

Департамент образования Белгородской области
Государственное автономное учреждение дополнительного образования
«Белгородский областной Центр детского и юношеского туризма и экскурсий»

Принята на заседании
педагогического совета
от 31 августа 2021 г.
Протокол № 01



Утверждаю,
Директор ГАУДО «Белгородский
областной Центр детского и
юношеского туризма и экскурсий»
В.А. Ченцов
«31» августа 2021 г. № 220

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«Компас открытий»**

Возраст обучающихся: 8-15 лет
Срок реализации: 3 года

Авторы-составители:
Дмитриева Елена Алексеевна,
Дмитриев Игорь Викторович,
педагоги дополнительного образования

г. Белгород, 2021.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Компас открытий» туристско-краеведческой направленности

Авторы программы: Дмитриева Елена Алексеевна,
Дмитриев Игорь Викторович

Программа рассмотрена на заседании педагогического совета
от «29» августа 2007 г., протокол № 01

Программа пересмотрена на заседании педагогического совета
от «28» августа 2014 г., протокол № 01

Программа пересмотрена на заседании педагогического совета
от « 31 » августа 2016 г., протокол № 01

Программа пересмотрена на заседании педагогического совета
от « 01 » сентября 2017 г., протокол № 01

Программа пересмотрена на заседании педагогического совета
от « 31 » августа 2018 г., протокол № 01

Программа пересмотрена на заседании педагогического совета
от «30» августа 2019 г., протокол № 01

Программа пересмотрена на заседании педагогического совета
от «31» августа 2020 г., протокол № 01

Программа пересмотрена на заседании педагогического совета
от «31» августа 2021 г., протокол № 01

Председатель педагогического совета



В.А. Ченцов

Пояснительная записка

В настоящее время особую актуальность приобретает сбалансированность приоритетов образования подрастающего поколения, с одной стороны, и необходимости сохранения здоровья школьников, формирования здорового образа жизни, с другой. Именно такой сбалансированный подход предлагает туристско-краеведческая деятельность, которая в системе дополнительного образования выступает как комплексное средство всестороннего развития подрастающего поколения. В процессе занятий туризмом и краеведением дети участвуют в активном познании и доступном улучшении окружающего мира и самих себя, улучшая при этом и собственное здоровье.

Современная педагогика определяет основные следующие функции туристско-краеведческой деятельности: обучение, воспитание, оздоровление, профессиональная ориентация, социальная адаптация. Туристско-краеведческая деятельность направлена на совершенствование интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. В процессе туристско-краеведческой деятельности у детей формируются такие жизненно важные качества, как патриотизм, упорство, честность, мужество, взаимовыручка.

Детско-юношеский туризм и краеведение в России имеют многолетние традиции и сложившиеся формы работы. С 1992 года организационное объединение этих направлений закрепило Всероссийское туристско-краеведческое движение обучающихся Российской Федерации «Отечество». Каждому региону России присущи свои природные особенности, специфические черты истории и культуры, составляющие тот феномен, который формирует в человеке интерес и привязанность к родному краю, его патриотические чувства, историческое и гражданское сознание, социальную активность. Помочь лучше узнать свой край, принять участие в созидательной деятельности, развить свои собственные способности – в этом заключается основной смысл движения «Отечество».

Не следует забывать о досугово-релаксационных возможностях туристско-краеведческой деятельности. Такая форма активного отдыха полезна каждому ребенку. Мало сказать, полезна – она необходима каждой развивающейся личности, ибо, как сказал Гете, «без странствований не создается ни одна индивидуальность».

Образовательная программа дополнительного образования детей «Компас открытий» имеет туристско-краеведческую направленность. Туристско-краеведческая деятельность объединяет несколько направлений: спортивный туризм, спортивное ориентирование, краеведение, которые в свою очередь также подразделяются на разные направленности. Чтобы ребенок выбрал какое-либо из направлений для дальнейшего глубокого изучения и приобретения определенных умений и навыков, он должен

сначала определиться, что ему больше нравится, что ему по душе. Поэтому возникает необходимость представить ребенку весь потенциал туристско-краеведческой деятельности, «показать товар лицом». Наиболее привлекательным для детей является участие в массовых туристско-краеведческих мероприятиях – туристских походах, краеведческих конкурсах, всероссийских соревнованиях по спортивному ориентированию «Российский азимут», которые сами по себе носят и рекламный характер. Но для участия в таких мероприятиях ребенок должен иметь хотя бы минимальную, базовую подготовку. Стремление пробудить в детях интерес к туристско-краеведческой деятельности и дать им возможность поучаствовать в массовых туристско-краеведческих формах определяет **актуальность программы**.

Туризм и краеведение во всем многообразии форм являются одними из любимых видов деятельности детей. Туристские походы, соревнования, экскурсии, прогулки, полевые лагеря обладают большим потенциалом для восстановления и развития духовных и физических сил. Длительное пребывание на свежем воздухе, активное движение, физические нагрузки, положительные эмоции – все это благотворно влияет на здоровье, полноценное физическое развитие личности ребенка. Туристско-краеведческая деятельность создает условия для формирования всесторонне образованной и развитой личности.

Отличительной особенностью программы «Компас открытий» является то, что она дает представление о туристско-краеведческой деятельности в целом, нацелена на подготовку обучающихся к участию в массовых туристско-краеведческих мероприятиях, закладывает основы организации туристского быта и техники передвижения в походе, самостоятельного прохождения дистанций спортивного ориентирования, организации краеведческих исследований.

Еще одной отличительной особенностью программы является то, что существующие образовательные программы туристско-краеведческой направленности нацелены на более углубленное изучение одного-двух компонентов туристско-краеведческой деятельности. Программа «Компас открытий» интегрирует в себе основные взаимосвязанные виды туристско-краеведческой деятельности: спортивный туризм (туристские походы, туристские соревнования), спортивное ориентирование, краеведение. В такой интеграции заключается **новизна программы**.

Каждое направление туристско-краеведческой деятельности с точки зрения обучения, воспитания, развития уникально по-своему.

Ведущим из этих направлений является туризм, без которого, по сути, не могут обойтись ни ориентирование, ни краеведение. Выделяются два аспекта спортивного туризма: туристские походы и туристские соревнования.

Туристский поход – это самая комплексная, эффективная форма туристско-краеведческой деятельности. В туристских походах образование,

воспитание, развитие происходит в процессе организации коллективной походной жизни и активной деятельности обучающихся в естественных природных условиях. Активная и самостоятельная деятельность обучающихся в походных условиях способствует приобретению ими необходимого социального опыта, опыта общественных и личностных отношений, способствует процессу самоутверждения. Туристский поход позволяет одновременно достигать всех целей, которые ставятся перед туристско-краеведческой деятельностью.

Туристские соревнования, слеты – туристские праздники на природе, которые являются активной формой привлечения детей к занятию туризмом, спортом, укрепления здоровья, приобретения жизненно важных навыков. Но главным стимулом развития соревнований юных туристов является не соревнования ради соперничества, а возможность свободного общения со сверстниками в условиях походной жизни, обретение новых друзей-единомышленников, обмен опытом, маршрутами, песни у костра и многое другое, чего никогда не увидишь и не почувствуешь в городе.

Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором главными помощниками в выборе правильного пути являются компас и карта. Занятия ориентированием содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу. Кроме оздоровительной и спортивной направленности ориентирование имеет большое прикладное значение. Умение ориентироваться – это навык, который необходим и туристу, и охотнику, и геологу, и будущему воину.

Изучению своей «малой родины», расширению кругозора ребят способствует краеведение. Краеведческая работа всегда интересна, т.к. носит поисковый, исследовательский характер. Она направлена на активное и углубленное изучение истории родного края, его жителей. Изучение природы своего края способствует закреплению теоретических знаний о законах природы, природных комплексах родного края, формированию представления о целостности, единстве и всеобщей взаимосвязи в природе, получению необходимых навыков по ее охране, развитию интеллектуальных и практических умений по оценке природопользования и улучшения состояния окружающей среды. Это играет большую роль в формировании и развитии экологического сознания и экологической культуры личности ребенка.

Педагогическая целесообразность программы заключается в сбалансированности всех направлений туристско-краеведческой деятельности и разделов программы, в которых представлены эти направления. Туристско-краеведческая деятельность – это единая область, где достижение результатов в какой-либо ее направленности возможно только в синтезе. Программа предполагает обучение детей спортивному туризму, спортивному ориентированию, краеведению в комплексе и дает возможность варьировать эти компоненты в зависимости от психолого-педагогического контекста.

Цель программы – всестороннее развитие личности обучающегося и формирование позитивных жизненных ценностей средствами туристско-краеведческой деятельности, оказание помощи в определении направленности дальнейших занятий обучающихся в туристско-краеведческих объединениях.

Программа нацеливает образовательный процесс на решение следующих **задач**:

обучающие:

- формировать знания, умения в области спортивного туризма, ориентирования, краеведения, а также необходимые туристско-краеведческие навыки;
- способствовать формированию устойчивого интереса и потребности в познании окружающего мира;

воспитательные:

- воспитывать гражданственность, патриотизм, чувство любви к Родине;
- воспитывать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;
- воспитывать коллективизм;

развивающие:

- расширять знания об окружающем мире;
- развивать интеллектуальные и физические способности;
- укреплять здоровье, формировать навыки здорового образа жизни;
- развивать творческую, познавательную и созидательную активность;
- прививать интерес к активному отдыху и путешествиям.

Программа по уровню сложности является базовой, по направленности – туристско-краеведческой, по типу – авторской.

Адресат программы. Программа «Компас открытий» рассчитана на детей 8-15 лет. Учебные группы формируются из детей, не имеющих медицинских противопоказаний, и без предъявления специальных требований к их знаниям и умениям. Количество обучающихся в группе составляет не более 20 человек. Состав группы может быть как одновозрастной, так и разновозрастной, разнополый и однополый.

Объем программы – 648 часов (по 216 часов в год).

Срок освоения – 3 года.

Формы и режим занятий. Форма обучения – очная. Форма организации работы с обучающимися – групповая.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 академических часа (академический час – 45 минут). Предусмотрены перерывы не менее 10 минут после каждого часа.

Ожидаемые результаты образовательного процесса:

- формирование необходимого комплекса туристских знаний, умений и навыков для успешного прохождения маршрута туристского похода, выступления на туристских соревнованиях;
- формирование необходимого комплекса знаний, умений и навыков для успешного выступления на соревнованиях по спортивному ориентированию;
- знакомство с основными направлениями краеведческих исследований, содержанием туристско-краеведческого движения «Отечество»;
- углубление знаний об истории, культуре, природе Белгородской области, окружающем мире во всем его многообразии;
- формирование интереса к познанию окружающей действительности;
- определение обучающимися своей специализации для дальнейших занятий в объединениях туризма, спортивного ориентирования или краеведения;
- укрепление здоровья обучающихся, формирование навыков здорового образа жизни.

Каждый годовой цикл предусматривает организацию и проведение туристского похода, участие в соревнованиях по спортивному ориентированию и туризму, краеведческих конкурсах, викторинах, подготовка к которым осуществляется в течение всего учебного года.

Для успешной реализации поставленных задач в программе выделены основные взаимосвязанные тематические разделы по туристско-краеведческой деятельности: введение, туристские походы, туристские соревнования, спортивное ориентирование, краеведение, физическая подготовка туриста-ориентировщика. Эти разделы ежегодно повторяются с дополнением и усложнением и позволяют совершенствовать мастерство обучающихся постепенно, возвращаясь к изученному ранее, но на более сложном этапе.

В ходе освоения содержания программы обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностными результатами изучения программы являются приобретение обучающимися способности и готовности к саморазвитию, основ гражданской идентичности, ценностно-смысловых установок, отражающих их индивидуально-личностные позиции, социальных компетенций, личностных качеств.

Метапредметными результатами (предпосылками к их формированию) является формирование следующих универсальных учебных действий: регулятивных, познавательных, коммуникативных.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- умение осуществлять действия в новом материале под руководством педагога, по заданному образцу или заданному плану;

- умение различать разные способы выполнения действия;
- умение выполнять элементарные алгоритмы;
- умение видеть ошибку и исправлять ее самостоятельно, сравнивать результат действия с образцом и исправлять найденную ошибку;
- умение сравнивать свои цели действий с другими;
- умение обсуждать под руководством педагога успешность или не успешность своих действий.

Познавательные универсальные учебные действия:

- ориентироваться в различных источниках информации;
- делать выводы в результате совместной работы обучающегося и педагога.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других; пользоваться приемами слушания: фиксировать тему (заголовок), ключевые слова;
- учиться работать в паре, в группе; выполнять различные роли (лидера, исполнителя).

Предметными результатами является формирование следующих умений:

- развитие познавательных интересов к учебной деятельности;
- расширение представления об окружающем мире, явлениях действительности с опорой на жизненный опыт ребенка.

Знания, умения первого года обучения

<i>Раздел программы</i>	<i>Знания</i>	<i>Умения</i>
Введение	- правила техники безопасности при проведении занятий, участия в массовых мероприятиях	
Туристские походы	- понятие «спортивный туризм»; - виды туризма; - основное личное и групповое снаряжение; - основные требования к месту бивака; - правила поведения в палатке; - правила разведения костра; - основные типы костров; - правила приготовления пищи на костре; - виды палаток, их устройство и назначение; - основные знаки топографических карт; - гигиенические требования в походе; - состав медицинской аптечки	- устанавливать палатку; - укладывать рюкзак; - составлять план однодневного туристского похода; - составлять план-график движения в походе; - определять необходимое снаряжение для похода; - осуществлять простейший ремонт туристского снаряжения; - организовать бивак в полевых условиях; - пользоваться топором, пилой, ремонтным инструментом; - составлять меню для 1-2 дневного туристского похода; - определять масштаб топографической карты; - комплектовать медицинскую аптечку; - распознавать ядовитые грибы и ягоды
Туристские соревнования	- виды туристских соревнований; - основное личное и групповое снаряжение для участия в туристских соревнованиях, его назначение и применение; - туристские узлы, их назначение и применение	- надевать страховочную систему; - маркировать веревку; - работать с туристскими карабинами; - вязать туристские узлы: прямой, встречный, проводник, восьмерка проводник, схватывающий, удавка; - преодолевать технические этапы без специального

		туристского снаряжения; - преодолевать технические этапы с использованием специального туристского снаряжения
Спортивное ориентирование	- понятие «спортивное ориентирование» как вида спорта; - виды снаряжения ориентировщика и особенности его использования; - основные условные знаки спортивных карт; - устройство компаса, его назначение; - направления сторон горизонта; - средства отметки на КП; - понятие «тактика ориентирования»	- комплектовать «набор ориентировщика»; - пользоваться компасом; - ориентировать карту по компасу; - определять стороны горизонта по компасу, местным признакам, солнцу; - определять масштаб спортивной карты; - отмечаться на КП
Краеведение	- понятие «краеведение»; - основные исторические события г. Белгорода; - геральдику города Белгорода; - памятники истории и культуры г. Белгорода; - основные краеведческие объекты г. Белгорода; - природные особенности Белгородской области; - природоохранный кодекс туриста; - правила поведения в природе	- пользоваться картой города Белгорода, Белгородской области; - работать с литературой краеведческого характера; - готовить сообщения, мини-доклады; - создавать мультимедийные презентации; - оформлять результаты своей творческой, исследовательской деятельности
Физическая подготовка туриста-ориентировщика	- значение физической подготовки; - комплекс упражнений утренней зарядки; - комплекс общеразвивающих упражнений; - комплекс специальных развивающих упражнений; - основные элементы техники лыжных ходов	- выполнять комплекс общеразвивающих упражнений; - выполнять комплекс специальных развивающих упражнений; - показать правильное выполнение техники лыжных ходов

Знания, умения второго года обучения

<i>Раздел программы</i>	<i>Знания</i>	<i>Умения</i>
Введение	- правила техники безопасности при проведении занятий, участии в массовых мероприятиях; - меры безопасности в нестандартных ситуациях	
Туристские походы	- значение туристских походов; - основные правила формирования туристской группы; - туристские должности в группе; - основные требования к отчету о походе; - порядок движения на маршруте; - режим движения в походе; - обязанности замыкающего и направляющего; - личное и групповое снаряжение для походов в различных сезонных условиях и требования к нему; - правила упаковки снаряжения в рюкзаке и размещения в палатке; - требования к переноске и хранению топора, пилы; - требования к месту бивака; - типы костров, их назначение; - меры безопасности при обращении с огнем, кипятком; - противопожарные меры; - калорийность продуктов, нормы дневного рациона; - правила фасовки, упаковки, хранения продуктов; - правила приготовления пищи на костре;	- составлять план туристского похода; - составлять план-график движения в походе; - разрабатывать маршрут; - двигаться колонной на маршруте; - соблюдать режим движения; - заполнять маршрутные документы; - осуществлять ремонт туристского снаряжения; - устанавливать и снимать бивак; - устанавливать палатку в неблагоприятных условиях; - разводить костер в неблагоприятных условиях; - составлять меню для туристского похода; - фасовать и упаковывать продукты для туристского похода; - приготавливать пищу на костре; - определять расстояние до недоступного обета; - определять высоту предмета; - определять расстояние шагами; - составлять отчет о походе; - комплектовать медицинскую аптечку; - использовать основные

	- способы изображения рельефа на топокарте; - основные знаки топографических карт; - способы измерения расстояния на карте и на местности; - способы определения расстояний до недоступного объекта, высоты предмета; - перечень и назначение лекарственных препаратов медицинской аптечки; - способы транспортировки пострадавшего; - меры оказания первой медицинской помощи при переломах, ранах, ушибах; - правила наложения шины	приемы оказания первой медицинской помощи при переломах, ранах, ушибах; - накладывать шину; - изготавливать средства для транспортировки пострадавшего
Туристские соревнования	- личное и групповое снаряжение для участия в туристских соревнованиях, его назначение и применение; - специальное туристское снаряжение для участия в туристских соревнованиях; - правила использования и хранения личного и группового снаряжения; - туристские узлы (проводник одним концом, шкотовый, брамшкотовый, карабинная удавка, австрийский проводник, стремя), их назначение и применение; - понятия «страхующий» и «страхуемый»; - организацию сопровождения на технических этапах; - систему оценки действий участников при прохождении этапов	- вязать туристские узлы: проводник одним концом, шкотовый, брамшкотовый, карабинная удавка, австрийский проводник, стремя; - организовать сопровождение на технических этапах; - маркировать веревку; - подготавливать веревку к рабочему состоянию; - преодолевать технические этапы без специального туристского снаряжения; - преодолевать технические этапы с использованием специального туристского снаряжения
Спортивное ориентиро-	- виды снаряжения ориентировщика с учетом	- выполнять простейший ремонт снаряжения;

вание	времени года и погодных условий; - основные условные знаки спортивных карт; - способы изображения рельефа на спортивных картах; - понятие «азимут»; - символы легенд КП; - тактические действия участника на соревнованиях при выборе пути движения; - действия участника при потере ориентировки	- ориентировать карту по линиям местности; - определять азимут; - двигаться по азимуту; - читать легенды КП; - выбирать путь движения на КП; - выполнять тактические действия на дистанции
Краеведение	- программы Всероссийского туристско-краеведческого движения учащихся «Отечество»; - основные исторические события Белгородской области; - территориальное деление Белгородской области; - символику области и районов; - биографии знаменитых земляков Белгородчины; - главные святыни Белгородчины; - основные экскурсионные объекты Белгородской области; - природные особенности Белгородской области; - заповедные участки Белгородской области	- пользоваться картой Белгородской области; - работать с литературой краеведческого характера; - готовить сообщения, мини-доклады; - создавать мультимедийные презентации; - выступать с результатами своей работы
Физическая подготовка туриста-ориентировщика		- выполнять комплекс общеразвивающих упражнений; - выполнять комплекс специальных развивающих упражнений; - показать правильное выполнение техники лыжных ходов

Знания, умения третьего года обучения

<i>Раздел программы</i>	<i>Знания</i>	<i>Умения</i>
Введение	- правила техники безопасности при проведении занятий, участии в массовых мероприятиях; - меры безопасности в нестандартных ситуациях	
Туристские походы	- обязанности членов туристской группы; - основные требования к составлению плана подготовки похода; - основные требования к отчету о походе; - требования к туристскому снаряжению; - требования к организации ночлегов межсезонье, зимой; - способы добычи огня без спичек; - правила использования газовой горелки; - калорийность продуктов; - правила фасовки, упаковки, хранения продуктов; - правила приготовления пищи на костре; - основные знаки топографических карт; - способы изображения рельефа на топографической карте; - меры оказания первой медицинской помощи при вывихах, кровотечениях, пищевых отравлениях, обморожении; - правила наложения жгута; - правила наложения повязки	- составлять план туристского похода; - составлять план-график движения в походе; - разрабатывать маршрут; - заполнять маршрутные документы; - осуществлять ремонт туристского снаряжения; - организовать ночлег в различных условиях; - работать с газовой горелкой; - разводить костры различных типов; - составлять меню для туристского похода; - фасовать и упаковывать продукты для туристского похода; - приготавливать пищу на костре; - планировать маршрут похода по топографической карте; - составлять отчет о походе; - использовать основные приемы оказания первой медицинской помощи при вывихах, кровотечениях, пищевых отравлениях, обморожении; - накладывать жгут; - накладывать повязки

Туристские соревнования	- личное и групповое снаряжение для участия в туристских соревнованиях, его назначение и применение; - специальное туристское снаряжение для участия в туристских соревнованиях, подъема и спуска по вертикальным перилам; - правила использования и хранения личного и группового снаряжения; - туристские узлы (стремя одним концом, булинь, академический, двойной проводник, австрийский проводник, австрийский схватывающий, грепвайн), их назначение и применение; - организацию сопровождения на технических этапах; - систему оценки действий участников при прохождении этапов	- вязать туристские узлы: стремя одним концом, булинь, академический, двойной проводник, австрийский проводник, австрийский схватывающий, грепвайн; - организовать сопровождение на технических этапах; - преодолевать технические этапы без специального туристского снаряжения; - преодолевать технические этапы с использованием специального туристского снаряжения
Спортивное ориентирование	- основные условные знаки спортивных карт; - способы изображения рельефа на спортивных картах; - способы и приемы ориентирования: грубый азимут, точный азимут, линейное ориентирование, точечное ориентирование; - понятие «сечение рельефа»; - технические действия ориентировщика в стартовом коридоре; - технические действия в районе КП и на КП	- выполнять простейший ремонт снаряжения; - ориентировать карту по направлению на ориентир; - выполнять технические приемы ориентирования: грубый азимут, точный азимут, точечное, линейное ориентирование; - определять азимут; - двигаться по азимуту; - читать карту; - выбирать вариант движения на КП; - выполнять технические действия в стартовом коридоре; - выполнять технические действия в районе КП и на КП

Краеведение	- основные исторические события в период Великой Отечественной войны на территории Белгородской области; - знаменитых земляков; - основные краеведческие объекты Белгородской области, связанные с военной тематикой; - природные особенности Белгородской области; - назначение Красной книги Белгородской области; - правила поведения в природе	- работать с литературой краеведческого характера; - готовить сообщения, мини-доклады; - создавать мультимедийные презентации; - выступать с результатами своей работы
Физическая подготовка туриста-ориентировщика		- выполнять комплекс общеразвивающих упражнений; - выполнять комплекс специальных развивающих упражнений; - показать правильное выполнение техники лыжных ходов

**Учебный план
первого года обучения**

№	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
1	Раздел 1. Введение	2	1	1	тест, собеседование
2	Раздел 2. Туристские походы	56	25	31	
2.1	История развития туризма	2	1	1	тест, собеседование, контрольные задания
2.2	Подготовка и организация похода	10	5	5	тест, собеседование, контрольные задания
2.3	Туристское снаряжение	8	4	4	тест, собеседование, контрольные задания
2.4	Организация туристского быта	12	6	6	тест, собеседование, контрольные задания
2.5	Питание в походе	6	2	4	тест, собеседование, контрольные задания
2.6	Топография	6	2	4	тест, собеседование, контрольные задания
2.7	Подведение итогов похода	6	2	4	тест, собеседование, контрольные задания
2.8	Основы санитарии и гигиены	6	3	3	тест, собеседование, контрольные задания
3	Раздел 3. Туристские соревнования	36	13	23	
3.1	История развития туристских соревнований, слетов	2	1	1	тест, собеседование, контрольные задания
3.2	Снаряжение для туристских соревнований	8	4	4	тест, собеседование, контрольные задания
3.3	Страховка и самостраховка	6	2	4	тест, собеседование, контрольные задания
3.4	Преодоление технических этапов	14	4	10	тест, собеседование, контрольные задания
3.5	Участие в туристских соревнованиях	6	2	4	тест, соревнование
4	Раздел 4. Спортивное ориентирование	48	15	33	
4.1	История развития спортивного ориентирования	2	1	1	тест, собеседование, контрольные задания
4.2	Снаряжение ориентировщика	6	2	4	тест, собеседование, контрольные задания

4.3	Техника ориентирования	22	8	14	тест, собеседование, контрольные задания
4.4	Тактика ориентирования	8	2	6	тест, собеседование, контрольные задания
4.5	Соревнования по спортивному ориентированию	10	2	8	тест, соревнование
5	Раздел 5. Краеведение	38	14	24	
5.1	Краеведение – изучение родного края	4	2	2	тест, собеседование, творческое задание
5.2	История и культура края	12	4	8	тест, собеседование, игра
5.3	Краеведческие объекты родного края	10	4	6	тест, собеседование, творческое задание
5.4	Природа края. Охрана природы	12	4	8	тест, собеседование, творческое задание,
6	Раздел 6. Физическая подготовка туриста-ориентировщика	36	2	34	контрольные задания
	ИТОГО	216	70	146	

Содержание учебного плана первого года обучения

Раздел 1. Введение

Теория: Организационное занятие. Порядок работы объединения. Постановка целей и задач объединения, обсуждение плана работы объединения на учебный год.

Дисциплина – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице. Инструктаж по технике безопасности при проведении практических занятий, походов, экскурсий.

Практика: Анкетирование членов объединения. Игра на тему «Давай познакомимся».

Раздел 2. Туристские походы

2.1. История развития туризма

Теория: Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Виды туризма. Понятие о спортивном туризме.

Практика: Знакомство с фото-, видеоматериалами по спортивному туризму.

2.2. Подготовка и организация похода

Теория: Права и обязанности участников похода. Определение цели и района похода. Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого, картографического материала, отчетов о походах. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Практика: Составление плана подготовки похода, изучение маршрута, литературы района путешествия. Составление плана-графика движения. Работа с краеведческой литературой.

2.3. Туристское снаряжение

Теория: Понятие о личном и групповом снаряжении.

Личное снаряжение, требования к нему. Укладка рюкзака. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему.

Подготовка группового снаряжения к походу. Типы палаток, их назначения, преимущества и недостатки. Устройство палатки, правила использования, транспортировки, хранения, ремонт. Походная посуда.

Костровое оборудование. Самодельное снаряжение, не причиняющее вреда природе. Ремонтный набор. Уход за снаряжением, правила хранения.

Практика: Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за снаряжением, его ремонт. Подготовка личного и группового снаряжения к походу.

2.4. Организация туристского быта

Теория: Выбор места бивака. Основные требования к месту бивака. Последовательность бивачных работ. Установка и снятие палатки, размещение в ней вещей. Организация ночлега в палатке. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Выбор места для костра. Правила разведения костра. Основные типы костров. Заготовка дров. Правила работы с топором, пилой, их хранение. Уборка места бивака перед уходом группы. Экология и бивачные работы.

Практика: Установка и снятие палатки. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развертывание лагеря, разжигание костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы). Утилизация мусора. Обучение пользованию топором, пилой, ремонтным инструментом. Заготовка дров. Уборка бивака.

2.5. Питание в походе

Теория: Значение правильного питания в походе. Организация питания в однодневном походе: бутерброды, горячие блюда. Набор продуктов для двухдневного похода. Нормы расхода продуктов. Меню. Приготовление пищи на костре. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Питьевой режим на маршруте.

Практика: Составление меню и списка продуктов для 1-2 дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

2.6. Топография

Теория: Топографическая карта, виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка, зарамочное оформление. Условные знаки топографических карт.

Практика: Определение масштаба карты. Упражнения на запоминание условных знаков топографических карт. Топографические диктанты. «Путешествие» по топографической карте.

2.7. Подведение итогов похода

Теория: Отчет о туристском походе. Составление отчета о походе. Обсуждение итогов похода.

Практика: Обработка собранных материалов.

Составление отчета о походе, оформление стенгазеты, подготовка фотографий, видеоролика, мультимедийной презентации.

Ремонт и подготовка снаряжения для хранения.

2.8. Основы санитарии и гигиены

Теория: Понятие о гигиене. Гигиенические требования в походе. Гигиена обуви и одежды. Одежда и обувь для тренировочных занятий и походов. Личная гигиена туриста. Средства личной гигиены. Умывание, купание в походе. Ядовитые растения и грибы.

Медицинская аптечка, ее комплектование, хранение, транспортировка.

Практика: Комплектование медицинской аптечки. Распознавание ядовитых растений и грибов.

Раздел 3. Туристские соревнования

3.1. История развития туристских соревнований, слетов

Теория: Значение туристских слетов, соревнований. Туристские соревнования, слеты – средство физического развития, оздоровления, закаливания. Роль туристских соревнований в воспитании волевых качеств: целеустремленности и взаимопомощи, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания. Виды туристских соревнований.

Практика: Просмотр фото-, видеоматериалов о туристских соревнованиях, слетах.

3.2. Снаряжение для туристских соревнований

Теория: Снаряжение, необходимое для участия в туристских соревнованиях. Личное снаряжение, правила эксплуатации и требования к нему: страховочная система, карабины, петли-самостраховки, прусик самостраховки, рукавицы, перчатки, альпеншток, каска. Эксплуатация, ремонт и хранение личного снаряжения. Виды туристских карабинов: с закручивающейся муфтой, с автоматической и полуавтоматической муфтой.

Групповое снаряжение, правила эксплуатации и требования к нему. Типы и функции веревок: динамические (для организации страховки и сопровождения), статические (для наведения перил). Маркировка веревок. Хранение группового снаряжения.

Практика: Надевание страховочной системы, размещение карабинов, страховочных рукавиц, прусика самостраховки на системе участника, подгонка снаряжения. Работа с туристскими карабинами. Маркировка веревок.

3.3. Страховка и самостраховка

Теория: Понятие о страховке и самостраховке участника при движении по дистанции. Применение при движении альпенштока и веревочных перил.

Туристские узлы, их назначение и применение. Спортивное и прикладное значение узлов. Способы вязания и применения туристских узлов: прямой, встречный, проводник, восьмерка проводник, схватывающий, удавка.

Практика: Движение по склону с использованием самостраховки альпенштоком. Вязание туристских узлов: прямой, встречный, проводник, восьмерка проводник, схватывающий, удавка.

3.4. Преодоление технических этапов

Теория: Понятие о техническом этапе. Техника преодоления естественных препятствий. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Этапы без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, преодоление заболоченного участка по кочкам, по кладям из жердей.

Этапы с использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам с самостраховкой, переправа по бревну с самостраховкой с использованием перил. Система оценки действий участников при прохождении этапов.

Практика: Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, преодоление заболоченного участка по кочкам, по кладям из жердей. Преодоление этапов с использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам с самостраховкой, переправа по бревну с самостраховкой с использованием перил.

3.5. Участие в туристских соревнованиях

Теория: Правила туристских соревнований учащихся (основные положения). Положение о соревнованиях или слете, условия, информация о дистанциях.

Практика: Участие в туристских соревнованиях.

Раздел 4. Спортивное ориентирование

4.1. История развития спортивного ориентирования

Теория: Спортивное ориентирование – средство физического развития, оздоровления, закаливания. Спортивное ориентирование как вид спорта. Виды спортивного ориентирования. Обзор развития ориентирования стране и за рубежом.

Практика: Просмотр фото-, видеоматериалов о спортивном ориентировании. Встреча с ведущими спортсменами-ориентировщиками Белгородчины.

4.2. Снаряжение ориентировщика

Теория: Виды снаряжения и особенности использования. Одежда, обувь ориентировщика. «Набор ориентировщика», его назначение и состав (компас, булавки, пакеты, шнурок, ручка, скотч, ножницы). Карточка участника. Снаряжение ориентировщика в зимний период: лыжное снаряжение, планшет. Правила эксплуатации снаряжения и хранения.

Практика: Подбор снаряжения. Комплектование «набора ориентировщика».

4.3. Техника ориентирования

Теория: Спортивная карта, ее отличие от топографической. Масштаб карты. Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные. Группы условных знаков. Компас, его устройство, правила обращения. Виды компасов. Основные направления сторон горизонта. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам. Ориентирование карты по компасу. Отметка на контрольном пункте.

Практика: Определение масштаба карты. Упражнения и игры на запоминание условных знаков спортивных карт. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.

4.4. Тактика ориентирования

Теория: Понятие о тактике ориентирования. Значение тактики для достижения наилучшего результата. Тактическая разминка, тактика выбора пути, взаимодействие с соперником, выбор скорости передвижения. Тактические действия на соревнованиях.

Практика: Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Тактика выбора пути движения.

4.5. Соревнования по ориентированию

Теория: Правила соревнований по спортивному ориентированию. Права и обязанности участников. Виды соревнований (в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе, эстафетное ориентирование). Спортивное поведение. Действия участника в случае потери ориентировки.

Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

Раздел 5. Краеведение

5.1. Краеведение – изучение родного края

Теория: Понятие «краеведение». Источники изучения родного края: вещественные, письменные, фотодокументальные. Основные пути сбора историко-краеведческих материалов: систематический сбор сведений и

документов, экспедиции.

Всероссийское туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество», его цели, задачи, участники, программы.

Школьный музей. Музейный предмет – знаковый символ эпохи. Профили школьных музеев. Музеи образовательных учреждений города Белгорода.

Практика: Экскурсия по школьному музею.

5.2. История и культура края

Теория: Понятие о культурном наследии. Материальные и духовные объекты культурного наследия. Сведения об истории и культуре города Белгорода (с момента освоения до наших дней). Белгородская крепость. Старый Белгород в фотографиях. Гербовика Белгорода. Улицы города Белгорода.

Практика: Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте города Белгорода. Творческая мастерская. Работа с краеведческой литературой. Просмотр фото-, видеоматериалов. Экскурсия по улицам города Белгорода.

5.3. Краеведческие объекты края

Теория: Достопримечательные и памятные места города Белгорода. Что такое памятники культуры, архитектуры? Охрана памятников. Храмы города Белгорода.

Практика: Краеведческие викторины, кроссворды «Знаешь ли ты свой город». Экскурсия по городу с посещением достопримечательных и памятных мест города. Подготовка мини-докладов о памятниках истории и культуры города Белгорода, мультимедийных презентаций.

5.4. Природа края. Охрана природы

Теория: Охрана природы. Понятие «экология». Взаимосвязи в природе. Понятие «экосистема». Человек и планета Земля.

Географическое положение Белгородской области. Рельеф, полезные ископаемые, климат Белгородской области.

Природоохранный кодекс туриста. Экологическая культура туриста. Правила поведения туристов в природе. Памятка туриста «Войди в лес другом».

Практика: Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте Белгородской области. Творческая мастерская. Участие в экологических операциях («Чистый лес», «Подкормите птиц зимой»). Изготовление и развешивание кормушек. Экскурсия по туристско-экологической тропе.

Раздел 6. Физическая подготовка туриста-ориентировщика

Теория: Значение физической подготовки. Спортивные игры как средство физической подготовки. Утренняя зарядка. Развитие общей выносливости. Развитие силы. Общеразвивающие упражнения. Специальные развивающие упражнения. Техника лыжных ходов для похода и спортивного ориентирования.

Практика: Подвижные игры и эстафеты, лыжная подготовка, легкая атлетика. Спортивные игры. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, гибкости. Совершенствование техники лыжных ходов.

**Учебный план
второго года обучения**

№	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
1	Раздел 1. Введение	2	1	1	тест, собеседование
2	Раздел 2. Туристские походы	56	25	31	
2.1	Значение туристских походов	2	1	1	тест, собеседование, контрольные задания
2.2	Подготовка и организация похода	10	5	5	тест, собеседование, контрольные задания
2.3	Туристское снаряжение	8	4	4	тест, собеседование, контрольные задания
2.4	Организация туристского быта	12	6	6	тест, собеседование, контрольные задания
2.5	Питание в походе	6	2	4	тест, собеседование, контрольные задания
2.6	Топография	6	2	4	тест, собеседование, контрольные задания
2.7	Подведение итогов похода	6	2	4	тест, собеседование, контрольные задания
2.8	Первая доврачебная помощь	6	3	3	тест, собеседование, контрольные задания
3	Раздел 3. Туристские соревнования	36	9	27	
3.1	История развития туристских соревнований, слетов	2	1	1	тест, собеседование, контрольные задания
3.2	Снаряжение для туристских соревнований	8	2	6	тест, собеседование, контрольные задания
3.3	Туристские узлы	6	2	4	тест, собеседование, контрольные задания
3.4	Преодоление технических этапов	12	4	8	тест, собеседование, контрольные задания
3.5	Участие в туристских соревнованиях	8	-	8	тест, соревнование
4	Раздел 4. Спортивное ориентирование	48	15	33	
4.1	История развития спортивного ориентирования	2	1	1	тест, собеседование, контрольные задания
4.2	Снаряжение ориентировщика	4	2	2	тест, собеседование, контрольные задания
4.3	Техника ориентирования	24	8	16	тест, собеседование, контрольные задания

4.4	Тактика ориентирования	8	2	6	тест, собеседование, контрольные задания
4.5	Соревнования по спортивному ориентированию	10	2	8	тест, соревнование
5	Раздел 5. Краеведение	38	14	24	
5.1	Краеведение – изучение своего края	6	2	4	тест, собеседование, игра
5.2	История и культура края	14	4	10	тест, собеседование, творческое задание
5.3	Краеведческие объекты родного края	8	4	4	тест, собеседование, творческое задание
5.4	Природа края. Охрана природы	10	4	6	тест, собеседование, творческое задание
6	Раздел 6. Физическая подготовка туриста-ориентировщика	36	-	36	контрольные задания
	ИТОГО	216	64	152	

Содержание учебного плана второго года обучения

Раздел 1. Введение

Теория: Организационное занятие. Порядок работы объединения. Постановка целей и задач объединения, обсуждение плана работы объединения на учебный год.

Правила поведения во время туристской прогулки, экскурсии, похода. Правила поведения в городе, в транспорте. Правила поведения в учебных учреждениях, музеях. Пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях.

Необходимость выполнения требований руководителя туристской группы. Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Моделирование нестандартных ситуаций. Игра «Что делать в случае, если ...?».

Раздел 2. Туристские походы

2.1. Значение туристских походов

Теория: Значение туристских походов, путешествий, экскурсий в формировании личности обучающихся. Воспитательная роль туризма. Законы, правила, нормы и традиции туризма. Кодекс путешественника. Этика туриста.

Практика: Просмотр фото-, видеофильмов о туристских походах.

2.2. Подготовка и организация похода

Теория: Формирование туристской группы. Туристские должности в группе: постоянные и временные. Распределение обязанностей в группе. Маршрутные документы: маршрутный лист, маршрутная книжка. Определение цели и района похода. Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого, картографического материала, отчетов о походах. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Движение дорогам, тропам, пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.

Практика: Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка тактики движения в различных ситуациях.

Изучение маршрутов учебно-тренировочного, зачетного походов. Составление плана подготовки похода, изучение маршрута, литературы

района путешествия. Составление плана-графика движения. Работа с краеведческой литературой. Распределение обязанностей в группе. Заполнение маршрутных документов.

2.3. Туристское снаряжение

Теория: Групповое и личное снаряжение для походов в разных сезонных условиях и требования к нему. Подготовка снаряжения к походу. Правила упаковки снаряжения в рюкзаке и размещения в палатке. Ремонтный набор. Снаряжение для зимних походов. Подготовка личного снаряжения к походу. Обувь и уход за ней. Сушка обуви и одежды в походе. Кухонное оборудование. Топоры, пилы, их хранение, переноска и эксплуатация.

Практика: Уход за снаряжением, его ремонт. Подготовка личного и группового снаряжения к походу.

2.4. Организация туристского быта

Теория: Основные требования к месту бивака (жизнеобеспечение, безопасность, комфортность). Бивак дневной, ночной, для дневок. Установка палатки в различных условиях.

Типы костров, их назначение. Разведение костра при неблагоприятных условиях (сырая погода, сильный ветер, дождь). Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания.

Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Противопожарные меры.

Правила работы дежурных по кухне. Мытье и хранение посуды.

Практика: Работа группы на привале – установка и снятие лагеря. Установка палаток и разведение костра при неблагоприятных условиях. Заготовка растопки.

2.5. Питание в походе

Теория: Значение, режим, особенности питания в многодневном походе. Калорийность, нормы дневного рациона. Обязанности дежурных по кухне. Фасовка, упаковка и хранение продуктов в туристском лагере. Составление графика дежурств по кухне. Использование дикорастущих растений, ягод. Приготовление пищи на костре. Перекус.

Практика: Составление меню. Фасовка и упаковка продуктов. Составление графика дежурств. Приготовление пищи на костре. Приготовление блюд из дикорастущих растений, ягод.

2.6. Топография

Теория: Условные знаки топографических карт. Изображение рельефа на топографической карте. Относительная и абсолютная высота. Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, нитки.

Способы определения расстояний до недоступного объекта, определение высоты предмета, определение расстояния шагами.

Практика: Формы рельефа на топографической карте. Упражнения и игры на запоминание условных знаков. Топографические диктанты. Измерение расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, нитки. Определение расстояния до недоступного объекта, определение высоты предмета, определение расстояния шагами.

2.7. Подведение итогов похода

Теория: Отчет о туристском походе. Основные требования к отчету. Правила оформления отчета. Составление отчета о походе. Обсуждение итогов похода.

Практика: Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, оформление стенгазеты, подготовка фотографий, видеоролика, мультимедийной презентации. Ремонт и подготовка снаряжения для хранения.

2.8. Первая доврачебная помощь

Теория: Перечень и назначение лекарственных препаратов в медицинской аптечке. Личная аптечка туриста. Профилактика заболеваний и травматизма. Первая доврачебная помощь при переломах, ранах, ушибах. Наложение шины. Способы транспортировки пострадавшего.

Практика: Комплектование медицинской аптечки. Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему при переломах, ранах, ушибах: определение травмы, практическое оказание помощи. Наложение шины. Изготовление средств для транспортировки пострадавшего.

Раздел 3. Туристские соревнования

3.1. История развития туристских соревнований, слетов

Теория: История туристских слетов в России. Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Обзор развития туристских соревнований.

Практика: Просмотр фото-, видеоматериалов о туристских соревнованиях, слетах.

3.2. Снаряжение для туристских соревнований

Теория: Понятие о личном снаряжении. Специальное туристское снаряжение. Перечень личного снаряжения для участника. Хранение и использование личного снаряжения.

Специальное туристское снаряжение для занятий техникой туризма. Различные типы страховочных систем. Регулировка и правильное расположение личного снаряжения на участнике: карабинов, рукавиц,

прусика самостраховки. Умение приводить снаряжение в рабочее или транспортное состояние.

Подбор специального снаряжения для летнего и зимнего периода: проверка комплектности и исправности, транспортировка, подготовка к соревнованиям. Правила эксплуатации и требования к групповому специальному снаряжению. Перечень группового снаряжения: веревки, рюкзаки, палатка. Хранение и использование группового снаряжения.

Практика: Маркировка веревок. Подготовка веревок к рабочему состоянию. Проверка комплектности и исправности снаряжения.

3.3. Туристские узлы

Теория: Туристские узлы, их назначение и применение. Виды туристских узлов. Способы вязания туристских узлов: проводник одним концом, шкотовый, брамшкотовый, карабинная удавка, австрийский проводник, стремя.

Практика: Вязание туристских узлов: проводник одним концом, шкотовый, брамшкотовый, карабинная удавка, австрийский проводник, стремя.

3.4. Преодоление технических этапов

Теория: Тактика личного и командного прохождения технических этапов. Тактика сквозного прохождения дистанций и работы всей команды на этапах. Распределение обязанностей между членами команды. Понятия «страхующий» и «страхуемый». Организация страховки, сопровождения на технических этапах. Приемы разработки тактических схем преодоления технических этапов, применения различных специальных средств (снаряжения) на этапах. Система оценки действий участников при прохождении этапов.

Практика: Отработка умений и навыков на этапах без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, спуск и подъем по склону с альпенштоком, маятник, преодоление заболоченного участка по кочкам, по кладям из жердей. Отработка навыков работы на дистанциях по заранее разработанным тактическим схемам прохождения дистанции командой. Формирование умений внесения корректив в разработанные схемы при возникновении внештатных ситуаций.

Отработка умений и навыков: организации сопровождения на переправе по веревке с перилами, навесная переправа, переправа по бревну.

3.5. Участие в туристских соревнованиях

Практика: Участие в туристских соревнованиях.

Раздел 4. Спортивное ориентирование

4.1. История развития спортивного ориентирования

Теория: Характеристика современного состояния ориентирования. Развитие спортивного ориентирования в России. Выступления российских ориентировщиков на международных соревнованиях.

Практика: Просмотр фото-, видеоматериалов о спортивном ориентировании. Встреча с ведущими спортсменами-ориентировщиками Белгородчины.

4.2. Снаряжение ориентировщика

Теория: Экипировка ориентировщика с учетом времени года, погодных условий. Правила эксплуатации и хранения.

Практика: Совершенствование и ремонт снаряжения ориентировщика.

4.3. Техника ориентирования

Теория: Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков. Ориентирование карты по линиям местности. Изображение рельефа на спортивной карте.

Определение и контроль направления движения. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Азимутальное кольцо. Символы легенд КП.

Практика: Упражнения и игры на запоминания условных знаков спортивных карт. Формы рельефа на спортивной карте и на местности. Работа с компасом. Ориентирование карты по линиям местности. Определение азимута, движение по азимуту по пересеченной местности. Чтение легенд КП.

4.4. Тактика ориентирования

Теория: Тактические действия участника на соревнованиях при выборе пути движения. Факторы, влияющие на выбор движения: картографические, особенности местности, фактор целевой установки, физиологические факторы.

Практика: Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Отработка тактических действий выбора пути движения в зависимости от фактора, влияющего на выбор движения.

4.5. Соревнования по ориентированию

Теория: Правила соревнований по спортивному ориентированию. Спортивное поведение. Действия участника в случае потери ориентировки.

Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию в заданном направлении, по выбору.

Раздел 5. Краеведение

5.1. Краеведение – изучение своего края

Теория: Основной метод краеведения – сбор информации, предметов материальной культуры, образцов полезных ископаемых и других данных, способствующих расширению знаний о крае, его хозяйственном и культурном развитии.

Основные направления краеведения. Программы Всероссийского туристско-краеведческого движения учащихся «Отечество», их задачи, содержание.

Основы исследовательской работы. Понятие об исследовательской работе. Тема исследования. План исследовательской работы. Работа со справочной литературой. Методы сбора материала. Правила оформления исследовательской работы.

Практика: Выбор темы исследования, составление плана исследовательской работы, подбор литературы, правила оформления.

5.2. История и культура края

Теория: Сведения об истории и культуре Белгородской области. Территориальное деление области. Границы. Символика Белгородчины. Герб, флаг Белгородской области. История создания Белгородской области. Из истории Белгородской губернии. Города. История, отраженная в названиях населенных пунктов. Главные святыни Белгородской земли. Храмы и монастыри Белгородской Епархии.

Население края, его национальный состав. Культура края, народные праздники, обряды, обычаи. Народные промыслы.

Знаменитые земляки Белгородчины.

Практика: Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте Белгородской области. Творческая мастерская. Просмотр фото-, видеоматериалов. Составление картотеки «Наши замечательные земляки». Подготовка мультимедийных презентаций. Посещение музея.

5.3. Краеведческие объекты края

Теория: Экскурсионные объекты Белгородской области. Памятники истории и культуры Белгородской области. Музеи Белгородской области.

Практика: Краеведческие викторины, кроссворды. «Виртуальные экскурсии» по Белгородской области. Подготовка рефератов, презентаций.

5.4. Природа края. Охрана природы

Теория: Географическое положение Белгородской области. Животный и растительный мир Белгородской области.

Охрана природы на Белгородчине. Особо охраняемые природные территории (ООПТ): заповедники, заказники, национальные парки, памятники природы. Правила поведения туристов в природе.

Практика: Краеведческие викторины, кроссворды. Творческая мастерская. Посещение ООПТ.

Раздел 6. Физическая подготовка туриста-ориентировщика

Практика: Подвижные игры и эстафеты, лыжная подготовка, легкая атлетика. Спортивные игры. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, гибкости. Совершенствование техники лыжных ходов.

**Учебный план
третьего года обучения**

№	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
1	Раздел 1. Введение	2	1	1	тест, собеседование
2	Раздел 2. Туристские походы	56	25	31	
2.1	Туристские путешествия	2	1	1	тест, собеседование, контрольные задания
2.2	Подготовка и организация похода	10	5	5	тест, собеседование, контрольные задания
2.3	Туристское снаряжение	8	4	4	тест, собеседование, контрольные задания
2.4	Организация туристского быта	12	6	6	тест, собеседование, контрольные задания
2.5	Питание в походе	6	2	4	тест, собеседование, контрольные задания
2.6	Топография	6	2	4	тест, собеседование, контрольные задания
2.7	Подведение итогов похода	6	2	4	тест, собеседование, контрольные задания
2.8	Первая доврачебная помощь	6	3	3	тест, собеседование, контрольные задания
3	Раздел 3. Туристские соревнования	40	11	29	
3.1	История развития туристских соревнований, слетов	2	1	1	тест, собеседование, контрольные задания
3.2	Снаряжение для туристских соревнований	8	4	4	тест, собеседование, контрольные задания
3.3	Туристские узлы	8	2	6	тест, собеседование, контрольные задания
3.4	Преодоление технических этапов	14	4	10	тест, собеседование, контрольные задания
3.5	Участие в туристских соревнованиях	8	-	8	тест, соревнование
4	Раздел 4. Спортивное ориентирование	48	15	33	
4.1	История развития спортивного ориентирования	2	1	1	тест, собеседование, контрольные задания
4.2	Снаряжение ориентировщика	4	2	2	тест, собеседование, контрольные задания
4.3	Техника ориентирования	22	8	14	тест, собеседование, контрольные задания
4.4	Тактика ориентирования	10	2	8	тест, собеседование, контрольные задания

4.5	Соревнования по спортивному ориентированию	10	2	8	тест, соревнование
5	Раздел 5. Краеведение	34	10	24	
5.1	Краеведение – изучение своего края	6	-	6	тест, собеседование
5.2	История и культура края	12	4	8	тест, собеседование, творческое задание
5.3	Краеведческие объекты родного края	8	2	6	тест, собеседование, творческое задание
5.4	Природа края. Охрана природы	8	4	4	тест, собеседование, творческое задание
6	Раздел 6. Физическая подготовка туриста-ориентировщика	36	-	36	контрольные задания
	ИТОГО	216	62	154	

Содержание учебного плана третьего года обучения

Раздел 1. Введение

Теория: Организационное занятие. Порядок работы объединения. Постановка целей и задач объединения, обсуждение плана работы объединения на учебный год.

Соблюдение правил поведения – основа безопасности. Меры личной безопасности в нестандартных ситуациях. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Моделирование нестандартных ситуаций.

Раздел 2. Туристские походы

2.1. Туристские путешествия

Теория: Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велотуризм, спелеотуризм. Особенности видов туризма. Туризм самостоятельный, экскурсионный, международный. История развития детско-юношеского туризма в Белгородской области. Знакомство с ветеранами туризма Белгородчины.

Практика: Просмотр фото-, видеофильмов о туристских походах. Встреча с туристами-земляками, юными туристами различных видов туризма.

2.2. Подготовка и организация похода

Теория: Туристская группа. Обязанности членов туристской группы. Определение цели и района похода. Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого, картографического материала, отчетов о походах. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Техника в туристском походе. Понятие о тактике в туристском походе.

Причины возникновения экстремальных ситуаций в походах и меры их предупреждения. Разбор и анализ несчастных случаев в туристском походе. Действия группы в экстремальных ситуациях.

Практика: Разработка маршрута похода. Изучение маршрутов учебно-тренировочного, зачетного походов. Составление плана подготовки похода, изучение маршрута, литературы района путешествия. Составление плана-графика движения. Работа с краеведческой литературой. Распределение и выполнение обязанностей в группе. Заполнение маршрутных документов.

Отработка умений выживания и сохранения группы в экстремальных ситуациях. Выработка тактики действий группы в конкретной экстремальной ситуации в зависимости от вида похода, местности и погодных условий.

2.3. Туристское снаряжение

Теория: Требования к туристскому снаряжению: прочность, легкость, гигиеничность, эстетичность, безопасность эксплуатации, удобство в использовании. Усовершенствование туристского снаряжения применительно к условиям проведения зачетного похода. Подбор и особенности личного и группового снаряжения в зависимости от вида туризма и сложности. Знакомство со специальным снаряжением по видам туризма.

Практика: Подготовка личного и группового снаряжения к походу. Усовершенствование снаряжения, его ремонт.

2.4. Организация туристского быта

Теория: Организация ночлегов в межсезонье, зимой. Ветрозащитная стенка. Газовые горелки и правила работы с ними.

Использование костров для обогрева при организации ночлегов в экстремальных ситуациях. Способы добывания огня без спичек.

Приготовление пищи в экстремальных условиях.

Практика: Организация бивака. Организация ночлега в различных условиях. Подготовка газовой горелки к работе и приготовление пищи на ней. Добывание огня без спичек. Разведение различных типов костров.

2.5. Питание в походе

Теория: Приготовление пищи в экстремальных условиях. Калорийность, способы увеличения калорийности дневного рациона в походе. Витамины. Оборудование места для приема пищи. Использование в пищу дикорастущих растений.

Практика: Составление меню и списка продуктов. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

2.6. Топография

Теория: Условные знаки топографических карт. Старение топографических карт. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты. Заложение. Сечение. Изображение рельефа на топографической карте. Чтение карты и составление схем маршрута похода. JPS-навигация.

Практика: Упражнения, игры на запоминание условных знаков. Топографические диктанты. Формы рельефа на топографической карте. Планирование маршрута туристского похода по топографической карте, составление схем маршрута похода.

2.7. Подведение итогов похода

Теория: Обсуждение итогов похода. Составление отчета о походе.

Практика: Обработка собранных материалов.

Составление отчета о походе, оформление стенгазеты, подготовка фотографий, видеоролика, мультимедийной презентации.

Ремонт и подготовка снаряжения для хранения.

2.8. Первая доврачебная помощь

Теория: Приемы оказания первой медицинской помощи при вывихах, кровотечениях, пищевых отравлениях, обморожении. Помощь при травмах брюшной полости, укусах ядовитых насекомых и пресмыкающихся. Наложение жгута. Правила наложения повязок, материалы для обработки ран и наложения повязок.

Практика: Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при вывихах, кровотечениях, пищевых отравлениях, обморожении. Помощь при травмах брюшной полости, укусах ядовитых насекомых и пресмыкающихся. Наложение жгута. Наложение повязок.

Раздел 3. Туристские соревнования

3.1. История развития туристских соревнований, слетов

Теория: Туристский слет – туристский праздник на природе, комплексное спортивно-туристское мероприятие. Программа туристских слетов. История туристских слетов в Белгородской области.

Практика: Просмотр фото-, видеоматериалов о туристских соревнованиях, слетах. Встреча с туристами-земляками – участниками областных, всероссийских туристских соревнований, слетов.

3.2. Снаряжение для туристских соревнований

Теория: Подбор личного снаряжения для участия в соревнованиях по туризму на личных, лично-командных коротких и длинных дистанциях. Устройства для подъема по вертикальным перилам («жумар») и спуска по вертикальным перилам («лепесток», «восьмерка», «рамка»).

Перечень группового снаряжения: блоки и полиспаст, сдвоенная петля самостраховки диаметром по 10 мм (станция). Правила эксплуатации, транспортировки. Распределение снаряжения между участниками, использование снаряжения в зависимости от условий соревнований.

Практика: Совершенствование, хранение личного и специального снаряжения. Совершенствование навыков скоростной работы со снаряжением.

3.3. Туристские узлы

Теория: Туристские узлы, их назначение и применение. Виды туристских узлов. Способы вязания туристских узлов: стремя одним концом, булинь, академический, двойной проводник, австрийский схватывающий, грепвайн.

Практика: Вязание туристских узлов: стремя одним концом, булинь, академический, двойной проводник, австрийский схватывающий, грепвайн.

3.4. Преодоление технических этапов

Теория: Прохождение технических этапов по различным тактическим схемам. Выбор оптимальных вариантов работы на этапе. Тактика личного и командного прохождения технических этапов. Разработка тактических схем преодоления технических этапов, применения различных специальных средств (снаряжения) на этапах. Наведение перил и организация сопровождения на технических этапах.

Система оценки действий участников при прохождении этапов.

Практика: Отработка навыков работы на дистанциях по заранее разработанным тактическим схемам прохождения дистанции командой. Формирование умений внесения корректив в разработанные схемы при возникновении нестандартных ситуаций.

Отработка умений и навыков: наведение перил и организации сопровождения на переправе по веревке с перилами, навесная переправа, переправа по бревну.

3.5. Участие в туристских соревнованиях

Практика: Участие в туристских соревнованиях.

Раздел 4. Спортивное ориентирование

4.1. История развития спортивного ориентирования

Теория: Перспективы развития ориентирования. Характеристика современного состояния ориентирования в стране и за рубежом. Выступления белгородских ориентировщиков на соревнованиях всероссийского и международного уровня.

Практика: Просмотр фото-, видеоматериалов о спортивном ориентировании.

4.2. Снаряжение ориентировщика

Теория: Обзор современного снаряжения ориентировщика.

Практика: Совершенствование и ремонт снаряжения ориентировщика.

4.3. Техника ориентирования

Теория: Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков. Ориентирование карты по направлению на ориентир. Изображение рельефа на спортивной карте. Способы и технические приемы ориентирования: грубый азимут, точный азимут, линейное, точечное ориентирование. Чтение карты. Сечение рельефа. Влияние рельефа на выбор пути движения. Техничко-вспомогательные действия. Выбор варианта на КП.

Технические действия ориентировщика в стартовом коридоре. Технические действия в районе КП и на КП.

Практика: Упражнения, игры на запоминания условных знаков спортивных карт. Работа с компасом. Ориентирование карты по направлению на ориентир. Формы рельефа на спортивной карте и на местности. Отработка навыков технических приемов ориентирования: грубый азимут, точный азимут, линейное, точечное ориентирование. Чтение карты. Выбор варианта движения на КП. Отработка технических действий в стартовом коридоре. Технические действия в районе КП и на КП.

4.4. Тактика ориентирования

Теория: Тактические действия участника при взаимодействии с соперником на дистанции. Скорость движения ориентировщика по дистанции, ее контроль.

Практика: Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Отработка тактических действий при взаимодействии с соперником. Контроль скорости движения по дистанции.

4.5. Соревнования по ориентированию

Теория: Правила соревнований по спортивному ориентированию.

Практика: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе, эстафетное ориентирование.

Раздел 5. Краеведение

5.1. Краеведение – изучение своего края

Практика: Работа над исследовательскими проектами. Участие в краеведческой конференции.

5.2. История и культура края

Теория: История края в годы Великой Отечественной войны. Курская битва. Прохоровское танковое сражение. Партизанское движение на Белгородчине. Герои Советского Союза – наши земляки. Моя семья в годы Великой Отечественной войны.

Знаменитые земляки.

Практика: Краеведческие викторины, кроссворды. Творческая мастерская. Работа с краеведческой литературой. Просмотр фото-, видеоматериалов. Подготовка мультимедийных презентаций. Подготовка сообщений «Моя семья и Великая Отечественная война». Посещение музея.

5.3. Краеведческие объекты края

Теория: Памятники военной тематики и братские могилы на Белгородчине.

Практика: Краеведческие викторины, кроссворды. «Виртуальные экскурсии» по Белгородской области. Подготовка рефератов, мультимедийных презентаций.

5.4. Природа края. Охрана природы

Теория: Водные ресурсы, почвы, животный, растительный мир Белгородской области.

Охрана природы на Белгородчине. Редкие и исчезающие растения и животные родного края. Красная книга Белгородской области. Экологические проблемы края. Правила поведения туристов в природе.

Практика: Краеведческие викторины, кроссворды, экологические игры. Творческая мастерская. По страницам «Красной книги» Белгородской области.

Раздел 6. Физическая подготовка туриста-ориентировщика

Практика: Подвижные игры и эстафеты, лыжная подготовка, легкая атлетика. Спортивные игры. Упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости, силы, гибкости. Совершенствование техники лыжных ходов.

Календарный учебный график

Реализация программы «Компас открытий» предполагает следующие сроки:

- количество учебных недель – 108 (по 36 учебных недель в год);
- количество учебных дней – 324 (по 108 учебных недель в год).

В течение учебного года в объединении с целью проверки качества знаний, умений и навыков, эффективности обучения проводится текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация в виде контроля: входной контроль (в начале учебного года), промежуточный контроль (в течение учебного года), итоговый контроль (в конце учебного года).

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в течение учебного года.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится в форме входного, промежуточного и итогового контроля.

Входной контроль обучающихся проводится в начале учебного года (сентябрь-октябрь) и предполагает проверку уровня знаний, умений, навыков обучающихся на начало учебного года.

Промежуточный контроль обучающихся проводится в середине учебного года (январь-февраль) и предполагает проверку знаний, умений и навыков изученного текущего программного материала.

Итоговый контроль обучающихся проводится в конце учебного года (май) и предполагает проверку освоения содержания образовательной программы за учебный год.

Промежуточная аттестация включает проверку теоретических знаний обучающихся и их практических умений и навыков.

Формы аттестации. Контроль знаний, умений и навыков производится в форме педагогического наблюдения, собеседования, опроса, тестирования, выполнения контрольных заданий, спортивных соревнований, туристских походов.

Последовательность реализации программы определяется последовательностью тем в календарном учебном графике (приложение).

Система оценки образовательных результатов

Критерии оценки результативности определяют три уровня освоения программы: высокий, средний, низкий. Высокий уровень – успешное освоение обучающимся более 70% содержания программы; средний уровень – успешное освоение обучающимся от 49% до 69% содержания программы; низкий уровень – успешное освоение обучающимся менее 50% содержания программы.

Условной единицей для оценки результатов выполнения тестовых заданий является балл – количественный показатель верно выполненных заданий.

Критерии оценки теоретических знаний:

- высокий уровень – 7-10 баллов;
- средний уровень – 5-6 баллов;
- низкий уровень – ниже 5 баллов.

Метод диагностики – тестирование.

Показателями практических умений и навыков являются умения и навыки преодоления естественных (искусственных) препятствий, вязки туристских узлов, организации бивака, ориентирования при помощи компаса и карты, подготовки сообщений (рефератов).

Критерии оценки практических умений и навыков:

- высокий уровень – 19-25 баллов;
- средний уровень – 11-18 баллов;
- низкий уровень – 5-10 баллов.

Метод диагностики – наблюдение.

Оценочные материалы

Контрольные вопросы входного контроля

1 год обучения

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?
- согреться и приготовить пищу;
 - помечтать;
 - слиться с природой.
7. К правилам сбора лекарственных растений относятся...
- вырывать их с корнем;
 - оставлять наиболее крупные растения на семена;
 - обламывать ветви черемухи, рябины, шиповника, калины.
8. Верно ли, что уложенный рюкзак должен быть похож на шар?
- да;
 - нет.
9. На каком рисунке изображен вид спорта – спортивное ориентирование?



а)



б)

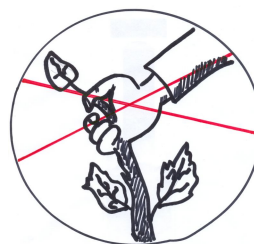


в)

10. Правила поведения в природе. Объясните, что означают эти рисунки?



а)



б)

а) _____

б) _____

Критерии оценки:

высокий уровень – 7-10 баллов;

средний уровень – 5-6 баллов;

низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные вопросы промежуточного контроля

1 год обучения

1. 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.

2. 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.

3. Определите, какой туристский узел изображен на рисунке?

- а) встречный;
- б) прямой;
- в) брамшкотовый.



4. Для чего предназначен компас?

- а) узнать время;
- б) для ориентирования на местности;
- в) узнать направление ветра;
- г) для измерения масштаба карты.



5. Разводить костер необходимо...

- а) по возможности на старом кострище;
- б) среди деревьев под нависающими ветвями;
- в) рядом с палатками.

6. Какие предметы относятся к групповому снаряжению?

- а) палатка, ремонтный набор, костровое оборудование;
- б) спальник, мешок, рюкзак, топор;
- в) кружка, медицинская аптечка, накидка от дождя.

7. На каком рисунке изображен условный знак – дома лесников?



а)



б)

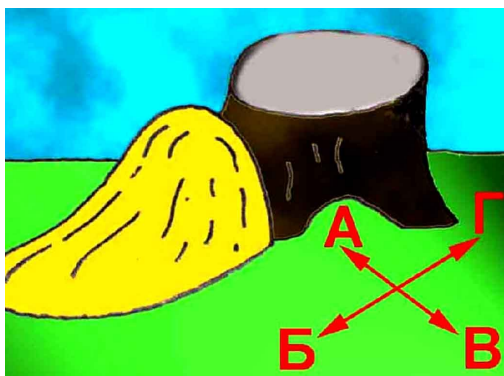


в)



г)

8. На рисунке изображен муравейник. Где юг?



9. 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.

10. На каком рисунке изображен памятник М.С. Щепкину?



а)



б)



в)

Критерии оценки:

высокий уровень – 7-10 баллов;

средний уровень – 5-6 баллов;

низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные вопросы итогового контроля

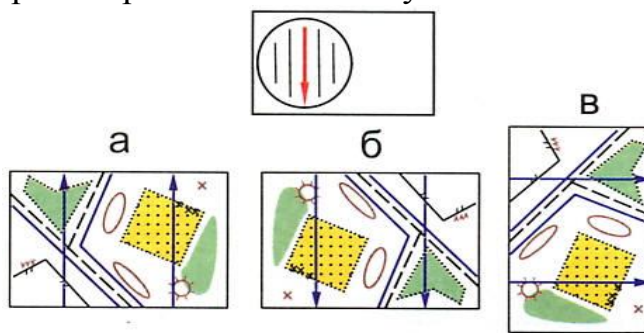
I год обучения

1. Подчеркните те меры безопасности, которые нужно соблюдать при разжигании костра.

- а) перед разжиганием костра расчистить место от сухой листвы;
- б) разжигая костер, нужно сильно над ним наклониться;
- в) возле костра нужно стоять с той стороны, откуда дует ветер;
- г) тушить костер нужно водой, песком, землей;
- д) тушить костер нужно сухими листьями, сырыми ветками.

2. Перечислите основные должности в туристской группе.

3. Какая карта сориентирована по компасу?



4. Соедините стрелкой условные знаки и группы, к которым они относятся:

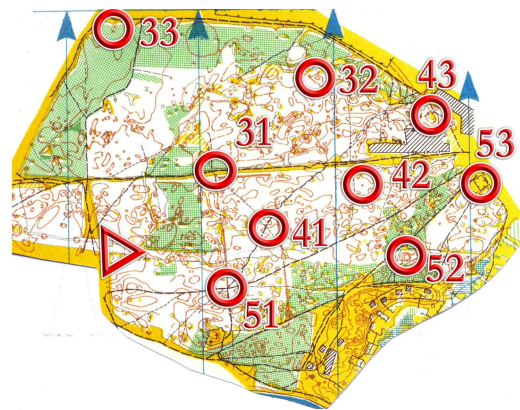
Рельеф	Вода
Гидрография	Крутой обрыв
Растительность	Заболоченность
Искусственные сооружения	Переправа без мостика
	Воронка
	Пашня
	Шоссе
	Постройки
	Яма
	Сады
	Кормушка

5. Какие предметы входят в состав ремонтного набора?

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

6. Какой вид ориентирования изображен на карте?

- а) обозначенный маршрут;
- б) ориентирование по выбору;
- в) маркированный маршрут.



7. В поход из продуктов питания можно взять:

- а) творог;
- б) вареную колбасу;
- в) крупы.

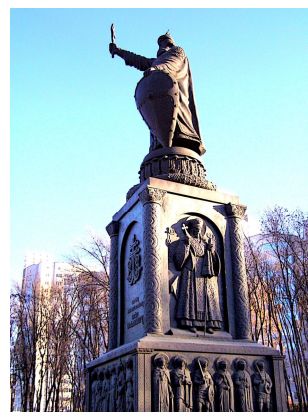
8. Подчеркните виды туристских соревнований.

- а) КТМ;
- б) ТПТ;
- в) ЗМК;
- г) МКК.

9. Верно ли, что остатки пищи нужно выбрасывать в водоем для подкармливания рыб?

- а) да;
- б) нет.

10. Назовите экскурсионные объекты г.Белгорода:



а) _____ б) _____

Критерии оценки:

высокий уровень – 7-10 баллов;

средний уровень – 5-6 баллов;

низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные вопросы входного контроля

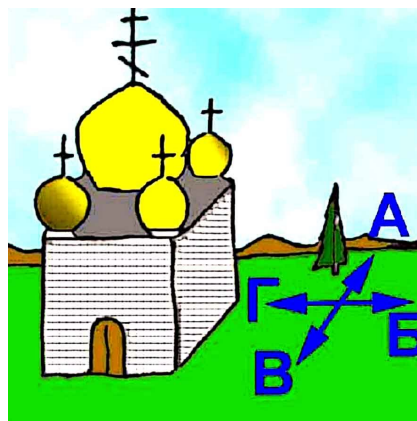
2 год обучения

1. Нарисуйте условные знаки спортивных карт:

родник	
тропинка	
бугор	
яма	
железная дорога	

2. Где восток?

Восток в направлении стрелки ...



3. Краеведение – это:

- а) путешествие в свободное время, вид активного отдыха;
- б) путь следования пешеходной группы;
- в) изучение своего края.

4. Из чего состоит компас?

- а) магнитная стрелка;
- б) масштабная шкала;
- в) лимб, подписанный в градусах;
- г) увеличительное стекло;
- д) часовая стрелка.

5. Какой вид костра изображен на рисунке?

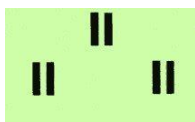
- а) шалаш;
- б) звездный;
- в) колодец.



6. Что должен сделать участник соревнований по спортивному ориентированию сошедший с дистанции?

- а) вернуть в лагерь;
- б) пройти через финиш;
- в) уехать домой.

7. Определите топографические знаки:



а) _____ б) _____ в) _____ г)

8. В обязанности завхоза туристской группы входит:

- а) отвечать за питание;
- б) отвечать за дневник похода;
- в) отвечать за снаряжение.

9. В каком веке образован г.Белгород?

- а) 16;
- б) 20;
- в) 13.

10. В какой области проявил себя человек, памятник которому установлен в г.Белгороде?

- а) политика;
- б) спорт;
- в) космонавтика.



Критерии оценки:

высокий уровень – 7-10 баллов;

средний уровень – 5-6 баллов;

низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные вопросы промежуточного контроля

2 год обучения

1. Что такое КП?

- а) контрольный пунктир;
- б) контрольный пункт;
- в) контрольная привязка.

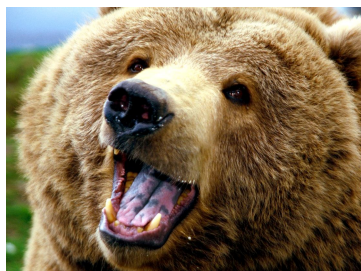
2. После окончания работы топор не следует врубать:

- а) в пень;
- б) в лежащий ствол;
- в) в вертикально стоящее дерево.

3. Чему равно расстояние на местности, если на карте масштаба 1:15000 оно составляет 3 см:

- а) 450 м; б) 150 м; в) 650 м.

4. На каком рисунке изображено животное, которое можно встретить на территории Белгородской области?



а)

б)

в)

5. Ваши действия при отравлении:

- а) промыть желудок; б) наложить шину;
- в) наложить стерильную повязку.

6. Определите туристские узлы:



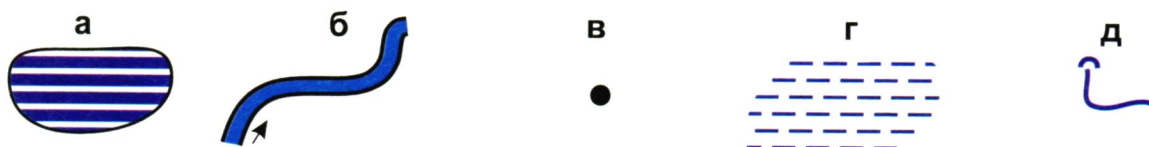
а) _____

б) _____

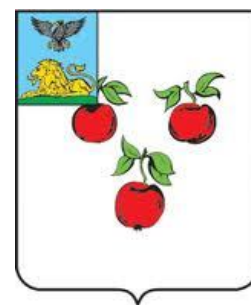
7. Перечислите этапы туристской полосы препятствий

а)
б)
в)
г)

8. Исключите лишний знак.



9. На каком рисунке изображен герб Алексеевского городского округа Белгородской области?



а)

б)

в)

10. Перечислите районы Белгородской области, начинающиеся с буквы «К».

К
К
К
К

Критерии оценки:

высокий уровень – 7-10 баллов;

средний уровень – 5-6 баллов;

низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные вопросы итогового контроля

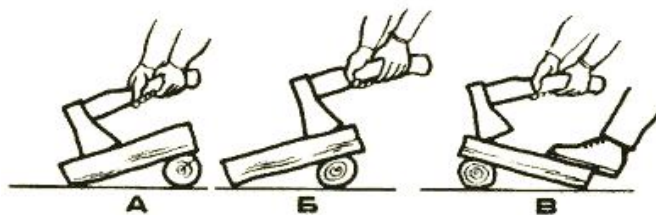
2 год обучения

1. Что такое азимут?

- а) азимут – это направление на карте;
- б) азимут – угол между нулевым градусом и предметом;
- в) азимут – направление на север.

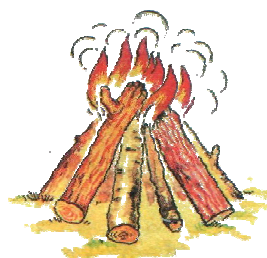
2. Определите, на каком рисунке показана правильная расколка дров:

- 1) рис. А;
- 2) рис. Б;
- 3) рис. В;
- 4) на всех рисунках;
- 5) ни на одном из рисунков.



3. Какой из перечисленных этапов туристских соревнований необходимо преодолевать в брезентовых рукавицах (перчатках)?

- а) навесная переправа;
- б) спуск;
- в) подъем.



4. Какой вид костра изображен на рисунке?

- а) шалаш;
- б) звездный;
- в) колодец.

5. Выполнение какого действия показано на рисунке?

- а) закрытый массаж сердца;
- б) наложении шины;
- в) наложение жгута.



6. Направляющий в туристской группе – это...

- а) участник группы, идущий первым в туристской группе;
- б) участник группы, идущий последним в туристской группе;
- в) участник группы, идущий вторым в туристской группе.

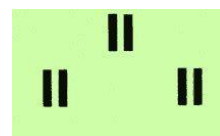
7. На каком рисунке изображен условный знак – метеорологическая станция?



а)



б)



в)

8. Что означает эта надпись на спортивной карте?



9. Кто из известных земляков-белгородцев изображен на фотографии?



Он родился 28 августа 1853 года, в городе Грайвороне, в том же городе прошло его раннее детство. По окончании Императорского технического училища был командирован в США для углубления знаний.

Им изобретен крекинг-процесс, впервые в мире осуществлено промышленное факельное сжигание нефти с помощью изобретенной распылительной форсунки, спроектирован и построен первый в России нефтепровод на Бакинских промыслах. Его творением является знаменитая радиобашня на Шаболовке, построенная в

Москве в 1921 году).

Им спроектировано и построено около 500 мостов, в том числе через реки Волгу, Оку, Енисей; разработаны проекты элеваторов, доменных печей, пристаней, плавающих доков, стальных каркасов, изобретена конструкция вращающейся сцены для Московского художественного театра.

Он умер в городе Москва в 1939 году, похоронен на Новодевичьем кладбище.

На фотографии изображен _____.

10. Найдите соответствие и соедините стрелками название заповедного участка заповедника «Белогорье» и его местонахождение:

Лес на Ворскле
Острасьевы яры
Ямская степь
Лысые горы
Стенки Изгорья

Новооскольский городской округ
Губкинский городской округ
Борисовский район
Борисовский район
Губкинский городской округ

Критерии оценки:

высокий уровень – 7-10 баллов;

средний уровень – 5-6 баллов;

низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные вопросы входного контроля

3 год обучения

1. Заполните таблицу:

Основные требования к месту бивака	Объясните, что обозначают эти требования
жизнеобеспечение	
безопасность	
комфортность	

2. Основные требования к личному снаряжению пешеходного туристского похода?

- а) малый вес, прочность, удобство;
- б) большой вес, объемность;
- в) малый вес, объемность.

3. Самое распространенное дерево в Белгородской области – это...



а)

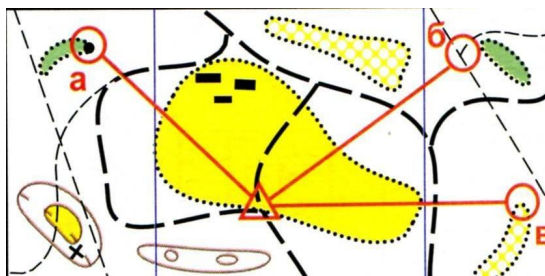


б)



в)

4. На какой контрольный пункт придет участник, если будет двигаться по азимуту 45 градусов?

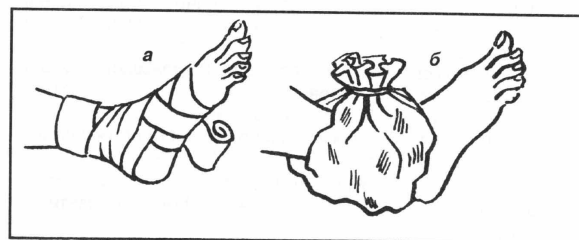


5. При движении по реке участник провалился под лёд. Ваши действия:

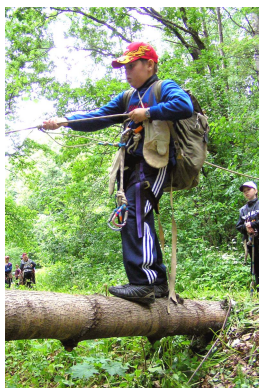
- а) одному участнику подползти к промоине и помогать выбраться потерпевшему на лёд;
- б) ждать, пока провалившейся выберется сам;
- в) бросить потерпевшему конец верёвки?

6. Какое действие изображено на рисунке?

- а) первая помощь при ушибах;
- б) первая помощь при отравлениях;
- в) первая помощь при переломе конечностей.



7. Найдите соответствие и соедините стрелками название технического этапа и соответствующего ему рисунка.



навесная переправа



спуск

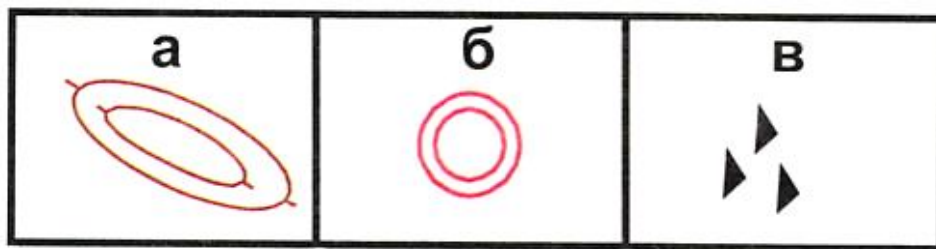


переправа по бревну

8. Как Вы поступите, если найдете в лесу птичье гнездо?

- а) посчитаете, сколько птенцов в гнезде;
- б) отойдете подальше от гнезда и не будете вмешиваться в жизнь птиц;
- в) возьмете птенцов на руки и погладите.

9. Какой условный знак относится к рельефу?



10. Назовите дату Прохоровского танкового сражения

- а) 5 июля 1943 г.;
- б) 12 июля 1943 г.;
- в) 5 августа 1943 г.

Критерии оценки:

высокий уровень – 7-10 баллов;

средний уровень – 5-6 баллов;

низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные вопросы промежуточного контроля

3 год обучения

1. Какие из хвойных деревьев лучше всего использовать для костра (наиболее сухое):

- а) вертикально стоящее с остатками хвои;
- б) вертикально стоящее без тонких веток (имеются лишь толстые сучья);
- в) вертикально стоящее без веток и сучьев (вдоль ствола идут широкие трещины);
- г) вертикально стоящее, у которого отвалилась вершина;
- д) дерево, начавшее падать, но зависшее на соседних;
- е) лежащее на земле?

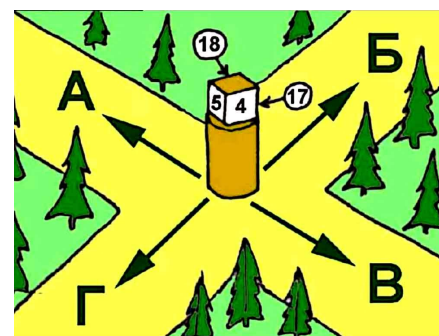
2. Для преодоления какого этапа на соревнованиях по туризму участнику необходимо два карабина?

- а) спуск;
- б) навесная переправа;
- в) параллельная переправа;
- г) подъем.

3. Первая помощь при закрытом переломе конечностей?

- а) наложить стерильную повязку;
- б) наложить шину;
- в) наложить жгут.

4. На рисунке показано пересечение просек и квартальный столб. Где запад?
Запад в направлении стрелки...



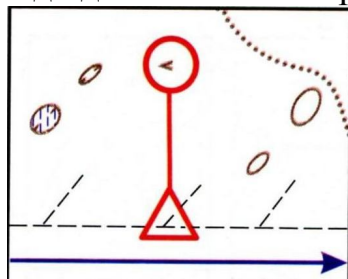
5. Какое снаряжение относится к специальному туристскому снаряжению?

- а) веревка, карабин, жумар;
- б) рюкзак, спальник, КЛМН;
- в) палатка, котелок, костровое оборудование.

6. Верно ли, что пустые консервные банки надо обжечь в костре и закопать?

- а) да;
- б) нет.

7. По какому азимуту надо двигаться со старта, чтобы прийти на КП?

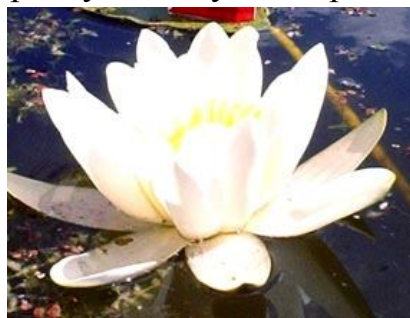


- а) 180 градусов
- б) 270 градусов
- в) 90 градусов

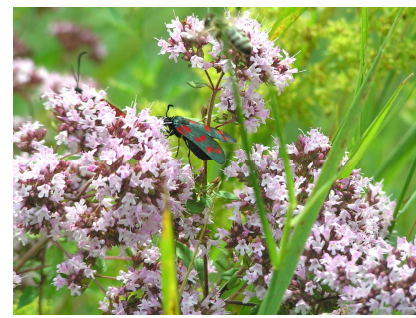
8. Какое растение занесено в Красную книгу Белгородской области?



а)



б)



в)

9. Правильно основные даты жизни Н.Ф. Ватутина располагаются...

- а) 1906 г. – родился в с.Чепухино Воронежской губернии;
1942 г. – назначен командующим Воронежским фронтом;
1945 г. – похоронен в г. Киеве.
- б) 1901 г. – родился в с.Чепухино Воронежской губернии;
1936 г. – назначен командующим Воронежским фронтом;
1944 г. – похоронен в г. Киеве.
- в) 1901 г. – родился в с.Чепухино Воронежской губернии;
1942 г. – назначен командующим Воронежским фронтом;
1944 г. – похоронен в г. Киеве.

10. Какое звание присвоено г.Белгороду в 2007 году?

- а) город-герой;
- б) город воинской славы;
- в) город первого салюта.

Критерии оценки:

высокий уровень – 7-10 баллов;
средний уровень – 5-6 баллов;
низкий уровень – ниже 5 баллов.

Контрольные вопросы итогового контроля

3 год обучения

1. Определите порядок организации похода (поставьте цифры)

- определение цели похода;
- комплектование группы;
- выбор и разработка маршрута;
- подготовка личного и группового снаряжения;
- составление сметы;

2. Какие требования предъявляются к биваку?

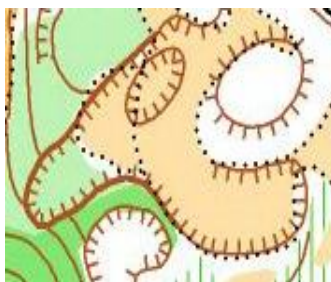
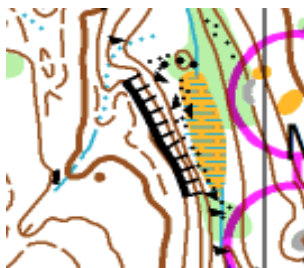
- а) плохая освещенность, наличие сухих и гнилых деревьев;
- б) отсутствие дров, воды, расположение на низком берегу реки;
- в) наличие дров, воды, удаленность от населенных пунктов, эстетичность поляны.

3. Определите назначение туристского узла.

- а) для связывания веревок одинакового диаметра;
- б) для крепления к опоре;
- в) для связывания веревок разного диаметра.



4. На какой спортивной карте изображен условный знак «грунтовый обрыв».



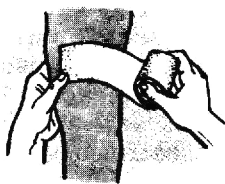
5. Если у участника туристского похода головная боль, головокружение, шум в ушах, резкая слабость, одышка, обморочное состояние. Это симптомы...

- а) солнечного удара;
- б) обморожения;
- в) перелома конечностей.

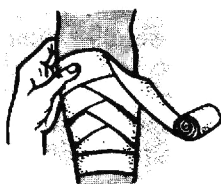
6. Перед вами стоят три сухостойких дерева: сосна, пихта, береза. Какое из них вы завалите для костра:

- а) сосну;
- б) пихту;
- в) березу;
- г) безразлично какое.

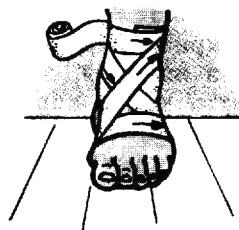
7. На каком рисунке изображена крестообразная повязка?



а)



б)



в)

8. Что следует предпринять, если, будучи в походе, вы отстали от своей группы?

- а) начать активные поиски группы во всех направлениях;
- б) остановиться на развилке тропы и ждать, когда за вами вернутся;
- в) при необходимости развести костер и построить временное жилище;
- г) не сходить с тропы (лыжни).

9. Подбери легенду: северо-восточный камень: южная сторона.

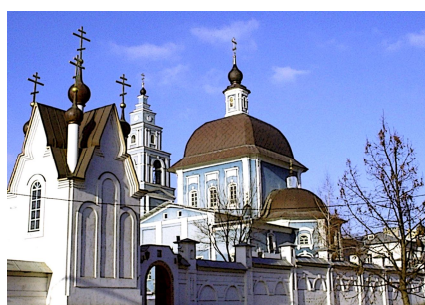
А		↗	▲▲			○	
Б		↗	▲			○	
В		↖	⊗			○	

10. На каком рисунке изображён храм Святых Апостолов Петра и Павла?

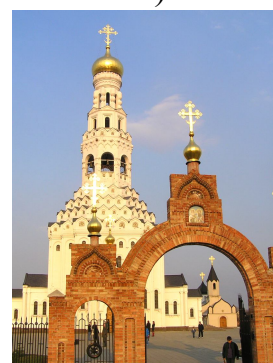
а)



б)



в)



Критерии оценки:

высокий уровень – 7-10 баллов;

средний уровень – 5-6 баллов;

низкий уровень – ниже 5 баллов.

Практические задания

Задания		ОЦЕНКА				
		5	4	3	2	1
1.	Преодоление естественных (искусственных) препятствий	Умеет в совершенстве	Умеет	Скорее умеет, чем не умеет	Скорее не умеет, чем умеет	Не умеет
2.	Вязка туристских узлов	Умеет в совершенстве	Умеет	Скорее умеет, чем не умеет	Скорее не умеет, чем умеет	Не умеет
3.	Организация бивака	Умеет в совершенстве	Умеет	Скорее умеет, чем не умеет	Скорее не умеет, чем умеет	Не умеет
4.	Ориентирование при помощи компаса и карты	Умеет в совершенстве	Умеет	Скорее умеет, чем не умеет	Скорее не умеет, чем умеет	Не умеет
5.	Подготовка сообщений (рефератов)	Умеет в совершенстве	Умеет	Скорее умеет, чем не умеет	Скорее не умеет, чем умеет	Не умеет

Критерии оценки практических умений

25-19 баллов - высокий уровень

18-11 баллов - средний уровень

10-5 баллов - низкий уровень

Методическое обеспечение

Программа предусматривает процесс обучения детей как взаимосвязанные этапы, на каждом из которых решаются свои специфические задачи.

Первый этап (первый год обучения) – информационно-познавательный. Обучающиеся на этом этапе знакомятся с разнообразным миром туристско-краеведческой деятельности, овладевают основами туристских и краеведческих знаний.

Второй этап (второй и третий год обучения) – операционно-деятельностный. На этом этапе формируется умение обучающихся самостоятельно выполнять определенные задачи, поставленные педагогом: самостоятельное выполнение обязанностей в группе по определенным должностям, разбивка бивака, умение работать с источниками и т.п. Этот этап направлен на раскрытие внутреннего потенциала обучающихся: развитие коммуникативных качеств личности, приобретение уверенности в себе и ответственности за порученное дело перед коллективом, общение на уровне приобретенных знаний, стремление работать творчески.

Программа носит пропедевтический характер, т.е. предварительный, ознакомительный. Данная программа ориентирует ребенка на выбор той деятельности в области туризма и краеведения, которая станет для него определяющей в дальнейшем. Программа предполагает по окончании курса обучения переход обучающегося на следующую ступень обучения, где ему предстоит овладение спецификой работы и практической деятельностью по какой-либо туристской направленности (юный инструктор туризма, юный спасатель, юный ориентировщик и др.) или научно-исследовательская работа в одном из краеведческих направлений.

В программу заложены следующие принципы:

- принцип доступности и последовательности усложнений задач;
- принцип научности;
- принцип системности;
- принцип индивидуализации;
- краеведческий принцип;
- экологический принцип;
- практический принцип;
- принцип ориентации на успех;
- принцип связи теории с практикой;
- принцип эмоционального благополучия ребенка;
- принцип сохранения и укрепления здоровья;
- принцип разноразмерности.

Основными организационными формами образовательного процесса являются учебные занятия, практические занятия, самостоятельная работа. Беседы, ситуации игровой направленности, викторины, тесты, совместные праздники с родителями планируются с учетом возрастных особенностей и

темы. Выбор формы должен реализовать цели и задачи занятия, способствовать поддержанию физической активности и интереса к туристской и познавательной деятельности. При проведении практических занятий используются индивидуальные и групповые формы.

В организации образовательного процесса предусматриваются различные формы проведения занятий, которые помогают сделать учебно-воспитательную деятельность более интересной, дифференцированной и гибкой: лекции, беседы, игры, соревнования, экскурсии, походы, встречи с интересными людьми, творческие мастерские, кроссворды, викторины и т.д.

Программа предусматривает организацию и проведение туристского похода, участие в соревнованиях по спортивному туризму и ориентированию, краеведческих конкурсах, викторинах, подготовка к которым осуществляется в течение всего учебного года.

Ведущими методами обучения являются:

- наглядные – направлены на определение характера изучения и усвоения знаний, а также систематизацию и обобщение знаний;
- словесные – направлены на процесс формирования и усвоения понятий и формирование образов (объяснение, беседа, рассказ, лекция, описание);
- практические – направлены на формирование практических умений и навыков (упражнения, практическая работа, самостоятельная работа);
- объяснительно-иллюстративный – направлен на изучение нового материала.

Методы, используемые на занятиях, направлены на:

- на приобретение специальных знаний (показ, идеомоторная тренировка, демонстрация);
- на овладение двигательными умениями и навыками (метод расчлененного и целостного упражнения);
- на совершенствование двигательных навыков и развитие физических качеств (равномерный, повторный, игровой, соревновательный).

В процессе обучения приобретение теоретических знаний и практических навыков осуществляется последовательно от простого к сложному.

В целях создания условий для достижения качества обучения рекомендуется использовать современные педагогические технологии (здоровьесберегающие, игровые, репродуктивные, творческие, информационные, коммуникативные, диалогические и др.) и воспитательные технологии (технология «КТД», технология «Тренинг общения», шоу-технологии, технология «Создание ситуации успеха», диалог «педагог-воспитанник» и др.).

Особенности организации образовательной деятельности

В первый год основной задачей занятий является привлечение детей к занятиям, формирование «костяка» обучающихся, формирование потребности в регулярных занятиях.

Содержание изучаемого материала в разделах программы ежегодно повторяется с одновременным его углублением и расширением понятий, знаний, умений с учетом возрастных и психологических способностей обучающихся, является органическим продолжением предыдущего. Поэтому и методическое обеспечение учебных разделов программы на каждом году обучения не претерпевает кардинального изменения, а только дополняется новыми приемами, методами, дидактическими материалами.

Необходимо учитывать психологические и физиологические особенности ребенка, тем более, что подростковый возраст – это критический возраст в развитии ребенка. Особенностью мышления подростков является его конкретность, а продуктивность абстрактного мышления зависит от ясности конкретного материала. Поэтому необходимо конкретно и доступно излагать материал. Также необходимо учитывать, что дети среднего школьного возраста имеют уже сильно гендерные отличия, поэтому некоторые соревновательные игры рекомендуется проводить отдельно для мальчиков и девочек. В этом возрасте бурно проявляются эмоции, повышается конфликтность, а это значит, что детей необходимо учить сдержанности обдуманности в репликах.

Большинство занятий если не полностью, то частично должны содержать практическую деятельность. Не рекомендуется рассказывать детям материал долго по времени, даже если он и интересен. Конечно, без теории нельзя обойтись, но она должна быть подкреплена практикой. Для рассказа рекомендуется использовать плакаты, фотографии, яркие примеры из книг, личной жизни. Запоминается то, что наглядно, ярко, эмоционально.

Теоретический материал можно чередовать с подвижными играми или заданиями, упражнениями, связанными с темой занятия. Любая игра станет более желанной, если детей включить в ее подготовку и организацию. Игры в этом возрасте могут быть достаточно сложными и длительными, требующими физической подготовки. Такие трудности только повышают интерес, так как для подростков характерно не отстать от друзей, выделиться среди сверстников, стать лидером.

В процессе закрепления программного материала большое место занимают упражнения, основное назначение которых состоит в том, чтобы научить детей применять полученные знания. Систематическое привлечение краеведческого материала в процессе упражнений создает прочный фундамент для дальнейшего осмысления новых знаний и стимулирует самостоятельность мышления обучающихся.

Туристско-краеведческая деятельность неразрывно связана с природой, поэтому расписание занятий рекомендуется строить таким образом, чтобы одно занятие проводилось в выходной день с выходом на местность: в парк, лесной массив. Туризм и охрана природы – понятия взаимосвязанные. Чем лучше турист знает, ценит природу, тем бережнее он относится к ней, тем

полнее и щедрее она и одаряет его – здоровье, эмоциональный настрой, знания, умения, любовь к родному краю, стране, людям. Поэтому большое внимание необходимо уделять вопросам экологии, формированию экологической культуры.

Изучая природу родного края необходимо уделить внимание редким и исчезающим видам животного и растительного мира, прививать бережное отношение к лесу и его обитателям. Изучая историю родного края обязательно использовать картографический материал.

Особое внимание при реализации программы необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма на занятиях и соревнованиях. Необходимо помнить, что здоровье ребенка – превыше всего.

Рекомендуется занятия строить так, чтобы обучающиеся проявляли больше самостоятельности, отрабатывали навыки технической подготовки, походного быта. Рекомендуется больше времени уделить подбору личного снаряжения ребенка для занятий: обуви, одежды, рюкзака для тренировок. Подготавливая поход, находите работу для детей, приучая к самостоятельности и ответственности. Изучая преодоление переправ, основное внимание необходимо уделять безопасности. Основное внимание уделять командному прохождению переправ, взаимовыручке, сплоченности.

На занятиях по спортивному ориентированию основная задача ребенка – побороть страх перед лесом, принятием решения. Не спешите отпускать одного ребенка в лес, если он боится. Лучше вместе с ним пройдите дистанцию.

Физическую подготовку желательно проводить в игровой форме (эстафеты, подвижные игры, игры с элементами ориентирования, туризма, краеведения).

Учебные соревнования рекомендуется проводить для обучения и совершенствования технико-тактических навыков, не ставить перед обучающимися задачу – показать результат, занять высокое место и т.д. Главное во всех соревнованиях – обучение и развитие (физическое и умственное).

Необходимо поощрять детей. Дети должны чувствовать, что у них что-то получается. Доброе слово педагога, посильные задания, маленькие самостоятельные поощрительные призы – все это стимулирует деятельность обучающихся. В качестве самостоятельных призов можно использовать бумажные медали, наклейки с надписью «Лучший краевед», «Лучший ориентировщик», «Самый быстрый» и т.д.

Дидактический материал

- карточки-задания
- проверочные тесты для закрепления материала
- кроссворды
- игры
- викторины

Информационное обеспечение

Литература для педагога

1. Вяткин, Л.А. Туризм и спортивное ориентирование / Л.А. Вяткин, Е.В.Сидорчук. – М.: Академия, 2008. – 208 с.
2. Голуб, Б.А. Основы общей дидактики. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 96 с.
3. Константинов, Ю.С. Детско-юношеский туризм / Ю.С. Константинов. – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 600 с.
4. Константинов, Ю.С., Глаголева, О.Л. Уроки ориентирования. – М.: ФЦДЮТиК, 2005. – 328 с.
5. Константинов, Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся: Учебно-методическое пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2000. – 228 с.
6. Константинов, Ю.С. Туристские соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995. – 64 с.
7. Константинов, Ю.С., Куликов, В.М. Педагогика школьного туризма. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. – 152 с.
8. Куликов, В.М., Константинов, Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2004. – 72 с.
9. Куликов, В.М., Ротштейн, Л.М. Школа туристских вожakov. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 144 с.
10. Маслов, А.Г., Константинов, Ю.С, Дрогов, И.А. Лето, дети и туризм. – М.: ЦДЮТур РФ, 1997. – 120 с.
11. Маслов, А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». – М.: ВЛАДЛС, 2000. – 160 с.
12. Психология и педагогика / под ред. Радугина А. – М.: Центр, 2002. – 256с.
13. Самарина, И.А. Основы туристско-экологической деятельности учащихся. – М.: ФЦДЮТиК, 2007. – 276 с.
14. Сластенин, В.А. и др. Педагогика. – М.: Издательский центр Академия, 2003. – 576 с.
15. Сысоева, М.Е. Организация летнего отдыха детей. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 176 с.
16. Федотов, Ю.Н., Востоков, И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм. – М.: Советский спорт, 2004. – 328 с.

Литература для обучающихся

1. Антропов, К., Расторгуев, М. Узлы. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994. – 16с.
2. Востряков, И.Д. Приключения неопытных туристов. – С-П., 2009. – 35 с.
3. Ганиченко, Л.Г. Котелок над костром. – М.: Вокруг света, 1994. – 46 с.
4. Колесникова, Л.В. Спортивное ориентирование. Рабочая тетрадь юного ориентировщика. – М.: Советский спорт, 2003. – 64 с.
5. Куликов, В.М. Знатоки идут по фотоследу /настольная топографическая игра/

6. Куприн, А.М. Занимательно об ориентировании. – М.: Просвещение, 1980. – 96 с.
7. Моргунова, Т.В. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию. – М.: Советский спорт, 2008. – 92 с.
8. Словарь юного туриста. – М.: ЦДЮТ, 2003. – 76 с.
9. Экологические сказки / сост. Фадеева А.Г. – Волгоград: Учитель, 2003. – 57 с.
10. Энциклопедия туриста. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993. – 607 с.

Интернет-ресурсы

1. Академическая библиотека (сайт Академии детско-юношеского туризма и краеведения) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://madut.narod.ru/lit.html>
2. Нормативные документы по туристско-краеведческой деятельности [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://детскийотдых.рф/page/1573214223828-dokumenty>
3. Сайт ГАУДО «Белгородский областной Центр детского и юношеского туризма и экскурсий». – Режим доступа <http://www.belcdtur.ru>
4. Электронная библиотека на сайте ГАУДО «Белгородский областной Центр детского и юношеского туризма и экскурсий». – Режим доступа <http://www.belcdtur.ru>
5. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/

Видеоматериалы,

используемые при реализации программы

- Добро пожаловать в ориентирование (Л.С. Лосев, г. Москва);
- Учебный фильм «Туристское снаряжение» (В.А. Иванов, г. Белгород);
- Учебный фильм «Туристские узлы» (В.А. Иванов, г. Белгород);
- Видеоролики «Соревнования по спортивному ориентированию «Российский азимут» (сборники);
- Видеоролики о соревнованиях по туризму (сборники);
- Видеоролик «Ориентирование – спорт для всех»;
- Видеоролики о соревнованиях по спортивному ориентированию (сборники).

Материально-техническое обеспечение

Перечень снаряжения и оборудования:

- рюкзак
- коврик туристский
- спальник
- палатка туристская
- тент
- костровое оборудование
- котелок
- карабин
- лыжи
- палки
- лыжные ботинки
- компас
- мяч футбольный
- мяч волейбольный
- призмы
- веревка

Библиографический список

1. Алексеев, А.А. Питание в туристском походе. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996. – 56 с.
2. Алешин, В.М. Карта в спортивном ориентировании. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 171 с.
3. Антропов, К., Расторгуев, М. Узлы. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994. – 16с.
4. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. – 160 с.
5. Бардин, К.В. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981. – 205 с.
6. Барышева, Ю.А. Формирование эколого-краеведческих знаний в начальной школе. – М, 1997.
7. Белгородоведение / под ред.В.А. Шаповалова. – Белгород: БелГУ, 2002. – 410 с.
8. Белгородская энциклопедия. – Белгород, 2000. – 464 с.
9. Воспитать человека. – М.: Вента-на-Графф, 2002. – 242 с.
10. Глушанков, М.Я. Тропы земли легендарной. – Воронеж,1972. – 122 с.
11. Голуб, Б.А. Основы общей дидактики. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 96 с.
12. Зорин, И.В., Штюмер, Ю.А. Туризм и охрана окружающей среды. – М.: Турист, 1986. – 102 с.
13. Дорогу осилит идущий... / сост. Мидель А.Я. – М.: РОДЮО «Образование. Спорт. Реабилитация», 2006. – 180 с.
14. Дрогов, И.А. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные туристы-спасатели. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2001. – 56 с.
15. Зорин, И.В., Штюмер, Ю.А. Туризм и охрана окружающей среды. – М.: Турист, 1986. – 86 с.
16. Иванова, Т.С. Экологическое образование и воспитание в начальной школе. – М.: ЦГЛ, 2003.
17. Истомина, П.И. Туристская деятельность школьников: Вопросы теории и методики. – М.: Педагогика, 1987. – 96 с.
18. Кодыш, Э.Н. Соревнования туристов. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 175 с.
19. Константинов, Ю.С. Детский туризм в России. Очерки истории: 1918-1998 г.г. – М.: ЦДЮТур, 1998. – 176 с.
20. Константинов, Ю.С. Детско-юношеский туризм / Ю.С. Константинов. – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 600 с.
21. Константинов, Ю.С., Глаголева, О.Л. Уроки ориентирования. – М.: ФЦДЮТиК, 2005. – 328 с.
22. Константинов, Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2000. – 228 с.
23. Константинов, Ю.С. Туристские соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995. – 64 с.
24. Константинов, Ю.С. Туристско-краеведческая деятельность учащихся

- в системе дополнительного образования детей. – М.: ЦДЮТИК, 2001. – 180с.
25. Константинов, Ю.С., Куликов, В.М. Педагогика школьного туризма. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. – 152 с.
26. Константинов, Ю.С. Походная педагогика // Внешкольник. – 2005. – № 6. – С.1-3.
27. Константинов, Ю.С. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные туристы-проводники. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000. – 56с.
28. Константинов, Ю.С. Теория и практика туристско-краеведческой деятельности в системе дополнительного образования детей: Автореф...дис. докт. пед. наук. – М., 2003. – 34 с.
29. Кошельков, С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997. – 40 с.
30. Куликов, В.М., Константинов, Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2004. – 72 с.
31. Куликов, В.М., Ротштейн, Л.М. Школа туристских вожаков. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 144 с.
32. Лукашов, Ю.В., Ченцов, В.А. Программы для системы дополнительного образования детей. Спортивное ориентирование. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2001. – 68 с.
33. Лукоянов, П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. – М.: ЦДЮТур РФ, 1998. – 140 с.
34. Маслов, А.Г., Константинов, Ю.С, Дрогов, И.А. Лето, дети и туризм. – М.: ЦДЮТур РФ, 1997. – 120 с.
35. Маслов, А.Г. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные инструкторы туризма. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 2002. – 54 с.
36. Маслов, А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». – М.: ВЛАДЛС, 2000. – 160 с.
37. Моргунова, Т.В. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию. – М.: Советский спорт, 2003. – 92 с.
38. Некляев, С.Э. Поведение учащихся в экстремальных условиях природы. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 240 с.
39. Организация работы и финансирование туристско-краеведческих объединений учащихся / автор-сост. Маслов А.Г. – М.: ЦДЮТиК. – 64 с.
40. Организация работы школьников по созданию учебной экологической тропы. – М.: Турист, 1990. – 48 с.
41. Ориентирование в России и СССР / сост. Константинов Ю.С., Огородников Б.И. и др. – М.: ЦДЮТиК, 2004. – 360 с.
42. Остапец, А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2001. – 96 с.
43. Персин, А.И. Краеведение и школьные музеи. – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 112 с.

44. Психология и педагогика / под ред. Радугина А. – М.: Центр, 2002. – 256с.
45. Педагогическая психология / под ред. Н.В. Ключевой. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 400 с.
46. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. – М.: ЦЦЮТур МО РФ, 1995. – 22 с.
47. Программы лауреатов V Всероссийского конкурса авторских программ дополнительного образования детей. Номинация туристско-краеведческая. – М.: ГОУ ЦРСДОД, 2003. – 368 с.
48. Профилактика туристского травматизма / сост. Штюмер Ю.А. – М.: Турист, 1992. – 96 с.
49. Ривкин, Е.Ю. Организация туристической работы со школьниками. – М.: АРКТИ, 2001. – 80 с.
50. Ротштейн, Л.М. Слагаемые успеха. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2001. – 112с.
51. Самарина, И.А. Основы туристско-экологической деятельности учащихся. – М.: ФЦДЮТиК, 2007. – 276 с.
52. Самарина, И.А. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные туристы-экологи. – М.: ЦДЮТиК, 2004. – 42 с.
53. Самохин, Ю.С., Самохина, Т.А. Туризм в детском оздоровительном лагере. – М.: Педагогическое общество России, 2003. – 80 с.
54. Слостенин, В.А. и др. Педагогика. – М.: Академия, 2003. – 576 с.
55. Смирнов, Д.В. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные туристы-краеведы. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2004. – 68 с.
56. Сысоева, М.Е. Организация летнего отдыха детей. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 176 с.
57. Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой работе, организации отдыха детей и молодежи / сост. – Константинов Ю.С., Усков С.В. – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 388 с.
58. Словарь юного туриста. – М.: ЦДЮТ, 2003. – 76 с.
59. Теплов, Д.Л. Туристско-экологическая тропа как форма общественно полезной деятельности школьников по изучению и охране природы. – М., 1987. – 96 с.
60. Туристская игротека. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003. – 56 с.
61. Туристско-краеведческое движение «Отечество»: военная история. Сборник статей и конкурсных работ. – М.: ЦДЮТиК, 2005. – 136 с.
62. Тыкул, В.И. Спортивное ориентирование. – М.: Просвещение, 1990. – 159с.
63. Усыскин, Г.С. В классе, в парке, в лесу. – М.: ЦДЮТиК, 2001. – 28 с.
64. Федотов, Ю.Н., Востоков, И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм. – М.: Советский спорт, 2004. – 328 с.
65. Ченцов, В.А. Методические основы управления учебно-воспитательным процессом в учреждениях дополнительного образования

туристско-краеведческого профиля: Автореф...дис. канд. пед. наук. – М., 2000. – 20 с.

66. Хомутова, И.В. Значение и возможности учебных экскурсий при изучении экологической ситуации своей местности // Экологическое образование и воспитание. – 2004. – № 1. – С.106-112.

67. Энциклопедия туриста. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993. – 607 с.

Интернет-ресурсы

1. Академическая библиотека (сайт Академии детско-юношеского туризма и краеведения). – Режим доступа <http://madut.narod.ru/lit.html>.
2. Гомонова, С.И. Проблемы «трудных» подростков, пути их предупреждения и решения. – Режим доступа <http://festival.1september.ru>.
3. Закон «Об образовании». – Режим доступа <http://mon.gov.ru>.
4. Идрисов, А.Е. Индивидуально-возрастные и психологические особенности младших подростков. – Режим доступа <http://festival.1september.ru>.
5. Литература по спортивному ориентированию. – Режим доступа <http://www.orient-murman.ru>.
6. Общая педагогика. – Режим доступа <http://krip.kbsu.ru>.
7. Родин, М.А. Формирование личности старших подростков в условиях учебно-тренировочного процесса. – Режим доступа <http://lib.sportedu.ru>.
8. Шилова, М.И., Шевчук, Ю.В. Формирование нравственных и волевых черт характера подростков в школах спортивной ориентации. – Режим доступа <http://lib.sportedu.ru>.

Календарный учебный график

1 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				вводное учебное занятие	1	1.Введение Организационное занятие. Порядок работы объединения. Постановка целей и задач объединения, обсуждение плана работы объединения на учебный год. Дисциплина – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице. Инструктаж по технике безопасности. Всероссийское туристско-краеведческое движение «Отечество».		тестирование, наблюдение
				применение умений и навыков	1	1.Введение Анкетирование членов объединения. Игра на тему «Давай познакомимся». Прогулка в лес.		
				ознакомление с новым материалом	1	2.1.История развития туризма Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Виды туризма: пешеходный, водный, горный, лыжный, велотуризм, спелеотуризм, комбинированный. Понятие о спортивном туризме.		
2				применение умений и навыков	1	2.1.История развития туризма Знакомство с фото-, видеоматериалами по спортивному туризму. Прогулка в лес.		наблюдение, опрос, контрольные задания
				применение умений и навыков	2	2.3.Туристское снаряжение Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за снаряжением, его ремонт.		

3				ознакомление с новым материалом	2	2.3.Туристское снаряжение Понятие о личном и групповом снаряжении. Личное снаряжение, требования к нему. Укладка рюкзака. Подготовка личного снаряжения к походу. Групповое снаряжение, требования к нему.		опрос, контрольные задания
				ознакомление с новым материалом	1	2.8.Основы санитарии и гигиены Понятие о гигиене. Гигиенические требования в походе. Гигиена обуви и одежды. Одежда и обувь для тренировочных занятий и походов. Личная гигиена туриста. Средства личной гигиены. Умывание, купание в походе. Дикорастущие лекарственные растения, правила их сбора и применение. Ядовитые растения и грибы.		
4				ознакомление с новым материалом	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Значение физической подготовки. Спортивные игры как средство физической подготовки. Утренняя зарядка. Развитие общей выносливости. Развитие силы. Общеразвивающие упражнения. Специально развивающие упражнения.		наблюдение, опрос
				экскурсия	2	2.8.Основы санитарии и гигиены Экскурсия в природу «Лекарственные растения».		
5				ознакомление с новым материалом	1	4.1.История развития спортивного ориентирования Спортивное ориентирование – средство физического развития, оздоровления, закаливания. Спортивное ориентирование как вид спорта. Виды спортивного ориентирования. Обзор развития ориентирования стране и за рубежом.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	4.1.История развития спортивного ориентирования Просмотр фото-, видеоматериалов о спортивном ориентировании. Встреча с ведущими спортсменами-ориентировщиками Белгородчины		
				ознакомление с новым материалом	1	4.2.Снаряжение ориентировщика Виды снаряжения и особенности использования. Одежда, обувь ориентировщика. «Набор ориентировщика», его назначение и состав (компас, булавки, пакеты, шнурок, ручка, скотч, ножницы). Карточка участника.		

6				применение умений и навыков	2	4.5.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры.		
7				ознакомление с новым материалом	2	2.4.Организация туристского быта Выбор места бивака. Основные требования к месту привала и бивака. Последовательность бивачных работ. Установка и снятие палатки, размещение в ней вещей. Организация ночлега в палатке. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.		наблюдение, контрольные задания
				ознакомление с новым материалом	1	4.5.Соревнования по ориентированию Правила соревнований по спортивному ориентированию. Права и обязанности участников. Виды соревнований (в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе, эстафетное ориентирование). Спортивное поведение. Действия участника в случае потери ориентировки.		
8				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.		наблюдение, контрольные задания
				ознакомление с новым материалом	1	4.5.Соревнования по ориентированию Правила соревнований по спортивному ориентированию. Права и обязанности участников. Виды соревнований (в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе, эстафетное ориентирование). Спортивное поведение. Действия участника в случае потери ориентировки.		
9				ознакомление с новым материалом	1	3.1.История развития туристских соревнований, слетов Значение туристских слетов, соревнований. Туристские соревнования, слеты – средство физического развития, оздоровления, закаливания. Роль туристских соревнований в воспитании волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы,		наблюдение, тестирование

						решительности и смелости, выдержки и самообладания. Виды туристских соревнований.		
				применение умений и навыков	1	3.1.История развития туристских соревнований, слетов Просмотр фото-, видеоматериалов о туристских соревнованиях, слетах, лучших спортсменах.		
				ознакомление с новым материалом	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Понятие о снаряжении, необходимом для участия в туристских соревнованиях. Личное снаряжение, правила эксплуатации и требования к нему: страховочные системы, их виды, устройство и требования к ним, карабины, петли-самостраховки, прусик самостраховки, рукавицы, перчатки, альпеншток, каска. Эксплуатация, ремонт и хранение личного снаряжения.		
10				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Упражнения на развитие силы, гибкости.		опрос, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	2	3.5.Участие в туристских соревнованиях Документация туристских соревнований (правила, регламент, положение, условия, информация о дистанциях).		
11				ознакомление с новым материалом	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Понятие о снаряжении, необходимом для участия в туристских соревнованиях. Личное снаряжение, правила эксплуатации и требования к нему: страховочные системы, их виды, устройство и требования к ним, карабины, петли-самостраховки, прусик самостраховки, рукавицы, перчатки, альпеншток, каска. Эксплуатация, ремонт личного снаряжения.		опрос, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	2	4.3.Техника ориентирования Спортивная карта, ее отличие от топографической. Масштаб карты. Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков.		
12				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты. Спортивные игры.		наблюдение

				применение умений и навыков	2	4.5.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		
13				применение умений и навыков	2	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Надевание страховочной системы, размещение карабинов, страховочных рукавиц, прусика самостраховки на системе участника, подгонка снаряжения.		опрос, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	1	3.4.Преодоление технических этапов Понятие о техническом этапе. Техника преодоления естественных препятствий. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Этапы без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, переправа по веревке с перилами.		
14				применение умений и навыков	2	3.5.Участие в туристских соревнованиях Участие в туристских соревнованиях.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, переправа по веревке с перилами.		
15				ознакомление с новым материалом	2	2.8.Основы санитарии и гигиены Медицинская аптечка, ее комплектование, хранение, транспортировка. Дикорастущие лекарственные растения, правила их сбора и применение. Ядовитые растения и грибы.		тестирование, опрос, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	1	3.4.Преодоление технических этапов Этапы без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам, маятник.		
16				закрепление изученного материала	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Спортивные игры. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.		тестирование, опрос, наблюдение

				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам, маятник.		
				применение умений и навыков	1	2.8.Основы санитарии и гигиены Медицинская аптечка, ее комплектование, хранение, транспортировка. Изучение лекарственных растений по гербариям и справочникам. Распознавание ядовитых растений и грибов.		
17				ознакомление с новым материалом	1	2.4.Организация туристского быта Выбор места для костра. Правила разведения костра. Основные типы костров. Правила использования газовой горелки.		опрос, наблюдение, тестирование
				применение умений и навыков	2	3.4.Преодоление технических этапов Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам, маятник.		
18				закрепление изученного материала	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	4.2.Снаряжение ориентировщика Подбор снаряжения. Комплектование «набора ориентировщика».		
19				экскурсия	2	5.1.История и культура края Посещение музея.		тестирование, опрос
				применение умений и навыков	1	5.2.Краеведческие объекты края Краеведческие викторины, кроссворды.		
20				применение умений и навыков	2	4.3.Техника ориентирования Определение масштаба карты. Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры.		опрос, наблюдение

				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры.		
21				ознакомление с новым материалом	1	2.4.Организация туристского быта Выбор места для костра. Правила разведения костра. Основные типы костров.		тестирование, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	1	3.3.Туристские узлы Туристские узлы, их назначение и применение. Спортивное и прикладное значение узлов. Способы вязки туристских узлов: прямой, встречный, проводник.		
				ознакомление с новым материалом	1	5.2.Краеведческие объекты края Памятники истории и культуры г.Белгорода.		
22				применение умений и навыков	2	3.4.Преодоление технических этапов Преодоление этапов без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, разжигание костра, переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам, маятник.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Подвижные игры.		
23				ознакомление с новым материалом	1	3.3.Туристские узлы Туристские узлы, их назначение и применение. Спортивное и прикладное значение узлов. Способы вязки туристских узлов: восьмерка проводник, схватывающий, удавка.		опрос, наблюдение, контрольные задания
				применение умений и навыков	1	3.3.Туристские узлы Вязка туристских узлов: прямой, встречный, проводник, восьмерка проводник, схватывающий, удавка.		
				ознакомление с новым материалом	1	4.3.Техника ориентирования Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков.		
24				применение умений и	1	4.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт,		наблюдение,

				навыков		игры.		опрос
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Подвижные игры.		
				ознакомление с новым материалом	1	3.3.Туристские узлы Вязка туристских узлов: прямой, встречный, проводник, восьмерка проводник, схватывающий, удавка.		
25				ознакомление с новым материалом	1	4.3.Техника ориентирования Компас, его устройство, правила обращения. Виды компасов. Основные направления сторон горизонта.		тестирование, опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам.		
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Спортивные игры. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.		
26				экскурсия	2	5.2.Краеведческие объекты края Экскурсия по населенному пункту с посещением памятников истории и культуры.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам. Ориентирование карты по компасу.		
27				ознакомление с новым материалом	2	4.3.Техника ориентирования Компас, его устройство, правила обращения. Виды компасов. Основные направления сторон горизонта. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам. Ориентирование карты по компасу.		опрос, наблюдение, тестирование
				ознакомление с новым материалом	1	2.6.Топография Топографическая карта, виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка, зарамочное оформление. Генерализация карты. Условные знаки топографических карт.		
28				применение умений и	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Спортивные игры. Упражнения на развитие ловкости, силы.		опрос,

				навыков				наблюдение,
				применение умений и навыков	2	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Надевание страховочной системы, размещение карабинов, страховочных рукавиц, прусика самостраховки на системе участника, подгонка снаряжения. Работа с туристскими карабинами. Маркировка веревок. Снятие и установка палатки.		
29				ознакомление с новым материалом	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Групповое снаряжение, правила эксплуатации и требования к нему. Типы и функции веревок: динамические (для организации страховки и сопровождения), статические (для наведения перил). Маркировка веревок. Ремонт и хранение группового снаряжения.		наблюдение, тестирование
				закрепление изученного материала	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Личное снаряжение, правила эксплуатации и требования к нему: страховочные системы, их виды, устройство и требования к ним, карабины, петли-самостраховки, прусик самостраховки, рукавицы, перчатки, альпеншток, каска. Эксплуатация, ремонт и хранение личного снаряжения. Виды туристских карабинов: с закручивающейся муфтой, с автоматической и полуавтоматической муфтой.		
				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры.		
30				применение умений и навыков	2	3.3.Туристские узлы Вязка туристских узлов: прямой, встречный, проводник, восьмерка проводник, схватывающий, удавка.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры, эстафеты.		
31				применение умений и навыков	1	3.3.Туристские узлы Вязка туристских узлов: прямой, встречный, проводник, восьмерка проводник, схватывающий, удавка.		тестирование, опрос, контрольные
				ознакомление	1	2.6.Топография		

				с новым материалом		Топографическая карта, виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка, зарамочное оформление. Генерализация карты. Условные знаки топографических карт. JPS-навигация.		задания
				ознакомление с новым материалом	1	4.2.Снаряжение ориентировщика Виды снаряжения и особенности использования. Одежда, обувь ориентировщика. Снаряжение ориентировщика в зимний период: лыжное снаряжение, планшет. Правила эксплуатации снаряжения и хранения.		
32				применение умений и навыков	1	3.3.Туристские узлы Вязка туристских узлов: прямой, встречный, проводник, восьмерка проводник, схватывающий, удавка.		контрольные задания, опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты, легкая атлетика.		
				применение умений и навыков	1	4.2.Снаряжение ориентировщика Подбор снаряжения.		
33				ознакомление с новым материалом	1	2.6.Топография Топографическая карта, виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка, зарамочное оформление. Генерализация карты. Условные знаки топографических карт. JPS-навигация.		тестирование, опрос
				ознакомление с новым материалом	1	5.2.Краеведческие объекты края Памятники истории и культуры города Белгорода.		
				применение умений и навыков	1	5.2.Краеведческие объекты края Краеведческие викторины, кроссворды. Подготовка мини-докладов об истории города, презентаций.		
34				применение умений и навыков	1	2.6.Топография Определение масштаба карты. Упражнения на запоминание условных знаков топографических карт. Топографические диктанты. «Путешествие» по карте.		тестирование, опрос, наблюдение

				применение умений и навыков	2	4.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Ориентирование карты по компасу.		
35				ознакомление с новым материалом	1	5.1.История и культура края Сведения об истории и культуре города Белгорода (с момента освоения до наших дней).		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	5.1.История и культура края Просмотр фото-, видеоматериалов.		
				ознакомление с новым материалом	1	4.3.Техника ориентирования Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков. Отметка на контрольном пункте.		
36				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.		тестирование, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Техника лыжных ходов.		
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Лыжная подготовка.		
37				ознакомление с новым материалом	2	5.3.Природа края. Охрана природы Рельеф, полезные ископаемые, климат, Белгородской области. Природоохранный кодекс туриста. Правила поведения туристов в природе.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	5.3.Природа края. Охрана природы Участие в экологических операциях «Подкормите птиц зимой». Изготовление и развешивание кормушек. Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте Белгородской области.		
38				применение	1	4.3.Техника ориентирования		

				умений и навыков		Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.		наблюдение тестирование, опрос
				применение умений и навыков	1	5.3. Природа края. Охрана природы Участие в экологических операциях «Подкормите птиц зимой». Изготовление и развешивание кормушек. Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте Белгородской области.		
				применение умений и навыков	1	6. Физическая подготовка туриста-ориентировщика Лыжная подготовка.		
39				ознакомление с новым материалом	2	4.4. Тактика ориентирования Понятие о тактике ориентирования. Значение тактики для достижения наилучшего результата. Тактическая разминка, тактика выбора пути, взаимодействие с соперником, выбор скорости передвижения. Тактическая разминка, тактика выбора пути, взаимодействие с соперником, выбор скорости передвижения. Тактические действия на соревнованиях.		тестирование, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	1	4.3. Техника ориентирования Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков.		
40				применение умений и навыков	2	4.3. Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	6. Физическая подготовка туриста-ориентировщика Лыжная подготовка.		
41				ознакомление с новым материалом	1	5.3. Природа края. Охрана природы Рельеф, полезные ископаемые, климат, Белгородской области.		тестирование, опрос

				применение умений и навыков	1	5.3.Природа края. Охрана природы Краеведческие викторины, кроссворды. Творческая мастерская		
				применение умений и навыков	1	5.2.Краеведческие объекты края «Виртуальные экскурсии» по Белгородской области. Подготовка мини-докладов об истории города, презентаций.		
42				применение умений и навыков	2	4.3.Техника ориентирования Упражнения на запоминание условных знаков спортивных карт, игры. Работа с компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование карты по компасу. Средства отметки контрольного пункта (КП). Отработка навыков отметки на КП.		тестирование, опрос
				применение умений и навыков	1	4.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Тактика выбора пути движения.		
43				ознакомление с новым материалом	1	5.2.Краеведческие объекты края Памятники истории и культуры Белгородской области		тестирование, опрос
				ознакомление с новым материалом	1	5.1.История и культура края Сведения об истории и культуре города Белгорода (с момента освоения до наших дней). Знаменитые земляки.		
				применение умений и навыков	1	2.6.Топография Определение масштаба карты. Упражнения на запоминание знаков топокарт. Топографические диктанты. «Путешествие» по карте.		
44				применение умений и навыков	1	4.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Тактика выбора пути движения.		наблюдение
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Лыжная подготовка.		
45				применение умений и	1	2.6.Топография Упражнения на запоминание условных знаков топографических		опрос наблюдение,

				навыков		карт. Топографические диктанты. «Путешествие» по карте.		
				ознакомление с новым материалом	2	5.1.История и культура края Сведения об истории и культуре города Белгорода (с момента освоения до наших дней). Знаменитые земляки.		
46				применение умений и навыков	2	4.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Тактика выбора пути движения.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Лыжная подготовка.		
47				применение умений и навыков	3	5.1.История и культура края Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте города Белгорода. Творческая мастерская. Подготовка презентаций.		опрос, наблюдение
48				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Лыжная подготовка.		наблюдение
				применение умений и навыков	2	5.3.Природа края. Охрана природы Участие в экологических операциях «Чистый лес».		
49				применение умений и навыков	2	5.2.Краеведческие объекты края Подготовка мини-докладов об истории города, презентаций.		опрос, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	1	3.4.Преодоление технических этапов Этапы с использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами, подъем и спуск по склону по перилам с самостраховкой, переправа по бревну с самостраховкой с использованием перил. Штрафные баллы на технических этапах.		
50				применение умений и навыков	2	4.2.Снаряжение ориентировщика Подбор снаряжения. Комплектование «набора ориентировщика».		опрос, наблюдение

				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты, легкая атлетика.		
51				ознакомление с новым материалом	2	2.4.Организация туристского быта Выбор места для костра. Правила разведения костра. Основные типы костров. Правила использования газовой горелки. Заготовка дров. Правила работы с топором, пилой, их хранение. Уборка места бивака после ухода группы. Экология и бивачные работы.		наблюдение, опрос
				ознакомление с новым материалом	1	2.2.Подготовка и организация похода Права и обязанности участников похода. Определение цели и района похода. Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого, картографического материала, отчетов о походах. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.		
52				применение умений и навыков	2	4.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Тактика выбора пути движения.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	2.2.Снаряжение для туристских соревнований Надевание страховочной системы, размещение карабинов, страховочных рукавиц, прусика самостраховки на системе участника, подгонка снаряжения. Работа с туристскими карабинами.Маркировка веревок. Снятие и установка палатки.		
53				ознакомление с новым материалом	1	2.2.Подготовка и организация похода Права и обязанности участников похода. Определение цели и района похода. Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого, картографического материала, отчетов о походах. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.		наблюдение, опрос

				применение умений и навыков	1	2.2.Снаряжение для туристских соревнований Надевание страховочной системы, размещение карабинов, страховочных рукавиц, прусика самостраховки на системе участника, подгонка снаряжения. Работа с туристскими карабинами.Маркировка веревок. Снятие и установка палатки.		
				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Преодоление этапов с использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами с гимнастической страховкой, подъем и спуск по склону по перилам с самостраховкой, переправа по бревну с самостраховкой с использованием перил.		
54				применение умений и навыков	2	2.4.Организация туристского быта Установка и снятие палатки. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развешивание лагерь, разжигание костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы). Утилизация мусора.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты. Упражнение на развитие силы, выносливости.		
55				ознакомление с новым материалом	2	2.3.Туристское снаряжение Подготовка группового снаряжения к походу. Типы палаток, их назначения, преимущества и недостатки. Устройство палатки, правила использования, транспортировки, хранения, ремонт. Походная посуда. Костровое оборудование. Самодеятельное снаряжение, не причиняющее вреда природе. Ремонтный набор, аптечка. Уход за снаряжением, правила хранения.		тестирование, наблюдение
				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Преодоление этапов с использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами с гимнастической страховкой, подъем и спуск по склону по перилам с самостраховкой, переправа по бревну с самостраховкой с использованием перил.		

56				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Преодоление этапов с использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами с гимнастической страховкой, подъем и спуск по склону по перилам с самостраховкой, переправа по бревну с самостраховкой с использованием перил.		тестирование, опрос
				применение умений и навыков	2	4.5.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		
57				ознакомление с новым материалом	1	5.3.Природа края. Охрана природы Природоохранный кодекс туриста. Правила поведения туристов в природе.		наблюдение, опрос
				экскурсия	1	5.3.Природа края. Охрана природы Экскурсия по туристско-экологической тропе.		
				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Преодоление этапов с использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами с гимнастической страховкой, подъем и спуск по склону по перилам с самостраховкой, переправа по бревну с самостраховкой с использованием перил.		
58				применение умений и навыков	2	2.4.Организация туристского быта Обучение пользованию топором, пилой, ремонтным инструментом. Заготовка дров. Уборка бивака. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развертывание лагеря, разжигание костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы). Утилизация мусора.		тестирование, наблюдение
				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Преодоление этапов с использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами с гимнастической страховкой, подъем и спуск по склону по перилам с самостраховкой, переправа по бревну с самостраховкой с использованием перил.		

59				применение умений и навыков	1	3.4.Подготовка и организация похода Составление плана подготовки похода, изучение маршрута, литературы района путешествия. Составление плана-графика движения. Работа с краеведческой литературой. Распределение обязанностей в группе.		опрос, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	2	2.3.Туристское снаряжение Подготовка личного и группового снаряжения к походу.		
60				применение умений и навыков	3	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Упражнения на развитие ловкости, гибкости. Легкая атлетика. Спортивные игры. Подвижные игры и эстафеты.		наблюдение
61				ознакомление с новым материалом	2	2.2.Подготовка и организация похода Права и обязанности участников похода. Определение цели и района похода. Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого, картографического материала, отчетов о походах. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подбор группы. Туристские должности в группе: постоянные и временные. Распределение обязанностей в группе.Маршрутные документы: маршрутный лист, маршрутная книжка. Отчет о походе. Правила движения в походе. Порядок движения группы на маршруте. Режим ходового дня.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	2.2.Подготовка и организация похода Заполнение маршрутных документов.		
62				применение умений и навыков	2	3.5.Участие в туристских соревнованиях Участие в туристских соревнованиях.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Упражнения на развитие силы, выносливости.		

63				применение умений и навыков	2	3.4.Преодоление технических этапов Преодоление этапов с использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами с гимнастической страховкой, подъем и спуск по склону по перилам с самостраховкой, переправа по бревну с самостраховкой с использованием перил.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Спортивные игры.		
64				применение умений и навыков	2	3.5.Участие в туристских соревнованиях Участие в туристских соревнованиях.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	2.4.Организация туристского быта Установка и снятие палатки. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развешивание лагерь, разжигание костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы).		
65				ознакомление с новым материалом	1	2.2.Подготовка и организация похода Отчет о походе. Правила движения в походе. Порядок движения группы на маршруте. Режим ходового дня.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры, эстафеты.		
				применение умений и навыков	1	2.5.Питание в походе Составление меню и списка продуктов для 1-2 дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.		

66				ознакомление с новым материалом	2	2.5.Питание в походе Значение правильного питания в походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Организация питания в однодневном походе: бутерброды, горячие блюда. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Питьевой режим на маршруте.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	2.4.Организация туристского быта Обучение пользованию топором, пилой, ремонтным инструментом. Заготовка дров. Уборка бивака.		
67				применение умений и навыков	3	2.5.Питание в походе Составление меню и списка продуктов для 1-2 дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.		опрос, наблюдение
68				применение умений и навыков	2	4.5.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры, эстафеты.		
69				применение умений и навыков	2	2.2.Подготовка и организация похода Составление плана подготовки похода, изучение маршрута, литературы района путешествия. Составление плана-графика движения. Работа с краеведческой литературой. Распределение обязанностей в группе.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.		
70				применение умений и навыков	1	2.2.Подготовка и организация похода Заполнение маршрутных документов.		опрос, наблюдение
				ознакомление с новым	2	2.7.Подведение итогов похода Обсуждение итогов похода. Составление отчета о походе.		

				материалом				
71				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Упражнения на развитие силы, гибкости		наблюдение, опрос, контрольные задания
				применение умений и навыков	1	2.7.Подведение итогов похода Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, оформление стенгазеты, подготовка фотографий, видеоролика, мультимедийной презентации. Ремонт и подготовка снаряжения для хранения.		
72				применение умений и навыков	3	2.7.Подведение итогов похода Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, оформление стенгазеты, подготовка фотографий, видеоролика, мультимедийной презентации. Ремонт и подготовка снаряжения для хранения.		наблюдение, опрос, контрольные задания
					216			

2 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				вводное учебное занятие	1	1.Введение Организационное занятие. Порядок работы объединения. Постановка целей и задач объединения, обсуждение плана работы объединения на учебный год. Правила поведения во время туристской прогулки, экскурсии, похода. Правила поведения в городе, в транспорте. Правила поведения в учебных учреждениях, музеях. Пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях. Необходимость выполнения требований руководителя туристской группы. Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий с		тестирование, наблюдение

						учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации. Инструктаж по технике безопасности.		
				применение умений и навыков	1	1.Введение Моделирование нестандартных ситуаций. Игра «Что делать в случае, если ...?».		
				ознакомление с новым материалом	1	2.1.Значение туристских походов Значение туристских походов, путешествий, экскурсий в формировании личности обучающихся. Воспитательная роль туризма. Законы, правила, нормы и традиции туризма. Кодекс путешественника. Этика туриста.		
2				применение умений и навыков	2	2.3.Туристское снаряжение Уход за снаряжением, его ремонт.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	2.1.Значение туристских походов Просмотр фото-, видеофильмов о туристских походах.		
3				ознакомление с новым материалом	2	2.3.Туристское снаряжение Групповое и личное снаряжение для походов в разных сезонных условиях и требования к нему. Подготовка снаряжения к походу. Правила упаковки снаряжения в рюкзаке и размещения в палатке. Ремонтный набор. Снаряжение для зимних походов. Подготовка личного снаряжения к походу.		опрос, контрольные задания
				ознакомление с новым материалом	1	2.8.Первая медицинская помощь Перечень и назначение лекарственных препаратов в медицинской аптечке. Личная аптечка туриста. Профилактика заболеваний и травматизма. Первая доврачебная помощь при переломах, ранах, ушибах.		
4				применение умений и навыков	2	2.8.Первая медицинская помощь Комплектование медицинской аптечки. Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему при переломах, ранах, ушибах: определение травмы, практическое оказание		наблюдение, опрос

						помощи.		
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты, легкая атлетика.		
5				ознакомление с новым материалом	1	4.1.История развития спортивного ориентирования Характеристика современного состояния ориентирования. Развитие спортивного ориентирования в России. Выступления российских ориентировщиков на международных соревнованиях.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	4.1.История развития спортивного ориентирования Просмотр фото-, видеоматериалов о спортивном ориентировании. Встреча с ведущими спортсменами-ориентировщиками Белгородчины		
				ознакомление с новым материалом	1	4.2.Снаряжение ориентировщика Экипировка ориентировщика с учетом времени года, погодных условий.		
6				применение умений и навыков	1	4.2.Снаряжение ориентировщика Совершенствование и ремонт снаряжения ориентировщика.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты		
7				ознакомление с новым материалом	2	2.4.Организация туристского быта Основные требования к месту бивака (жизнеобеспечение, безопасность, комфортность). Бивак дневной, ночной, для дневков. Установка палатки в различных условиях. Типы костров, их назначение. Разведение костра при неблагоприятных условиях (сырая погода, сильный ветер, дождь).		наблюдение, контрольные задания
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Упражнения на развитие выносливости, быстроты.		

8				применение умений и навыков	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Маркировка веревок. Подготовка веревок к рабочему состоянию. Проверка комплектности и исправности снаряжения.		наблюдение, контрольные задания
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты. Упражнения на развитие силы, гибкости.		
9				ознакомление с новым материалом	2	4.5.Соревнования по ориентированию Правила соревнований по спортивному ориентированию. Спортивное поведение. Действия участника в случае потери ориентировки.		наблюдение, тестирование
				ознакомление с новым материалом	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Понятие о личном снаряжении. Специальное туристское снаряжение. Перечень личного снаряжения для участника. Хранение и использование личного снаряжения.		
10				применение умений и навыков	2	4.5.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию в заданном направлении.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты. Спортивные игры.		
11				ознакомление с новым материалом	1	3.1.История развития туристских соревнований, слетов История туристских слетов в России. Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Обзор развития туристских соревнований.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	3.1.История развития туристских соревнований, слетов Просмотр фото-, видеоматериалов о туристских соревнованиях, слетах.		

				ознакомление с новым материалом	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Специальное туристское снаряжение для занятий техникой туризма. Различные типы страховочных систем. Регулировка и правильное расположение личного снаряжения на участнике: карабинов, рукавиц, прусика самостраховки. Умение приводить снаряжение в рабочее или транспортное состояние.		
12				применение умений и навыков	2	3.5.Участие в туристских соревнованиях Участие в туристских соревнованиях.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Маркировка веревок. Подготовка веревок к рабочему состоянию. Проверка комплектности и исправности снаряжения.		
13				ознакомление с новым материалом	2	4.3.Техника ориентирования Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков. Ориентирование карты по линиям местности.		опрос, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	1	5.4.Природа края. Охрана природы Охрана природы на Белгородчине. Особо охраняемые природные территории (ООПТ): заповедники, заказники, национальные парки, памятники природы. Правила поведения туристов в природе.		
14				применение умений и навыков	2	5.1.Краеведение – изучение родного края Выбор темы исследования, составление плана исследовательской работы, подбор литературы, правила оформления.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Спортивные игры. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.		
15				ознакомление с новым материалом	1	5.4.Природа края. Охрана природы Охрана природы на Белгородчине. Особо охраняемые природные территории (ООПТ): заповедники, заказники,		тестирование, опрос,

						национальные парки, памятники природы. Правила поведения туристов в природе.		наблюдение
				ознакомление с новым материалом	2	3.4.Преодоление технических этапов Тактика личного и командного прохождения технических этапов. Тактика сквозного прохождения дистанций и работы всей команды на этапах. Распределение обязанностей между членами команды. Понятия «страхующий» и «страхуемый». Организация страховки, сопровождения на технических этапах.		
16				закрепление изученного материала	3	3.4.Преодоление технических этапов Отработка умений и навыков на этапах без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, спуск и подъем по склону с альпенштоком, маятник, преодоление заболоченного участка по кочкам, по кладям из жердей.		опрос, наблюдение
17				ознакомление с новым материалом	2	5.1.Краеведение – изучение родного края Основной метод краеведения – сбор информации, предметов материальной культуры, образцов полезных ископаемых и других данных, способствующих расширению знаний о крае, его хозяйственном и культурном развитии. Основные направления краеведения. Программы Всероссийского туристско-краеведческого движения учащихся «Отечество», их задачи, содержание. Основы исследовательской работы. Понятие об исследовательской работе. Тема исследования. План исследовательской работы. Работа со справочной литературой. Методы сбора материала. Правила оформления исследовательской работы.		тестирование, опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Отработка умений и навыков на этапах без применения специального туристского снаряжения: установка и снятие палатки, спуск и подъем по склону с альпенштоком, маятник, преодоление заболоченного участка по кочкам, по кладям из		

						жердей.		
18				ознакомление с новым материалом	2	2.8.Первая медицинская помощь Профилактика заболеваний и травматизма. Первая доврачебная помощь при переломах, ранах, ушибах. Наложение шины. Способы транспортировки пострадавшего.		опрос, наблюдение, тестирование
				применение умений и навыков	1	2.8.Первая медицинская помощь Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему при переломах, ранах, ушибах: определение травмы, практическое оказание помощи. Наложение шины. Изготовление средств для транспортировки пострадавшего.		
19				ознакомление с новым материалом	1	2.4.Организация туристского быта Типы костров, их назначение. Разведение костра при неблагоприятных условиях (сырая погода, сильный ветер, дождь).		опрос, наблюдение
				закрепление изученного материала	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры.		
				ознакомление с новым материалом	1	3.4.Преодоление технических этапов Отработка навыков работы на дистанциях по заранее разработанным тактическим схемам прохождения дистанции командой. Формирование умений внесения корректив в разработанные схемы при возникновении внештатных ситуаций.		
20				ознакомление с новым материалом	1	5.2.История и культура края Сведения об истории и культуре Белгородской области. Территориальное деление области. Границы. Символика Белгородчины. Герб, флаг Белгородской области.		тестирование, опрос
				применение умений и навыков	2	4.3.Техника ориентирования Упражнения и игры на запоминания условных знаков спортивных карт. Работа с компасом.		

21				ознакомление с новым материалом	1	5.2.История и культура края История создания Белгородской области. Из истории Белгородской губернии. Города. История, отраженная в названиях населенных пунктов. Главные святыни Белгородской земли. Храмы и монастыри Белгородской Епархии.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	2	5.1.Краеведение – изучение родного края Выбор темы исследования, составление плана исследовательской работы, подбор литературы, правила оформления.		
22				применение умений и навыков	2	4.5.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию в заданном направлении.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры.		
23				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Отработка навыков работы на дистанциях по заранее разработанным тактическим схемам прохождения дистанции командой. Формирование умений внесения корректив в разработанные схемы при возникновении внештатных ситуаций		опрос, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	1	3.3.Туристские узлы Туристские узлы, их назначение и применение. Виды туристских узлов. Способы вязания туристских узлов: проводник одним концом, шкотовый, брамшкотовый.		
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Подвижные игры.		
24				ознакомление с новым материалом	1	2.4.Организация туристского быта Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания.		опрос, наблюдение,
				применение	1	3.3.Туристские узлы		

				умений и навыков		Вязание туристских узлов: проводник одним концом, шкотовый, брамшкотовый.		контрольные задания
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Подвижные игры.		
25				ознакомление с новым материалом	1	3.3.Туристские узлы Способы вязания туристских узлов: проводник одним концом, шкотовый, брамшкотовый, карабинная удавка, австрийский проводник, стремя.		наблюдение, опрос, контрольные задания
				применение умений и навыков	1	3.3.Туристские узлы Вязание туристских узлов: проводник одним концом, шкотовый, брамшкотовый, карабинная удавка, австрийский проводник, стремя.		
				ознакомление с новым материалом	1	4.3.Техника ориентирования Изображение рельефа на спортивной карте. Определение и контроль направления движения. Азимут, определение азимута.		
26				ознакомление с новым материалом	1	4.3.Техника ориентирования Изображение рельефа на спортивной карте. Определение и контроль направления движения. Азимут, определение азимута.		тестирование, опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	2	4.3.Техника ориентирования Упражнения и игры на запоминания условных знаков спортивных карт. Формы рельефа на спортивной карте и на местности. Определение азимута, движение по азимуту по пересеченной местности.		
27				ознакомление с новым материалом	2	5.2.История и культура края Население края, его национальный состав. Культура края, народные праздники, обряды, обычаи. Народные промыслы. Знаменитые земляки Белгородчины.		опрос, наблюдение, тестирование
				ознакомление с новым материалом	1	4.3.Техника ориентирования Движение по азимуту. Азимутальное кольцо.		

28				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Спортивные игры. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.		наблюдение, опрос
				ознакомление с новым материалом	1	4.3.Техника ориентирования Символы легенд КП.		
				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Определение азимута, движение по азимуту по пересеченной местности. Чтение легенд КП.		
29				ознакомление с новым материалом	2	2.6.Топография Условные знаки топографических карт. Изображение рельефа на топографической карте. Относительная и абсолютная высота. Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, нитки. Условные знаки топографических карт. Способы определения расстояний до недоступного объекта, определение высоты предмета, определение расстояния шагами.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Спортивные игры. Упражнения на развитие ловкости, силы.		
30				закрепление изученного материала	3	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Маркировка веревок. Подготовка веревок к рабочему состоянию. Проверка комплектности и исправности снаряжения.		опрос, наблюдение,
31				применение умений и навыков	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Маркировка веревок. Подготовка веревок к рабочему состоянию. Проверка комплектности и исправности снаряжения.		наблюдение, тестирование
				применение умений и навыков	2	3.3.Туристские узлы Вязание туристских узлов: проводник одним концом, шкотовый, брамшкотовый, карабинная удавка, австрийский проводник, стремя.		

32				ознакомление с новым материалом	1	2.6.Топография Формы рельефа на топографической карте. Упражнения и игры на запоминание условных знаков. Топографические диктанты.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры, эстафеты.		
33				применение умений и навыков	2	5.2.История и культура края Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте Белгородской области. Творческая мастерская.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Формы рельефа на спортивной карте и на местности. Работа с компасом. Ориентирование карты по линиям местности.		
34				применение умений и навыков	1	4.2.Снаряжение ориентировщика Совершенствование и ремонт снаряжения ориентировщика.		тестирование, опрос, контрольные задания
				применение умений и навыков	2	2.6.Топография Формы рельефа на топографической карте. Упражнения и игры на запоминание условных знаков. Топографические диктанты.		
35				применение умений и навыков	2	4.3.Техника ориентирования Определение азимута, движение по азимуту по пересеченной местности. Чтение легенд КП.		контрольные задания, опрос, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	1	4.2.Снаряжение ориентировщика Экипировка ориентировщика с учетом времени года, погодных условий. Правила эксплуатации и хранения.		
36				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Совершенствование техники лыжных ходов.		наблюдение

				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Упражнения и игры на запоминания условных знаков спортивных карт. Формы рельефа на спортивной карте и на местности.		
37				применение умений и навыков	2	3.5.Природа края. Охрана природы Краеведческие викторины, кроссворды. Творческая мастерская.		тестирование, опрос
				применение умений и навыков	1	5.2.История и культура края Просмотр фото-, видеоматериалов. Составление картотеки «Наши замечательные земляки». Подготовка мультимедийных презентаций.		
38				ознакомление с новым материалом	2	4.4.Тактика ориентирования Тактические действия участника на соревнованиях при выборе пути движения. Факторы, влияющие на выбор движения: картографические, особенности местности, фактор целевой установки, физиологические факторы.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Совершенствование техники лыжных ходов.		
39				экскурсия	3	5.2.История и культура края Посещение музея.		наблюдение
40				ознакомление с новым материалом	1	4.3.Техника ориентирования Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные. Группы условных знаков. Ориентирование карты по линиям местности. Изображение рельефа на спортивной карте.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	2	4.3.Техника ориентирования Упражнения и игры на запоминания условных знаков спортивных карт. Формы рельефа на спортивной карте и на местности.		
41				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Совершенствование техники лыжных ходов.		тестирование,

				ознакомление с новым материалом	1	4.3.Техника ориентирования Определение и контроль направления движения. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Азимутальное кольцо.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Работа с компасом. Ориентирование карты по линиям местности. Определение азимута, движение по азимуту по пересеченной местности.		
42				применение умений и навыков	2	4.3.Техника ориентирования Работа с компасом. Ориентирование карты по линиям местности. Определение азимута, движение по азимуту по пересеченной местности. Чтение легенд КП.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Совершенствование техники лыжных ходов.		
43				ознакомление с новым материалом	3	5.3.Краеведческие объекты родного края Экскурсионные объекты Белгородской области. Памятники истории и культуры Белгородской области. Музеи Белгородской области		наблюдение, опрос
44				применение умений и навыков	1	2.6.Топография Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, нитки. Определение расстояния до недоступного объекта, определение высоты предмета, определение расстояния шагами.		наблюдение опрос
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Совершенствование техники лыжных ходов.		
45				ознакомление с новым материалом	1	5.3.Краеведческие объекты родного края Музеи Белгородской области.		тестирование, наблюдение
				применение умений и навыков	2	5.3.Краеведческие объекты родного края Краеведческие викторины, кроссворды. «Виртуальные экскурсии» по Белгородской области. Подготовка рефератов,		

						презентаций		
46				применение умений и навыков	3	4.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Отработка тактических действий выбора пути движения в зависимости от фактора, влияющего на выбор движения.		тестирование, наблюдение
47				применение умений и навыков	3	5.3.Краеведческие объекты родного края Подготовка рефератов, презентаций. Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте Белгородской области. Творческая мастерская.		тестирование, наблюдение
48				применение умений и навыков	1	4.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Отработка тактических действий выбора пути движения в зависимости от фактора, влияющего на выбор движения.		наблюдение
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Совершенствование техники лыжных ходов. Упражнения на развитие силы, выносливости.		
49				применение умений и навыков	1	5.3.История и культура края Краеведческие викторины, кроссворды. «Путешествие» по карте Белгородской области. Творческая мастерская.		тестирование, опрос
				ознакомление с новым материалом	2	5.4.Природа края. Охрана природы Географическое положение Белгородской области. Животный и растительный мир Белгородской области. Охрана природы на Белгородчине. Особо охраняемые природные территории (ООПТ): заповедники, заказники, национальные парки, памятники природы.		
50				применение умений и навыков	1	2.6.Топография Топографические диктанты. Определение расстояния до недоступного объекта, определение высоты предмета, определение расстояния шагами.		тестирование, опрос, наблюдение

				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Работа с компасом. Ориентирование карты по линиям местности. Определение азимута, движение по азимуту по пересеченной местности. Чтение легенд КП.		
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты, легкая атлетика.		
51				ознакомление с новым материалом	2	2.4.Организация туристского быта Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Противопожарные меры. Правила работы дежурных по кухне. Мытье и хранение посуды.		тестирование, опрос
				ознакомление с новым материалом	1	3.4.Преодоление технических этапов Приемы разработки тактических схем преодоления технических этапов, применения различных специальных средств (снаряжения) на этапах. Система оценки действий участников при прохождении этапов.		
52				применение умений и навыков	2	4.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Отработка тактических действий выбора пути движения в зависимости от фактора, влияющего на выбор движения.		тестирование, наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты. Упражнение на развитие силы, выносливости.		
53				ознакомление с новым материалом	2	2.3.Туристское снаряжение Подготовка группового снаряжения к походу. Типы палаток, их назначения, преимущества и недостатки. Устройство палатки, правила использования, транспортировки, хранения, ремонт. Походная посуда. Костровое оборудование. Самодельное снаряжение, не причиняющее вреда природе. Ремонтный набор. Уход за снаряжением, правила хранения.		тестирование, наблюдение

				ознакомление с новым материалом	1	2.2.Подготовка и организация похода Формирование туристской группы. Туристские должности в группе: постоянные и временные. Распределение обязанностей в группе. Маршрутные документы: маршрутный лист, маршрутная книжка. Определение цели и района похода. Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого, картографического материала, отчетов о походах. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.		
54				применение умений и навыков	2	3.5.Участие в туристских соревнованиях Участие в туристских соревнованиях.		опрос наблюдение,
				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Отработка умений и навыков: организации сопровождения на переправе по веревке с перилами, навесная переправа, переправа по бревну.		
55				ознакомление с новым материалом	1	2.2.Подготовка и организация похода Формирование туристской группы. Туристские должности в группе: постоянные и временные. Распределение обязанностей в группе. Маршрутные документы: маршрутный лист, маршрутная книжка. Определение цели и района похода. Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого, картографического материала, отчетов о походах. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.		наблюдение
				применение умений и навыков	2	2.4.Организация туристского быта Работа группы на привале: установка и снятие лагеря. Установка палаток и разведение костра при неблагоприятных условиях. Заготовка растопки.		
56				применение умений и навыков	2	5.4.Природа края. Охрана природы Краеведческие викторины, кроссворды. Творческая мастерская.		опрос, наблюдение

				применение умений и навыков	1	2.4.Организация туристского быта Работа группы на привале: установка и снятие лагеря. Установка палаток и разведение костра при неблагоприятных условиях. Заготовка растопки.		
57				ознакомление с новым материалом	1	2.2.Подготовка и организация похода Движение дорогам, тропам, пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	2.2.Подготовка и организация похода Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка тактики движения в различных ситуациях.		
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Спортивные игры.		
58				применение умений и навыков	1	2.4.Организация туристского быта Работа группы на привале: установка и снятие лагеря. Установка палаток и разведение костра при неблагоприятных условиях. Заготовка растопки.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Упражнения на развитие ловкости, гибкости.		
59				ознакомление с новым материалом	1	2.2.Подготовка и организация похода Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	2	2.3.Туристское снаряжение Уход за снаряжением, его ремонт. Подготовка личного и группового снаряжения к походу.		
60				применение умений и навыков	2	3.4.Преодоление технических этапов Отработка умений и навыков: организации сопровождения на переправе по веревке с перилами, навесная переправа, переправа по бревну.		наблюдение

				ознакомление с новым материалом	1	2.4.Организация туристского быта Работа группы на привале: установка и снятие лагеря. Установка палаток и разведение костра при неблагоприятных условиях. Заготовка растопки.		
61				применение умений и навыков	2	2.2.Подготовка и организация похода Изучение маршрутов учебно-тренировочного, зачетного походов. Составление плана подготовки похода, изучение маршрута, литературы района путешествия.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	2.4.Организация туристского быта Работа группы на привале: установка и снятие лагеря. Установка палаток и разведение костра при неблагоприятных условиях. Заготовка растопки.		
62				применение умений и навыков	3	3.5.Участие в туристских соревнованиях Участие в туристских соревнованиях.		наблюдение
63				применение умений и навыков	2	5.2.История и культура края Творческая мастерская. Подготовка мультимедийных презентаций.		наблюдение, опрос
				ознакомление с новым материалом	1	2.2.Подготовка и организация похода Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.		
64				применение умений и навыков	1	3.4.Участие в туристских соревнованиях Участие в туристских соревнованиях.		наблюдение
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры, эстафеты. Легкая атлетика. Спортивные игры.		
65				ознакомление с новым материалом	2	2.5.Питание в походе Значение, режим, особенности питания в многодневном походе. Калорийность, нормы дневного рациона. Обязанности дежурных по кухне. Фасовка, упаковка и хранение продуктов в туристском лагере. Составление графика дежурств по кухне. Использование дикорастущих растений, ягод. Приготовление пищи на костре. Перекус.		тестирование, опрос

				применение умений и навыков	1	2.2.Техника ориентирования Работа с компасом. Ориентирование карты по линиям местности. Определение азимута, движение по азимуту по пересеченной местности. Чтение легенд КП.		
66				применение умений и навыков	2	4.5.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры, эстафеты.		
67				применение умений и навыков	3	2.5.Питание в походе Составление меню. Фасовка и упаковка продуктов. Составление графика дежурств. Приготовление пищи на костре. Приготовление блюд из дикорастущих растений, ягод.		
68				применение умений и навыков	1	2.2.Подготовка и организация похода Работа с краеведческой литературой. Распределение обязанностей в группе. Заполнение маршрутных документов.		тестирование, наблюдение
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Упражнения на развитие выносливости, быстроты.		
69				применение умений и навыков	1	2.5.Питание в походе Приготовление пищи на костре. Приготовление блюд из дикорастущих растений, ягод.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	2.2.Подготовка и организация похода Составление плана подготовки похода, изучение маршрута, литературы района путешествия. Составление плана-графика движения.		
				ознакомление с новым материалом	1	2.7.Подведение итогов похода Обсуждение итогов похода. Отчет о туристском походе. Составление отчета о походе.		
70				экскурсия	2	3.4.Природа края. Охрана природы Посещение ООПТ.		наблюдение

				применение умений и навыков	1	2.7.Подведение итогов похода Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, оформление стенгазеты, подготовка фотографий, видеоролика, мультимедийной презентации. Ремонт и подготовка снаряжения для хранения.		
71				ознакомление с новым материалом	1	2.7.Подведение итогов похода Обсуждение итогов похода. Отчет о туристском походе. Составление отчета о походе.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	2	2.7.Подведение итогов похода Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, оформление стенгазеты, подготовка фотографий, видеоролика, мультимедийной презентации. Ремонт и подготовка снаряжения для хранения.		
72				применение умений и навыков	2	4.5.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Упражнения на развитие силы, гибкости.		
					216			

3 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				вводное учебное занятие	1	1.Введение Организационное занятие. Порядок работы объединения. Постановка целей и задач объединения, обсуждение плана работы объединения на учебный год. Соблюдение правил поведения – основа безопасности. Меры личной безопасности в нестандартных ситуациях. Инструктаж		опрос, наблюдение

						по технике безопасности.		
					1	1.Введение Моделирование нестандартных ситуаций.		
				ознакомление с новым материалом	1	2.1.Туристские путешествия Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велотуризм, спелеотуризм. Особенности видов туризма. Туризм самостоятельный, экскурсионный, международный. История развития детско-юношеского туризма в Белгородской области. Знакомство с ветеранами туризма Белгородчины.		
2				применение умений и навыков	1	2.1.Туристские путешествия Просмотр фото-, видеофильмов о туристских походах. Встреча с туристами-земляками, юными туристами различных видов туризма.		наблюдение, опрос, контрольные задания
				применение умений и навыков	2	2.3.Туристское снаряжение Подготовка личного и группового снаряжения к походу. Усовершенствование снаряжения, его ремонт.		
3				ознакомление с новым материалом	2	2.3.Туристское снаряжение Требования к туристскому снаряжению: прочность, легкость, гигиеничность, эстетичность, безопасность эксплуатации, удобство в использовании. Усовершенствование туристского снаряжения применительно к условиям проведения зачетного похода.		
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты, легкая атлетика.		тестирование, опрос, контрольные задания
4				ознакомление с новым материалом	1	2.8.Первая медицинская помощь Приемы оказания первой медицинской помощи при вывихах, кровотечениях, пищевых отравлениях, обморожении. Помощь при травмах брюшной полости, укусах ядовитых насекомых и пресмыкающихся.		наблюдение, опрос

				применение умений и навыков	2	2.8.Первая медицинская помощь Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при вывихах, кровотечениях, пищевых отравлениях, обморожении. Помощь при травмах брюшной полости, укусах ядовитых насекомых и пресмыкающихся.		
5				ознакомление с новым материалом	1	4.1.История развития спортивного ориентирования Перспективы развития ориентирования. Характеристика современного состояния ориентирования в стране и за рубежом. Выступления белгородских ориентировщиков на соревнованиях всероссийского и международного уровня.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	4.1.История развития спортивного ориентирования Просмотр фото-, видеоматериалов о спортивном ориентировании.		
				применение умений и навыков	1	4.2.Снаряжение ориентировщика Обзор современного снаряжения ориентировщика.		
6				применение умений и навыков	1	4.2.Снаряжение ориентировщика Совершенствование и ремонт снаряжения ориентировщика.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты.		
7				ознакомление с новым материалом	2	2.4.Организация туристского быта Организация ночлегов в межсезонье, зимой. Ветрозащитная стенка.		наблюдение, контрольные задания
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Упражнения на развитие выносливости, быстроты.		
8				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты.		наблюдение, контрольные задания
				применение	2	3.5.Участие в туристских соревнованиях		

				умений и навыков		Участие в туристских соревнованиях.		
9				применение умений и навыков	1	4.5.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию по выбору.		наблюдение, контрольные задания
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты. Спортивные игры.		
				ознакомление с новым материалом	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Подбор личного снаряжения для участия в соревнованиях по туризму на личных, лично-командных коротких и длинных дистанциях. Устройства для подъема по вертикальным перилам («жумар») и спуска по вертикальным перилам («лепесток», «восьмерка», «рамка»).		
10				ознакомление с новым материалом	1	3.1.История развития туристских соревнований, слетов Туристский слет – туристский праздник на природе, комплексное спортивно-туристское мероприятие. Программа туристских слетов. История туристских слетов в Белгородской области.		тестирование, опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	3.1.История развития туристских соревнований, слетов Просмотр фото-, видеоматериалов о туристских соревнованиях, слетах. Встреча с туристами-земляками – участниками областных, всероссийских туристских соревнований, слетов.		
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Упражнения на развитие силы, гибкости.		
11				ознакомление с новым материалом	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Подбор личного снаряжения для участия в соревнованиях по туризму на личных, лично-командных коротких и длинных дистанциях. Устройства для подъема по вертикальным перилам («жумар») и спуска по вертикальным перилам («лепесток», «восьмерка», «рамка»).		опрос, наблюдение

				применение умений и навыков	2	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Совершенствование, хранение личного и специального снаряжения. Совершенствование навыков скоростной работы со снаряжением.		
12				ознакомление с новым материалом	2	4.5.Соревнования по ориентированию Правила соревнований по спортивному ориентированию.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	4.5.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию по выбору.		
13				ознакомление с новым материалом	1	3.4.Преодоление технических этапов Прохождение технических этапов по различным тактическим схемам. Выбор оптимальных вариантов работы на этапе. Тактика личного и командного прохождения технических этапов.		тестирование, опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Отработка навыков работы на дистанциях по заранее разработанным тактическим схемам прохождения дистанции командой. Формирование умений внесения корректив в разработанные схемы при возникновении нестандартных ситуаций.		
				ознакомление с новым материалом	1	2.8.Первая медицинская помощь Наложение жгута. Правила наложения повязок, материалы для обработки ран и наложения повязок.		
14				ознакомление с новым материалом	2	4.3.Техника ориентирования Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков. Ориентирование карты по направлению на ориентир.		тестирование, опрос, наблюдение
				закрепление изученного материала	1	3.4.Преодоление технических этапов Отработка умений и навыков: наведение перил и организации сопровождения на переправе по веревке с перилами, навесная переправа, переправа по бревну.		

15				ознакомление с новым материалом	3	5.4.Природа края. Охрана природы Охрана природы на Белгородчине. Экологические проблемы края. Правила поведения туристов в природе. Водные ресурсы, почвы, животный, растительный мир Белгородской области. Охрана природы на Белгородчине. Редкие и исчезающие растения и животные родного края. Красная книга Белгородской области.		тестирование, опрос, наблюдение
16				ознакомление с новым материалом	1	3.4.Преодоление технических этапов Прохождение технических этапов по различным тактическим схемам. Выбор оптимальных вариантов работы на этапе. Тактика личного и командного прохождения технических этапов.		наблюдение
				применение умений и навыков	2	3.4.Преодоление технических этапов Отработка навыков работы на дистанциях по заранее разработанным тактическим схемам прохождения дистанции командой. Формирование умений внесения корректив в разработанные схемы при возникновении внештатных ситуаций.		
17				применение умений и навыков	3	5.1.Краеведение – изучение родного края Работа над исследовательскими проектами.		опрос, наблюдение
18				ознакомление с новым материалом	1	2.8.Первая медицинская помощь Помощь при травмах брюшной полости, укусах ядовитых насекомых и пресмыкающихся. Наложение жгута. Правила наложения повязок, материалы для обработки ран и наложения повязок.		тестирование, опрос, наблюдение
				закрепление изученного материала	1	2.8.Первая медицинская помощь Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при вывихах, кровотечениях, пищевых отравлениях, обморожении. Помощь при травмах брюшной полости, укусах ядовитых насекомых и пресмыкающихся. Наложение жгута. Наложение повязок.		

				ознакомление с новым материалом	1	2.4.Организация туристского быта Использование костров для обогрева при организации ночлегов в экстремальных ситуациях. Способы добывания огня без спичек.		
19				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Отработка умений и навыков: наведение перил и организации сопровождения на переправе по веревке с перилами, навесная переправа, переправа по бревну.		наблюдение
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры.		
20				ознакомление с новым материалом	3	5.2.История и культура края История края в годы Великой Отечественной войны. Курская битва. Прохоровское танковое сражение. Партизанское движение на Белгородчине. Герои Советского Союза – наши земляки.		тестирование, опрос
21				ознакомление с новым материалом	1	3.4.Преодоление технических этапов Разработка тактических схем преодоления технических этапов, применения различных специальных средств (снаряжения) на этапах. Наведение перил и организация сопровождения на технических этапах. Система оценки действий участников при прохождении этапов.		тестирование, опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	2	4.3.Техника ориентирования Упражнения, игры на запоминания условных знаков спортивных карт. Работа с компасом. Ориентирование карты по направлению на ориентир.		
22				ознакомление с новым материалом	1	2.4.Организация туристского быта Приготовление пищи в экстремальных условиях.		тестирование, наблюдение
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры. Легкая атлетика.		

				применение умений и навыков	1	3.3.Туристские узлы Вязание туристских узлов: стремя одним концом, булинь, академический.		
23				ознакомление с новым материалом	2	3.3.Туристские узлы Туристские узлы, их назначение и применение. Виды туристских узлов. Способы вязания туристских узлов: стремя одним концом, булинь, академический.		тестирование, наблюдение
				применение умений и навыков	1	3.3.Туристские узлы Вязание туристских узлов: двойной проводник, австрийский схватывающий, грепвайн. Маркировка веревки.		
24				применение умений и навыков	3	5.1.Краеведение – изучение родного края Работа над исследовательскими проектами. Участие в краеведческой конференции.		тестирование, опрос
25				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Подвижные игры.		наблюдение, контрольные задания
				применение умений и навыков	2	4.3.Туристские узлы Вязание туристских узлов. Маркировка веревки. Вязание туристских узлов: двойной проводник, австрийский схватывающий, грепвайн.		
26				ознакомление с новым материалом	1	5.2.История и культура края Моя семья в годы Великой Отечественной войны. Знаменитые земляки.		тестирование, опрос
				применение умений и навыков	2	5.2.История и культура края Краеведческие викторины, кроссворды. Творческая мастерская.		
27				ознакомление с новым материалом	1	4.3.Техника ориентирования Изображение рельефа на спортивной карте. Сечение рельефа. Способы и технические приемы ориентирования: грубый азимут, точный азимут, линейное, точечное ориентирование. Чтение карты.		тестирование, опрос, наблюдение

				применение умений и навыков	2	4.3.Техника ориентирования Формы рельефа на спортивной карте и на местности. Чтение карты. Отработка навыков технических приемов ориентирования: грубый азимут, точный азимут, линейное, точечное ориентирование. Чтение карты.		
28				ознакомление с новым материалом	2	4.3.Техника ориентирования Изображение рельефа на спортивной карте. Сечение рельефа. Способы и технические приемы ориентирования: грубый азимут, точный азимут, линейное, точечное ориентирование. Чтение карты.		тестирование, опрос
				ознакомление с новым материалом	1	2.6.Топография Условные знаки топографических карт. Старение топографических карт. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты. Заложение. Сечение. Изображение рельефа на топографической карте.		
29				ознакомление с новым материалом	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Перечень группового снаряжения: блоки и полиспаст, сдвоенная петля самостраховки диаметром по 10 мм (станция). Правила эксплуатации, транспортировки. Распределение снаряжения между участниками, использование снаряжения в зависимости от условий соревнований.		тестирование, опрос
				закрепление изученного материала	2	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Совершенствование, хранение личного и специального снаряжения. Совершенствование навыков скоростной работы со снаряжением.		
30				ознакомление с новым материалом	1	3.2.Снаряжение для туристских соревнований Перечень группового снаряжения: блоки и полиспаст, сдвоенная петля самостраховки диаметром по 10 мм (станция). Правила эксплуатации, транспортировки. Распределение снаряжения между участниками, использование снаряжения в зависимости от условий соревнований.		опрос, наблюдение, контрольные задания

				применение умений и навыков	2	3.3.Туристские узлы Вязание туристских узлов: стремя одним концом, булинь, академический, двойной проводник, австрийский схватывающий, грепвайн.		
31				ознакомление с новым материалом	1	2.6.Топография Чтение карты и составление схем маршрута похода. JPS-навигация.		опрос, тестирование
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры, эстафеты.		
32				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Отработка навыков технических приемов ориентирования: грубый азимут, точный азимут, линейное, точечное ориентирование. Чтение карты. Выбор варианта движения на КП.		наблюдение
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты, легкая атлетика.		
33				ознакомление с новым материалом	1	4.2.Снаряжение ориентировщика Обзор современного снаряжения ориентировщика.		тестирование, опрос
				применение умений и навыков	1	4.2.Снаряжение ориентировщика Совершенствование и ремонт снаряжения ориентировщика.		
				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Упражнения, игры на запоминания условных знаков спортивных карт. Работа с компасом. Ориентирование карты по направлению на ориентир. Формы рельефа на спортивной карте и на местности.		
34				применение умений и навыков	2	2.6.Топография Упражнения, игры на запоминание условных знаков. Топографические диктанты. Формы рельефа на топографической карте.		тестирование, опрос

				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Упражнения, игры на запоминания условных знаков спортивных карт. Работа с компасом. Ориентирование карты по направлению на ориентир. Формы рельефа на спортивной карте и на местности.		
35				применение умений и навыков	2	5.2.История и культура края Просмотр фото-, видеоматериалов. Подготовка мультимедийных презентаций.		тестирование, опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	3.5.Природа края. Охрана природы Краеведческие викторины, кроссворды, экологические игры.		
36				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты, легкая атлетика.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	2	4.3.Техника ориентирования Формы рельефа на спортивной карте и на местности. Отработка навыков технических приемов ориентирования: грубый азимут, точный азимут, линейное, точечное ориентирование. Чтение карты.		
37				ознакомление с новым материалом	1	4.4.Тактика ориентирования Тактические действия участника при взаимодействии с соперником на дистанции. Скорость движения ориентировщика по дистанции, ее контроль.		тестирование, опрос
				ознакомление с новым материалом	2	4.3.Техника ориентирования Технические действия ориентировщика в стартовом коридоре. Технические действия в районе КП и на КП. Условные знаки спортивных карт: линейные, точечные, площадные, знаки рельефа. Группы условных знаков. Ориентирование карты по направлению на ориентир. Изображение рельефа на спортивной карте.		

38				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Отработка технических действий в стартовом коридоре. Технические действия в районе КП и на КП. Упражнения, игры на запоминания условных знаков спортивных карт. Работа с компасом. Ориентирование карты по направлению на ориентир. Формы рельефа на спортивной карте и на местности. Чтение карты		тестирование, опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты, легкая атлетика.		
39				применение умений и навыков	2	5.2.История и культура края Посещение музея.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	1	3.5.Природа края. Охрана природы Творческая мастерская.		
40				применение умений и навыков	3	4.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Отработка тактических действий при взаимодействии с соперником. Контроль скорости движения по дистанции.		тестирование, опрос
41				ознакомление с новым материалом	2	5.3.Краеведческие объекты родного края Памятники военной тематики и братские могилы на Белгородчине.		тестирование, наблюдение
				применение умений и навыков	1	5.3.Краеведческие объекты родного края Краеведческие викторины, кроссворды. «Виртуальные экскурсии» по Белгородской области.		
42				применение умений и навыков	3	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Упражнения на развитие силы, выносливости. Спортивные игры.		наблюдение
43				ознакомление с новым материалом	1	4.4.Тактика ориентирования Тактические действия участника при взаимодействии с соперником на дистанции. Скорость движения		тестирование, опрос

						ориентировщика по дистанции, ее контроль.		
				применение умений и навыков	2	4.4.Тактика ориентирования Отработка тактических действий при взаимодействии с соперником. Контроль скорости движения по дистанции.		
44				применение умений и навыков	3	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Совершенствование техники лыжных ходов.		наблюдение
45				применение умений и навыков	2	4.3.Техника ориентирования Упражнения, игры на запоминания условных знаков спортивных карт. Ориентирование карты по направлению на ориентир. Формы рельефа на спортивной карте и на местности. Чтение карты.		тестирование, опрос
				применение умений и навыков	1	2.6.Топография Упражнения, игры на запоминание условных знаков. Топографические диктанты. Формы рельефа на топографической карте. Планирование маршрута туристского похода по топографической карте, составление схем маршрута похода.		
46				применение умений и навыков	1	2.6.Топография Упражнения, игры на запоминание условных знаков. Топографические диктанты. Формы рельефа на топографической карте. Планирование маршрута туристского похода по топографической карте, составление схем маршрута похода.		тестирование, наблюдение
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Совершенствование техники лыжных ходов.		
47				применение умений и навыков	3	5.3.Краеведческие объекты родного края Подготовка рефератов, мультимедийных презентаций.		наблюдение
48				применение умений и навыков	1	5.3.История и культура края Краеведческие викторины, кроссворды. Творческая мастерская. Подготовка сообщений «Моя семья и Великая		тестирование, опрос

						Отечественная война».		
				ознакомление с новым материалом	2	2.4.Организация туристского быта Использование костров для обогрева при организации ночлегов в экстремальных ситуациях. Способы добывания огня без спичек. Приготовление пищи в экстремальных условиях.		
49				применение умений и навыков	2	5.3.Краеведческие объекты родного края Подготовка рефератов, мультимедийных презентаций. Краеведческие викторины, кроссворды.		тестирование, опрос
				применение умений и навыков	1	История и культура края Краеведческие викторины, кроссворды. Творческая мастерская. Подготовка сообщений «Моя семья и Великая Отечественная война».		
50				применение умений и навыков	1	4.3.Техника ориентирования Чтение карты. Выбор варианта движения на КП. Технические действия в районе КП и на КП.		тестирование, опрос
				применение умений и навыков	2	4.4.Тактика ориентирования Тактические действия на дистанции соревнований по спортивному ориентированию. Отработка тактических действий при взаимодействии с соперником. Контроль скорости движения по дистанции.		
51				ознакомление с новым материалом	1	5.4.Природа края. Охрана природы Водные ресурсы, почвы, животный, растительный мир Белгородской области. Охрана природы на Белгородчине. Редкие и исчезающие растения и животные родного края. Красная книга Белгородской области.		опрос
				применение умений и навыков	2	5.4.Природа края. Охрана природы По страницам «Красной книги» Белгородской области.		
52				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Отработка навыков работы на дистанциях по заранее разработанным тактическим схемам прохождения дистанции		тестирование, наблюдение

						командой. Формирование умений внесения корректив в разработанные схемы при возникновении внештатных ситуаций.		
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты на свежем воздухе. Упражнение на развитие силы, выносливости.		
53				ознакомление с новым материалом	3	2.2.Подготовка и организация похода Туристская группа. Обязанности членов туристской группы. Определение цели и района похода. Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого, картографического материала, отчетов о походах.		опрос
54				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика.		наблюдение, опрос
				ознакомление с новым материалом	1	2.2.Подготовка и организация похода Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.		
				применение умений и навыков	1	2.2.Подготовка и организация похода Составление плана подготовки похода, изучение маршрута, литературы района путешествия. Составление плана-графика движения. Работа с краеведческой литературой.		
55				применение умений и навыков	3	2.4.Организация туристского быта Организация ночлега в различных условиях. Подготовка газовой горелки к работе и приготовление пищи на ней. Добывание огня без спичек. Разведение различных типов костров.		опрос, наблюдение
56				применение умений и навыков	2	2.3.Туристское снаряжение Подготовка личного и группового снаряжения к походу. Усовершенствование снаряжения, его ремонт.		опрос, наблюдение
				ознакомление с новым материалом	1	2.3.Туристское снаряжение Усовершенствование туристского снаряжения применительно к условиям проведения зачетного похода. Подбор и особенности личного и группового снаряжения в зависимости		

						от вида туризма и сложности. Знакомство со специальным снаряжением по видам туризма.		
57				ознакомление с новым материалом	1	3.4.Преодоление технических этапов Разработка тактических схем преодоления технических этапов, применения различных специальных средств (снаряжения) на этапах. Наведение перил и организация сопровождения на технических этапах. Система оценки действий участников при прохождении этапов.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	2	3.4.Преодоление технических этапов Отработка умений и навыков: наведение перил и организации сопровождения на переправе по веревке с перилами, навесная переправа, переправа по бревну.		
58				применение умений и навыков	3	3.5.Участие в туристских соревнованиях Участие в туристских соревнованиях.		наблюдение
59				ознакомление с новым материалом	1	2.3.Туристское снаряжение Усовершенствование туристского снаряжения применительно к условиям проведения зачетного похода. Подбор и особенности личного и группового снаряжения в зависимости от вида туризма и сложности. Знакомство со специальным снаряжением по видам туризма.		опрос, наблюдение
				применение умений и навыков	2	2.2.Подготовка и организация похода Работа с краеведческой литературой. Распределение и выполнение обязанностей в группе. Заполнение маршрутных документов. Отработка умений выживания и сохранения группы в экстремальных ситуациях. Выработка тактики действий группы в конкретной экстремальной ситуации в зависимости от вида похода, местности и погодных условий.		
60				применение умений и навыков	1	3.5.Участие в туристских соревнованиях Участие в туристских соревнованиях.		наблюдение

				применение умений и навыков	1	2.4.Организация туристского быта Разведение различных типов костров.		
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Спортивные игры.		
61				применение умений и навыков	3	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Спортивные игры. Упражнения на развитие ловкости, гибкости.		наблюдение
62				применение умений и навыков	1	2.4.Организация туристского быта Подготовка газовой горелки к работе и приготовление пищи на ней. Разведение различных типов костров.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	2	2.5.Питание в походе Составление меню и списка продуктов. Закупка, фасовка и упаковка продуктов.		
63				ознакомление с новым материалом	1	2.2.Подготовка и организация похода Разбор и анализ несчастных случаев в туристском походе. Действия группы в экстремальных ситуациях.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Подвижные игры, эстафеты.		
				ознакомление с новым материалом	1	2.2.Подготовка и организация похода Выработка тактики действий группы в конкретной экстремальной ситуации в зависимости от вида похода, местности и погодных условий.		
64				применение умений и навыков	3	4.5.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		наблюдение
65				применение умений и навыков	1	2.4.Организация туристского быта Организация бивака		тестирование, опрос
				ознакомление с новым	1	2.5.Питание в походе Приготовление пищи в экстремальных условиях.		

				материалом		Калорийность, способы увеличения калорийности дневного рациона в походе. Витамины. Оборудование места для приема пищи. Использование в пищу дикорастущих растений.		
				применение умений и навыков	1	2.2.Подготовка и организация похода Отработка умений выживания и сохранения группы в экстремальных ситуациях.		
66				ознакомление с новым материалом	1	2.5.Питание в походе Приготовление пищи в экстремальных условиях. Калорийность, способы увеличения калорийности дневного рациона в походе. Витамины. Оборудование места для приема пищи. Использование в пищу дикорастущих растений.		наблюдение, тестирование, опрос
				применение умений и навыков	2	2.5.Питание в походе Приготовление пищи на костре.		
67				применение умений и навыков	3	2.7.Подведение итогов похода Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, оформление стенгазеты, подготовка фотографий, видеоролика, мультимедийной презентации. Ремонт и подготовка снаряжения для хранения.		тестирование, наблюдение
68				применение умений и навыков	2	3.5.Участие в туристских соревнованиях Участие в туристских соревнованиях.		наблюдение
				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Отработка умений и навыков: наведение перил и организации сопровождения на переправе по веревке с перилами, навесная переправа, переправа по бревну.		опрос
69				ознакомление с новым материалом	1	2.7.Подведение итогов похода Обсуждение итогов похода. Составление отчета о походе.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	2	2.7.Подведение итогов похода Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, оформление стенгазеты, подготовка фотографий, видеоролика, мультимедийной презентации. Ремонт и		

						подготовка снаряжения для хранения.		
70				применение умений и навыков	3	4.5.Соревнования по ориентированию Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.		наблюдение
71				применение умений и навыков	1	3.4.Преодоление технических этапов Отработка умений и навыков: наведение перил и организации сопровождения на переправе по веревке с перилами, навесная переправа, переправа по бревну.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	2	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Упражнения на развитие быстроты.		
72				применение умений и навыков	1	6.Физическая подготовка туриста-ориентировщика Легкая атлетика. Упражнения на развитие быстроты.		наблюдение, опрос
				применение умений и навыков	2	2.2.Техника ориентирования Отработка навыков технических приемов ориентирования: грубый азимут, точный азимут, линейное, точечное ориентирование. Чтение карты.		
					216			