

Отдел образования Администрации Тацинского района Ростовской области  
муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования дом детского творчества

**ПРИНЯТО**

на заседании педагогического совета  
протокол от «18» мая 2023г.  
№ 4

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ ДО ДДТ  
Гончарова О.В.  
приказ от «18» мая 2023г.  
№ 140



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
по туризму**

**«Донской туризм»**  
туристско-краеведческая направленность

**Уровень программы:** базовый

**Вид программы:** модифицированная

**Тип программы:** модульная

**Возраст детей:** 12 – 16 лет

**Срок реализации:** 3 года 504 часа

( 1 год - 144 часа, 2 год – 144 часа,  
3 год - 216 часов)

**Разработчик:**

педагог дополнительного образования  
**Севрюгин Владимир Сергеевич**

ст. Тацинская  
2023

## ОГЛАВЛЕНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК. ....	5
2.1 Учебный план, содержание программы, планируемые результаты, календарный учебный график 1 года обучения.....	5
2.2 Учебный план, содержание программы, планируемые результаты, календарный учебный график 2 года обучения .....	12
2.3 Учебный план, содержание программы, планируемые результаты, календарный учебный график 3 года обучения .....	19
III. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....	26
3.1 Условия реализации программы .....	26
3.2 Формы контроля и аттестации .....	26
3.3 Методическое обеспечение .....	26
3.4. Диагностический инструментарий .....	27
IV. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....	28
V. ПРИЛОЖЕНИЯ .....	30

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*Актуальность* образовательной программы «Донской туризм» определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы туристического развития обучающихся. Программа построена на приоритетности воспитательной работы, направленной на развитие интеллекта обучающихся, его морально-волевых и нравственных качеств.

*Отличительные особенности* программы является формирование у обучающихся патриотизма и здорового образа жизни, формирование навыков оказания самопомощи и взаимопомощи.

При написании данной модифицированной программы использовался материал автора Огородников Б.И. «Туризм и спортивное ориентирование в комплексе ГТО». М.: Физкультура и спорт.

### ***Цель программы:***

Формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании занятий туризмом.

В рамках реализации этой общей цели программа ориентируется на решение следующих задач:

### ***Задачи:***

#### **Обучающие:**

- приобретение обучающимися компетентности в туризме и ориентировании на местности;
- обучение навыкам выживания в экстремальных условиях

#### **Развивающие:**

- создание условий для разностороннего развития личности через воспитание патриотизма и гражданской ответственности;
- всестороннее физическое развитие

#### **Воспитывающие:**

- воспитание моральных и волевых качеств;
- воспитание навыков здорового образа жизни.

### **Характеристика программы**

***Направленность*** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Донской туризм» - ***туристско-краеведческая.***

**Тип программы** модульная

**Вид программы** модифицированная

**Уровень освоения**

**Объем и срок освоения программы**

Продолжительность образовательного процесса - 3 года обучения.

Этот период можно определить, как первый этап в приобретении обучающимися основ знаний по технике и тактике туризма и ориентирования на местности. Умение проводить простейшие исследования, делать пешие переходы, оказывать первую медицинскую помощь, ставить палатку, разводить костер.

1 год обучения - 144 часа

2 год обучения – 144 часа

3 год обучения - 216 часов

**Режим занятий**

1 год обучения 2 раза в неделю, по 2 учебным часам (45 минут);

2 год обучения 2 раза в неделю, по 2 учебным часам (45 минут).

3 год обучения – 3 раза в неделю, по 2 учебным часам (45 минут).

**Тип занятий** комбинированный

**Форма обучения:** очная. Основная форма реализации программы – традиционная (занятие, групповая деятельность с элементами индивидуальной работы). Занятия проходят во второй половине дня.

**Адресат программы** - обучающиеся в возрасте 10 - 16 лет.

**Наполняемость группы.** Количество детей в группе – 12-15 человек.

## II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.

#### 2.1 Учебный план, содержание программы, планируемые результаты, календарный учебный график 1 года обучения

##### Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Разделы и темы программы	Количество часов			Форма контроля, аттестации
		теория	практика	всего	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Введение. История родного края</b>				
1.1	Введение в программу	2	-	2	Устный опрос
1.2	Природа родного края	2	2	4	Устный опрос
1.3	Памятные места родного края	2	2	4	Устный опрос
1.4	История казачества на Дону	4	-	4	Тестирование
<b>2</b>	<b>Техника безопасности. Туристическое снаряжение. Топография</b>				
2.1	Техника безопасности туриста Общая физическая подготовка	2	2	4	Зачёт
2.2	Туристическое снаряжение Общая физическая подготовка	2	4	6	Зачёт
2.3	Основы туристической подготовки Общая физическая подготовка	2	2	4	Зачёт
2.4	Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка	4	12	16	Зачёт
2.5	Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимуту Общая физическая подготовка	2	10	12	Зачёт
2.6	Топографические знаки Общая физическая подготовка	2	6	8	Зачёт
2.7	Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	6	6	12	Зачёт
2.8	Правила движения в походе, преодоление препятствий Общая физическая подготовка	2	2	4	Зачёт
2.9	Переправа по клади и вброд Общая физическая подготовка	2	-	2	Зачёт
2.10	Виды туризма Общая физическая подготовка	2	-	2	Зачёт
2.11	Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2	6	8	Зачёт
2.12	Масштаб. Чтение карты. Общая физическая подготовка	2	2	4	Зачёт
2.13	Способы ориентирования на местности	2	6	8	Зачёт

	Общая физическая подготовка				
2.14	Оценка расстояний и времени. Определение времени Общая физическая подготовка	2	-	2	Зачёт
2.15	Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2	6	8	Зачёт
2.16	Техника безопасности в походе Общая физическая подготовка	2	-	2	Зачёт
<b>3</b>	<b>Организация и проведение похода.</b>				
3.1	Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2	10	12	Зачёт
3.2	Знакомство с обычаями и традициями казаков. Общая физическая подготовка	2	2	4	Зачёт
3.3	Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2	8	10	Зачёт
3.4	Итоговое занятие	1	1	2	Тестирование
	<b>Итого:</b>	<b>55</b>	<b>89</b>	<b>144</b>	

### Содержание программы 1 года обучения

#### **1. Тема: Введение в программу**

Теория Виды туризма. ТБ в походе и на занятиях по ТПТ

Практика Игры на знакомство.

#### **2. Тема: Природа родного края**

Теория Беседа о природе родного края и его туристические возможности

Практика Занятия на природе. Правила движения в походе.

#### **3. Тема: Памятные места родного края**

Теория История возникновения хуторов и события истории

Практика Практическое выполнение сбора информации о хуторах

#### **4. Тема: История возникновения казачества на Дону**

Теория История возникновения казачества, развитие казачества на Дону

Практика Занятие в районном краеведческом музее. Казачий этнос. Проведение краеведческих викторин на тему казачества.

#### **5. Тема: Техника безопасности туриста**

Теория Техника безопасности туриста

Практика Правила поведения. Общая физическая подготовка

#### **6. Тема: Туристическое снаряжение**

Теория Туристическое снаряжение

Практика Работа с туристическим снаряжением. Общая физическая подготовка

#### **7. Тема: Основы туристической подготовки**

Теория Физическая подготовка туриста

Практика Установка палаток, оборудования лагеря, приготовление пищи на костре. Общая физическая подготовка

**8. Тема: Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.**

Теория Использование простейших узлов и техника их вязания

Практика Порядок вязки узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка

**9. Тема: Компас: Ориентирование, нахождение предмета по азимуту**

Теория Компас. Устройство и его предназначение

Практика Ориентирование карты по компасу. Нахождение предмета по азимуту. Общая физическая подготовка

**10. Тема: Топографические знаки**

Теория Роль и значение топографических карт

Практика Топографические знаки (15 основных знаков). Работа с картами. Общая физическая подготовка

**11. Тема: Основы гигиены и доврачебная помощь**

Теория Гигиена туриста. Аптечка. Первая медицинская помощь.

Практика Первая медицинская помощь. Приемы транспортировки пострадавшего. Общая физическая подготовка

**12. Тема: Правила движения в походе, преодоление препятствий**

Теория Порядок движения группы на маршруте. Общая характеристика естественных препятствий

Практика Отработка движения колонной. Преодоление крутых склонов, зарослей, завалов. Общая физическая подготовка

**13. Тема: Переправа по кладу и вброд**

Теория Организация само страховки. Правила переправы

Практика Организация переправы по бревну с само страховкой. Общая физическая подготовка

**14. Тема: Виды туризма**

Теория Разновидности туризма: автомобильный, водный горный и велотуризм.

Практика Однодневные экскурсии – путешествия по населенным пунктам. Общая физическая подготовка

**15. Тема: Страховочные узлы**

Теория Верёвки и узлы (проводник, бром токовый, академический)

Практика Верёвки и узлы (проводник, бром токовый, академический). Общая физическая подготовка

**16. Тема: Масштаб. Виды масштаб**

Теория Масштабы топографических карт.

Практика Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Общая физическая подготовка

**17. Тема: Способы ориентирования (по горизонту, по местности, по признакам и т.д.)**

Теория Способы ориентирования. Правила обращения с компасом.

Практика Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде. Общая физическая подготовка

**18. Тема: Оценка расстояний и времени. Определение времени**

Теория Способы измерения расстояний на местности и на карте.

Практика Измерение своего среднего шага. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Общая физическая подготовка.

**19. Тема: Движение по азимуту**

Теория Движение по азимуту

Практика Движение по азимуту в различных условиях. Топографический диктант. Общая физическая подготовка.

**20. Тема: Техника безопасности в походе**

Теория Техника безопасности в походе

Практика Наблюдения в походе. Фотоотчет о походе. Общая физическая подготовка

**21. Тема: Организация и подготовка похода**

Теория Организация и подготовка похода

Практика Привалы и ночлеги, установка и оборудование палатки, оказание первой медицинской помощи, наведение верёвочных переправ. Общая физическая подготовка

**22. Тема: Знакомство с обычаями и традициями казаков.**

Теория Знакомство с обычаями и традициями донских казаков

Практика Знакомство с обмундированием, одеждой, кухней казаков.

Общая физическая подготовка

**23. Тема: Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района**

Теория Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов

Практика Прокладка маршрутов

**24. Тема: Итоговое занятие**

Теория: Викторина " Чему мы научились в объединении"

Подведение итогов туристических походов

Практика: Выполнение творческих работ

**Планируемые результаты 1 года обучения**

**Предметные** - обучающиеся знают основы и правила безопасного поведения на тренировках, в походах и на соревнованиях, основы владения техникой и тактикой туристической подготовки, могут пользоваться компасом, ориентироваться по карте, определять точку стояния и направления движения.

**Личностные** - сформировано ответственное отношение к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к туристско-краеведческой деятельности, формируется уважительное отношение к труду, спорту.

**Метапредметные** - обучающиеся умеют применить на занятиях знания, умеют самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в познавательной деятельности.

**Календарный учебный график образовательной программы  
«Донской турист» 1 года обучения.**

<b>№ п/п</b>	<b>Дата</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-вочасов</b>
1.		Введение в программу	2
2.		Природа родного края	2
3.		Природа родного края	2
4.		Памятные места родного края	2
5.		Памятные места родного края	2
6.		История казачества на Дону	2
7.		История казачества на Дону	2
8.		Техника безопасности туриста Общая физическая подготовка	2
9.		Техника безопасности туриста Общая физическая подготовка	2
10.		Техника безопасности туриста Общая физическая подготовка	2
11.		Туристическое снаряжение Общая физическая подготовка	2
12.		Туристическое снаряжение Общая физическая подготовка	2
		Туристическое снаряжение Общая физическая подготовка	2
13.		Основы туристической подготовки Общая физическая подготовка	2
14.		Основы туристической подготовки Общая физическая подготовка	2
15.		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка	2
16.		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка	2
17.		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка	2
18.		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка	2
19.		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка	2
20.		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка	2
21.		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка	2
22.		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка	2
23.		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимуту. Общая физическая подготовка	2
24.		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимуту. Общая физическая подготовка	2

25.		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимуту. Общая физическая подготовка	2
26.		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимуту. Общая физическая подготовка	2
27.		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимуту. Общая физическая подготовка	2
28.		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимуту. Общая физическая подготовка	2
29.		Топографические знаки Общая физическая подготовка	2
30.		Топографические знаки Общая физическая подготовка	2
31.		Топографические знаки Общая физическая подготовка	2
32.		Топографические знаки Общая физическая подготовка	2
33.		Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
34.		Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
35		Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
36		Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
37		Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
38		Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
39		Правила движения в походе, преодоление препятствий. Общая физическая подготовка	2
40		Правила движения в походе, преодоление препятствий. Общая физическая подготовка	2
41		Переправа по клади и вброд Общая физическая подготовка	2
42		Виды туризма Общая физическая подготовка	2
43		Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2
44		Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2
45		Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2
46		Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2
47		Масштаб. Чтение карты. Общая физическая подготовка	2
48		Масштаб. Чтение карты. Общая физическая подготовка	2
49		Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2
50		Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2
51		Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2

52		Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2
53		Оценка расстояний и времени. Определение времени Общая физическая подготовка	2
54		Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2
55		Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2
56		Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2
57		Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2
58		Техника безопасности в походе Общая физическая подготовка	2
59		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
60		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
61		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
62		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
63		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
64		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
65		Знакомство с обычаями и традициями казаков. Общая физическая подготовка	2
66		Знакомство с обычаями и традициями казаков. Общая физическая подготовка	2
67		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
68		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
69		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
70		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
71		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
72		Итоговое занятие	2

## 2.2 Учебный план, содержание программы, планируемые результаты, календарный учебный график 2 года обучения

### Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Разделы и темы программы	Количество часов			Форма контроля, аттестации
		теория	практика	всего	
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Введение. История родного края</b>				
1.1	Введение в программу	2	-	2	Устный опрос
1.2	Природа родного края	2	2	4	Устный опрос
1.3	Памятные места родного края	2	2	4	Устный опрос
1.4	История казачества на Дону	4	-	4	Тестирование
<b>2</b>	<b>Техника безопасности. Туристическое снаряжение. Топография</b>				
2.1	Техника безопасности туриста Общая физическая подготовка	2	2	4	Зачёт
2.2	Туристическое снаряжение Общая физическая подготовка	2	4	6	Зачёт
2.3	Основы туристической подготовки Общая физическая подготовка	2	2	4	Зачёт
2.4	Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка	4	12	16	Зачёт
2.5	Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимуту Общая физическая подготовка	2	10	12	Зачёт
2.6	Топографические знаки Общая физическая подготовка	2	6	8	Зачёт
2.7	Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	6	6	12	Зачёт
2.8	Правила движения в походе, преодоление препятствий Общая физическая подготовка	2	2	4	Зачёт
2.9	Переправа по кладу и вброд Общая физическая подготовка	2	-	2	Зачёт
2.10	Виды туризма Общая физическая подготовка	2	-	2	Зачёт
2.11	Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2	6	8	Зачёт
2.12	Масштаб. Чтение карты. Общая физическая подготовка	2	2	4	Зачёт
2.13	Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2	6	8	Зачёт
2.14	Оценка расстояний и времени. Определение времени Общая физическая подготовка	2	-	2	Зачёт
2.15	Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2	6	8	Зачёт

2.16	Техника безопасности в походе Общая физическая подготовка	2	-	2	Зачёт
<b>3</b>	<b>Организация и проведение похода.</b>				
3.1	Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2	10	12	Зачёт
3.2	Знакомство с обычаями и традициями казаков. Общая физическая подготовка	2	2	4	Зачёт
3.3	Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тащинского района	2	8	10	Зачёт
3.4	Итоговое занятие	1	1	2	Тестирование
	<b>Итого:</b>	<b>55</b>	<b>89</b>	<b>144</b>	

### Содержание образовательного плана (2 год)

#### **1.Тема: Введение в программу**

Теория Виды туризма. ТБ в походе и на занятиях по ТПТ

Практика Игры на знакомство.

#### **2.Тема: Природа родного края**

Теория Беседа о природе родного края и его туристические возможности

Практика Занятия на природе. Правила движения в походе.

#### **3.Тема: Памятные места родного края**

Теория История возникновения хуторов и события истории

Практика Практическое выполнение сбора информации о хуторах

#### **4.Тема:История возникновения казачества на Дону**

Теория История возникновения казачества, развитие казачества на Дону

Практика Занятие в районном краеведческом музее. Казачий этнос. Проведение краеведческих викторин на тему казачества.

#### **5.Тема:Техника безопасности туриста**

Теория Техника безопасности туриста

Практика Правила поведения. Общая физическая подготовка

#### **6.Тема: Туристическое снаряжение**

Теория Туристическое снаряжение

Практика Работа с туристическим снаряжением. Общая физическая подготовка

#### **7.Тема: Основы туристической подготовки**

Теория Физическая подготовка туриста

Практика Установка палаток, оборудования лагеря, приготовление пищи на костре. Общая физическая подготовка

#### **8.Тема: Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.**

Теория Использование простейших узлов и техника их вязания

Практика Порядок вязки узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка

#### **9.Тема: Компас: Ориентирование, нахождение предмета по азимуту**

Теория Компас. Устройство и его предназначение

Практика Ориентирование карты по компасу. Нахождение предмета по азимуту. Общая физическая подготовка

**10.Тема: Топографические знаки**

Теория Роль и значение топографических карт

Практика Топографические знаки (15 основных знаков). Работа с картами. Общая физическая подготовка

**11.Тема: Основы гигиены и доврачебная помощь**

Теория Гигиена туриста. Аптечка. Первая медицинская помощь.

Практика Первая медицинская помощь. Приемы транспортировки пострадавшего. Общая физическая подготовка

**12.Тема: Правила движения в походе, преодоление препятствий**

Теория Порядок движения группы на маршруте. Общая характеристика естественных препятствий

Практика Отработка движения колонной. Преодоление крутых склонов, зарослей, завалов. Общая физическая подготовка

**13.Тема: Переправа по кладу и вброд**

Теория Организация само страховки. Правила переправы

Практика Организация переправы по бревну с само страховкой. Общая физическая подготовка

**14.Тема: Виды туризма**

Теория Разновидности туризма: автомобильный, водный горный и велотуризм.

Практика Однодневные экскурсии – путешествия по населенным пунктам. Общая физическая подготовка

**15.Тема: Страховочные узлы**

Теория Верёвки и узлы (проводник, бром токовый, академический)

Практика Верёвки и узлы (проводник, бром токовый, академический). Общая физическая подготовка

**16.Тема: Масштаб. Виды масштабов**

Теория Масштабы топографических карт.

Практика Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Общая физическая подготовка

**17.Тема: Способы ориентирования (по горизонту, по местности, по признакам и т.д.)**

Теория Способы ориентирования. Правила обращения с компасом.

Практика Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде. Общая физическая подготовка

**18.Тема: Оценка расстояний и времени. Определение времени**

Теория Способы измерения расстояний на местности и на карте.

Практика Измерение своего среднего шага. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Общая физическая подготовка.

**19.Тема: Движение по азимуту**

Теория Движение по азимуту

Практика Движение по азимуту в различных условиях. Топографический диктант. Общая физическая подготовка.

**20. Тема: Техника безопасности в походе**

Теория Техника безопасности в походе

Практика Наблюдения в походе. Фотоотчет о походе. Общая физическая подготовка

**21. Тема: Организация и подготовка похода**

Теория Организация и подготовка похода

Практика Привалы и ночлеги, установка и оборудование палатки, оказание первой медицинской помощи, наведение верёвочных переправ. Общая физическая подготовка

**22. Тема: Знакомство с обычаями и традициями казаков.**

Теория Знакомство с обычаями и традициями донских казаков

Практика Знакомство с обмундированием, одеждой, кухней казаков.

Общая физическая подготовка

**23. Тема: Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района**

Теория Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов

Практика Прокладка маршрутов

**24. Тема: Итоговое занятие**

Теория: Викторина " Чему мы научились в объединении"

Подведение итогов туристических походов

Практика: Выполнение творческих работ.

**Планируемые результаты 2 года обучения**

**Предметные** - обучающиеся знают основы разработки маршрута похода, графика движения, готовить и ремонтировать туристское снаряжение, оборудовать бивуак, готовить пищу, пользоваться компасом, ориентироваться по карте, определять точку стояния и направления движения.

**Личностные**-сформировано осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку.

**Метапредметные**- обучающиеся владеют основами самоконтроля, самооценки, принятия решений, умеют соотносить свои действия с планируемыми результатами, корректировать их в соответствии с изменяющейся ситуацией.

**Календарный учебный график  
2 года обучения**

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов
1		Введение в программу	2
2		Природа родного края	2

3		Природа родного края	2
4		Памятные места родного края	2
5		Памятные места родного края	2
6		История казачества на Дону	2
7		История казачества на Дону	2
8		Техника безопасности туриста Общая физическая подготовка	2
9		Техника безопасности туриста Общая физическая подготовка	2
10		Техника безопасности туриста Общая физическая подготовка	2
11		Туристическое снаряжение Общая физическая подготовка	2
12		Туристическое снаряжение Общая физическая подготовка	2
13		Туристическое снаряжение Общая физическая подготовка	2
14		Основы туристической подготовки Общая физическая подготовка	2
15		Основы туристической подготовки Общая физическая подготовка	2
16		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
17		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
18		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
19		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
20		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
21		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
22		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
23		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
24		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимутуОбщая физическая подготовка	2
25		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимутуОбщая физическая подготовка	2
26		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимутуОбщая физическая подготовка	2
27		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимутуОбщая физическая подготовка	2
28		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимутуОбщая физическая подготовка	2
29		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимутуОбщая физическая подготовка	2

30	Топографические знаки Общая физическая подготовка	2
31	Топографические знаки Общая физическая подготовка	2
32	Топографические знаки Общая физическая подготовка	2
33	Топографические знаки Общая физическая подготовка	2
34	Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
35	Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
36	Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
37	Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
38	Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
39	Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
40	Правила движения в походе, преодоление препятствий Общая физическая подготовка	2
41	Правила движения в походе, преодоление препятствий Общая физическая подготовка	2
42	Переправа по кладу и вброд Общая физическая подготовка	2
43	Виды туризма Общая физическая подготовка	2
44	Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2
45	Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2
46	Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2
47	Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2
48	Масштаб. Чтение карты. Общая физическая подготовка	2
49	Масштаб. Чтение карты. Общая физическая подготовка	2
50	Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2
51	Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2
52	Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2
53	Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2
54	Оценка расстояний и времени. Определение времени Общая физическая подготовка	2
55	Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2
56	Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2
57	Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2
58	Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2
59	Техника безопасности в походе Общая физическая	2

		подготовка	
60		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
61		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
62		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
63		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
64		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
65		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
66		Знакомство с обычаями и традициями казаков. Общая физическая подготовка	2
67		Знакомство с обычаями и традициями казаков. Общая физическая подготовка	2
68		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
69		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
70		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
71		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
72		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района Итоговое занятие	2

### 2.3 Учебный план, содержание программы, планируемые результаты, календарный учебный график 3 года обучения

#### Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Разделы и темы программы	Количество часов			Форма контроля, аттестации
		теория	практика	всего	
<b>1</b>	<b>Введение. История родного края</b>				
1.1	Введение в программу	2	-	2	Устный опрос
1.2	Природа родного края. История казачества.	2	2	4	Устный опрос
1.3	Казачьи обычаи и традиции	2	2	4	Устный опрос
1.4	История развития и образования станиц и хуторов Тацинского района.	4	-	4	Тестирование
1.5	Основы туристической подготовки Общая физическая подготовка	-	4	4	Зачёт
1.6	Организация туристического быта Общая физическая подготовка	2	4	6	Зачёт

1.7	Привалы и ночлеги Общая физическая подготовка	1	9	10	Зачёт
1.8	Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка	4	12	16	Зачёт
<b>2</b>	<b>Техника безопасности. Туристическое снаряжение. Топография</b>				
2.1	Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимуту Общая физическая подготовка	2	10	12	Зачёт
2.2	Топографические знаки Общая физическая подготовка	2	6	8	Зачёт
2.3	Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	6	6	12	Зачёт
2.4	Правила движения в походе, преодоление препятствий Общая физическая подготовка	-	6	6	Зачёт
2.5	Переправа по клади и вброд Общая физическая подготовка	-	8	8	Зачёт
2.6	Виды туризма Общая физическая подготовка	2	-	2	Зачёт
2.7	Верёвки и узлы (проводник, бром токовый, академический) Общая физическая подготовка	2	10	12	Зачёт
2.8	Масштаб. Чтение карты Общая физическая подготовка	2	4	6	Зачёт
2.9	Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2	16	18	Зачёт
2.10	Оценка расстояний и времени. Определение времени Общая физическая подготовка	2	-	2	Зачёт
2.11	Движение по азимуту Общая физическая подготовка	4	16	20	Зачёт
<b>3</b>	<b>Раздел 3 Организация и проведение похода.</b>				
3.1	Наблюдения в походе. Ведение дневника охрана природы. Общая физическая подготовка	2	6	8	Зачёт
3.2	Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	6	18	24	Зачёт
3.3	Знакомство с полосой препятствий и преодоление ее элементов Общая физическая подготовка	2	6	8	Зачёт
3.4	Прокладка туристических маршрутов по местам казачьих хуторов Общая физическая подготовка	1	17	18	Тестирование
	Итоговое занятие	1	1	2	Тестирование
	<b>ИТОГО:</b>	<b>49</b>	<b>167</b>	<b>216</b>	

## Содержание программы 3года обучения

### **1. Тема: Введение в программу**

Теория Виды туризма. ТБ в походе и на занятиях по ТПТ

Практика Игры на знакомство

### **2. Тема: Природа родного края. История казачества**

Теория Беседа о природе родного края и истории казачества.

Практика Занятия на природе. Правила движения в походе.

### **3. Тема: Казачьи обычаи и традиции**

Теория Знакомство с обычаями и традициями казаков.

Практика Практическое знакомство с казачьим обмундированием и оружием.

### **4. Тема: История развития и образования станиц и хуторов Тащинского района.**

Теория История развития и образования станиц и хуторов Тащинского района.

Природные особенности, известные земляки

Практика Занятие в районном краеведческом музее. Охрана природы и памятников культуры. Проведение краеведческих викторин по теме казачества

### **5. Тема: Основы туристической подготовки**

Теория Личное и групповое туристическое снаряжение

Практика Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за ним и его ремонт. Общая физическая подготовка

### **6. Тема: Организация туристического быта**

Теория Основные требования к месту привала и бивака.

Практика Организация привалов. Правила разведения костра.

Общая физическая подготовка

### **7. Тема: Привалы и ночлеги**

Теория Привалы и ночлеги в походе. Типы и виды костров

Практика Установка палаток, оборудования лагеря, приготовление пищи на костре. Общая физическая подготовка

### **8. Тема: Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.**

Теория Использование простейших узлов и техника их вязания

Практика Порядок вязки узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка.

### **9. Тема: Компас: Ориентирование, нахождение предмета по азимуту**

Теория Компас. Устройство и его предназначение

Практика Ориентирование карты по компасу. Нахождение предмета по азимуту. Общая физическая подготовка

### **10. Тема: Топографические знаки**

Теория Роль и значение топографических карт

Практика Топографические знаки (15 основных знаков). Работа с картами.

Общая физическая подготовка

### **11. Тема: Основы гигиены и доврачебная помощь**

Теория Гигиена туриста. Аптечка. Первая медицинская помощь.

Практика Первая медицинская помощь. Приемы транспортировки пострадавшего. Общая физическая подготовка

**12.Тема: Правила движения в походе, преодоление препятствий**

ТеорияПорядок движения группы на маршруте. Общая характеристика естественных препятствий

ПрактикаОтработка движения колонной. Преодоление крутых склонов, зарослей, завалов. Общая физическая подготовка.

**13Тема: Переправа по кладу и вброд**

ТеорияОрганизация само страховки. Правила переправы

ПрактикаОрганизация переправы по бревну с само страховкой.

Общая физическая подготовка

**14.Тема: Виды туризма**

ТеорияРазновидности туризма:автомобильный, водный горный и велотуризм.

ПрактикаОднодневные экскурсии – путешествияпо населенным пунктам.

Общая физическая подготовка

**15.Тема: Верёвки и узлы**

ТеорияВерёвки и узлы (проводник, бром токовый, академический)

ПрактикаВерёвки и узлы (проводник, бром токовый, академический)

Общая физическая подготовка

**16.Тема: Масштаб. Виды масштабов**

ТеорияМасштабы топографических карт.

ПрактикаУпражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте.

Общая физическая подготовка

**17.Тема: Способы ориентирования (по горизонту, по местности, по признакам и т.д.)**

ТеорияСпособы ориентирования. Правила обращения с компасом.

ПрактикаУпражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде.

Общая физическая подготовка

**18.Тема: Оценка расстояний и времени. Определение времени**

ТеорияСпособы измерения расстояний на местности и на карте.

ПрактикаИзмерение своего среднего шага. Упражнения на прохождение отрезков различной длины.

Общая физическая подготовка

**19.Тема: Движение по азимуту**

ТеорияДвижение по азимуту

ПрактикаДвижение по азимуту в различных условиях. Топографический диктант. Общая физическая подготовка

**19.Наблюдения в походе. Ведение дневника**

ТеорияНаблюдения в походе. Как вести дневник.

ПрактикаНаблюдения в походе. Фотоотчет о походе

Общая физическая подготовка

## **20. Организация и подготовка похода**

Теория Организация и подготовка похода

Практика Привалы и ночлеги, установка и оборудование палатки, оказание первой медицинской помощи, наведение верёвочных переправ.

Общая физическая подготовка

## **21. Знакомство с полосой препятствий и преодоление ее элементов**

Теория Знакомство с полосой препятствий и преодоление ее элементов  
Практика Знакомство с полосой препятствий и преодоление ее элементов.

Общая физическая подготовка

## **22. Прокладка туристических маршрутов по местам казачьих хуторов**

Теория Прокладка туристических маршрутов по местам казачьих хуторов

Практика Прокладка туристических маршрутов, знакомство с обычаями и традициями казаков.

## **24. Тема: Итоговое занятие**

Теория: Викторина " Чему мы научились в объединении"

Подведение итогов туристических походов

Практика: Выполнение творческих работ.

## **Планируемые результаты 3 года обучения**

**Предметные** - обучающиеся знают правила безопасного поведения на тренировках, в походах и на соревнованиях, права и обязанности участников похода, различные виды туристского снаряжения и правила пользования им;

**Личностные** - сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

**Метапредметные** - обучающиеся умеют применить на занятиях знания, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов, определять понятия, обобщать, классифицировать, устанавливать причинно-следственные связи, аналогии, строить логическое рассуждение.

## **Календарный учебный график 3 года обучения**

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов
1		Введение в программу	2
2		Природа родного края	2
3		Природа родного края	2

4		Памятные места родного края	2
5		Памятные места родного края	2
6		История казачества на Дону	2
7		История казачества на Дону	2
8		Техника безопасности туриста Общая физическая подготовка	2
9		Техника безопасности туриста Общая физическая подготовка	2
10		Техника безопасности туриста Общая физическая подготовка	2
11		Туристическое снаряжение Общая физическая подготовка	2
12		Туристическое снаряжение Общая физическая подготовка	2
13		Туристическое снаряжение Общая физическая подготовка	2
14		Основы туристической подготовки Общая физическая подготовка	2
15		Основы туристической подготовки Общая физическая подготовка	2
16		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие. Общая физическая подготовка	2
17		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
18		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
19		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
20		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
21		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
22		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
23		Вязка узлов, основные узлы: булинь, проводник, восьмёрка и другие.Общая физическая подготовка	2
24		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимутуОбщая физическая подготовка	2
25		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимутуОбщая физическая подготовка	2
26		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимутуОбщая физическая подготовка	2
27		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимутуОбщая физическая подготовка	2
28		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимутуОбщая физическая подготовка	2
29		Компас: ориентирование, нахождение предмета по азимутуОбщая физическая подготовка	2

30		Топографические знаки Общая физическая подготовка	2
31		Топографические знаки Общая физическая подготовка	2
32		Топографические знаки Общая физическая подготовка	2
33		Топографические знаки Общая физическая подготовка	2
34		Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
35		Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
36		Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
37		Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
38		Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
39		Основы гигиены и доврачебная помощь Общая физическая подготовка	2
40		Правила движения в походе, преодоление препятствий Общая физическая подготовка	2
41		Правила движения в походе, преодоление препятствий Общая физическая подготовка	2
42		Переправа по кладу и вброд Общая физическая подготовка	2
43		Виды туризма Общая физическая подготовка	2
44		Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2
45		Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2
46		Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2
47		Страховочные узлы. Общая физическая подготовка	2
48		Масштаб. Чтение карты. Общая физическая подготовка	2
49		Масштаб. Чтение карты. Общая физическая подготовка	2
50		Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2
51		Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2
52		Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2
53		Способы ориентирования на местности Общая физическая подготовка	2
54		Оценка расстояний и времени. Определение времени Общая физическая подготовка	2
55		Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2
56		Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2
57		Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2
58		Движение по азимуту Общая физическая подготовка	2
59		Техника безопасности в походе Общая физическая подготовка	2
60		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2

61		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
62		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
63		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
64		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
65		Организация и подготовка похода Общая физическая подготовка	2
66		Знакомство с обычаями и традициями казаков. Общая физическая подготовка	2
67		Знакомство с обычаями и традициями казаков. Общая физическая подготовка	2
68		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
69		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
70		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
71		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района	2
72		Прокладка туристических маршрутов по местам первых казачьих хуторов Тацинского района Итоговое занятие	2

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### **3.1 Условия реализации программы**

##### **Материально-техническое оснащение**

- Страховочный пояс -2 шт
- Каска – 3 шт
- Туристические карабины - 10 шт
- Верёвка (диаметр 2 см, 20м) – 3 шт
- Верёвка страховочная – 3 шт
- Компас – 10 шт
- Компьютер – 1шт
- Экран – 1 шт
- Палатка туристическая -2 шт
- Курвиметр-1 шт

##### **Кадровое обеспечение**

Требования к педагогу дополнительного образования, к уровню образования, квалификации в соответствии с профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

#### **3.2 Формы контроля и аттестации**

Зачет, тестирование.

#### **3.3. Методическое обеспечение**

##### **Подготовка к различным тематическим занятиям требует методическое обеспечение**

Тематические разработки: беседы, практические занятия, игры, конкурсы, эстафеты, подвижные игры с элементами ориентирования, викторины, экскурсии,

##### **Материально-техническое обеспечение:**

- Страховочный пояс
- Каска
- Туристические карабины
- Верёвка (диаметр 2 см, 20м)
- Верёвка страховочная
- Компас
- Компьютер
- Экран
- Палатка туристическая
- Курвиметр

### **Дидактический материал:**

- Дидактические карточки
- Раздаточный материал
- Наглядный материал
- Видеозаписи
- Мультимедийные материалы
- Компьютерные программные средства

### **3.4. Диагностический инструментарий.**

- Контрольные тесты по туризму Приложение 1, Приложение 2

## V. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ (ред. от 14.04.2023) «Об образовании в Российской Федерации» // Собрание законодательства Российской Федерации от 31 декабря 2012 г. N 53.
2. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р. «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года» // Компьютерная справочная правовая система в России - <https://www.consultant.ru/> - 2022 – 14 апреля.
3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 29.12.2022г.).
4. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года» (далее – Концепция).
5. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года».
6. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
9. Письмо Министерства просвещения РФ от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации».
10. Письмо Министерства просвещения РФ от 1 августа 2019 г. № ТС1780/07 «О направлении эффективных моделей дополнительного образования для обучающихся с ОВЗ».
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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 молодежи» (далее – СанПиН).
12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН

1.2.368521 «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»).

13. Альбом карт для спортивного ориентирования. М.: Главное управление геодезии и картографии при Совете министров СССР, 1998.

14. Богатов С.Ф., Крюков О.Г. Спортивное ориентирование. М.: Военное издательство, 2012.

15. Вейялайнен Л. Зелеными маршрутами. М.: Физкультура и спорт, 2018.

4. Геллер Е.М. Игры на переменах для школьников. М.: Физкультура и спорт, 2001.

16. Гуреев Н.В. Активный отдых. М.: Советский спорт, 2021.

17. Елаховский С.Б. Спортивное ориентирование М.: Физкультура и Спорт, 2021.

18. Зак А. Путешествие в Сообразилию, или Как помочь ребенку стать смышленным. // Серия брошюр. М.: НПО Перспектива, 2021.

19. Зубович С.Ф. О первых шагах в ориентировании. Минск.: Полымя, 2003.

20. Коломейцев Ю.А. Взаимоотношения в спортивной команде. М.: Физкультура и спорт, 1994.

21. Лосев А.С. Тренировка ориентировщиков-разрядников. М.: Физкультура и спорт, 1994.

22. Никитин Б.П., Никитина Л.А. Резервы здоровья наших детей. М.: Физкультура и спорт, 1990.

23. Огородников Б.И. Туризм и спортивное ориентирование в комплексе ГТО. М.: Физкультура и спорт, 1993.

24. Огородников Б.И., Кирчо А.Н., Крохин Л.А. Подготовка спортсменов-ориентировщиков. М.: Физкультура и спорт, 2018.

## VI. ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

#### Контрольные тесты по туризму

##### Тест №1

#### Промежуточная аттестация (декабрь)

1. Что такое туризм?

- а) отдых на берегу моря;
- б) путешествие по стране с рюкзаком;
- в) поход в кино.

2. Какой из перечисленных видов не относится к туризму?

- а) пешеходный;
- б) лыжный;
- в) водный;
- г) велосипедный;
- д) авиационный.

3. Какие вещи вы возьмете в поход?



а)



б)



в)

4. Какие действия туриста относятся к правилам личной гигиены?

- а) больше употреблять в пищу неизвестные грибы и ягоды;
- б) употреблять в пищу некипяченую воду;
- в) как можно чаще стирать, вытряхивать, проветривать и просушивать нижнюю и верхнюю одежду.

5. Какое снаряжение относится к личному снаряжению?



а)



б)



в)

6. Для чего нужен костер в походе?

- а) согреться и приготовить пищу;
- б) помечтать;
- в) слиться с природой.

7. К правилам сбора лекарственных растений относятся...

- а) вырывать их с корнем;
- б) оставлять наиболее крупные растения на семена;
- в) обламывать ветви черемухи, рябины, шиповника, калины.

8. Верно ли, что уложенный рюкзак должен быть похож на шар?

- а) да;
- б) нет.

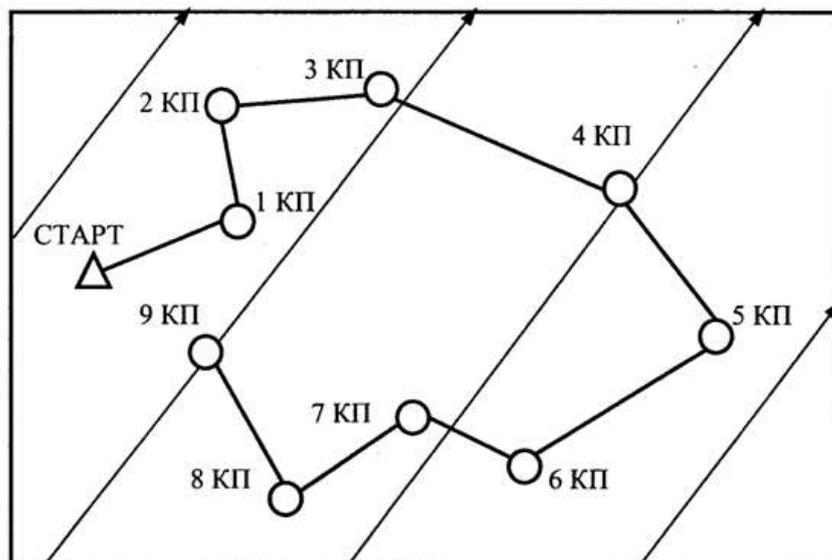
9. Определите, какой туристский узел изображен на рисунке?

- а) встречный;
- б) прямой;
- в) брам-шкотовый.



### Практическое задание

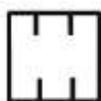
Определить азимут со старта-1 КП-2 КП -и т.д. Результаты записать в таблицу.



Старт - 1 КП		5 КП - 6 КП	
1 КП - 2 КП		6 КП - 7 КП	
2 КП - 3 КП		7 КП - 8 КП	
3 КП - 4 КП		8 КП - 9 КП	
4 КП - 5 КП		9 КП - 10 КП	

Тест №2

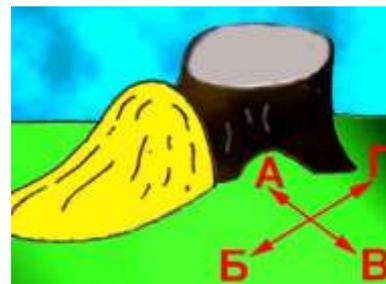
1. Для чего предназначен компас?
  - а) узнать время;
  - б) для ориентирования на местности;
  - в) узнать направление ветра;
  - г) для измерения масштаба карты.
  
2. Что такое бивак?
  - а) участник группы, идущий последним в походной группе;
  - б) место размещения туристской группы для ночлега или отдыха;
  - в) день в походе, предназначенный для отдыха и подготовки группы к дальнейшему движению по маршруту.
  
3. Какие работы относятся к бивачным?
  - а) заготовка дров, оборудование место для костра, установка палаток;
  - б) преодоление естественных препятствия, вязание туристских узлов;
  - в) разработка туристского маршрута, заполнение маршрутной документации
  
4. Разводить костер необходимо...
  - а) по возможности на старом кострище;
  - б) среди деревьев под нависающими ветвями;
  - в) рядом с палатками
  
5. Какие предметы относятся к групповому снаряжению?
  - а) палатка, ремонтный набор, костровое оборудование;
  - б) спальный мешок, рюкзак, топор;
  - в) кружка, медицинская аптечка, накидка от дождя.
  
6. На каком рисунке изображен условный знак – дома лесников?



7. Как должны поступить туристы перед уходом с места бивака?
  - а) мусор аккуратно сложить в кучу и оградить флажками;

- б) весь пластик забрать с собой и выбросить в ближайший контейнер;
- в) весь мусор сжечь в костре.

8. На рисунке изображен муравейник. Где юг?



9. Какие предметы входят в состав ремонтного набора?

- а) иголки, нитки, булавки;
- б) зубная щетка, зубная паста, полотенце;
- в) медикаменты.

### ***Практическое задание***

*Вязать 5 туристских узлов («проводник», «прямой», «проводник-восьмерка», «схватывающий», «встречный»)*

*Преодолеть полосу препятствий (состоящую не менее чем из 5 заданий)*