12 **ч.)**

Понятие спортивного ориентирования как вида спорта; условные знаки спортивной карты; спортивная карта, ее масштаб, высота сечения рельефа; знакомство с видами спортивных трасс; спортивное ориентирование на лыжах.

Формы и методы работы – лекция, работа с учебными материалами, тренировки на местности, участие в соревнованиях.

Формы контроля – опрос, контроль результатов прохождения трасс на тренировках и соревнованиях.

Тема 8. Узлы, используемые в спортивном туризме. (12 **ч.)**

Изучение узлов по группам их применения; практическое применение изученных узлов.

Формы и методы работы – практическое выполнение заданий в классе, на местности.

Формы контроля – зачет.

Тема 9. Основы техники пешеходного туризма. (40 **ч.)**

Организация и преодоление переправ через реки, овраги и.т.п; движение по склонам, с использованием специального снаряжения; техника прохождения болот и лесных завалов, техника безопасности; использование знаний и умений по ТПТ на различных соревнованиях.

Формы и методы работы – лекции, тренировки на местности, участие в соревнованиях, проведение походов.

Формы контроля – оценка результатов трасс на тренировках и соревнованиях.

Тема 10. Физическая подготовка туриста. (24 **ч.)**

Необходимость общефизической подготовки туриста; нормы ГТО; утренняя зарядка и спортивная гигиена туриста; ОФП; особенности физической подготовки, специальные упражнения.

Формы и методы работы – тренировки в спортивном зале.

Формы контроля – сдача спортивных нормативов.

Тема 11. Основы техники лыжного туризма. (12 **ч.)**

Основные приемы движения на лыжах; техника подъемов на склоны с различной крутизной; техника спуска; способы торможения и поворотов; траверсирование склонов.

Формы и методы работы – лекции, тренировки на местности, участие в соревнованиях и проведение походов.

Формы контроля – анализ результатов соревнований.

Тема 12. Участие в соревнованиях. (30 **ч.)**

Знакомство с видами спортивного туризма; участие в соревнованиях по технике лыжного, водного, пешеходного туризма; участие в соревнованиях;

Формы и методы работы – тренировки, соревнования.

Формы контроля – анализ результатов соревнований.

Тема 13. Распределение обязанностей в туристической группе. Подведение итогов. (4 **ч.)**

Постоянные и временные должности в туристической группе; права и обязанности командира группы; права и обязанности начальника продуктов и ответственного за групповое снаряжение группы; права и обязанности врача и реммастера группы; права и обязанности дежурного по шатру и по приготовлению пищи; подготовка разделов (в соответствии с должностями) отчета о походе с помощью руководителя.

Формы и методы работы – лекции, беседы, индивидуальные занятия.

Формы контроля – опрос, оценка применения знаний, умений и навыков в походе.

Результатом реализации программы по спортивному туризму 2 (второго) года обучения следует считать:

- закрепление и углубление знаний и умений полученных на 1-ом, 2-ом году обучения;
- усовершенствование технико-тактической подготовки, участие в соревнованиях по спортивному пешеходному, лыжному, водному туризму;

- получение (или подтверждение) спортивных разрядов по лыжному, пешеходному, водному туризму (3-ий разряд);
- участие в лыжном, пешеходном, водном походе 1-ой (2-ой) категории сложности и составление отчета о походе, участие во Всероссийском конкурсе маршрутов;
- выполнение контрольно-переводных нормативов.

Таблица 3

Учебный план занятий
Третий год обучения 324 ч.

№	Тема	Всего	теория	Практика в помещении	Практика на местности	Формы аттестации, контроля
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Личное снаряжение туриста	8	2	4	2	Опрос, контроль выполнения заданий
2	Групповое (общественное) снаряжение	6	2	2	2	Контроль выполнения заданий
3	Питание в походе	6	2	2	2	Практический зачет
4	Туристский быт	12	2	2	8	Практический зачет
5	Основы первой медицинской помощи	10	4	4	2	Практический зачет
6	Ориентирование (Лабиринт)	10	2	4	4	Практическое занятие
7	Топографическая подготовка	12	4	4	4	Оценка результатов соревнований
8	Узлы, используемые в туризме	16		8	8	Практический зачет, устный опрос, проверка
9	Техника пешеходного туризма	62	4	28	30	Устный опрос, соревнования
10	Общая физическая подготовка	50		30	20	Сдача нормативов
11	Ориентирование на местности	20	6	4	10	Опрос, зачет, оценка результатов соревнований
12	Техника лыжного туризма	24		12	12	Решение ситуативных задач
13	Слеты и	56		20	36	Контроль выполнения

	соревнования					практических заданий, зачет.
14	Организация туристического похода. Подведение итогов.	32	2	10	20	Контроль выполнения заданий
	Итого:	**324**	**30**	**134**	**160**	

Содержание занятий

Задачи 3 года обучения:

- усовершенствование технико-тактической подготовки туриста лыжника**,** участие в соревнованиях по спортивному туризму пешеходному, лыжному, водному и поисково-спасательных работ;
- получение (или подтверждение) спортивных разрядов по лыжному, водному, пешеходному туризму (3-ий разряд), выполнение 2-го разряда;
- участие в лыжном походе 2-ой категории сложности или в походе 1-ой категории сложности в качестве младших инструкторов и составление отчета; участие во Всероссийском конкурсе маршрутов.
- судейство соревнований в качестве младших судей этапов, получение звания «Юный судья».
- выполнение контрольно-переводных нормативов.

Тема № 1. Вводное занятие. Техника безопасности. Личное снаряжение туриста (8ч.).

Специальное личное снаряжение для тренировок, походов, соревнований по спортивному туризму. Хранение, особенности ухода, порядок учета и сдачи специального личного снаряжения. Подготовка и использование на занятиях специального личного снаряжения. Проведение ремонтных работ в некомфортных условиях спортивного многодневного похода.

Формы и методы работы – лекция, практические занятия на местности.

Формы контроля – опрос, контроль выполнения заданий.

Тема № 2. Групповое (общественное) снаряжение (6 ч.).

Специальное групповое снаряжение для тренировок, соревнований, спортивных категорийных походов. Хранение, уход, порядок учета и сдачи специального группового снаряжения. Подготовка и использование на соревнованиях, в походах и тренировках специального группового снаряжения. Проведение ремонтных работ в походных условиях.

Формы и методы работы – опрос, практические занятия на местности.

Формы контроля – опрос, контроль выполнения заданий.

Тема 3. Питание в походе (6 ч.).

Расчет калорийности, водно-солевой обмен, баланс жиров, белков и углеводов, витаминов и минеральных веществ. Особенности питания в спортивных лыжных походах, хранения продуктов, их упаковки и

транспортировки. Значение правильной организации питания в спортивном путешествии.

Формы и методы работы – лекция, практические занятия на местности.

Формы контроля – составление учебной раскладки, контроль выполнения практических заданий, зачет.

Тема 4. Туристский быт (12 ч.).

Решение ситуативных задач по организации по организации бивуака в зоне леса.

Формы и методы работы – практические занятия на местности.

Формы контроля – составление учебной раскладки, контроль выполнения практических заданий, зачет.

Тема № 5. Основы первой медицинской помощи (10 ч.).

Оказание первой медицинской помощи при травмах легкой степени. Медикаменты и другие приспособления, входящие в состав аптечки спортивного похода. Виды кровотечений, доврачебная помощь. Повязки, их применение при различных видах травм.

Формы и методы работы – лекции, практические занятия в классе.

Формы контроля – практический зачет.

Тема № 6. Ориентирование (Лабиринт) (10 ч.).

Поиск контрольных пунктов в лабиринте, ориентирование по карте.

Формы и методы работы – ориентирование в лабиринте.

Формы контроля – соревнования внутри группы.

Тема № 7. Топографическая подготовка (12 ч.).

Определение масштаба топографической карты по сетке, определение высоты сечения по участку карты; специфические условные знаки топографических карт; использование топографических карт разного масштаба в спортивных походах и подготовке к ним; выполнение азимутального хода в условиях сильно пересеченной местности; определение крутизны и азимутального направления склонов по топографическим картам с сильно пересеченной местностью, а также с использованием глазомерной съемки на местности; истинный и магнитный азимут, их природа.

Формы и методы работы – беседа, лекция, практические занятия на местности.

Формы контроля – устный опрос, соревнования.

Тема № 8. Узлы, используемые в туризме (16 ч.).

Исторические сведения о появлении различных групп узлов, возникновения их классификации; группа схватывающих узлов; группы самозатягивающихся и карабинных узлов; свойства узлов, изученных на занятиях, их характеристики; применение изученных на занятиях узлов; применение узлов для различных способов блокировки страхующих систем, организации страховок.

Формы и методы работы – лекция, практические занятия в классе и на местности.

Формы контроля – оценка результатов соревнований, оценка применения умений и навыков в походе.

Тема № 9. Техника пешеходного туризма (62 ч.).

Особенности организации переправ через реки с бурным течением; переправы в брод, организация групповой и самостраховки; принцип непрерывности страховки, применение различных видов страховок на переправах; использование ТПТ и ТГТ на соревнованиях по спортивному туризму.

Формы и методы работы – лекция, тренировка на местности.

Формы контроля – оценка результатов соревнований.

Тема № 10. Общая физическая подготовка (50 ч.).

Техника бега по пересеченной местности; Особенности общефизической подготовки туриста, специальные упражнения туристов – лыжников; правильное распределение нагрузок в походе; выносливость – основное качество туриста. Ее тренировка и воспитание.

Формы и методы работы - тренировки в спортзале.

Формы контроля - сдача спортивных нормативов.

Тема № 11. Ориентирование на местности (20 ч.).

Особенности трасс спортивного ориентирования:

а) маркированная трасса;

б) трасса по выбору;

в) заданная трасса.

Условные знаки постановки контрольных пунктов; основные тактические приемы спортивного ориентирования, применение их на тренировках и соревнованиях; лыжные трассы спортивного ориентирования; особенности применения тактических приемов спортивного ориентирования в ночных условиях; ориентирование по «белой» карте.

Формы и методы работы – беседа, тренировки, соревнования.

Формы контроля– анализ результатов соревнований.

Тема № 12. Техника лыжного туризма (24 ч.).

Лыжная беговая подготовка туриста; техника передвижения на лыжах под рюкзаком; подъем и спуск траверсами, способы их выполнения; решение ситуативных задач по тактике лыжного туризма; переправы по льду с применением мер техники безопасности.

Формы и методы работы – тренировки, практические занятия на местности.

Формы контроля – соревнования, анализ ошибок.

Тема № 13. Слеты и соревнования (56 ч.).

Психологическая подготовка к соревнованию, «техника + тактика + психологическое равновесие» - залог успеха спортсмена; участие в соревнованиях по технике лыжного, пешеходного, водного туризма.

Формы и методы работы – беседа, тренировки, соревнования.

Формы контроля – анализ результатов соревнований.

Тема 14. Организация туристического похода. Подведение итогов (32 ч.).

Распределение основных обязанностей в группе; использование картографических материалов, принципы их подбора; проверка готовности снаряжения; основные правила поведения в походе, в том числе в экстремальных ситуациях; подготовка отчета о походе в форме газеты.
Формы и методы работы – беседа, лекция, практические занятия в классе.
Формы контроля – опрос, оценка применения знаний и умений в походе.

Результатом реализации программы по спортивному туризму 3 (третьего) года обучения следует считать:

- усовершенствование технико-тактической подготовки туриста лыжника**,** участие в соревнованиях по спортивному туризму пешеходному, лыжному, водному и поисково-спасательных работ;
- получение (или подтверждение) спортивных разрядов по лыжному, водному, пешеходному туризму (3-ий разряд), выполнение 2-го разряда;
- участие в лыжном походе 2-ой категории сложности или в походе 1-ой категории сложности в качестве младших инструкторов и составление отчета; участие во Всероссийском конкурсе маршрутов.
- судейство соревнований в качестве младших судей этапов, получение звания «Юный судья».
- выполнение контрольно-переводных нормативов.

1.4. Планируемые результаты реализации программы

Достижением целей программы является освоение начальной туристской подготовки, позволяющее подготовить и совершить зачетный степенной поход с основами краеведческого и экологического наблюдения, что способствует формированию общей культуры личности, правильному поведению в природе и обществе.

Личностные результаты:

- социализация учащихся в ходе командной работы;
- повысится уровень коммуникации;
- уважение к истории и культуре регионов России, где осуществляются туристские походы;
- расширение кругозора.

Метапредметные результаты:

- при составлении и защите отчётов о походе сформируется навык работы с информацией и её представлении аудитории;
- навык работы в команде;
- формирование собственного мнение и уметь его обосновывать;
- технические знания и умения, позволяющие учащемуся планировать свою будущую профессиональную деятельность в таких сферах, как картография, промышленный альпинизм и спасательское дело.

Предметные результаты:

- получение учащимися следующих навыков и знаний: туристская лыжная и пешеходная техника, туристские узлы и техника работы с верёвками, навыки ориентирования по карте и без неё, практическая и теоретическая информированность о современном туристском снаряжении и актуальных туристских маршрутах по регионам России;
- получение учащимися опыта участия в городских и районных туристских соревнованиях, а также в соревнованиях по спортивному ориентированию:
- получение учащимися опыта участия в лыжных и пеших туристских маршрутах.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Таблица 4

Календарный учебный график объединения «Спортивный туризм» (1 год обучения)

№ п\п	Дата		Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
	По плану	Факт						
ИТОГО:216 часов								

Таблица 5

Календарный учебный график объединения «Спортивный туризм» (2 год обучения)

№ п\п	Дата		Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
	По плану	Факт						
ИТОГО:180 часов								

Таблица 6

Календарный учебный график объединения «Спортивный туризм» (3 год обучения)

№ п\п	Дата		Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
	По плану	Факт						
ИТОГО:324 часов								

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение. Для успешной реализации программы необходимо следующее материально – техническое обеспечение:

● помещение для проведения занятий должно отвечать санитарным нормам проектирования
промышленных предприятий (СН245 – 71), строительным нормам и правилам (СН и П I I. 63 -73). Объем помещения на каждого учащегося должен составлять не менее 15 куб.м. а площадь не менее 4,5 при высоте потолка не менее 3м.

● освещенность горизонтальных поверхностей на уровне 0,8 м от пола должна быть при лампах
– не менее 400ЛК; при люминесцентных лампах накаливания – 200 ЛК. Вентиляция должна быть
естественной, принудительной или смешанной и должна обеспечивать воздухообмен, температуру и состояние воздушной среды, предусмотренные санитарными нормами.

● Оборудование зала:

1. Кабинет №2 по туризму:

- столы - 2шт., стулья – 4 шт., маты - 7шт., папки - 4 шт.

Туристическое снаряжение:

- веревка основная – 20 шт., Каски – 15 шт., карабины -60 шт., веревки вспомогательные – 5
шт., рукавицы – 15 пар, фрикционное спусковое устройство вида «восьмерка» - 15шт, жумары-15шт, индивидуальная страховочная система. - 15 шт, блок-ролик – 15 штук

Видеофильмы по разделам курса «Школа Безопасности» - 4 шт.,

Учебник «Основы Безопасности Жизнедеятельности» 5, 6, 7 класс под общей редакцией Ю.Л.
Воробьева – 2-е издание 2012 г.

Учебник «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» для учащихся – 1 шт.

Учебник «Соревнования туристов» под общей редакцией Э.Н.Кодыш – Пешеходный туризм-М. Физкультура и спорт, 1990 г-175с.

Дидактические и раздаточные материалы по основным разделам.

2. Скальный тренажер:

Маты – 11 шт, веревка основная – 5 шт., карабины - 30 шт, зацепы-35 шт.

Планируя занятия по темам или разделам, целесообразно использовать следующие виды
деятельности: работа с учебной, научно-популярной литературой; работа в группе; практические
занятия.

Работа с туристическим снаряжением, ориентирование на местности, по горизонту и азимуту, работа с компасом, разведение костра и установка палатки в любых погодных условиях,

укладка рюкзаков, вязка узлов, подготовка и проведение похода.

Пропаганда краеведческих знаний путем организации выставок, конференций, защиты проектов, праздников, организация посещения музеев, (по выбранным направлениям). Оказание первой медицинской помощи и наложение перевязки при несложном ранении, приемы транспортировки пострадавшего, анализ экстремальных ситуаций в походе, действия в случае потери ориентировки, значение правильного питания в походе и приготовление пищи на костре.

Умение действовать при пожаре, одевать средства индивидуальной защиты, работа с огнетушителем и приборами гражданской защиты. Основные физические качества необходимые туристу – сила, выносливость, быстрота.

Информационное обеспечение.

Электронные и литературные образовательные ресурсы. Мультимедийные материалы по спортивному туризму. Компьютерные программы.

Кадровое обеспечение.

Программу реализует квалифицированный педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации. (п.3.1 Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденный приказом Минтруда России от 5 мая 2018 г. 19 № 298н) и отвечающий квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам (ФЗ №273 ст.46, ч.1) с личными качествами: любовь к детям, доброта, коммуникабельность, творчество.

Методическое обеспечение программы.

Выбор педагогических технологий, применяемых при реализации данной

программы, определяется целями и задачами, возрастными особенностями детей и спецификой содержания учебного материала. Личностно ориентированные технологии, технологии сотрудничества, развивающие. Для достижения результатов при реализации задач программы используются следующие разнообразные педагогические методы и приемы:

Репродуктивный метод. Цель – воспроизведение информации. Используется при объяснении новой темы. Приемы: рассказ, составление картосхем, репродуктивная беседа.

Объяснительно-иллюстративный. Цель – проиллюстрировать информацию с помощью наглядных средств. Приемы: словесный, работа с наглядным материалом, с туристским снаряжением, с видеоматериалами.

Игровые методы. Применяются при изучении материала, закреплении, во время проведения учебно-тренировочных сборов. Приемы: игры на местности, в помещении, упражнения на развитие памяти, внимания и мышления.

Метод проблемного обучения. Цель – новые знания достигаются детьми в решении проблемных вопросов. Приемы – создание проблемной ситуации, ролевые игры.

Частично-поисковый метод. Цель навести ребенка на решение каких-то проблем. Используется при закреплении материала, при разработке маршрута.

Метод взаимодействия. Приемы: работа во временных группах, ситуации совместных переживаний.

Метод контроля. Прием: сдача нормативов, соревнования.

Метод мотивации и стимулирования. Цель – формирование познавательного интереса. Приемы: самоподготовка, отработка туристских элементов, разбор дистанции, поход.

Таблица 7

Методы воспитания

Методы формирования сознания личности	**Методы организации деятельности и формирование опыта**	**Методы стимулирования поведения деятельности**
Беседы	Педагогические требования	Соревнования
Лекции		Поощрение
Диспуты	Общественное мнение	Наказание
Метод примера	Приучение	Создание ситуации успеха
Присутствие в нравственной среде	Упражнение	Разбор дистанции
Создание воспитательных ситуаций	Создание проблемных ситуаций	Создание ситуации занимательности

Основными принципами обучения учащихся являются: индивидуальный подход, систематичность и последовательность в обучении, связь теории с практикой, сознательность и активность обучаемых, доступность, наглядность, прочность знаний. Привитие самостоятельности учащимся достигается осмысленным изучением материала: обобщением, сравнением, определением важности действий, объяснением причин неправильного выполнения технических приемов.

Для лучшего восприятия материала нередко одни методы обучения заменяют другими. Так, при изложении нового теоретического материала вместо объяснения проводят беседу, в процессе которой учащиеся делают основные выводы. Выбор материала зависит также от индивидуальных особенностей педагога, учащихся, условий занятия. Учитывается окружающая обстановка, состояние и количество снаряжения. Занятие по каждой теме любого раздела имеет свою специфику, которая определяется как содержанием учебного материала, так и воспитательными целями. Качественного проведения определенного занятия недостаточно для решения общей задачи. Для этого необходимо правильно построить всю систему занятий по курсу в целом.

Занятия делятся на следующие виды:

- первоначального изучения материала;
- повторительно-обобщающие;

- комбинированные, включающие в себя все основные звенья процесса обучения;
- практические.

Первые два вида занятий – теоретические. Основной вид занятий – комбинированный. Практические занятия проводятся при отработке упражнений по технике и тактике спортивного туризма. Занятия по первоначальному изучению материала в основном сводятся к его восприятию и осмыслению учащимися. Практические занятия направлены на закрепление знаний, формирование навыков и умений. В конце изучения темы проводятся повторительно-обобщающие занятия, на которых рассматриваются вопросы их взаимосвязи. Логическое единство требует, чтобы и занятия были внутренне связаны. Для этого в начале занятия проводят работу, способствующую усвоению изучаемого материала (повторение предшествующего материала, сообщение цели и учебных вопросов). Полное овладение знаниями, навыками, умениями происходит через процесс усвоения, состоящий из отдельных взаимодополняющих и взаимодействующих познавательных звеньев: восприятие – осмысление – закрепление – применение.

Таблица 8

Методы выполнения упражнений

Методы	Характеристика	Пример использования
1. Равномерный	Характеризуется определенным уровнем интенсивности нагрузки, которая сохраняется постоянной в основной части тренировки	Используется на протяжении всего тренировочного процесса, для втягивания организма в работу после соревнований или развития общей выносливости в подготовительный период
2. Переменный	Характеризуется изменением интенсивности нагрузки при выполнении непрерывной работы.	Изменение нагрузки происходит постепенно, учитывая самочувствие спортсмена. Например, рваный бег, перемена скорости при беге.
3. Контрольный	Связан с применением контрольных нормативов (КН).	КН могут быть как физическими, так и техническими: выполнение определенных примеров по заранее установленному времени. Например, навесная переправа за 8 сек.
4. Интервальный	Используется для развития в короткий срок максимальных возможностей.	Использование сборов перед соревнованиями, когда за короткое время вырабатывается максимальное количество необходимых приемов.
5. Повторный	Заключается в повторных, обычно максимальных по интенсивности нагрузках.	Повторение одного и того же приема (этапа) для достижения необходимого результата.
6.	Метод основан на использовании	Участие в максимально возможном количестве

Соревновательный	соревновательных нагрузок в тренировочном процессе.	соревнований, воспроизведение дистанций соревнований на тренировке
7. Метод отягощения.	Выполнение упражнений с достаточной нагрузкой.	Бег в страховочной системе, каске с грузом.
8. Метод выполнения упражнений до отказа.	Характеризуется высоким уровнем нагрузки.	Отжимание, приседание до отказа.
9. Игровой метод	Характеризуется созданием игровых ситуаций во время тренировочного процесса	Применяется особенно на первом году обучения, стимулирует двигательную активность, проявления творчества. На 2-3 году обучения используется для разрядки
10. Круговой	Заключается в чередовании специально подобранных комплексных упражнений.	Использует разные методы и их сочетания. Тренировки чередуются упражнениями, технические приемы – игрой.

Таблица 9

2.3. Формы аттестации и контроля

Вид контроля	Формы и методы контроля
Входная диагностика 1 год обучения - стартовая диагностика проводится с целью установления степени готовности ребенка к обучению по программе на определенном уровне. Входная диагностика проводится в начале 1-го года обучения с целью установления степени готовности ребенка к дальнейшему обучению по программе (в т.ч. для вновь прибывших детей), призвана определить пробелы в знаниях, которые необходимо устранить, прежде, чем перейти к программе нового года обучения или включить в сопутствующее повторение.	Тестирование, собеседование, диагностические и практические задания, беседа, педагогическое наблюдение и др.
Промежуточная аттестация проводится в конце учебного года (полугодия и др.) с целью установления уровня достижения обучающимися результатов освоения какого-то этапа программы (курса, дисциплины) или образовательной программы в целом.	Аттестация проводиться в конце учебного года (тестирование, контрольные нормативы по ОФП, соответствующие возрасту воспитанников). Контрольные нормативы составляются педагогом на основе общепринятых для данной возрастной группы. Кроме того, формой подведения итогов по реализации данной программы является участие воспитанников в соревнованиях различных уровней.
Итоговый контроль Проводится по итогам всего курса	Зачёт, экзамен, соревнование. Формой подведения итогов по реализации данной

обучения по образовательной программе с целью выявление конечных результатов освоения программы.	программы является так же участие воспитанников в соревнованиях различных уровней и получение спортивных разрядов.

Формы отслеживания результатов: материалы анкетирования и тестирования, протокол соревнований, видеозапись, фото, мониторинг участия в соревнованиях различного уровня.

Формы предъявления и демонстрации результатов: протокол соревнований, мастер-классы, результаты ОФП, фестивали открытых занятий.

2.4. Оценочные материалы

Оценочные материалы – пакет диагностических методик, позволяющих определить достижения обучающимися планируемых результатов (ФЗ № 273 ст.2, п. 9; ст. 47, п. 5). Оценочные материалы включают различные диагностические материалы (карты, тесты, контрольные нормативы), разработанные критерии оценки.

Разрабатывая диагностические материалы, педагог учитывает проведение входящего, промежуточного контроля, итоговый контроль при завершении каждого года обучения. Система оценивания индивидуальных образовательных результатов включает оценку предметных, метапредметных и личностных результатов.

Таблица 10

Инструменты оценки образовательных результатов

Уровень достижения образовательных результатов	**Оценка**
Обучающийся владеет принятой терминологией, последовательно, четко, связно, обоснованно и без ошибок излагает учебный материал	Высокий уровень
Обучающийся отвечает в логической последовательности	
Обучающийся делает собственные выводы	
Обучающийся понимает суть правил техники безопасности и соблюдает их	
Обучающийся владеет навыками бесконфликтного поведения в природе	
Обучающийся владеет коммуникативными навыками, готов работать в команде	
Обучающийся не полностью овладел принятой терминологией, допускает ошибки и нарушает логику изложения учебного материала	Средний уровень
Обучающийся испытывает затруднения при формулировке выводов	
Обучающийся не полностью осознает значение правил техники безопасности и бесконфликтного поведения в природе, не всегда соблюдает их	
Обучающийся недостаточно владеет коммуникативными навыками, умениями работы в команде	
Обучающийся имеет слабо сформированные и неполные знания, не умеет применять их в решении конкретных вопросов	Низкий уровень
Обучающийся допускает многочисленные ошибки при выполнении тестов, практических заданий	
Обучающийся не способен выполнить контрольные нормативы, не	

подготовил исследовательскую работу или не участвовал в зачетном туристском походе	

Таблица 11

Контрольно-переводные нормативы общей физической подготовки

Упражнения	8-9 лет	10-12 лет	13-14 лет	15-17 лет
«Сгибание и разгибание туловища». Из положения лежа на спине, ноги согнуты на 90° и закреплены на ширине плеч, пальцы рук сцеплены в замок за головой. Подсчитывается количество правильно выполненных упражнений за 30 сек.	13-18 раз	15-20 раз	17-23 раз	19-26 раз
«Сгибание и разгибание туловища». Из положения лежа на животе, ноги прямые и закреплены на ширине плеч, пальцы рук сцеплены в замок за головой. Подсчитывается количество правильно выполненных упражнений за 30 сек.	14-18 раз	14-29 раз	17-22 раз	18-25 раз
«Подтягивание в висе на перекладине прямым хватом» - мальчики. «Подтягивание в висе на перекладине обратным хватом» - девочки. Подсчитывается количество правильно выполненных подтягиваний.	1-4 раз	2-6 раз	5-10 раз	8-12 раз
«Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола» Подсчитывается количество правильно выполненных упражнений за 30 сек.	5-10 раз	8-12 раз	14-19 раз	20-26 раз

2.6. ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ на 2022-2023 уч. г.

Цели воспитательной работы и способы отслеживания воспитательного результата.

Базовые ценности общества: семья, дружба, сотрудничество, труд, Отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек – формулируют общую цель воспитания, – личностное развитие обучающихся, проявляющееся:

1) в зримых показателях воспитанности: внешнем виде ребенка, мимическом и пластическом образе, речи, поведении, складывающемся из отдельных поступков, в системе взаимоотношений с окружающими, реакции на социальные явления, а также в избирательной деятельности и качественности предметной деятельности;
2) в развитии позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии социально значимых отношений).

Для отслеживания воспитательного результата первого типа используется карта педагогического наблюдения, а для второго – опросник «Личностный рост» в модификации (для 4-8 или 9-11 классов).

Таблица 12

Содержание воспитания

Базовые ценности общества	**Содержание воспитания**	**Шкалы опросника «Личностный рост»**
Отечество	формирование ценностного отношения к Отечеству	отношение к Отечеству
Природа	формирование ценностного отношения к Земле	отношение к Земле
Мир	формирование ценностного отношения к миру	отношение к миру
Труд	формирование ценностного отношения к труду	отношение к труду
Культура	формирование ценностного отношения к культуре	отношение к культуре
Знания	формирование ценностного отношения к знаниям	отношение к знаниям
Семья, дружба, сотрудничество	формирование ценностного отношения к другим людям	отношение к другим людям
Здоровье	формирование ценностного отношения к своему здоровью, своему телесному «Я»	отношение к своему здоровью, своему телесному «Я»
Человек	формирование ценностного отношения к своему внутреннему миру, своему душевному «Я»	отношение к своему внутреннему миру, своему душевному «Я»

Таблица 13

Задачи воспитательной работы и основные формы/методы работы с обучающимися

№	**Задачи**	**Основные формы/методы работы**
1.	использовать в воспитании детей возможности интерактивного учебного занятия	интерактивные и ролевые игры, «мозговой штурм», дебаты и дискуссии, метод проектов, метод ассоциаций и др.
2.	реализовывать воспитательный потенциал образовательной программы через систему внеучебных мероприятий, в том числе через создание ситуаций успеха для детей	деловые и ролевые игры, интерактивные экскурсии, мастер-классы, соревнования и пр.
3.	инициировать и поддерживать детское самоуправление на уровне творческих объединений и МАУ ДО ДЮЦ СТ	выбор старосты группы, руководителя проекта, наставника (из детей), актива коллектива

4.	организовывать профориентационную работу с учащимися.	профессиональная проба, профориентационный тренинг, профессиональное наставничество и др., интерактивные встречи для детей и родителей «Секреты успешного выбора».

Таблица 14

Работа с родителями

№	Задачи	Основные формы/методы работы
1.	увеличение степени вовлеченности родителей в воспитательный процесс, организуемый педагогом и ОУ;	регулярный контакт педагога с родителями (очно и посредством информационно-коммуникационных средств); родительское собрание-презентация (мастер- класс), родительское собрание-конференция, шкатулка актуальных вопросов; интерактивный день открытых дверей в МАУ ДО ДЮЦ СТ;
2.	психолого-педагогическое просвещение родителей;	родительские собрания-практикумы, направленные на освоение родителями конкретных приемов и методов семейного воспитания; шкатулка актуальных вопросов; просветительский онлайн ресурс для педагогов и родителей в группе ВК «Уютный домик»; дискуссионный клуб педагогов и родителей «Воспитываем Вместе»;
3.	организация информирования/демонстрации успехов детей для родителей;	индивидуальные беседы с родителями; интерактивные открытые занятия для родителей; представление фото- и видеоматериалов в соцсети; Фестиваль открытых занятий и мероприятий по работе с родителями «Мы вам рады!», приуроченный ко Дню матери;
4.	организация совместной деятельности детей и родителей, в том числе, направленная на передачу ответственности ребенку, снижение контроля, увеличение автономии;	праздничные события в коллективе (например, Новогодние и Рождественские посиделки с детьми и родителями); «День защитников Дворца»: соревнования ума, силы и творчества среди мужских команд от разных отделов и коллективов (родители, педагоги, обучающиеся) 6+;
5.	информирование родителей о работе педагога-психолога ДД(Ю)Т:	информирование на родительских собраниях, в ходе индивидуальных бесед, посредством информационно-коммуникативных средств и др.;
6.	предоставление родителям возможности участия в со-управлении творческим объединением и МАУ ДО ДЮЦ СТ	организация родительского совета коллектива, стимулирование родителей к участию в Совете родителей учреждения и встречах родителей с администрацией МАУ ДО ДЮЦ СТ «без галстуков».

Таблица 15

Календарный план воспитательных мероприятий

№	Название	Уровень/ статус	Категории участников	Содержание воспитания	Задачи воспитательной работы	Дата и место
1.	Встречи с интересными людьми	Коллектива/открытый	Педагоги, дети, родители.	формирование ценностного отношения к другим людям	Организовывать профориентационную работу с учащимися; увеличение степени вовлеченности родителей в воспитательный процесс, организуемый педагогом и ОУ	01.10.2022, 21.02.2023, МАУ ДО ДЮЦ СТ
2.	Городские соревнования «Туртропа - 2022»	Города/открытый	Педагоги, дети, родители.	формирование ценностного отношения к своему здоровью, своему телесному «Я»	реализовывать воспитательный потенциал образовательной программы через систему внеучебных мероприятий, в том числе через создание ситуаций успеха для детей; демонстрации успехов детей для родителей.	21.09.2022, ЛПЗ
3.	Экскурсия в Управление гражданской защиты	Коллектива/закрытый	Педагоги, дети	формирование ценностного отношения к миру	Организовывать профориентационную работу с учащимися.	09.10.2022, 14.04.2023, МБУ УГЗ
4.	Экскурсия в пожарную часть №37	Коллектива/закрытый	Педагоги, дети	формирование ценностного отношения к Земле	Организовывать профориентационную работу с учащимися.	15.10.2022, 21.04.2023, ПЧ - 37
5.	Городские соревнования по ориентированию «Лабиринт»	Города/открытый Города/открытый	Педагоги, дети, родители.	формирование ценностного отношения к знаниям	реализовывать воспитательный потенциал образовательной программы через систему внеучебных мероприятий, в том числе через создание ситуаций успеха для детей; демонстрации успехов детей для родителей.	15.10.2022, МАУ ДО ДЮЦ СТ
6.	Спортивно-обучающая игра «Юный		Педагоги, дети, родители.	формирование ценностного отношения к	реализовывать воспитательный потенциал	12.11.2022, МАУ ДО ДЮЦ СТ

	спасатель» по программе «Школа безопасности» среди учебных заведений города, посвященная международному Дню толерантности			своему здоровью, своему телесному «Я»	образовательной программы через систему внеучебных мероприятий, в том числе через создание ситуаций успеха для детей; демонстрации успехов детей для родителей.	
7.	Личное первенство по спортивному туризму в закрытых помещениях.	Города/открытый	Педагоги, дети, родители.	формирование ценностного отношения к своему здоровью, своему телесному «Я»	реализовывать воспитательный потенциал образовательной программы через систему внеучебных мероприятий, в том числе через создание ситуаций успеха для детей; демонстрации успехов детей для родителей.	17.12.2022г., МАУ ДО ДЮЦ СТ
8.	Городские соревнования по скалолазанию среди обучающихся начальных классов.	Города/открытый	Педагоги, дети, родители.	формирование ценностного отношения к своему здоровью, своему телесному «Я»	реализовывать воспитательный потенциал образовательной программы через систему внеучебных мероприятий, в том числе через создание ситуаций успеха для детей; демонстрации успехов детей для родителей.	21.01.2023г., МАУ ДО ДЮЦ СТ
9.	Городские соревнования по спортивному туризму. Дистанция «Лыжная»	Города/открытый	Педагоги, дети, родители.	формирование ценностного отношения к своему здоровью, своему телесному «Я»	реализовывать воспитательный потенциал образовательной программы через систему внеучебных мероприятий, в том числе через создание ситуаций успеха для детей; демонстрации	25.02.2023г., МАУ ДО ДЮЦ СТ

					успехов детей для родителей.	
10.	Городские соревнования по боулдерингу.	Города/открытый	Педагоги, дети, родители.	формирование ценностного отношения к своему здоровью, своему телесному «Я»	реализовывать воспитательный потенциал образовательной программы через систему внеучебных мероприятий, в том числе через создание ситуаций успеха для детей; демонстрации успехов детей для родителей.	18.03.2023г., ЛПЗ
11.	Городские соревнования по спортивному туризму в закрытых помещениях (связки)	Города/открытый	Педагоги, дети, родители.	формирование ценностного отношения к своему здоровью, своему телесному «Я»	реализовывать воспитательный потенциал образовательной программы через систему внеучебных мероприятий, в том числе через создание ситуаций успеха для детей; демонстрации успехов детей для родителей.	15.04.2023г., МАУ ДО ДЮЦ СТ

Планируемые результаты воспитательной работы.

- социализация учащихся в ходе командной работы;
- повышение коммуникативной компетенции;
- уважение к истории и культуре регионов России, где осуществляются туристские походы;
- сформированность бережного отношения к природе.

3. Список литературы

Нормативно-правовые документы

1. Конвенция ООН «О правах ребенка» № 44/25 от 20 ноября 1989 г. Ратифицирована Постановлением Верховного Совета СССР от 13 июня 1990 г. № 1559–1. – М., 2005;
2. Конституция Российской Федерации: принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года,— М.: Эксмо, 2013.— 63 с.
3. Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р)
5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017N816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного образования, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.09.2017N 48226)
7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. п 09-3242)
8. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 5мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
11. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 5.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;
12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4

3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
13. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
14. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
15. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
16. Закон Республики Башкортостан «Об образовании»: принят Государственным Собранием - Курултаем Республики Башкортостан 27.06. 2013г.
17. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации, Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
18. Государственная программа «Развитие образования Республики Башкортостан».
19. Письмо Министерства образования и науки российской федерации, департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей от 11 декабря 2006 г. №06-1844.
20. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства РФ N 996-р от 29.05.2015. [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://rg.ru/2015/06/08/vospitanie-dok.html
21. Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования Детско-юношеского центра спорта и туризма городского округа город Нефтекамск Республики Башкортостан от 17.04.2020 года

Основная литература для педагога:

1. ПРАВИЛА ВИДА СПОРТА «СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ» УТВЕРЖДЕНЫ приказом Министерства спорта Российской Федерацииот 22 апреля 2021 г. № 255
2. Методические рекомендации по организации и проведению юношеских и юниорских первенств России, спартакиад и других детско-юношеских всероссийских официальных спортивных мероприятий. 2019г.
3. Стеблецов Е.А. Воронов Ю.С. Севастьянов В.В. Спортивно-оздоровительный туризм и спортивное ориентирование. -М.: Юрайт, 2021г.
4. Константинов, Ю.С. Педагогика школьного туризма: учебно-методическое пособие / Ю.С. Константинов, В.М. Куликов. – М.: ФЦДЮТиК, 2019г. – 401 с.

5. Спортивное скалолазание: правила соревнований. Требования и методические указания/Под ред. А.Е. Пиратинского. - М.: ФСР, 2016г.
6. СоболевС.В.,. Соболева Н.В, Рябинина С.К. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «Дистанции - пешеходные». Изд.: Сибирский федеральный университет.,2019г.
7. Рундквист Н. Урал Сплавы по рекам. 33 маршрута. /М.2017г.
8. Гуревич И.А. Круговая тренировка при развитии физических качеств. - Минск: Высшая школа, 2015г.
9. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. НабатниковойМ.Я.-М.: ФиС, 2016г.
10. Система подготовки спортивного резерва/ Под общ.ред. В.Г. Никитушкина.- М.: МГФСО, ВНИИФК, 2015г.
11. В.Г.Бубнов, Н.В.Бубнова.Инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. М.: Изд-во ГАЛО БУБНОВ, 2015г.

Дополнительная литература для педагога:

1. Бурцев В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования. М., ФЦДЮТиК, 2007. – 120 с.
2. Новиков А.Л. «Учебно-познавательные игры с элементами топографии» В помощь туристскому организатору. М., Федеральный центр детско-юношеского туризма, 2014г.
3. Мохнач Н.Н. Валеология. Конспект лекций. Ростов-на-Дону, 2004г.
4. Буланов Ю.Б. Спортивная медицина. Тверь, 2007г.
5. Никитин С.Т. Управление стрессом. С.-Петербург, 2003г.
6. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Москва, 2004г.
7. Гуревич И.А. Круговая тренировка при развитии физических качеств. – Минск: Высшая школа, 2005.

Литература для детей и родителей

1. Петров Ю.Я. «Жизнь без проблем?! 10 заповедей здоровья и долголетия» Изд. «Автор», 2020г. 160с.
2. Беар Гриллс «Жизнь в дикой природе. Инструкция по выживанию», 2013г.
3. Учебник «Основы Безопасности Жизнедеятельности» 5, 6, 7 класс под общей редакцией Ю.Л. Воробьева – 2-е издание 2012 г.
4. Садикова Н.Б. 1000+1 совет туристу: Школа выживания.- Мн.: Современный литератор, 2002.-352 с.
5. В. С. Новиков, В. Н. Тихомиров, И. А. Губанов, К. В. Киселева «Иллюстрированный определитель растений Средней России», 2013г., 666 с.
6. КРАТКИЙ ОПРЕДЕЛИТЕЛЬ ЖИВОТНЫХ И РАСТЕНИЙ, ВКЛЮЧЕННЫХ В ПРИЛОЖЕНИЯ СИТЕС УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ Издание второе, переработанное (Под редакцией В. Ю. Ильяшенко) МОСКВА, 2018г.
7. Волцит Петр Михайлович, Целлариус Е. Ю. "Животные России. Определитель" Издательство: Аванта, 2019 г.

Интернет-ресурсы:

1. Сайт ФЦДЮТиК https://fcdtk.ru

2. Федерация спортивного туризма России http://www.tssr.ru
3. Тьюторы здорового образа жизни http:// http://zdorov-tutor.ru
4. Все о туризме – туристическая библиотека http://tourlib.net/teor.htm
5. Вестник детско-юношеского туризма и отдыха http://tour-vestnik.ru/aktivnyy-otdyh/
6. Компьютерные игры для спортивного ориентирования http://oren-orient.narod.ru/games.html

Приложение
Дидактические материалы

Задание № 1

Запомни топознаки

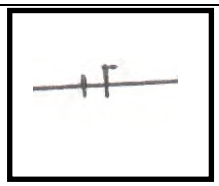
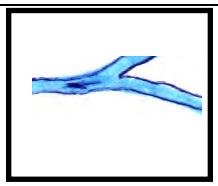
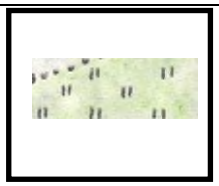
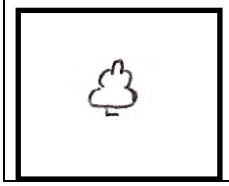
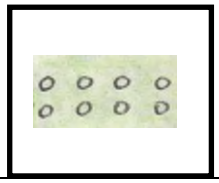
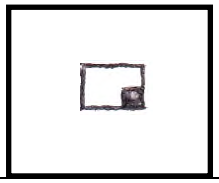
Данное упражнение используется на учебных занятиях и как самостоятельное задание (этап) при проведении игр. Задание может выполнять как команда, так и отдельный воспитанник.

В качестве игрового поля используется лист бумаги формата А3 или А4 (в зависимости от количества топографических знаков), вычерчивается следующая таблица:

1	2	3	4	5
6	**7**	**8**	**9**	**10**

Свободные клеточки поля закрываются карточками с топографическими знаками. Размер каточки должен соответствовать размеру клеточки. Количество клеточек зависит от количества игроков.

Подготовленное к игре поле выглядит следующим образом:

1	2	3	4	5
				
6	**7**	**8**	**9**	**10**
				

Участник игры за определённое время (30 сек., 1 мин) должен запомнить расположение знаков в таблице. После этого вместо убранных педагогом карточек топографических знаков на их место участник выкладывает карточки с названиями топознаков в том же порядке, в котором располагались знаки. В данном случае правильно выполненное задание будет выглядеть так:

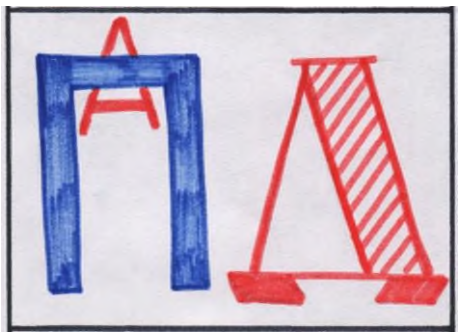
1	**2**	**3**	**4**	**5**
Проходимое болото	Железная дорога	Река	Луг	Овраг
6	**7**	**8**	**9**	**10**
Лиственное дерево	Фруктовый сад	Тропа	Озеро	Постройка

Можно варьировать задание: увеличивать количество топознаков, выкладывать для запоминания их названия. Результат игры определятся по сумме правильно расставленных карточек.

Задание № 2

Определи стороны горизонта

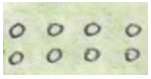
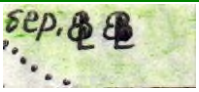
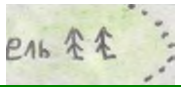
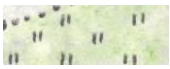
В этом задании предлагается разгадать ребус и определить сторону горизонта.

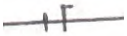


(Ответы: *север, юг, запад, восток*)

Задание № 3 ***Найди соответствие***

В предложенных карточках нужно отгадать загадку и провести стрелочку-указатель от загадки к соответствующему топографическому знаку:

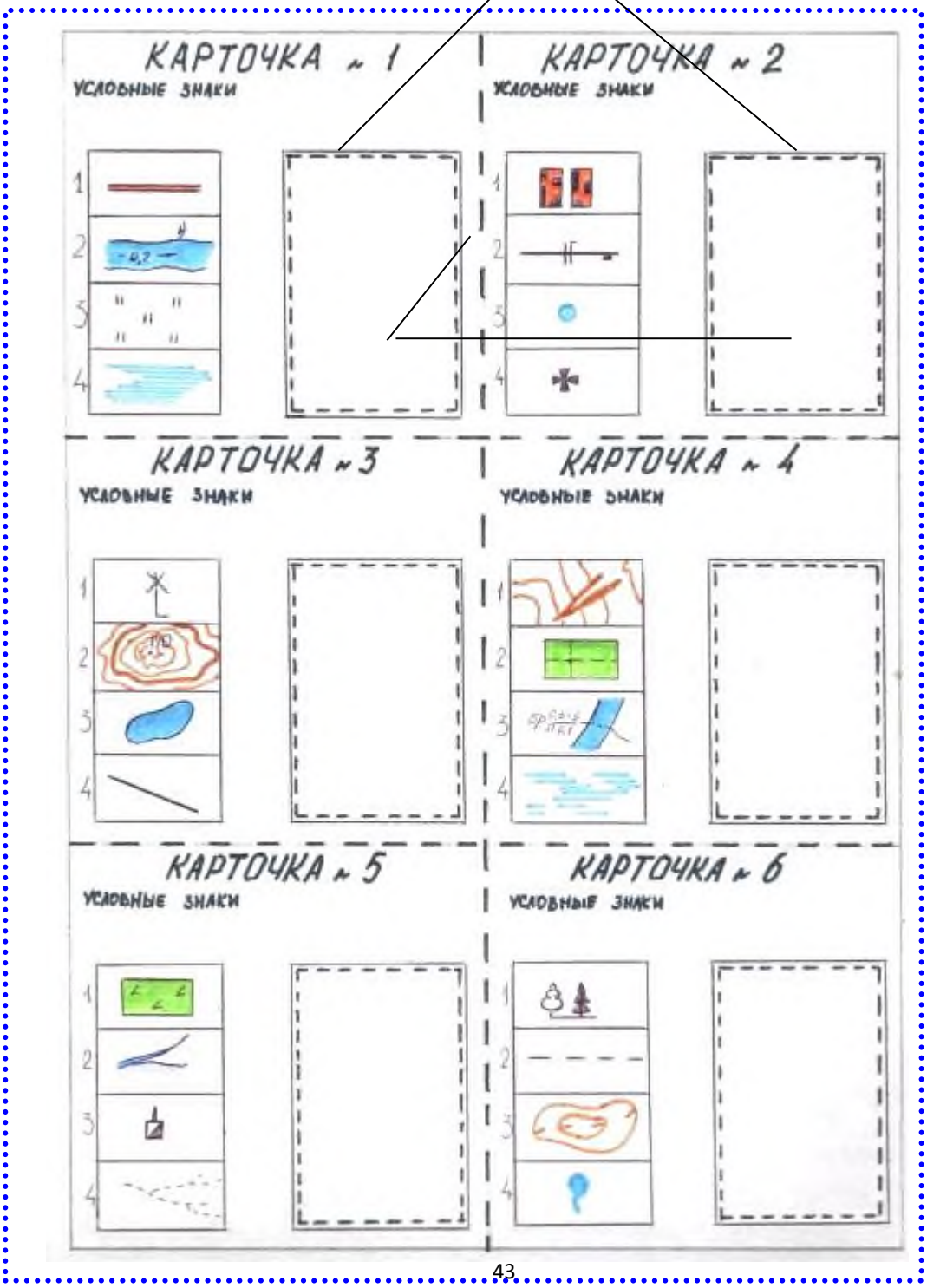
Не проедешь, не пройдёшь – обойдёшь сторонкой. И водицы не попьёшь с синеватой плёнкой. Его весной и летом мы видим одетым. А осенью с бедняжки сорвали все рубашки. Куда бежит – сама не знает, В степи ровна, в лесу плутает, Споткнётся у порога. Что это?..	
Чуть дрожит на ветерке лента на просторе. Узкий кончик в роднике, а широкий – в море. Зимой бело, весной черно, летом зелено, осенью стрижено. Не живая, а идёт, Неподвижна – а ведёт.	 
Он без рук, он без ног из земли пробиться смог. Нас он летом, в самый зной, ледяной поит водой. Мы по ковру идём с тобой, его никто не ткал. Он разостлался сам собой, лежит у речки голубой. Кто, как только жарко станет, шубу на плечи натянет, А нагрянет холод злой – скинет с плеч её долой?	  
Под осоку на песок уронили поясок. И лежит – да не поднять, и бежит – да не поймать. Глядятся в него молодые рябинки, цветные свои	

примеряют косынки, Глядятся в него молодые берёзки, свои поправляют причёски, И месяц, и звёзды – в нём всё отражается… Как это зеркало называется? На ручеёк похожа, ведёт к реке прохожего.	 

Варианты задания № 4

Карточки-задания по топографии

«окошки» для написания ответов



Во всех шести карточках вырезаются окошки. К контрольной карточке прикладывается листок, и ответы записываются непосредственно на него в прорезанных окошках. Обозначение знака должно быть строго напротив топографического знака.

Задание № 5

Топографический диктант

Сад: Когда закладывают сад, Следят за тем, Чтобы деревья были строго в ряд. На карте строгие ряды отражены: На зелёном фоне чёрные кружки изображены.	**Дорога, тропа:** Тропа на карте – полоска тонкая и штриховая, Дорога – полоса потолще и сплошная, Шоссе – хоть и дорога, но уже другая – Две черных линии полоску рыжую обрамляют.
Рельеф: Если хочешь показать ты горы, Не рисуй вершины, ледники. Нарисуй круги горизонталей, Направленья склонов нам укажут бергштрихи.	**Пруд:** На карте пруд на озеро похож – Такой же синий огород, но всё ж… «зубастый» пруд наш. Это от того, что насыпь, дамба – зубики его.
Луг: Кавычки в шахматном порядке На белом фоне – это луг. И если это забываете, ребятки, То топография вам далеко не друг.	**Лес:** Лес бывает смешанным, а бывает хвойным, Может быть и лиственным, очень уж раздольным. Если лес на карте хочешь показать, То попробуй лиственное или хвойное дерево нарисовать.
Лиственный лес: Лиственный лес называется рощей. Как карту рисуешь, так нет знака проще: Два лиственных дерева рядом поставил, Зелёного цвета для фона добавил, А цифры укажут всю информацию – Высоту, густоту данной формации.	**Хвойный лес:** Хвойный лес называется бором. А как он рисуется, скажем все хором: Два хвойных дерева рядом поставим, Зелёного цвета для фона добавим, А цифры укажут нам всю информацию - Высоту, густоту данной формации.
Пашня, огород: Если б раньше надо было огород изобразить, Нам пришлось бы целый год полосочки чертить. А сейчас знак «огород» изображен – Чёрный контур, серый фон.	**Село, город:** Село от города незнающий не отличит – Дороги, улицы, дома, - всё для него молчит. А тот, кто в топографии силён, Тот знает: где деревянные дома, там жёлтый фон. А город где и где постройки каменные, Там будет фон оранжевым.

Река: Голубая лента вьётся. Как же этот знак зовётся?	**Ручей:** Ручеёк как малая река, - Синяя полоска, только очень уж тонка.

Задание № 6

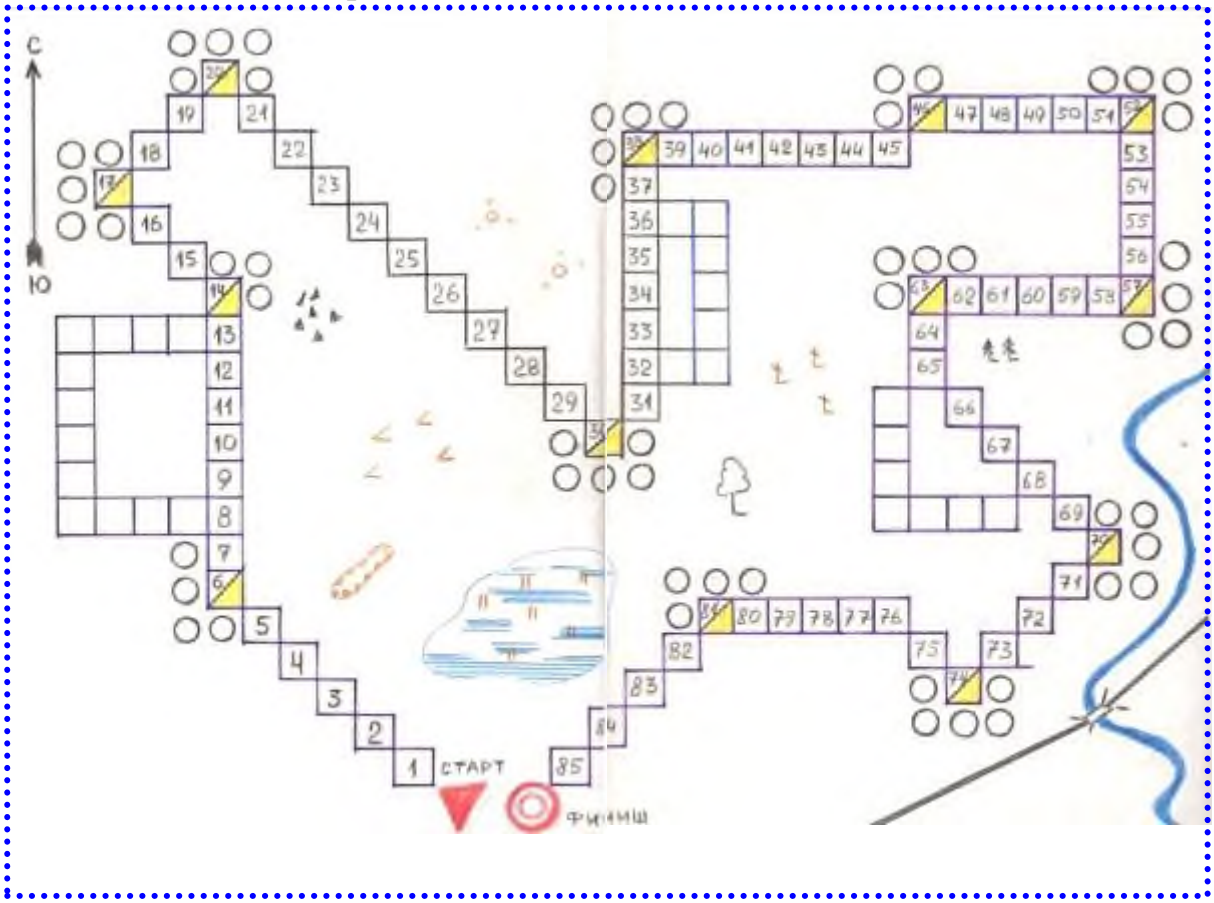
Игра

«Соревнования по спортивному ориентированию в заданном направлении»

В игре могут участвовать двое и более человек. Бросая кубик, участник начинает двигать фишку по трассе соревнования. Если фишка останавливается прямо на КП, участник получает дополнительный ход (за точный выход на КП). Если же фишка не попадает на КП, она должна уходить на дополнительные кружочки (это соответствует тому, что участник не нашел сразу КП и начал его поиск). Только по дополнительным кружочкам к КП участник выходит на трассу соревнования. Если же через дополнительные кружки участник остановился на КП, поощрительного хода он не получает, а двигается по трассе как обычно.

Участники, попавшие на номера 12, 36 и 67, пропускают по два хода. Но при движении по трассе они эти опасные места могут обойти по дополнительным квадратам.

Побеждает тот, кто раньше всех закончит дистанцию.



Задание № 7

Игра

«Соревнования по спортивному ориентированию на маркированной трассе»

В игре могут участвовать несколько человек, каждый участник должен заранее заготовить себе карточку по прилагаемому к карте образцу и фишку. Затем все играющие по очереди бросают кубик и по количеству выпавших очков передвигают свою фишку по трассе соревнования. В том случае, если фишка останавливается точно на КП, участник получает поощрительный дополнительный ход. Если же фишка перешла за пределы КП, участник должен вернуться и поставить свою фишку на пройденный КП, а количество лишних кружочков маршрута после КП (штраф) занести в карточку участника соревнования напротив того номера КП, на котором он остановился.

В конце соревнования карточка соревнования примерно может выглядеть так:

КП 1. – 2

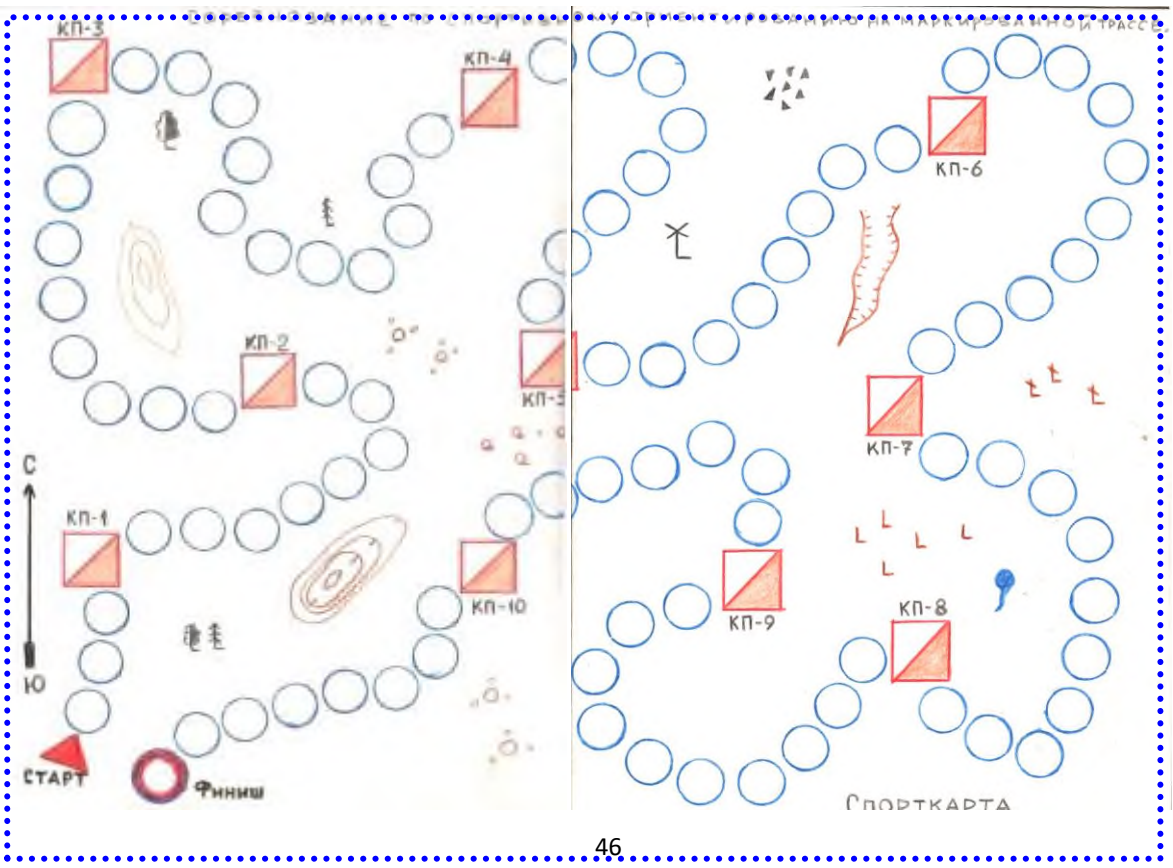
КП 2. – 0

КП 3. – 4 и т. д.

Побеждает тот, кто пройдет дистанцию быстрее всех и получит наименьшее количество штрафных баллов, которые суммируются в карточке участника соревнования.

Карточка участника соревнования

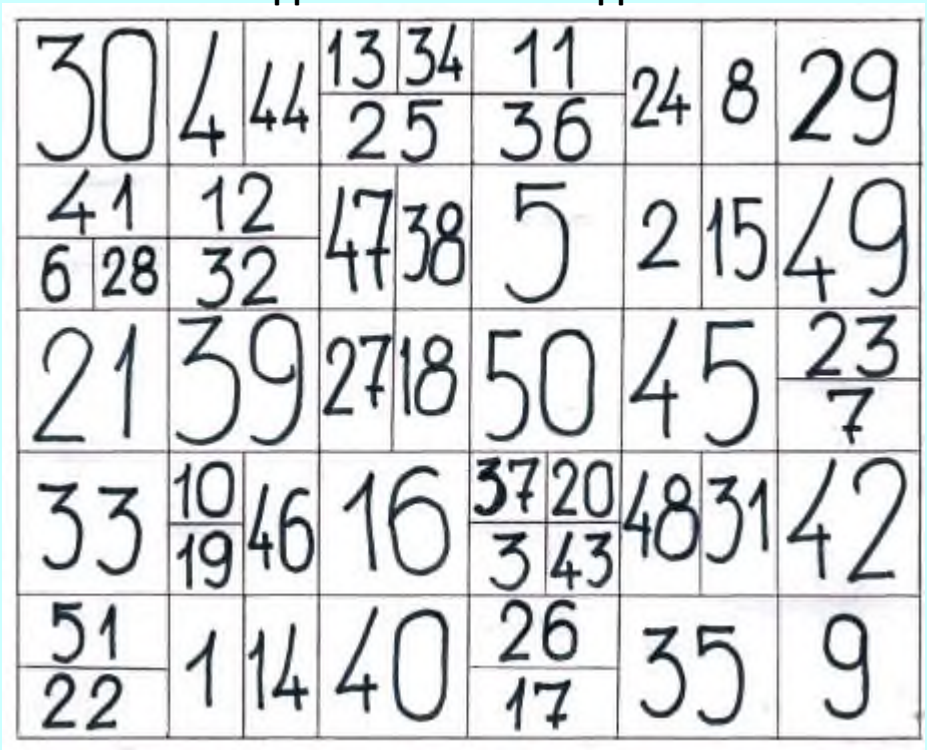
№ КП	Штраф
КП-1	
…	
КП-10	
Всего штрафа	



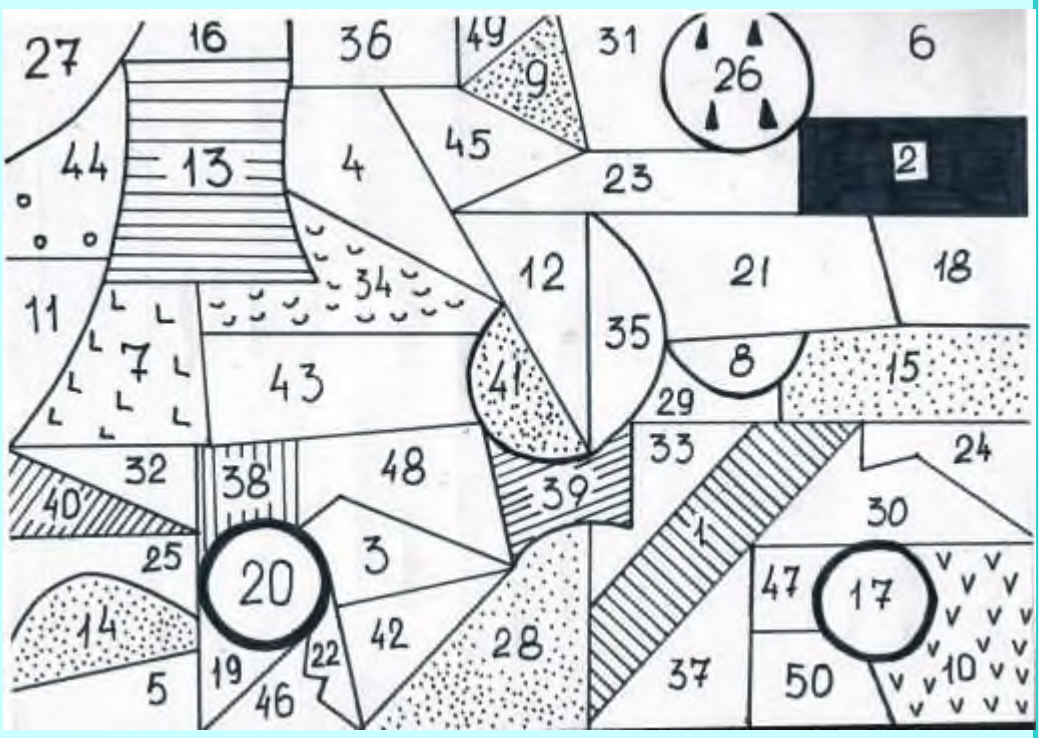
Задание № 8

Упражнения на тренировку памяти, внимания

НАЙДИ ЧИСЛА ОТ 1 ДО 51



НАЙДИ ЧИСЛА ОТ 1 ДО 50



Эти игры с числами можно проводить на время. Таким образом, может получиться соревнование для обучающихся.