

Министерство образования Тульской области
Государственное образовательное учреждение дополнительного образования Тульской области
«Центр дополнительного образования детей»

Программа рассмотрена на заседании
педагогического совета
ГОУ ДО ТО «ЦДОД»,
Протокол № 3
от «25» 08 2026 г.

Утверждаю
Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»
Ю.В. Грошев
Приказ от «25» 08 2026 г. № 331



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Судьи туристских соревнований»**

Направленность: туристско-краеведческая
Возраст: 14-17 лет
Срок реализации: 1 год (216 часов)
Уровень сложности: продвинутый

Составитель:
Косарев Игорь Витальевич,
педагог дополнительного образования

г. Тула, 2026

Пояснительная записка

В сфере образования туризм в органичном соединении с краеведением является видом образовательной деятельности, посредством которого решаются многие задачи обучения и воспитания.

Программой предусмотрено целенаправленное формирование совокупности умений работать с информацией. Содержание программы связано с событиями в стране, городе или селе, знакомит детей с разными сторонами окружающей действительности; способствует их духовно-нравственному развитию и воспитанию: формирует чувство гордости за свою Родину, бережное отношение к окружающему миру, природе, духовным ценностям; развивает интерес к ТКД; формирует установку на здоровый образ жизни.

Данная программа разработана в соответствии с действующей нормативно-правовой базой:

Федеральным законом от 29.12. 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03. 2022 г. № 678-р);

Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

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

Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026г. № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2. 4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Уставом ГОУ ДО ТО «ЦДОД» и локальными актами.

Направленность программы «Судьи туристских соревнований» - туристско-краеведческая, продвинутый уровень сложности.

Новизна программы заключается в том, что она адаптирована к условиям обучения и воспитания в условиях города, является начальной ступенью на пути к освоению более сложных программ туристско-краеведческой направленности.

Актуальность программы обусловлена тем, что в Тульской области стал развиваться спортивный туризм особенно одно из его направлений – дистанции пешеходные. Качество и количество соревнований по спортивному туризму тоже выросли, это и городские соревнования, областные первенства и

чемпионаты, кубки, слёты и даже проводили Всероссийские соревнования. Обеспечение этих соревнований квалифицированными судьями – не всегда легко решаемая задача. Поэтому данная программа – это подготовка сегодняшнего и резервного судейского кадрового состава по спортивному туризму.

Отличительные особенности программы состоят в том, что она позволяет сформировать у детей первоначальные представления о туризме, всех его составляющих, сразу погрузиться в практические занятия, и постигать туризм участвуя самостоятельно в соревновательных формах обучения и так же попробовать себя в качестве судьи – выставить правильную оценку тех или иных действий.

Педагогическая целесообразность программы состоит в неисчерпаемых развивающих, познавательных и воспитательных возможностях туризма.

Разнообразие форм спортивно-туристской деятельности способствует развитию ребенка, общему оздоровлению его организма, укреплению физических и духовных сил, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, развивает интерес к истории и культуре родного края, воспитывает патриотизм.

Данная программа позволяет поддержать естественный интерес подростков к путешествиям и приключениям. За короткий срок реализации программы невозможно существенно повлиять на уровень развития и воспитанности обучающихся, однако успешное освоение программы «Судьи туристских соревнований» может и должно стимулировать детей к систематическим занятиям туризмом в учреждениях дополнительного образования детей.

По программе могут работать педагоги дополнительного образования Тульской области. Программа адаптируется под ту территорию, на которой проводятся занятия, соответственно разделы программы претерпят изменения.

Адресат программы – учащийся в возрасте 14-17 лет, заинтересованный в своем физическом развитии, расширении кругозора, получении начальных навыков в организации и судействе соревнований по спортивному туризму.

Срок реализации программы составляет 1 год.

Объем программы – 216 часов.

Формы организации образовательного процесса – программа реализуется, как дополнительная общеразвивающая программа в сетевой форме с участием ГОУ ДО ТО «ЦДОД» и образовательной организации на основании договора о сетевом взаимодействии.

Занятия проводятся с группой учащихся в виде практических занятий в помещении, на спортивной площадке, на местности. Теоретические знания сообщаются детям в ходе практических занятий, а также с помощью дистанционного обучения.

Режим занятий – программа может быть реализована в течение учебного года с периодичностью 6 часов в неделю, включая проведение походов и

участие в соревнованиях. Поход в летний период совершается за сеткой часов. В группе должно быть не менее 15 человек.

Программа «Судьи туристских соревнований» составлена на основе примерной учебной программы объединений туристской, туристско-спортивной направленности, автор – Ю.С. Константинов (опубликована в учебно-методическом пособии «Детско-юношеский туризм», М., ФЦДЮТиК, 2005).

Цель и задачи программы

Цель программы: создание дополнительных условий для личностного развития младших подростков за счет удовлетворения их потребностей в физическом развитии, расширении кругозора, получении начальных туристских навыков и навыков судейства туристических соревнований.

Задачи:

Обучающие

-научить

- принимать во внимание мнение и состояние товарищей по группе, оказывать им помощь, вырабатывать коллективное решение;
- владеть собой в трудных ситуациях, принимать правильные решения, оценивать свои и чужие поступки;
- ориентироваться на правовые нормы (положения, регламенты) при проведении туристских мероприятий.

-развить

- умения применять полученные знания в практической деятельности;
- общую культуру, профессиональные и спортивные качества подростков;
- творческий потенциал детей.

-сформировать

- знания о правилах судейства туристских соревнований;
- представление о работе различных судейских служб.

Воспитательные

- воспитывать

- коммуникативные качества, навыки общения и взаимодействия в группе;
- воспитывать принципиальность, объективность.

Воспитательный процесс

Первая особенность воспитательного процесса состоит в том, что работа учебных групп происходит на базе образовательных организаций из-за отсутствия у Центра необходимых помещений, в связи с чем возможности для общения и взаимодействия всех обучающихся практически отсутствуют. Это обстоятельство затрудняет интеграцию воспитательных усилий педагогических работников и делает центральной фигурой процесса воспитания обучающихся педагога дополнительного образования каждой учебной группы при организационной и методической поддержке администрации Центра.

Вторая особенность состоит в том, что в Центре реализуются дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы (далее – ДООП) туристско-краеведческой направленности. Туристско-краеведческая деятельность в силу своей специфики (междисциплинарной структуры) является очень эффективным многогранным средством воспитания, позволяющим решать практически все воспитательные задачи, определенные законодательством в области образования, и в значительной степени компенсировать проблемы, обусловленные разобщенностью обучающихся.

Третья особенность состоит в добровольном выборе обучающимися ДОП и их праве в любой момент прекратить освоение программы, если она не удовлетворяет их потребностям. Эта особенность делает практически безусловным соблюдение таких принципов, как ориентир на создание психологически комфортной среды для каждого обучающегося, создание детско-взрослых общностей, объединенных яркими и содержательными событиями, общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу, соблюдения конфиденциальности информации об обучающемся и семье, приоритета безопасности обучающегося во время образовательного процесса.

Планируемые результаты и способы их измерения

Итогом реализации программы станут следующие результаты:

Личностные результаты:

- повышение самооценки ребенка;
- формирование установки на здоровый образ жизни посредством участия в туристско-спортивных занятиях и мероприятиях,
- умение принимать во внимание мнение и состояние товарищей по группе, оказывать им помощь, вырабатывать коллективное решение;
- умение владеть собой в трудных ситуациях, принимать правильные решения, оценивать свои и чужие поступки;
- умение ориентироваться на правовые нормы (положения, регламенты) при проведении туристских мероприятий.

Предметные результаты:

- формирование основных представлений о спортивном туризме (дистанции, маршруты);
- овладения навыками судейства соревнований по спортивному туризму;
- овладение навыками подготовки к походам: одеться по погоде, правильно уложить рюкзак, подготовить продукты и снаряжение, организовать привал, бивак;
- формирование навыков личной гигиены и оказания первой помощи;
- овладение первичными навыками ориентирования на местности.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью актуализировать и применять в процессе организации туристского похода и судейства соревнований знания, полученные в рамках изучения различных учебных предметов;
- формирование умений планировать и осуществлять совместную деятельность, договариваться о распределении функций и ролей в такой деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих в целях недопущения конфликтов.

Показателем успешного освоения ребенком программы служит активное посещение занятий, участие в туристских походах, судействе соревнований в дисциплинах и видах спортивного туризма. Предусмотрена промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

В целях повышения мотивации детей к освоению данной программы возможно официальное присвоение разрядов, званий в спортивном туризме, вручение отличительных значков.

**Учебный план «Судьи туристских соревнований», 1 год обучения
(продвинутый уровень сложности)**

№ п/п	Наименования раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы контроля
		всего	теория	практика		
1.	Туристская подготовка	58	36	22	Лекция, практическое занятие, тренировка	Входная диагностика: опрос, беседа, наблюдение,
2.	Топография и ориентирование	15	1	14	Практическое занятие, тренировка, лекция	Наблюдение, беседа
3.	Краеведение	12	7	5	Лекция, практическое занятие	Опрос, наблюдение, беседа
4.	Обеспечение безопасности	18	11	7	Практическое занятие, лекция	Беседа, опрос, наблюдение
5.	Общая и специальная физическая подготовка	38	2	36	Лекция, тренировка, практическое занятие	Опрос, наблюдение
6.	Начальная судейская подготовка	23	15	8	Лекция, практическое занятие	Опрос, наблюдение
7.	Судейство соревнований, походы, участие в соревнованиях	48	0	48	Практическое занятие (в т.ч. и самост. работа), соревнования, экскурсия, поход	Наблюдение, анализ
8.	Промежуточная и итоговая аттестация	4			Тесты, практические занятия	Анализ
И Т О Г О		216	76	140		

Содержание учебного плана

1. Туристская подготовка ()
 - 1.1 **Туристские путешествия, история развития туризма**

Значение туризма, основные сведения по истории развития туризма, истории путешествий и туризма в России, перспективы развития. Влияние государства и общественных организаций в различные периоды на развитие туризма.
Входная диагностика: опрос, беседа
 - 1.2 **Виды туризма**

Характеристика основных видов туризма. Классификация спортивного туризма.
Текущий контроль: опрос
 - 1.3 **Особенности пешеходного туризма**

Определение, количественный состав, возраст участников похода. Виды и категории пешеходного туризма. История возникновения. Требования к снаряжению.
Текущий контроль: опрос
 - 1.4 **Особенности горного туризма**

Что собой представляет горный туризм, понятие. Виды. Физическая подготовка участника.
 - 1.5 **Особенности водного туризма**

Определение, преимущества водного туризма перед другими видами. Виды сплав средств. Оценка сложности маршрута.
 - 1.6 **Особенности лыжного туризма**

Определение. Преимущества лыжного туризма. Факторы, определяющие специфику лыжного туризма. Способы преодоления опасных и сложных участков маршрута.
 - 1.7 **Особенности спелео туризма**

Основные понятия. Правила безопасности в пещере. Анализ несчастных случаев, произошедших с участниками спелеологической группы. Суть уровней сложности углублений.
 - 1.8 **Особенности велосипедного туризма**

История и особенности организации велосипедного туризма. Разновидности велопоходов. Расчет категории сложности велосипедного маршрута.
 - 1.9 **Личное снаряжение**

Требования, предъявляемые к туристскому снаряжению. Перечень личного снаряжения. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода.
 - 1.10 **Групповое снаряжение**

Перечень группового снаряжения. Примеры группового снаряжения.
 - 1.11 **Групповое снаряжение по видам туризма**

Специальное снаряжение в зависимости от вида туризма. Кухонное оборудование для летних и зимних условий: таганки, тросики, каны, топоры и пилы, чехлы к ним. Заточка и разводка пилы, усовершенствование пил и топоров для похода. Ремонтный набор.
 - 1.12 **Газовые горелки, примуса, фонари, посуда, ветрозащитные экраны.**

Устройство и принцип действия
 - 1.13 **Снаряжение для соревнований**

Специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабины, репшнуры, альпеншток.
 - 1.14 **Ремонт и уход за личным снаряжением**

Практическое занятие. Изготовление, усовершенствование и ремонт снаряжения.
 - 1.15 **Организация туристского быта. Привалы и ночлеги**

Отработка практических умений.
 - 1.16 **Выбор места под отдых, постановку лагеря, ночлег.** Отработка практических умений.

Требования к месту бивака:

 - жизнеобеспечение- наличие питьевой воды, дров;
 - безопасность - удаленность от населенных пунктов, расположение на высоких берегах рек, отсутствие на территории бивака сухих и гнилых деревьев;
 - комфортность - продуваемость поляны, освещенность утренним солнцем, красивая панорама.
 - 1.17 **Организация бивуака в горной местности.**

Особенности и порядок действий

- 1.18 Организация бивуака в лыжном походе.**
Особенности и порядок действий
- 1.19 Организация бивуака в аварийной ситуации (погодные условия, усталость участника..)**
Особенности и порядок действий
- 1.20 Санитарные нормы для организации лагеря**
Типы палаточных лагерей. Гигиенические требования. Требования к водоснабжению, к организации зоны пищеблока, организация питания, медицинское обеспечению.
- 1.21 Требования к установке палаток**
Виды палаток, пошаговая инструкция установки палатки, правила установки
- 1.22 Установка палаток в походе**
Организация бивака в безлесной зоне, в горах.
- 1.23 Подготовка к походу, путешествию**
Выбор места бивака. Самостоятельная работа по разворачиванию и свертыванию лагеря.
- 1.24 Подготовка списка вещей, снаряжения, что нужно взять в поход.**
Практическое занятие. Составление перечня личного и группового снаряжения для похода выходного дня с учетом погодных условий.
- 1.25 Упаковка вещей и снаряжения в рюкзак**
Практическое занятие. Укладка рюкзака. Подгонка снаряжения.
- 1.26 Получение информации о маршруте, изучение региона.**
Исследование туристских ресурсов по предполагаемой трассе маршрута.
Выявление ограничений по потреблению туристских ресурсов.
Определение типа маршрута.
Привязка маршрута к пунктам жизнеобеспечения.
Разработка схемы безопасности на маршруте.
- 1.27 Туристские должности в группе**
Основные должности юных туристов в группе. Рассмотрение их основных обязанностей.
- 1.28 Распределение обязанностей в туристической группе перед походом.**
Распределение должностей.
- 1.29 Техника и тактика в туристском походе**
Техника туризма: определение и классификация. Особенности применения туристской техники в рекреационных и спортивных походах. Тактика туризма: определение и классификация. Тактические задачи.
- 1.30 Техника передвижения на маршруте**
Разновидности техника передвижения на маршруте.(передвижения по естественным препятствиям (техника преодоления естественных препятствий, техника страховки, техника бивачных работ, техника ориентирования на местности)
- 1.31 Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях**
Профилактика травматизма в период подготовки к походу (разработанный и организованный маршрут похода, обеспечение технической и физической подготовленности учащихся, инструктаж по соблюдению мер безопасности в походе, четкое соблюдение дисциплины учащимися)
- 1.32 Техника безопасности при работе с газовыми приборами, колюще режущим инструментом, при заготовке дров.**
Лекция по технике безопасности
- 1.33 Техника безопасности при осуществлении страховки на туристических этапах.**
Лекция по технике безопасности.
- 1.34 Безопасность на маршруте, подготовка снаряжения, оборудования.**
Овладение техникой движения на маршруте, правильное применение снаряжения и одежды, продуманная тактика, физическая и психологическая подготовка.
- 1.35 Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения.**
Психологические аспекты взаимоотношений в группе.
Основные причины. Внутренние причины и внешние. Взаимоотношения в малых группах.
- 1.36 Физическая, техническая и тактическая подготовка группы к маршруту.**
Овладение техникой передвижения и преодоления естественных препятствий в различных видах туризма. Способность совершать целенаправленные действия, которые обеспечивают

- эффективное решение как общих, так и индивидуальных задач в походе, а также гарантируют безопасность всех участников.
- 1.37 Прохождение протяжённых и локальных препятствий на маршруте.**
Методика категорирования маршрута.
- 1.38 Связь на маршруте, использование средств связи для передачи информации.**
Характеристики средств мобильной связи. Радио связь. Спутниковая.
- 1.39 Взаимоотношения в группе. Обязанности и их исполнение в походе.**
Совместимость и причины возникновения конфликтов. Ожидания участников похода.
Психологические роли в группе.
- 1.40 Взаимопомощь и организация поисковых работ.**
Методика организации групп взаимопомощи. Порядок проведения поисковых работ.
- 1.41 Действия группы в аварийных ситуациях**
Рассмотрения действий группы в случае аварийных ситуаций. Алгоритм действия в АС и их профилактика.
- 1.42 Возможные аварийные ситуации на маршруте в видах туризма**
Перечень аварийных ситуаций и их проработка.
- 1.43 Порядок действий на маршруте по поиску и спасению**
Этапы поисково-спасательных работ. Способы и приемы поиска пострадавших.
- 1.44 Способы транспортировки пострадавшего**
Транспортные положения в зависимости от локализации травмы. Пострадавший в сознании или без. Выбор способа транспортировки.
- 1.45 Взаимодействие групп при разделении на маршруте**
Радиосвязь. Условные знаки. Контрольные сроки и точки на маршруте встречи групп.
- 1.46 Составление легенды, движение по легенде.**
Составление легенды движения группы условными знаками. Чтение легенды.
- 1.47 Подведение итогов туристского путешествия**
Разбор похода. Был ли интересен маршрут? Каковы пожелания на будущее? Что было сделано правильно и что неправильно в походе? Как проявил себя каждый из участников при подготовке и проведении похода?
- 1.48 Форма отчёта о туристском путешествии**
Типовая форма и содержание отчета
- 1.48 Составление фото отчёта о походе**
Требования к фото для отчета о походе.
- 1.50 Ведение летописи похода**
Роль летописца в походе. Как написать походный отчёт
- 1.51 Ремонт туристского инвентаря**
Проклейка швов на туристической палатке
- 1.52 Ремонт туристского снаряжения**
Замена клипсы для крепления налобного фонаря и пряжки на ремне.
- 1.53 Сушка снаряжения**
Сушка на открытом воздухе или в хорошо проветриваемом помещении вдали от прямых солнечных лучей. Избегание контакта снаряжения с прямым источником тепла.
- 1.54 Укладка снаряжения на хранение**
Срок службы снаряжения. Принципы укладки и хранения
- 2. Топография и ориентирование**
- 2.1 Топографическая и спортивная карта**
Практическое занятие. Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и зарамочное оформление. Генерализация топографической карты. Какие карты лучше использовать при проведении походов. Условные знаки топографических карт.
- 2.2 Условные знаки спортивных карт, топографические знаки топографических карт.**
Практическое занятие. Изучение элементов рельефа по моделям и на местности. Условные знаки спортивных карт, виды спортивных карт: масштабные, внемасштабные, линейные и площадные. Условные знаки: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть и сооружения на ней, растительный покров, местные предметы. Упражнения на запоминание условных знаков.
- 2.3 Компас. Работа с компасом**
Практическое занятие. Компас, правила пользования им. Ориентирование карты и компаса..
- 2.4 Движение по азимуту.**

- Практическое занятие. Азимут, снятие азимута с карты. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Упражнения по определению азимута, снятие азимута с карты.
- 2.5 Измерение расстояний по карте и на местности.**
Практическое занятие. Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, обычной нитки. Измерение длины шага, построение графика перевода числа шагов в метры. Упражнения по отработке автоматизма при счете шагов, измерение различных отрезков на карте и на местности. Прохождение и пробегание отрезков различной длины.
- 2.6 Способы ориентирования**
Ориентирование при условии отсутствия видимости. Организация разведок в походе, опрос местных жителей, уточнение у них имеющихся карт и схем.
Движение по легенде — подробному описанию пути.
Особенности ориентирования в различных природных условиях: в горах, в тундре, на воде.
- 2.7 Тактика ориентирования**
Практическое занятие. Упражнения по определению точки своего местонахождения на местности при помощи карты.
- 2.8 Ориентирование по выбору**
Практическое занятие. С помощью карты, выданной на старте, найти на местности максимальное количество контрольных пунктов (КП). Их местоположения отмечены на карте. Порядок прохождения КП - произвольный. Путь следования от одного КП к другому КП - произвольный.
- 2.9 Ориентирование по обозначенному маршруту**
Практическое занятие. С помощью карты, выданной на старте, найти на местности контрольные пункты (КП). Их местоположения отмечены на карте. Порядок прохождения КП - строго определенный (заданный). За непройденный КП или нарушение порядка прохождения КП - снятие.
- 2.10 Ориентирование по местным приметам.**
Практическое занятие. Определение сторон горизонта по местным предметам, небесным светилам.
- 2.11 Действия в случае потери ориентировки**
Практическое занятие. Порядок действий в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной, параллельной ситуации на карте, попытка найти опорные ориентиры и подтвердить свои предположения. Необходимость выхода на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование троп, идущих в нужном направлении, движение по генеральному азимуту. Движение вдоль ручьев, рек, выход к жилью.
- 2.12 Соревнования по ориентированию**
Туристское ориентирование, движение по обозначенному маршруту. Отдельные виды ориентирования в программе туристских слетов и соревнований.
- 2.13 Подготовка к соревнованиям, кроссовая подготовка**
Практическое занятие. Разминка. Эстафета в виде, передаваемого предмета одним бегуном другому при смене на этапах.
- 2.14 Ориентирование в закрытых помещениях**
Практическое занятие. Соревнования «Ориентирование по карте-плану спортивного зала».
- 2.15 Ориент - шоу, лабиринт ориентирования**
Практическое занятие. Соревнования «Ориент-шоу».
- 3. Краеведение**
- 3.1 Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи**
Территория и границы родного края. Рельеф, гидрография, растительность, полезные ископаемые и другие природные условия. Климат, его влияние на возможности занятий туризмом. Развитие промышленности, сельского хозяйства, транспорта. Характеристика населения. Экскурсионные объекты на территории края. Музеи Тульской области.
- 3.2 Реки Тульской области**
Водные ресурсы Тульской области. Численность поверхностных водоемов в пределах Тульской области. Наиболее объемные реки Тульской области. Главная водная артерия Тулы. Факты о реке Упа. Реки Тульской области на карте.
- 3.3 Географические и экскурсионные объекты Тульской области**
Музей-заповедник «Куликово поле», музей-заповедник В.Д. Поленова, музей-усадьба Л.Н.

- Толстого «Ясная Поляна».
- 3.4 Маршруты по видам туризма по Тульской области**
Составляющие маршрута. Пешеходный, водный, вело маршруты по Тульской области. Наглядные примеры маршрутов.
- 3.5 Изучение района путешествия**
Практическое занятие. Структура изучения района путешествия. Знакомство по литературным и другим источникам с историей, природой, климатом района путешествия. Пути подъезда к началу маршрута. Наличие экскурсионных объектов на маршруте. Учет времени на их посещение. Население данного района. Возможности пополнения продуктов на маршруте. Подготовка писем в адрес образовательных учреждений (школ, домов детского творчества и др.) с запросами по уточнению сведений о районе похода и о возможности остановки (ночлега) во время похода.
- 3.6 Поиск отчётов по предстоящему маршруту**
Практическая работа. Знакомство с отчетами туристских групп, совершивших поход в данном районе.
- 3.7 Составление нитки маршрута и запасного варианта**
Практическая работа. Составление нитки маршрута по топографической карте.
- 3.8 Сбор информации по району путешествия, согласование с МЧС**
Сбор информации о трудно проходимых районах маршрута. Регистрация туристских групп. Заполнение маршрутных книжек. Информирование спасателей о маршрутах передвижения. Страхование участников похода.
- 3.9 Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры**
Работа среди местного населения: участие в общественных мероприятиях, концерты самодеятельности, спортивные выступления, помощь сельским школам и лесничествам. Содержание заданий туристским группам от школы, от организаций и учреждений. Деятельность по охране природы в условиях похода.
- 3.10 Планирование маршрута с учётом памятников природы и культуры**
Подготовка к проведению похода в соответствии с планом, включающим несколько пунктов: постановка цели похода, разработка маршрута с учётом памятников природы и культуры.
- 3.11 Волонтёрская деятельность по сохранению памятников природы и культуры**
Содержание и методика краеведческих наблюдений по истории, географии, биологии, экологии, литературе и другим школьным предметам в соответствии с местными условиями. Участие в работе среди местного населения.
- 3.12 Изучение истории создания памятников и возникновения природных объектов**
Изучение и охрана памятников истории и культуры. Виды памятников. Использование памятников истории и культуры в учебной и воспитательной работе.
- 4. Обеспечение безопасности**
- 4.1 Гигиена одежды и обуви. Закаливание организма – основное средство повышения сопротивляемости простудным заболеваниям.**
Личная гигиена при занятиях туризмом, значение водных процедур. Гигиена одежды и обуви. Роль закаливания в увеличении сопротивляемости организма простудным заболеваниям. Закаливание водой, воздухом, солнцем. Значение систематических занятий физкультурой и спортом для укрепления здоровья. Вредные привычки: курение, употребление спиртных напитков — и их влияние на организм человека.
- 4.2 Особенности посещения районов с различными инфекционными заболеваниями**
Соблюдение правил личной гигиены и безопасного приготовления пищи. Избегание контакта с животными. Воздержание от посещения мест массового скопления людей. Использование одежды с длинными рукавами, а также применение реппелентов и антимаскитных сеток.
- 4.3 Акклиматизация как средство профилактики горной болезни.**
Понятие акклиматизации, её суть. Разновидности и стадии акклиматизации.
- 4.4 Факторы, влияющие на безопасность группы в походе**
Обучение основам туризма. Знание правила безопасного нахождения в природной среде и действий в случае возникновения экстремальных ситуаций. Физическая и техническая подготовленность группы. Грамотное руководство группой. Знание маршрута. Правильные взаимоотношения с местным населением района проведения похода и внутри туристской группы.
- 4.5 Роль руководителя в группе, подчинение его решениям**

- Личные качества. Авторитет в группе. Наличие личного контакта руководителя с каждым из участников путешествия. Полное разделение руководителем стремлений группы и связанное с этим желание группы поддержать действия своего руководителя. Четкость постановки новых задач на ближайшее время, на период преодоления того или иного естественного препятствия. Постоянная нацеленность руководителя на создание и сохранение в группе доброжелательности, духа товарищества, взаимопомощи.
- 4.6 Конфликты в группе, способы их устранения**
Сущность и виды конфликтов. Противоречия, которые приводят к конфликтам. Виды конфликтов. Профилактика конфликтов. Разрешение конфликтов в группе.
- 4.7 Основные причины несчастных случаев в походе**
Анализ несчастных в туризме. Причины несчастных случаев. Медицинское обеспечение безопасности.
- 4.8 Правила поведения на воде, организация купания.**
Требования к участку для купания с учетом требований санитарно-эпидемиологической службы. Лучшее время суток для купания. Не отплывать далеко от берега, не заплывать за предупредительные знаки. Купаться в специально отведенных и оборудованных для этого местах. Перед купанием в незнакомых местах обследовать дно. Никогда не плавать в одиночестве, особенно, если нет уверенности в своих силах. Не подавать ложных сигналов бедствия.
- 4.9 Правила пожарной безопасности, работа у костра**
Причины пожаров на природе. Что запрещено делать во избежание пожара. Правила разведения костра.
- 4.10 Взрывчатые предметы, организация привалов и ночлегов в местах, связанных с боевыми действиями.**
Требования безопасности к местам привалов и ночлегов.
- 4.11 Организация поисково-спасательного отряда, проведение поисково-спасательных работ.**
Цели и задачи поисково-спасательного отряда. История создания. Тактика проведения поисково-спасательных работ.
- 4.12 Закрепление навыков безопасного преодоления естественных препятствий**
Практическое занятие. Отработка техники движения и преодоления препятствий.
- 4.13 Измерение температуры, пульса, артериального давления**
Практическое занятие. Измерение температура тела, пульса различными способами (в спокойном состоянии и после нагрузки). Измерение артериального давления.
- 4.14 Помощь при переломах, ранах, кровотечениях**
Практическое занятие. Освоение способов бинтования ран, наложения жгута. Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшим при переломах.
- 4.15 Оценка общего состояния пострадавшего, места и характера повреждения**
Практическое занятие. Тщательный осмотр, опрос (при возможности) и осторожное исследование (ощупывание) пострадавшего (головы, туловища, конечностей). Оценка сердечной деятельности по пульсу на сонной артерии.
- 4.16 Правила снятия одежды и обуви с пострадавшего. Правила наложения шин.**
Практическое занятие. (Снятие одежды начиная со здоровой стороны тела. Разрезание одежды ножницами. Поэтапное снятие обуви.)
- 4.17 Травмы конечностей, закрытые и открытые переломы длинных костей, растяжения и разрывы связочного аппарата, вывихи суставов.**
Практическое занятие. Освоение способов оказания доврачебной помощи при различных травмах конечностей.
- 4.18 Разучивание приемов оказания первой доврачебной помощи пострадавшему, приемов транспортировки.**
Практическое занятие. Изготовление носилок и волокуш. Оказание первой доврачебной помощи пострадавшему. Транспортировка пострадавшего.
- 5.1 Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.**
Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Изменение сердца под влиянием нагрузок различной интенсивности. Дыхание и газообмен. Постановка дыхания в процессе занятий.

- 5.2 Предупреждение спортивных травм на тренировках.**
Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Объективные данные: вес, динамометрия, спирометрия. Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.
Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке. Меры предупреждения переутомления.
Дневник самоконтроля. Изменение показателей при правильном и неправильном построении учебно-тренировочного процесса.
- 5.3 Общая физическая подготовка**
Практическое занятие. Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки на месте и в движении.
Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.
Упражнения для туловища в различных исходных положениях на формирование правильной осанки: наклоны, повороты и вращения туловища, в положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.
Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады с дополнительными пружинящими движениями.
- 5.4 Упражнения на развитие физических качеств**
Практическое занятие. Упражнения с отягощением: упражнения с набивными мячами — бросать и ловить в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями. Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.
- 5.5 Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма**
Группа здоровья. Физическая подготовленность спортсмена.
- 5.6 Объективные данные: частота пульса, вес, динамометрия, спирометрия**
Практическое занятие. Измерение частоты пульса. Измерение окружности грудной клетки. Определения сгибательной силы кисти. Определение типа конституции.
- 5.7 Субъективные и объективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение, оценка изменений частоты пульса**
Практическое занятие. Ведение дневника самоконтроля.
- 5.8 Развитие выносливости - Игра баскетбол**
Практическое занятие. Техника безопасности. Игра по упрощенным правилам.
- 5.9 Развитие выносливости - Игра футбол.**
Практическое занятие. Двухсторонняя игра.
- 5.10 Развитие координации - Игра волейбол**
Практическое занятие. Изучение техники и элементарной тактики игры в волейбол. Формирования двигательных навыков и умений, развитие силы, быстроты, ловкости.
- 5.11 Развитие координации - Игра пионербол**
Практическое занятие. Обучение игры в “Пионербол”, соблюдая правила.
Закрепление технических приемы игры: передача и ловля мяча, бросок мяча через сетку.
- 5.12 Развитие скоростных качеств - Игра баскетбол**
Практическое занятие. Обучение игры в “Баскетбол” Выполнение максимального количества передач, бросков, контратак за определенный промежуток времени.
- 5.13 Развитие скоростных качеств - Игра футбол**
Практическое занятие. Обучение в процессе игры быстроты простой и сложной двигательной реакции. Быстроты одиночного движения.
- 5.14 Развитие координации Игра баскетбол не беря мяч в 2 руки**
Практическое занятие. Обучение технике ведению мяча правой и левой рукой на месте и в движении.
- 5.15 Развитие скоростных качеств игра стритбол**
Практическое занятие. Обучение правилам игры. Броски, передачи, ведение мяча, подбор отскочивших от кольца мячей, игра в защите и нападении, действия с мячом и без мяча.
- 5.16 Развитие выносливости - игра в футбол на склоне**
Практическое занятие. Развитие способности выполнять игровую деятельность без снижения ее эффективности на протяжении всего матча.
- 5.17 Развитие выносливости - игра в футбол 3х3**

- Практическое занятие. Короткие игры.
- 5.18 Занятия на тренажерах: работа с резиновым эспандером (плечевой пояс)**
Практическое занятие. Эффективная проработка мускулатуры.
- 5.19 Занятия на тренажерах: работа с резиновым эспандером (ноги)**
Практическое занятие. Комплекс упражнений.
- 5.20 Занятия на тренажерах: работа с резиновым эспандером (пресс, спина)**
Практическое занятие. Комплекс упражнений.
- 5.21 Занятия на тренажере: эллипсоид.**
Практическое занятие. Комплекс упражнений.
- 5.22 Занятия на тренажере: гребля**
Практическое занятие. Комплекс упражнений.
- 5.23 Занятия на тренажерах: силовой тренажер**
Практическое занятие. Комплекс упражнений.
- 5.24 Занятия на тренажерах: круговая тренировка**
Практическое занятие. Комплекс упражнений.
- 5.25 Занятия на тренажерах: круговая тренировка с 10 мин. Перерывом**
Практическое занятие. Комплекс упражнений.
- 5.26 Занятия на тренажерах: 3х10 мин с 5 мин. Отдыха**
Практическое занятие. Комплекс упражнений.
- 5.26 Занятия на тренажерах: 3х15 со сменой тренажера**
Практическое занятие. Комплекс упражнений.
- 5.28 Занятия на тренажерах: контроль подготовки**
Практическое занятие. Комплекс упражнений.
- 5.29 Бег на лыжах без учета расстояния**
Практическое занятие.
- 5.30 Бег на лыжах 2 км**
Практическое занятие.
- 5.31 Бег на лыжах 3 км**
Практическое занятие.
- 5.32 Бег на лыжах по пересеченной местности без учета расстояния**
Практическое занятие.
- 5.33 Подъемы и спуски на лыжах**
Практическое занятие.
- 5.34 Бег на лыжах без учета расстояния, без использования палок**
Практическое занятие.
- 6.1 Организация и судейство вида "Ориентирование" Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию.**
Предмет и суть спортивного ориентирования. Судейская бригада. Определение результатов.
- 6.2 Обеспечение безопасности в соревнованиях по ориентированию**
Оповещение о наличии запрещенных для бега районов и опасных мест в районе соревнований, путях их обхода, способах ограждения, обозначении на карте;
Предупреждение представителей команд и участников о неблагоприятной экологической обстановке: непригодности водоемов для питья и купания, наличии опасных насекомых и т.п.;
Оповещение участников о необходимости соблюдения тех или иных мер предосторожности при прохождении отдельных участков дистанции.
- 6.3 Работа секретариата и организация информации о ходе соревнований. Зачет результатов и подведение итогов.**
Задачи и содержание работы секретариата. Состав службы секретариата, распределение обязанностей внутри службы. Планирование работы секретариата. Документация и протоколы судейской коллегии соревнований.
- 6.4 Организация и судейство вида "Дисциплина - дистанция" Содержание соревнований, их командный характер.**
Предмет и суть спортивному туризму. Общее положение. Судейская бригада. нормативные документы которые должен знать судья. Определение результатов.
- 6.5 Организация и судейство вида "Дисциплина - дистанция". Участники соревнований. Организация старта и финиша. Судейская коллегия вида, обязанности судей.**
Оргкомитет и судейская коллегия. Обязанности судейской коллегии.

- 6.6 Организация и судейство. Подготовка и оборудование, организация судейства отдельных этапов. Необходимая документация. Обеспечение безопасности при проведении соревнований.**
Разработка условий проведения соревнований. Допуск к участию в соревнованиях. Права и обязанности участников, представителей, тренеров. Требования к снаряжению (личному и групповому) и форме одежды участников. Порядок снятия команд и участников. Меры по обеспечению безопасности при проведении
- 6.7 Организация и судейство вида "Туристские навыки". Судейская коллегия вида, организация ее работы.**
Лыжная подготовка, туристская техника, игры с различными элементами туристской техники.
- 6.8 Организация и судейство вида "Туристские навыки". Документация судейской коллегии, своевременное информирование групп о всех замечаниях и выставленных оценках**
Содержание соревнований, их командный характер. Длина дистанции, количество этапов. Участники соревнований. Организация старта и финиша. Судейская коллегия вида, обязанности судей.
- 6.9 Организация и судейство вида "Туристские навыки". Оценка состояния лагеря, состояния кухни и правил хранения продуктов, соблюдения правил поведения, режимных моментов соревнований.**
Оценка лагеря судейской коллегией во время обязательных обходов. Проверка обеспечения вопросов безопасности при организации лагеря. Определение результатов.
- 6.10 Организация судейства конкурсов и незачетных видов. Содержание конкурсной программы туристских соревнований, ее цели и задачи.**
Состав судейской бригады. Зачетные и незачетные конкурсы. Судейство конкурсов методом экспертной оценки, включение в состав жюри представителей от команд.
- 6.11 Организация судейства конкурсов и незачетных видов. Организация и проведение тематических конкурсов.**
Организация и проведение тематических конкурсов: на лучшую туристскую самоделку, фотографию, видео - или слайдфильм, эмблему, газету.
- 6.12 Организация судейства конкурсов и незачетных видов. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий.**
Виды спортивно-массовых мероприятий. Их судейство.
- 6.13 Организация и судейство вида "Туристский поход" Ознакомление с регламентом организации и проведения туристского похода.**
Методика судейства соревнований по виду «Туристский поход». Определение мест среди групп, участвующих в соревнованиях
- 6.14 Организация и судейство вида "Туристский поход". Маршрутно-квалификационная комиссия (МКК), ее роль в организации и проведении туристского похода.**
Экспертное оценивание туристского похода. Описание деятельности маршрутно-квалификационной комиссии.
- 6.15 Организация и судейство вида "Туристский поход". Очные и заочные соревнования. Комплектование судейской коллегии, права и обязанности судей.**
Главная судейская коллегия. Основные права и обязанности судей.
- 6.16 Организация и судейство вида "Туристский поход". Маршрутная книжка — основной документ при проведении соревнований.**
Структура и содержание.
- 6.17 Организация и судейство вида "Туристский поход". Определение результатов соревнований. Содержание и оценка материалов похода; требование к отчету о походе заочном и очном.**
Критерии оценки похода. Основные требования к отчету.
- 6.18 Организация и судейство вида "Туристский поход". Критерии оценки материалов категорийных походов. Оформление отчета. Практическое занятие.**
- 6.19 Организация и судейство вида "Туристский поход". Требования, предъявляемые к картографическому материалу. Обеспечение безопасности при проведении туристского похода.**
- 7.1 Участие в подготовке дистанции по спортивному ориентированию (самостоятельная работа по теме "Разбор маршрута туристской группы")**
Практическое занятие.

- 7.2 **Участие в судействе соревнований по спортивному ориентированию (самостоятельная работа по теме "Разбор маршрута туристской группы")**
Практическое занятие.
- 7.3 **Участие в подготовке туристской полосы препятствий.**
Практическое занятие.
- 7.4 **Судейство соревнований по туристской технике, работа в различных бригадах.**
Практическое занятие.
- 7.5 **Участие в судействе соревнований в составе различных бригад вида "дисциплина-дистанция"**
Практическое занятие.
- 7.6 **Участие в судействе вида "Туристские навыки".**
Практическое занятие.
- 7.7 **Поход выходного дня (Болохово-Горки-Дубрава-Лес-Болохово)**
Отработка ранее полученных знаний на практике.
- 7.8 **Поход выходного дня (Болохово-Шахта 23-Новое село - лес «Красная звезда» - Болохово)**
Отработка ранее полученных знаний на практике.
- 7.9 **Поход выходного дня 3**
Отработка ранее полученных знаний на практике.
- 7.10 **Экскурсия в художественный музей**
Знакомство с экспозицией художественного музея.
- 7.11 **Участие в судействе СММ "Спорт вместо наркотиков" (самостоятельная работа по теме "Разбор маршрута туристской группы")**
Практическое занятие.
- 7.12 **Участие в судействе КСС "К защите Отечества готов!" (самостоятельная работа по теме "Разбор маршрута туристской группы")**
Практическое занятие.
- 7.13 **Участие в соревновании "Краеведческое ориентирование"**
Практическое занятие.
- 7.14 **Участие в судействе первенства по спортивному туризму дисциплина "дистанция - пешеходная"**
Практическое занятие.
- 8.1 **Промежуточная аттестация**
Срез знаний в виде теоретических и практических заданий.
- 8.2 **Итоговая аттестация**
Срез знаний в виде теоретических и практических заданий.

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график (Приложение №1)

Учебно – воспитательный процесс обеспечивает педагог дополнительного образования, имеющий среднее специальное (педагогическое) или высшее образование, направленность (профиль) которого соответствует направленности (профилю) дополнительной общеразвивающей программы, осваиваемой обучающимися.

Он осуществляет организацию деятельности обучающихся по усвоению знаний, формированию умений и компетенций; созданию педагогических условий для формирования и развития творческих способностей, удовлетворению потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, укреплению здоровья, организации свободного времени, профессиональной ориентации; обеспечению достижения обучающимися нормативно установленных результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы. Отвечает требованиям Профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 5 мая 2018г. №298н.

Условия реализации программы

Программа может быть реализована при наличии детей, заинтересованных в освоении данной программы и родителей, поддерживающих этот интерес.

Методы формирования у обучающихся знаний, умений и навыков обусловлены планируемыми результатами освоения данной программы и сроком ее реализации.

Как отмечено в пояснительной записке, занятия с детьми предполагается проводить со всей группой обучающихся одновременно в виде теоретических и практических занятий в помещении и на местности.

Теоретические знания сообщаются детям в виде бесед, мини-лекций, а также в ходе практических занятий. Такой подход к организации занятий представляется оптимальным для решения педагогических задач по стимулированию интереса детей к туристско-краеведческой деятельности, развития у них самостоятельности, инициативности, исполнительности, творчества.

Практические занятия целесообразно проводить в виде коллективного обсуждения конкретной задачи по подготовке к конкретному виду деятельности.

Кроме того, целесообразно предусмотреть выполнение упражнений, направленных на закрепление определенных знаний, умений и навыков, а также викторин, игр, которые могут быть разработаны педагогом или заимствованы из соответствующих источников, а также на электронных образовательных ресурсах (ЭОР).

Критерии оценки знаний, умений обучающихся.

Как отмечено в пояснительной записке, планируется проведение итоговой аттестации обучающихся виде практических заданий по турнавыкам с учетом возраста обучающихся.

Методы диагностики: наблюдение, собеседование, игры-практикумы и т.д.

V. Методическое обеспечение и условия реализации программы.

Программа может быть реализована при наличии следующих организационно-педагогических условий:

- наличие детей, заинтересованных в освоении данной программы, и родителей, поддерживающих этот интерес;

- наличие у детей медицинского допуска, спортивной формы для занятий;

- наличие в ОО следующего туристского снаряжения:

1. Палатка – 4 шт.
2. Тент для палатки – 4 шт.
3. Рюкзак – 15 шт.
4. Коврик – 15 шт.
5. Комплект кострового снаряжения, включая котлы – 1 шт.
6. Аптечка
7. Компас – 5 шт.
8. Карта Тульской области, карта района похода масштабом 1:100 000.
9. Интерактивная доска, компьютерное оборудование для использования электронных образовательных ресурсов (желательно, но не обязательно).

Методы формирования у обучающихся знаний и навыков обусловлены планируемыми результатами освоения данной программы, а также сроком ее реализации.

Как отмечено в пояснительной записке, занятия с детьми предполагается проводить со всей группой учащихся одновременно в виде практических занятий в помещении, на спортивной площадке, на местности. Теоретические знания сообщаются детям в ходе практических занятий. Такой подход к организации занятий представляется оптимальным для решения педагогических задач по стимулированию интереса детей к туризму, развития у них самостоятельности, инициативности, творчества.

Практические занятия целесообразно проводить в виде коллективного обсуждения конкретной задачи по подготовке к конкретному походу и поиска ее решения методом «мозгового штурма». В качестве отправной точки для коллективного обсуждения проблем могут служить вопросы: «Какие вещи нужно брать в поход с ночевкой, чтобы не замерзнуть и не упасть под тяжестью рюкзака?», «Какие продукты можно брать в поход, чтобы участники были сыты и не было угрозы получить отравление?», «Как пройти маршрут без травм и обращения к спасателям?» и т.д.

Кроме того, целесообразно предусмотреть выполнение упражнений, направленных на закрепление определенных знаний и навыков (определение топографических знаков на карточках, ориентирование карты по компасу, установка палатки, распределение вещей в рюкзаке, наложение повязки и т.д.) а также тематических игр, которые могут быть разработаны педагогом или заимствованы из соответствующих пособий, а также на электронных образовательных ресурсах.

В результате освоения очередной темы каждый ребенок должен не только получить представление об отдельных сторонах туристского похода, но видеть осязаемый результат:

- знать маршрут похода и уметь описать его родителям;

- унести домой список личного снаряжения, понимать, какую обувь и одежду нужно взять в поход;

- знать, что из общественного снаряжения должна выделить конкретная семья для организации похода (топор, пилу, рукавицы и т.д.);

- иметь список продуктов для похода и понимать, как они будут приобретаться;

- получить список медицинской аптечки и понимать, какие лекарства необходимо взять ему лично (при необходимости);

- какие краеведческие сведения о маршруте должен добыть он лично, какую должность он будет исполнять в походе и т.д.

То есть, занятия по программе лучше всего организовать в форме подготовки к походу, перспектива участия в котором будет поддерживать интерес детей к занятиям, а также придавать осмысленность и целесообразность их деятельности.

Критерии оценки знаний, умений, навыков обучающихся

Как отмечено в пояснительной записке, промежуточная аттестация обучающихся не предусмотрена в силу короткого срока освоения программы.

Показателем успешного освоения ребенком программы служит активное посещение занятий, заинтересованность в решении задач по подготовке похода и участие непосредственно в туристском походе.

На усмотрение педагога в зависимости от возраста детей и сложившегося социально-психологического климата в коллективе возможно внедрение системы поощрений, когда по результатам каждого занятия или освоения каждой темы учащиеся получают оценки в виде баллов или сертификатов «за сообразительность», «за помощь другу», «за терпение», «за ловкость» и т.д. Важно, чтобы внедрение такой системы не вызвало в группе со слабой сплоченностью излишней конкуренции между детьми и не мешало достижению целей программы.

Дидактический материал

1. Фильмы о походах.
2. Фильмы о технике пешеходного туризма или мультимедийные презентации туристских маршрутов.
3. Топографические карты .
4. Карточки для изучения топографических знаков.
5. Карты различных видов (административные, топографические и т.д.) и различного масштаба.
6. Карточки для закрепления знаний по темам «Пригодные для похода продукты», «Состав походной аптечки», «Личное снаряжение», «Групповое снаряжение» и т.д.
7. Разработки игр, интерактивных путешествий, квестов соответствующей тематики на различных электронных образовательных ресурсах.

Список литературы

Для педагога

- 1 Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей : Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова - Москва : Гуман. изд. центр ВЛАДОС , 2002. 352 с.
- 2 Константинов, Ю. С., «Туристские соревнования обучающихся» / Ю. С. Константинов. - М. : ЦДЮТиК МО РФ, 2000.
- 3 Кошельков, С. А., «Обеспечение безопасности при проведении слетов и туристских соревнований обучающихся» / С. А. Кошельков. – Москва : ЦДЮТ МО РФ, 1997.
- 4 Константинов, Ю. С. Программа «Туристы-проводники» / Ю. С. Константинов. – Москва : ЦДЮТК МО РФ, 2000 г.
- 5 Шальков, Ю. Л. Здоровье туриста. / Ю. Л. Шальков. – Москва : Физкультура и спорт, 1987 г. – 144 с., ил.

Для обучающихся

1. Антропов, К., Расторгуев М. «Узлы». / К. Антропов, М. Расторгуев. – Москва : ЦДЮТур МО РФ, 1994.
2. Коледа, С. Н., Драчев, П. Н. «Выживание» / С. Н. Коледа, П. Н. Драчев. - Издательство «Лазурак», 1996.
3. Коструб, А. А. «Медицинский справочник туриста» / - Москва : «Профиздат», 1987
4. Нурмиа, В., «Спортивное ориентирование» - М.: «ФиС», 1967.
5. Рыжавский, Г. А. «Биваки» - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.

Для родителей (законных представителей)

1. Штюмер, Ю. А. «Опасности в туризме, действительные и мнимые» - Москва : «ФиС», 1972.
2. Истомин, П. И. Туристская деятельность школьников: Вопросы теории и методики. / П. И. Истомин – Москва : Педагогика, 1987. – 96 с.

Список электронных образовательных ресурсов

- 1 Информационный портал системы дополнительного образования детей Режим доступа [http:// www.dopedu.ru](http://www.dopedu.ru) (дата обращения 19.07.2026)
- 2 Педсовет-Новости образования, педагогика, практика и методика лучших педагогов [http:// www.pedsovet.org](http://www.pedsovet.org) (дата обращения 20.07.2026)
- 3 Учительский портал [https:// www.uchportal.ru](https://www.uchportal.ru) (дата обращения 19.07.2026)
- 4 Министерство просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) [http:// www.ed.gov.ru](http://www.ed.gov.ru) (дата обращения 19.07.2026)
- 5 Федеральный портал Российское образование <http://www.edu.ru/> (дата обращения 19.07.2026)

Вопросы для промежуточной аттестации (декабрь)

Аттестация проводится в виде письменного опроса.

Критерии оценки:

Правильных ответов: 1-4 –низкий уровень
5-7 –средний уровень
8-10-высокий уровень

Вопросы:

1. Организация и судейство вида "Туристская техника" Виды и характер соревнований по туристской технике.
2. Виды туризма. Их особенности.
3. Выбор места под отдых, постановку лагеря, ночлег.
4. Организация бивуака в аварийной ситуации
5. Санитарные нормы для организации лагеря
6. Требования к установке палаток
7. Организация и судейство вида "Ориентирование" Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию
8. Организация и судейство вида "Туристская техника" Виды и характер соревнований по туристской технике.
9. Организация и судейство вида "Дисциплина - дистанция". Участники соревнований
10. Техника безопасности при работе с газовыми приборами, колюще режущим инструментом, при заготовке дров.

Вопросы для промежуточной аттестации (май)

Аттестация проводится в виде письменного опроса.

Критерии оценки:

Правильных ответов: 1-4 –низкий уровень
5-7 –средний уровень
8-10-высокий уровень

Вопросы:

1. Организация и судейство вида "Туристский поход"
2. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий
3. Правила пожарной безопасности, работа у костра
4. Основные причины несчастных случаев в походе
5. Правила поведения на воде, организация купания.
6. Сбор информации по району путешествия, согласование с МЧС
7. Способы ориентирования
8. Порядок действий на маршруте по поиску и спасению
9. Взаимодействие групп при разделении на маршруте
10. Связь на маршруте, использование средств связи для передачи информации.

Прошнуровано, пронумеровано и
скреплено печатью

2 листов
(2 листов)
Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»
Ю.В.Грошев

