

Отдел образования администрации Архаринского района
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества»

Принята на заседании
педагогического совета
МБУ ДО «ЦДТ»

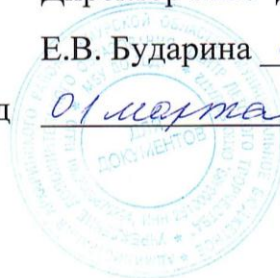
Протокол № 4 от «01» марта 2021 год

Утверждаю

Директор МБУ ДО «ЦДТ»

Е.В. Бударина 

01 марта 2021 год



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

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 8-13 лет

Срок обучения: 1 год (72 часа)

Автор - составитель:

Миринец Светлана Васильевна,
педагог дополнительного образования

Архара, 2021

Оглавление

I. «Комплекс основных характеристик программы»	
Пояснительная записка	стр. 3
Цели и задачи программы	стр. 6
Ожидаемые результаты	стр. 6
Содержание программы	стр. 7
Планируемые результаты	стр. 12
II. «Комплекс организационно-педагогических условий»	
Календарный учебный график	стр. 13
Условия реализации программы	стр. 13
Форма аттестации. Оценочные и методические материалы	стр. 15
Список используемой литературы	стр.17
Приложение	

Пояснительная записка

Спортивный туризм представляет собой туристско-спортивные мероприятия, связанные с организацией и проведением туристских маршрутов и туристских слетов и соревнований в природной среде и на искусственном рельефе на любых технических средствах и без таковых, с познавательными, оздоровительными, спортивными, образовательными и другими средствами. Регулярные занятия спортивным туризмом формируют духовный облик человека, его характер, жизненные ориентиры, отношения к другим людям, к родине, к природе, к труду.

Спортивный туризм в силу специфики деятельности и воспитательной среды предоставляет большие возможности в деле профессиональной ориентации обучающихся. Этому содействуют ролевые позиции обучающихся в туристской группе, устанавливающиеся при получении ими походной должности.

В процессе туристской деятельности расширяется сфера общения обучающихся, происходит приобретение навыков социального воздействия, накопления положительного опыта поведения, создаются благоприятные условия для формирования нравственных качеств личности.

Спортивный туризм способствует всестороннему развитию личности обучающегося, общему оздоровлению организма, укреплению физических и духовных сил, совершенствованию технико-тактического туристского мастерства, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, изучению своего края и воспитывает патриота своей Родины.

Программа составлена в соответствии с современными требованиями и следующими документами:

– ФЗ от 29 декабря 2012г. ФЗ-273 «Об образовании в Российской Федерации»

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

– Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

– Положение о порядке предоставления дополнительного образования детей в муниципальных организациях Архаринского района.

– Устав учреждения.

Актуальность. Данная программа позволяет сформировать у учащихся простейшие туристские навыки по пешеходному туризму, обеспечить безопасные походы и развивать экологическое мировоззрение. Физическая нагрузка, связанная с систематическими движениями на свежем воздухе в любую погоду, оказывает благоприятное влияние на нервную систему и весь организм.

Педагогическая целесообразность. Базовый уровень нацелен на удовлетворение интересов детей в приобретении стартовых знаний о спортивном туризме. Поэтому, в учебно-тренировочный процесс на этапе начальной спортивной специализации необходимо включать упражнения на развитие памяти, внимания, мышления.

Отличительная особенность. Освоение программы позволит обучающимся определить перспективы дальнейших занятий по базовым и углубленным программам в избранном виде туризма. Главным фактором достижения высоких спортивных результатов в ориентировании является способность сохранять высокий уровень психических процессов в условиях

нарастающего физического утомления. Учебный материал рассчитан на повышение уровня всесторонней физической подготовки, совершенствование силы, скорости, общей и специальной выносливости, ловкости и координации движений, овладение основными приёмами ориентирования на местности.

Новизна программы. В реализации программы используются методики по физической подготовке: комплексы упражнений, направленные на развитие специальной выносливости; структура планирования базового микроцикла в предсоревновательный период; адаптированные методики по психологической подготовке спортсменов-туристов.

Направленность: программа относится к туристско-краеведческой.

Уровень программы: базовый.

Адресат программы. Возраст детей, на которых рассчитана программа 8-13 лет.

Для воспитанников этого возраста характерны живой интерес к окружающей жизни, жажда ее познания, огромная восприимчивость к тому, что он узнает самостоятельно и от взрослых. У детей этого возраста заметно повышается произвольность психических процессов – восприятия, мышления и речи, внимания, памяти, воображения. Внимание становится более сосредоточенным, устойчивым (ребенок способен им управлять), в связи с этим развивается способность запоминать: мобилизуя волю, ребенок сознательно старается запомнить правила, последовательность действий при выполнении заданий и т.п. Поведение становится более целенаправленным, целеустремленным. Плановое количество обучающихся три группы по 10-12 человек.

Форма обучения – очная.

Сроки реализации: программа рассчитана на 1 год обучения 72 часа.

В соответствии с СанПиНом 2.4.4.3172-14 длительность одного учебного часа для детей школьного возраста – 45 мин. Занятия проводятся один раз в неделю по два часа, с перерывом в 15 минут. Продолжительность

образовательного процесса 36 учебных недель.

Цель программы: Формирование всесторонне развитой личности средствами туризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, творческого развития и профессионального самоопределения личности.

Задачи:

Образовательные

– обучить умениям и навыкам туристического мастерства пешеходного туризма.

Воспитательные

– воспитывать любовь к родному краю, к окружающей природе, формировать здоровый образ жизни.

Развивающие:

– развивать координацию, выносливость, ловкость.

Ожидаемый результат.

В результате освоения программы обучающийся должен обладать следующими знаниями.

Когнитивные:

– знание правил безопасности жизнедеятельности;

– знание санитарии и личной гигиены туриста-спортсмена, элементарных правил организации туристского быта в полевых условиях и самообслуживания;

– знание основ здорового образа жизни и закаливания организма;

Мотивационно-ценностные:

– умение сформировать собственную позицию, учитывать мнение и интересы других, работать в коллективе.

Деятельностные:

– умение пользоваться туристским снаряжением;

– умение создать комфортные условия в походе;

– умение применять лекарственные препараты;

– умение ориентироваться по природным признакам, работать с компасом и картой.

Содержание программы
Учебно-тематический план

№	Наименование раздела	Количество часов			Контроль
		Теория	Практика	Всего	
1	Введение	1	1	2	Фронтальный опрос
2	Детский пешеходный туризм	1	1	2	Вопрос – ответ «Охрана природы»
	Ходьба – основной способ передвижения в пешем походе	2	2	4	Анализ ситуационных задач.
	Безопасность походов	2	2	4	Анализ ситуационных задач.
	Туристский бивак	4	2	6	Игра – соревнование
	Спортивная подготовка туриста	2	4	8	Анализ ситуационных задач.
	Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему	2	2	4	Тест «Основы медицинских знаний»
	Естественные факторы природы в походе. Закаливание	2	2	4	Анализ ситуационных задач.
	Природа родного края и его история. Краеведческая работа в походе	2	2	4	Вопрос – ответ «Охрана природы»
	Туристское снаряжение	2	2	4	Анализ ситуационных задач.
	Узлы и их применение.	4	4	8	Игра – соревнование
	Карта и местность.	4	6	10	Игра – соревнования
	Ориентирование по компасу	4	4	8	Игра – соревнование
	Сдача контрольных нормативов		4	4	
	ИТОГО:	32	40	72	

Содержание учебного плана

1. Введение. (2 часа)

Беседа о туризме и о работе кружка, о значении туризма для человека. Виды туризма, особенности походов. Рассказы об интересных походах и путешествиях (показ презентации по теме «Туризм»). Законы туристов.

Практическое задание. Сочинение сказок и стихотворений на тему «Туризм».

2. Детский пешеходный туризм. (2 часа)

Беседа о пешеходном туризме и здоровом образе жизни, просмотр презентаций по теме «Туризм – моя мечта». Приобщение детей к романтике походной жизни.

Практическое занятие. Ведение «Дневника туриста»

3. Ходьба – основной способ передвижения в пешем походе. (4 часа)

Начальные формы самоконтроля детей. Техника правильной ходьбы в походе. Движение по ровной, по сильно пересеченной местности, движение по лесу через кустарники и завалы, движение по заболоченной местности, движение по дорогам, по тропам и без троп.

Практическое занятие. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями.

4. Безопасность походов. (4 часа)

Правила безопасного похода. Элементарные приемы оказания первой доврачебной помощи. Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте: значение дисциплины, правильной оценки своих сил и умений. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.

Практическое занятие. Игра эстафета «Правила поведения туристов»

Обязанности направляющего (проводника) и замыкающего. Режим ходового дня и режим на дневке. Правила поведения туристов на коротких привалах.

Практическое занятие. Хронометраж движения группы по маршруту.

5. Туристский бивак. (6 часов)

Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака.

Планировка бивака. Виды и производство хозяйственных работ на биваке (развертывание и свертывание бивака). Графики дежурств на биваках.

Типы костров и их назначение. Костровое оборудование. Выбор и заготовка топлива. Сушка обуви и одежды. Общественно полезная работа на дневках. Охрана природы, Свертывание бивака. Противопожарные меры.

Питание в походе. Что такое калорийность пищи. Примерный набор продуктов питания для туристского похода. Расфасовка, упаковка и переноска продуктов. Что такое меню, как оно составляется. Учет расхода продуктов в пути Водно-солевой режим в походе. Выбор и обеззараживание воды.

Практическое занятие. Просмотр и обсуждение презентации «Туристский бивак» через игру.

6. Спортивная подготовка туриста. (8 часов)

Какие физические и морально-волевые качества необходимы путешественнику. Рассказы о мужестве и находчивости туристов, спортсменов, проявленных ими в годы войны на фронте, в тылу врага и в походах в мирное время.

Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Закаливание, комплекс утренней зарядки, маршевая подготовка, туристские нормативы комплекса ГТО. Упражнения для укрепления и развития рук и плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног. Беговые тренировки. Книги о путешествиях и путешественниках.

Практическое занятие. Нормативы юношеских разрядов по туризму, нормы на звание младшего инструктора по туризму. Подвижные игры и веселые старты.

7. Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему. (6 часов)

Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста.

Купание в походе. Предупреждение охлаждения и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах. Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Транспортировка пострадавшего, питание, режим.

Врачебный контроль и самоконтроль.

Практические занятия. Оказание первой доврачебной помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего.

8. Естественные факторы природы в походе. (4 часа)

Беседа о средствах физического воспитания. Природные явления. Правила поведения туристов во время дождя, грозы.

Практическое занятие. Укрытие бивака от дождя, солнца.

9. Природа родного края и его история. Краеведческая работа в походе. (4 часа)

Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые.

История края, памятные исторические места. Знатные люди края. Роль туристов в охране памятников истории и культуры края.

Охрана природы. Закон об охране природы.

Краеведческая и экскурсионная работа в походах. Ведение путевых записей: личный и групповой дневник, описание пути движения, описание экскурсионного объекта, путевой очерк. Сбор экспонатов и других краеведческих материалов. Подготовка итоговой выставки. Фотографирование в походе.

Практические занятия. Знакомство с картой области (края). «Путешествия» по карте. Подготовка и заслушивание докладов кружковцев о природе и достопримечательностях края. Проведение краеведческих викторин.

Текущий контроль:

10. Туристское снаряжение. (4 часа)

Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста-пешеходника, требования к каждому предмету.

Устройство туристской палатки, стойки и колышки для палаток. Тент к палатке. Уход за снаряжением и его ремонт. Правила укладки рюкзака.

Практические занятия. Укладка рюкзака. Проведение игры «Что взять с собой в поход».

11. Узлы и их применение. (8 часов)

Узлы. Группы узлов, их назначение и применение на практике. Практическое занятие: Вязка узлов и применение их по назначению.

Работа с веревками. Основная и вспомогательная верёвки. Название и применение основных и вспомогательных верёвок. Требования к верёвкам. Практическое занятие: Бухтовка и маркировка верёвки.

12. Карта и местность. (8 часов)

Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейными и числовыми масштабами. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте.

Измерение направлений (азимутов) на карте. Транспортир. Ориентирование на маршруте с помощью карты и компаса.

Практические занятия. Зарисовка топографических знаков (40—50 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. 'Топографический диктант. Разбор топографического диктанта. Повторение плохо усвоенных топографических знаков. Упражнения и задачи на масштаб, на превращение числового масштаба в натуральный.

Проложение на карте маршрута по его текстовому описанию (по легенде). Построение на миллиметровке заданного азимутального маршрута. Измерение на карте азимутов и расстояний заданных линий (маршрутов).

13. Ориентирование по компасу. (6 часов)

Стороны горизонта. Компас и его устройство. Пользование компасом в походе. Азимут. Определение азимута по карте и на местности, азимутальное

кольцо (чертеж). Определение азимута на заданный ориентир, движение группы по азимутам на заданное расстояние.

Определение сторон горизонта по солнцу, звездам и местным признакам.

Практические занятия. Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка). Ориентирование карты по компасу. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.

14. Сдача контрольных нормативов

Сдача контрольных нормативов.

Планируемые результаты

По окончании обучения по программе обучающиеся должны знать:

- виды, задачи туризма;
- требования, предъявляемые к снаряжению;
- технику безопасности на занятиях и в полевых условиях;
- правила прохождения этапов дистанции спортивного туризма в дисциплине «дистанция – пешеходная»;
- меры безопасности во время участия в походах, соревнованиях, полигонных занятиях;
- знать основы гигиены туриста.

Должны уметь:

- надевать страховочную систему, вязать узлы, бухтовать веревки, преодолевать естественные и искусственные препятствия, лично преодолевать этапы 1-2 классов дистанций: спуск, подъем по склону, траверс склона по перилам, переправа по бревну, навесная переправа, переправа по верёвке с перилами, маятниковая переправа, заболоченный участок;
- применять штрафные баллы за неправильные действия на этапах по спортивному туризму в дисциплине «дистанция – пешеходная», подбирать

личное и групповое снаряжение, пользоваться туристским снаряжением, разжигать костры, ставить палатки, укладывать рюкзак, упаковывать и транспортировать продукты, составлять меню;

- комплектовать походную аптечку, уметь применять лекарственные препараты, содержащиеся в аптечке по назначению;

- различать стороны горизонта, ориентироваться по природным признакам, различать условные знаки спортивных и топографических карт, измерять расстояние шагами, работать с компасом.

Календарный учебный график (Приложение №1)

Состав группы	Срок учебного периода (продолжит. обучения)	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество занятий в неделю, продолжит. одного занятия (мин)
1 группа (8-13 лет)	с 6 сентября 2021 г. по 30 мая 2022 г.	36 недель	36 дней	2 занятия по 45 мин (1 ак. ч.)
2 группа (8-13 лет)	с 7 сентября 2021 г. по 24 мая 2022 г.	36 недель	36 дней	2 занятия по 45 мин (1 ак. ч.)
3 группа (8-13 лет)	с 8 сентября 2021 г. по 25 мая 2022 г.	36 недель	36 дней	2 занятия по 45 мин (1 ак. ч.)
4 группа (8-13лет)	с 9 сентября 2021 г. по 26 мая 2022 г.	36 недель	36 дней	2 занятия по 45 мин (1 ак. ч.)

Условия реализации программы

Для реализации программы необходимо наличие:

- отдельного помещения: учебного кабинета оптимальной площади с достаточным количеством посадочных мест и столов;

- компьютерной техники: компьютера, сканера, принтера, а также DVD– проигрывателя, фото- и видеокамер, телевизора.

Для занятий по спортивному ориентированию:

- компасы всех видов – от простейших (компас «Андрианова») до современных «на плате» и «на палец»;

- карточки для отметок КП;

- спортивные карты различных участков местности;

- карточки с условными знаками спортивных карт.

Для занятий по физической подготовке:

- спортивный инвентарь (мячи, скакалки, эспандеры и др.);

Кадровое обеспечение. Для реализации программы требуется педагог дополнительного образования, имеющий высшее или среднее профессиональное образование без предъявления к стажу педагогической работы или лицо, не имеющее соответствующего образования, но обладающее достаточным практическим опытом, знаниями, умениями и выполняющее качественно и в полном объеме возложенные на него должностные обязанности.

Материально-технические условия реализации программы

Построение программы позволяет систематично решать поставленные перед педагогом задачи. О формах занятий, методах и приемах, применяемых при проведении занятий, подробно изложено в пояснительной записке.

Задачи, определенные программой, решаются при помощи методического обеспечения.

На начальном этапе подготовки обучаемым прививается интерес к занятиям спортивным туризмом (группа дисциплин - дистанции) и спортивным ориентированием. Объяснения теоретического материала рекомендуется проводить с использованием DVD и видеофильмов. Кроме того, различные разделы фильмов могут использоваться на протяжении всех лет обучения. Приобретенные теоретические знания, обучающиеся закрепляют практически. Проводится разносторонняя общефизическая подготовка, которая осуществляется преимущественно в игровой форме.

Формы и методы реализации программы.

– метод поисково-исследовательский (работа с выполнением различных заданий на экскурсиях и походах);

– метод самореализации (участие в соревнованиях, походах, экскурсиях).

– метод контроля (врачебный, самоконтроль, роста динамики спортивных показателей);

– метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания;

– методы словесный (рассказ, объяснение, беседа, диспут);

– метод наглядные (демонстрация, показ - плакатов, рисунков, схем, графических изображений, карт, видеофильмов, приемов работы);

– метод практический (работа с книгой, справочной литературой, дидактическим материалом, нормативно-правовыми документами, выполнение заданий, упражнений по спортивному ориентированию, технике туризма).

Формы работы:

– теоретические занятия в помещении;

– практические занятия в помещении;

– практические занятия на местности, экскурсии;

– тренировки на местности;

– однодневные походы;

– проведение соревнований по туризму, ориентированию, топографии;

– викторины, спортивные игры, эстафеты, мини-соревнования.

Занятия проводятся с использованием различных *форм организации учебной деятельности* (групповая, массовая, индивидуальная). Разные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса детей к обучению.

Формы аттестации, оценочные и методические материалы

Формы отслеживания и фиксации результатов:

– протоколы результатов промежуточной и итоговой аттестации;

– индивидуальная карта обучающегося;

– журнал посещаемости;

– отзывы детей и родителей.

Учет индивидуально-психологических особенностей и состояний, обучающихся проводится с помощью диагностик. Вводный контроль

осуществляется на первом занятии в форме опроса, анкетирования, наблюдения, творческой работы.

Текущий контроль осуществляется в форме анализа продуктов деятельности обучающихся, проводится на каждом занятии по определённым критериям и индивидуальной карты обучающегося, которую дети заполняют по мере освоения программы, тем самым проводя самоанализ творческих достижений.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольного практического занятия и тестирования с целью выявления уровня владения теоретическими знаниями, приобретёнными в ходе освоения программы. Итоговая аттестация проводится в форме тестирования, контрольного практического занятия.

Способы проверки:

- игра-викторина,
- туристическая игра,
- деловая игра,
- конкурс,
- тест,
- тест-азимут.

Список литературы

Литература для педагога

1. Воронов, Ю.С. Программа для системы дополнительного образования детей «Спортивное ориентирование» / Ю.С. Воронов. - М. :ЦДЮТур, 2015.
2. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Безопасность уроков, соревнований и походов: Метод. Пособие. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003.- 96 с. – (Портфель учителя).
3. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности»: Учеб. – метод. пособие - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 160 с.: ил.
4. Моргунова, Т.В. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию: Учеб. - метод. пособие /Т.В. Моргунова. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003 – 92с.

Литература для обучающихся

1. Макнаб К. Выживание в дикой природе. /Крис Макнаб.- Пер.с англ К.Ткаченко. – М.: ФАИР _ ПРЕСС, 2003.-336 с.: ил – (На грани экстрима).
2. Справочник туриста. /Сост. Паутов В.А. – М.: Рипол классик, 2003.- 448 с. - (Домашние советы)
3. Усков А.С. Практика туристских путешествий. Учебное пособие по туризму и краеведению. – Спб.: Творческий учебный центр «Геос», 2015-264с., илл.

Литература для родителей

1. Переверзева Н.Г., Образовательная программа туристского объединения детей и подростков «Стрежень», г. Благовещенск, 2003 - 39 с.
2. Регламент по виду спорта «Спортивный туризм». Регламент проведения соревнований по группе дисциплин «дистанция - пешеходная» [Текст] / Туристско-спортивный союз России. – М., 2009 – 18 с.
3. Теория и методика спортивного туризма: учебник\ Под редакцией В.А. Таймазова и Ю.Н. Федотова. – М.: Советский спорт – 2014 – 424с.: ил.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК РАБОТЫ
1 группа программа «Спортивный туризм. Дистанция пешеходная»

№ п/п	месяц число	Время прове- дения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Формы и виды контроля
Тема 1. Вводная часть (2 часа).							
1.	06.09. 2021	15.00	Беседа, практическое задание.	2	Беседа о туризме и о работе кружка, о значении туризма для человека. Сочинение сказок и стихотворений на тему «Туризм».	Учебный кабинет	Устный опрос
2. Детский пешеходный туризм. (2 часа)							
2.	13.09. 2021	15.00	Беседа, практика. Практическое занятие.	2	Беседа о пешеходном туризме и здоровом образе жизни, просмотр презентаций по теме «Туризм – моя мечта». Ведение «Дневника туриста»	Учебный кабинет	Устный опрос
3. Ходьба – основной способ передвижения в пешем походе. (4 часа)							
3.	20.09. 2021	15.00	Беседа. Разбор ситуаций	2	Начальные формы самоконтроля детей. Техника правильной ходьбы в походе.	Учебный кабинет	Вопрос – ответ
4.	27.09. 2021	15.00	Практика.	2	Практическое занятие. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями.	Парк, сопка.	Текущий контроль.
4. Безопасность походов. (4 часа)							
5.	04.10. 2021	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов	2	Правила безопасного похода. Элементарные приемы оказания первой доврачебной помощи. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.

6.	11.10.2021	15.00	Практика	2	Практическое занятие. Игра эстафета «Правила поведения туристов» Практическое занятие. Хронометраж движения группы по маршруту.	Парк, сопка.	Вопрос – ответ.
5. Туристский бивак. (6 часов)							
7.	18.10.2021	15.00	Беседа. Презентация	2	Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Питание в походе	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
8.	25.10.2021	15.00	Просмотр видео роликов.	2	Типы костров и их назначение. Костровое оборудование	Парк	Текущий контроль.
9.	01.11.2021	15.00	Беседа.	2	Практическое занятие. Просмотр и обсуждение презентации «Туристский бивак» через игру	Учебный кабинет, парк	Текущий контроль.
6. Спортивная подготовка туриста. (8 часов)							
10.	08.11.2021	15.00	Просмотр видео роликов.	2	Какие физические и морально-волевые качества необходимы путешественнику. Рассказы о мужестве и находчивости туристов, спортсменов, проявленных ими в годы войны на фронте, в тылу врага и в походах в мирное время.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
11.	15.11.2021	15.00	Практическое занятие.	2	Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Закаливание, комплекс утренней зарядки, маршевая подготовка, туристские нормативы комплекса ГТО.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
12.	22.11.2021	15.00	Практическое занятие.	2	Упражнения для укрепления и развития рук и плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног. Беговые тренировки. Книги о путешествиях и путешественниках.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
13.	29.11.2021	15.00	Практическое занятие.	2	Практическое занятие. Нормативы юношеских разрядов по туризму, нормы на звание младшего инструктора по туризму. Подвижные игры и веселые старты.	Парк	Анализ ситуаций
7. Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему. (4 часа)							
14.	06.12.2021	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.

15.	13.12.2021	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Практические занятия. Оказание первой доврачебной помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
8. Естественные факторы природы в походе. (4 часа)							
16.	20.12.2021	15.00	Просмотр видео роликов.	2	Беседа о средствах физического воспитания. Природные явления. Правила поведения туристов во время дождя, грозы.	Учебный кабинет.	Наблюдение.
17.	27.12.2021	15.00	Практическое занятие.	2	Практическое занятие. Укрытие бивака от дождя, солнца.	Учебный кабинет.	Наблюдение.
9. Природа родного края и его история. Краеведческая работа в походе. (8 часов)							
18.	10.01.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Охрана природы. Закон об охране природы.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
19.	17.01.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Краеведческая и экскурсионная работа в походах. Ведение путевых записей: личный и групповой дневник, описание пути движения, описание экскурсионного объекта, путевой очерк.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
20.	24.01.2022	15.00	Практические занятия	2	«Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
21.	31.01.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Сбор экспонатов и других краеведческих материалов. Подготовка итоговой выставки. Фотографирование в походе.	Сопка	Текущий контроль.
10. Туристское снаряжение. (4 часа)							
22.	07.02.2022	15.00	Беседа.	2	Групповое, личное и специальное снаряжение туристов.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
23.	14.02.2022	15.00	Практическое занятие	2	Устройство туристской палатки, стойки и колышки для палаток. Тент к палатке. Уход за снаряжением и его ремонт. Правила укладки рюкзака.		Текущий контроль.
11. Узлы и их применение. (8 часов)							
24.	21.02.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Узлы. Группы узлов, их назначение и применение на практике.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.

25.	28.02. 2022	15.00	Практическое занятие.	2	Вязка узлов и применение их по назначению.	Парк	Вопрос – ответ.
26.	07.03. 2022	15.00	Практическое занятие	2	Работа с веревками. Основная и вспомогательная верёвки.	Сопка	Текущий контроль.
27.	14.03. 2022	15.00	Практическое занятие:	2	Укладка рюкзака. Проведение игры «Что взять с собой в поход».	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
12. Карта и местность. (8 часов)							
28.	21.03. 2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Знакомство с топографической картой и топографическими знаками.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
29.	28.03. 2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Ориентирование на маршруте с помощью карты.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
30.	04.04. 2022	15.00	Практические занятия.	2	Зарисовка топографических знаков (40—50 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. Топографический диктант.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
31.	11.04. 2022	15.00	Практические занятия.	2	Упражнения и задачи на масштаб, на превращение числового масштаба в натуральный.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
13. Ориентирование по компасу. (6 часов)							
32.	18.04. 2022	15.00	Практическое занятие.	2	Стороны горизонта. Компас и его устройство. Пользование компасом в походе. Азимут.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
33.	25.04. 2022	15.00	Практическое занятие.	2	Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам.	Парк.	Текущий контроль.
34.	16.05. 2022	15.00	Практическое занятие.	2	Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.	Парк.	Текущий контроль.
14. Сдача контрольных нормативов							
35.	23.05. 2022	15.00	Практическое занятие.	2	Сдача контрольных нормативов.	Парк.	Текущий контроль.
36.	30.05. 2022	15.00	Практическое занятие.	2	Сдача контрольных нормативов.	Парк.	Текущий контроль.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК РАБОТЫ
2 группа программа «Спортивный туризм. Дистанция пешеходная»

№ п/п	месяц число	Время прове- дения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Формы и виды контроля
Тема 1. Вводная часть (2 часа).							
1.	07.09. 2021	15.00	Беседа, практическое задание.	2	Беседа о туризме и о работе кружка, о значении туризма для человека. Сочинение сказок и стихотворений на тему «Туризм».	Учебный кабинет	Устный опрос
2. Детский пешеходный туризм. (2 часа)							
2.	14.09. 2021	15.00	Беседа, практика. Практическое занятие.	2	Беседа о пешеходном туризме и здоровом образе жизни, просмотр презентаций по теме «Туризм – моя мечта». Ведение «Дневника туриста»	Учебный кабинет	Устный опрос
3. Ходьба – основной способ передвижения в пешем походе. (4 часа)							
3.	21.09. 2021	15.00	Беседа. Разбор ситуаций	2	Начальные формы самоконтроля детей. Техника правильной ходьбы в походе.	Учебный кабинет	Вопрос – ответ
4.	28.09. 2021	15.00	Практика.	2	Практическое занятие. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями.	Парк, сопка.	Текущий контроль.
4. Безопасность походов. (4 часа)							
5.	05.10. 2021	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов	2	Правила безопасного похода. Элементарные приемы оказания первой доврачебной помощи. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
6.	12.10. 2021	15.00	Практика	2	Практическое занятие. Игра эстафета «Правила поведения туристов» Практическое занятие. Хронометраж движения группы по маршруту.	Парк, сопка.	Вопрос – ответ.
5. Туристский бивак. (6 часов)							

7.	19.10. 2021	15.00	Беседа. Презентация	2	Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Питание в походе.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
8.	26.10. 2021	15.00	Просмотр видео роликов.	2	Типы костров и их назначение. Костровое оборудование.	Парк	Текущий контроль.
9.	02.11. 2021	15.00	Беседа.	2	Практическое занятие. Просмотр и обсуждение презентации «Туристский бивак» через игру	Учебный кабинет, парк	Текущий контроль.
6. Спортивная подготовка туриста. (8 часов)							
10.	09.11. 2021	15.00	Просмотр видео роликов.	2	Какие физические и морально-волевые качества необходимы путешественнику. Рассказы о мужестве и находчивости туристов, спортсменов, проявленных ими в годы войны на фронте, в тылу врага и в походах в мирное время.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
11.	16.11. 2021	15.00	Практическое занятие.	2	Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Закаливание, комплекс утренней зарядки, маршевая подготовка, туристские нормативы комплекса ГТО.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
12.	23.11. 2021	15.00	Практическое занятие.	2	Упражнения для укрепления и развития рук и плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног. Беговые тренировки. Книги о путешествиях и путешественниках.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
13.	30.11. 2021	15.00	Практическое занятие.	2	Практическое занятие. Нормативы юношеских разрядов по туризму, нормы на звание младшего инструктора по туризму. Подвижные игры и веселые старты.	Парк	Анализ ситуаций
7. Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему. (4 часа)							
14.	07.12. 2021	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
15.	14.12. 2021	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Практические занятия. Оказание первой доврачебной помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
8. Естественные факторы природы в походе. (4 часа)							
16.	21.12. 2021	15.00	Просмотр видео роликов.	2	Беседа о средствах физического воспитания. Природные явления. Правила поведения туристов во время дождя, грозы.	Учебный кабинет.	Наблюдение.

17.	28.12.2021	15.00	Практическое занятие.	2	Практическое занятие. Укрытие бивака от дождя, солнца.	Учебный кабинет.	Наблюдение.
9. Природа родного края и его история. Краеведческая работа в походе. (8 часов)							
18.	11.01.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Охрана природы. Закон об охране природы.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
19.	18.01.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Краеведческая и экскурсионная работа в походах. Ведение путевых записей: личный и групповой дневник, описание пути движения, описание экскурсионного объекта, путевой очерк.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
20.	25.01.2022	15.00	Практические занятия	2	«Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
21.	01.02.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Сбор экспонатов и других краеведческих материалов. Подготовка итоговой выставки. Фотографирование в походе.	Сопка	Текущий контроль.
10. Туристское снаряжение. (4 часа)							
22.	08.02.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Групповое, личное и специальное снаряжение туристов.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
23.	15.02.2022	15.00	Практическое занятие	2	Устройство туристской палатки, стойки и колышки для палаток. Тент к палатке. Уход за снаряжением и его ремонт. Правила укладки рюкзака.		Текущий контроль.
11. Узлы и их применение. (8 часов)							
24.	22.02.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Узлы. Группы узлов, их назначение и применение на практике.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
25.	01.03.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Вязка узлов и применение их по назначению.	Парк	Вопрос – ответ.
26.	15.03.2022	15.00	Практическое занятие	2	Работа с веревками. Основная и вспомогательная верёвки.	Сопка	Текущий контроль.
27.	22.03.2022	15.00	Практическое занятие:	2	Укладка рюкзака. Проведение игры «Что взять с собой в поход».	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
12. Карта и местность. (8 часов)							

28.	29.03.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Знакомство с топографической картой и топографическими знаками.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
29.	05.04.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Ориентирование на маршруте с помощью карты.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
30.	12.04.2022	15.00	Практические занятия.	2	Зарисовка топографических знаков (40—50 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. Топографический диктант.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
31.	19.04.2022	15.00	Практические занятия.	2	Упражнения и задачи на масштаб, на превращение числового масштаба в натуральный.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
13. Ориентирование по компасу. (6 часов)							
32.	26.04.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Стороны горизонта. Компас и его устройство. Пользование компасом в походе. Азимут.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
33.	03.05.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам.	Парк.	Текущий контроль.
34.	10.05.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.	Парк.	Текущий контроль.
14. Сдача контрольных нормативов							
35.	17.05.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Сдача контрольных нормативов.	Парк.	Текущий контроль.
36.	24.05.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Сдача контрольных нормативов.	Парк.	Текущий контроль.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК РАБОТЫ
3 группа программа «Спортивный туризм. Дистанция пешеходная»

№ п/п	месяц число	Время прове- дения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Формы и виды контроля
Тема 1. Вводная часть (2 часа).							
1.	08.09. 2021	15.00	Беседа, практическое задание.	2	Беседа о туризме и о работе кружка, о значении туризма для человека. Сочинение сказок и стихотворений на тему «Туризм».	Учебный кабинет	Устный опрос
2. Детский пешеходный туризм. (2 часа)							
2.	15.09. 2021	15.00	Беседа, практика. Практическое занятие.	2	Беседа о пешеходном туризме и здоровом образе жизни, просмотр презентаций по теме «Туризм – моя мечта». Ведение «Дневника туриста»	Учебный кабинет	Устный опрос
3. Ходьба – основной способ передвижения в пешем походе. (4 часа)							
3.	22.09. 2021	15.00	Беседа. Разбор ситуаций	2	Начальные формы самоконтроля детей. Техника правильной ходьбы в походе.	Учебный кабинет	Вопрос – ответ
4.	29.09. 2021	15.00	Практика.	2	Практическое занятие. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями.	Парк, сопка.	Текущий контроль.
4. Безопасность походов. (4 часа)							
5.	06.10. 2021	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов	2	Правила безопасного похода. Элементарные приемы оказания первой доврачебной помощи. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
6.	13.10. 2021	15.00	Практика	2	Практическое занятие. Игра эстафета «Правила поведения туристов» Практическое занятие. Хронометраж движения группы по маршруту.	Парк, сопка.	Вопрос – ответ.
5. Туристский бивак. (6 часов)							

7.	20.10.2021	15.00	Беседа. Презентация	2	Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Питание в походе.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
8.	27.10.2021	15.00	Просмотр видео роликов.	2	Типы костров и их назначение. Костровое оборудование.	Парк	Текущий контроль.
9.	03.11.2021	15.00	Беседа.	2	Практическое занятие. Просмотр и обсуждение презентации «Туристский бивак» через игру	Учебный кабинет, парк	Текущий контроль.
6. Спортивная подготовка туриста. (8 часов)							
10.	10.11.2021	15.00	Просмотр видео роликов.	2	Какие физические и морально-волевые качества необходимы путешественнику. Рассказы о мужестве и находчивости туристов, спортсменов, проявленных ими в годы войны на фронте, в тылу врага и в походах в мирное время.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
11.	17.11.2021	15.00	Практическое занятие.	2	Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Закаливание, комплекс утренней зарядки, маршевая подготовка, туристские нормативы комплекса ГТО.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
12.	24.11.2021	15.00	Практическое занятие.	2	Упражнения для укрепления и развития рук и плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног. Беговые тренировки. Книги о путешествиях и путешественниках.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
13.	29.11.2021	15.00	Практическое занятие.	2	Практическое занятие. Нормативы юношеских разрядов по туризму, нормы на звание младшего инструктора по туризму. Подвижные игры и веселые старты.	Парк	Анализ ситуаций
7. Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему. (4 часа)							
14.	08.12.2021	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
15.	15.12.2021	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Практические занятия. Оказание первой доврачебной помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
8. Естественные факторы природы в походе. (4 часа)							
16.	22.12.2021	15.00	Просмотр видео роликов.	2	Беседа о средствах физического воспитания. Природные явления. Правила поведения туристов во время дождя, грозы.	Учебный кабинет.	Наблюдение.

17.	29.12.2021	15.00	Практическое занятие.	2	Практическое занятие. Укрытие бивака от дождя, солнца.	Учебный кабинет.	Наблюдение.
9. Природа родного края и его история. Краеведческая работа в походе. (8 часов)							
18.	12.01.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Охрана природы. Закон об охране природы.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
19.	19.01.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Краеведческая и экскурсионная работа в походах. Ведение путевых записей: личный и групповой дневник, описание пути движения, описание экскурсионного объекта, путевой очерк.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
20.	26.01.2022	15.00	Практические занятия	2	«Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
21.	09.02.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Сбор экспонатов и других краеведческих материалов. Подготовка итоговой выставки. Фотографирование в походе.	Сопка	Текущий контроль.
10. Туристское снаряжение. (4 часа)							
22.	16.02.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Групповое, личное и специальное снаряжение туристов.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
23.	02.03.2022	15.00	Практическое занятие	2	Устройство туристской палатки, стойки и колышки для палаток. Тент к палатке. Уход за снаряжением и его ремонт. Правила укладки рюкзака.		Текущий контроль.
11. Узлы и их применение. (8 часов)							
24.	09.03.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Узлы. Группы узлов, их назначение и применение на практике.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
25.	16.03.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Вязка узлов и применение их по назначению.	Парк	Вопрос – ответ.
26.	23.03.2022	15.00	Практическое занятие	2	Работа с веревками. Основная и вспомогательная верёвки.	Сопка	Текущий контроль.
27.	30.03.2022	15.00	Практическое занятие:	2	Укладка рюкзака. Проведение игры «Что взять с собой в поход».	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
12. Карта и местность. (8 часов)							

28.	06.04.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Знакомство с топографической картой и топографическими знаками.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
29.	13.04.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Ориентирование на маршруте с помощью карты.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
30.	20.04.2022	15.00	Практические занятия.	2	Зарисовка топографических знаков (40—50 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. 'Топографический диктант.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
31.	27.04.2022	15.00	Практические занятия.	2	Упражнения и задачи на масштаб, на превращение числового масштаба в натуральный.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
13. Ориентирование по компасу. (6 часов)							
32.	04.05.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Стороны горизонта. Компас и его устройство. Пользование компасом в походе. Азимут.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
33.	11.05.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам.	Парк.	Текущий контроль.
34.	18.05.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.	Парк.	Текущий контроль.
14. Сдача контрольных нормативов							
35.	25.05.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Сдача контрольных нормативов.	Парк.	Текущий контроль.
36.	25.05.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Сдача контрольных нормативов.	Парк.	Текущий контроль.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК РАБОТЫ
4 группа программа «Спортивный туризм. Дистанция пешеходная»

№ п/п	месяц число	Время прове- дения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Формы и виды контроля
Тема 1. Вводная часть (2 часа).							
1.	09.09. 2021	15.00	Беседа, практическое задание.	2	Беседа о туризме и о работе кружка, о значении туризма для человека. Сочинение сказок и стихотворений на тему «Туризм».	Учебный кабинет	Устный опрос
2. Детский пешеходный туризм. (2 часа)							
2.	16.09. 2021	15.00	Беседа, практика. Практическое занятие.	2	Беседа о пешеходном туризме и здоровом образе жизни, просмотр презентаций по теме «Туризм – моя мечта». Ведение «Дневника туриста»	Учебный кабинет	Устный опрос
3. Ходьба – основной способ передвижения в пешем походе. (4 часа)							
3.	23.09. 2021	15.00	Беседа. Разбор ситуаций	2	Начальные формы самоконтроля детей. Техника правильной ходьбы в походе.	Учебный кабинет	Вопрос – ответ
4.	30.09. 2021	15.00	Практика.	2	Практическое занятие. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями.	Парк, сопка.	Текущий контроль.
4. Безопасность походов. (4 часа)							
5.	07.10. 2021	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов	2	Правила безопасного похода. Элементарные приемы оказания первой доврачебной помощи. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
6.	14.10. 2021	15.00	Практика	2	Практическое занятие. Игра эстафета «Правила поведения туристов» Практическое занятие. Хронометраж движения группы по маршруту.	Парк, сопка.	Вопрос – ответ.
5. Туристский бивак. (6 часов)							

7.	21.10. 2021	15.00	Беседа. Презентация	2	Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Питание в походе.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
8.	28.10. 2021	15.00	Просмотр видео роликов.	2	Типы костров и их назначение. Костровое оборудование.	Парк	Текущий контроль.
9.	11.11. 2021	15.00	Беседа.	2	Практическое занятие. Просмотр и обсуждение презентации «Туристский бивак» через игру	Учебный кабинет, парк	Текущий контроль.
6. Спортивная подготовка туриста. (8 часов)							
10.	18.11. 2021	15.00	Просмотр видео роликов.	2	Какие физические и морально-волевые качества необходимы путешественнику. Рассказы о мужестве и находчивости туристов, спортсменов, проявленных ими в годы войны на фронте, в тылу врага и в походах в мирное время.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
11.	25.11. 2021	15.00	Практическое занятие.	2	Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Закаливание, комплекс утренней зарядки, маршевая подготовка, туристские нормативы комплекса ГТО.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
12.	02.12. .2021	15.00	Практическое занятие.	2	Упражнения для укрепления и развития рук и плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног. Беговые тренировки. Книги о путешествиях и путешественниках.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
13.	09.12. 2021	15.00	Практическое занятие.	2	Практическое занятие. Нормативы юношеских разрядов по туризму, нормы на звание младшего инструктора по туризму. Подвижные игры и веселые старты.	Парк	Анализ ситуаций
7. Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему. (4 часа)							
14.	16.12. 2021	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах.	Учебный кабинет.	Фронт. опрос.
15.	23.12. 2021	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Практические занятия. Оказание первой доврачебной помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
8. Естественные факторы природы в походе. (4 часа)							
16.	30.12. 2021	15.00	Просмотр видео роликов.	2	Беседа о средствах физического воспитания. Природные явления. Правила поведения туристов во время дождя, грозы.	Учебный кабинет.	Наблюдение.

17.	06.01.2021	15.00	Практическое занятие.	2	Практическое занятие. Укрытие бивака от дождя, солнца.	Учебный кабинет.	Наблюдение.
9. Природа родного края и его история. Краеведческая работа в походе. (8 часов)							
18.	13.01.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Охрана природы. Закон об охране природы.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
19.	20.01.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Краеведческая и экскурсионная работа в походах. Ведение путевых записей: личный и групповой дневник, описание пути движения, описание экскурсионного объекта, путевой очерк.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
20.	27.01.2022	15.00	Практические занятия	2	«Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
21.	03.02.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Сбор экспонатов и других краеведческих материалов. Подготовка итоговой выставки. Фотографирование в походе.	Сопка	Текущий контроль.
10. Туристское снаряжение. (4 часа)							
22.	10.02.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Групповое, личное и специальное снаряжение туристов.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
23.	17.02.2022	15.00	Практическое занятие	2	Устройство туристской палатки, стойки и колышки для палаток. Тент к палатке. Уход за снаряжением и его ремонт. Правила укладки рюкзака.		Текущий контроль.
11. Узлы и их применение. (8 часов)							
24.	24.02.2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Узлы. Группы узлов, их назначение и применение на практике.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
25.	03.04.2022	15.00	Практическое занятие.	2	Вязка узлов и применение их по назначению.	Парк	Вопрос – ответ.
26.	10.04.2022	15.00	Практическое занятие	2	Работа с веревками. Основная и вспомогательная верёвки.	Сопка	Текущий контроль.
27.	17.03.2022	15.00	Практическое занятие:	2	Укладка рюкзака. Проведение игры «Что взять с собой в поход».	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
12. Карта и местность. (8 часов)							

28.	24.03. 2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Знакомство с топографической картой и топографическими знаками.	Учебный кабинет.	Вопрос – ответ.
29.	31.03. 2022	15.00	Беседа. Просмотр видео роликов.	2	Ориентирование на маршруте с помощью карты.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
30.	07.04. 2022	15.00	Практические занятия.	2	Зарисовка топографических знаков (40—50 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. Топографический диктант.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
31.	14.04. 2022	15.00	Практические занятия.	2	Упражнения и задачи на масштаб, на превращение числового масштаба в натуральный.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
13. Ориентирование по компасу. (6 часов)							
32.	21.04. 2022	15.00	Практическое занятие.	2	Стороны горизонта. Компас и его устройство. Пользование компасом в походе. Азимут.	Учебный кабинет.	Текущий контроль.
33.	28.04. 2022	15.00	Практическое занятие.	2	Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам.	Парк.	Текущий контроль.
34.	05.05. 2022	15.00	Практическое занятие.	2	Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.	Парк.	Текущий контроль.
14. Сдача контрольных нормативов							
35.	12.05. 2022	15.00	Практическое занятие.	2	Сдача контрольных нормативов.	Парк.	Текущий контроль.
36.	19.05. 2022	15.00	Практическое занятие.	2	Сдача контрольных нормативов.	Парк.	Текущий контроль.