

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дворец детского (юношеского) творчества Петродворцового района Санкт-Петербурга
«ПЕТЕРГОФ»**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ»
Протокол № 1 от «22» января 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 25/у от «22» января 2025 г.
Директор ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ»
_____ В.А. Апаксимов

**Дополнительная общеразвивающая программа
«ШКОЛА ТУРИЗМА»**

Срок освоения: 3 года
Возраст обучающихся: 10-17 лет

Разработчики:
Макаров Андрей Владимирович,
Вологдин Юрий Андреевич,
педагоги дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Школа туризма» модифицированная, за основу при ее составлении были взяты программы по туризму и краеведению: «Юные туристы» (М.И. Крайман), «Пешеходный туризм» (В.М. Куликов, Л. М. Ротштейн), «Юные туристы-лыжники» (П.И. Лукоянов), «Юные горные туристы» (А.А. Харенко, Б.Н. Волков, Н.Н. Волков), «Туристы-водники» (В.В. Титов).

Программа разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ».

Направленность и уровень освоения

Программа «Школа туризма» направлена на ознакомление учащихся со своим краем, имеет *туристско-краеведческую направленность, углубленный уровень освоения.*

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 972 часа за 3 года обучения.

1-й год, 2-й и 3-й год обучения – по 324 часа на каждом году обучения по 9 учебных часов: 12-16 часов в месяц теоретических и практических занятий в учебном кабинете, спортивном зале, 16-20 часов в месяц практических занятий на местности, участия учащихся в районных, городских соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, слетах, походах. Учет часов может идти по накопительной системе, при этом в дни каникул осуществляются выходы в походы и учебно-тренировочные сборы по отдельному расписанию.

Каждый образовательный год завершается летним многодневным путешествием, которое является зачётным мероприятием. Летнее многодневное путешествие в программу не входит, а является завершающим этапом года, своеобразным подведением итогов.

Актуальность

В настоящее время в российском обществе очень остро стоит вопрос включения детей и подростков в занятия спортом, повышения уровня их физического здоровья, спортивного мастерства, популяризации здорового образа жизни. На решение указанных проблем направлена данная программа.

Особенностью программы «Школа туризма» является то, что наряду с пешеходным туризмом, в программе рассматривается достаточно большой спектр туристской деятельности:

- даются основы лыжного туризма, поскольку Санкт-Петербург и Ленинградская область это северный регион и значительную часть учебного времени мы занимаемся лыжным туризмом, и предоставляется возможность участвовать в соревнованиях по лыжному туризму;
- даются основы спелеоориентирования, и возможность участвовать в соревнованиях по спелеоориентированию в Саблинских пещерах;
- даются основы спортивного туризма и возможность участвовать в соревнованиях по спортивному туризму;
- даются основы скалолазания и возможность участвовать в соревнованиях по скалолазанию;
- даются основы техники водного туризма (байдарки «Таймень 2», «Нева», «Свирь», катамарана и рафта), и возможность участвовать в соревнованиях по водному туризму.

Адресат программы

Программа предназначена для учащихся 10 – 17 лет. В объединение принимаются учащиеся, независимо от гендерной принадлежности, желающие заниматься туризмом и не имеющих противопоказаний к занятиям туризмом по состоянию здоровья.

При поступлении на обучение не требуется наличие специальных способностей в данной предметной области.

Цель и задачи

Цель: создание условий для физического и личностного развития учащихся, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами туристско-краеведческой деятельности.

Достижение цели раскрывается через следующие группы **задач**:

обучающие:

- познакомить с различными видами туризма (пешеходный, лыжный, водный), видами спорта, вышедшими из туризма (скалолазание, спелеоориентирование, спортивное ориентирование, спортивный туризм и т.д.);
- сформировать систему базовых туристских знаний, необходимых участнику походов разной степени и категории сложности;
- сформировать систему базовых туристских знаний, необходимых участнику соревнований 1-3 класса дистанции;
- помочь приобрести углубленные знания и практические навыки оказания первой помощи;
- обеспечить приобретение углубленных знаний и практических навыков в судействе различных видов туристских соревнований.

развивающие:

- способствовать развитию адаптационных качеств;
- способствовать физическому развитию;
- формировать волевые качества учащихся при преодолении препятствий на туристских маршрутах;
- создать условия для развития способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации.

воспитательные:

- способствовать повышению уровня коммуникативной культуры и активности;
- способствовать воспитанию бережного отношения к природе;
- способствовать приобретению навыков взаимопомощи и взаимовыручки;
- способствовать формированию здорового образа жизни;
- способствовать развитию инициативности, самостоятельности и активности.

Планируемые результаты

Планируется, что в результате освоения программы учащиеся должны достигнуть следующих результатов:

предметные результаты

К концу первого года обучения учащиеся будут:

знать	уметь
– основы техники пешеходного, водного и лыжного туризма; – основы оказания первой помощи; – основы топографии и ориентирования; – основы туристского быта; – туристское снаряжение; – основные способы вязания узлов.	– выполнять основные элементы техники полевого походного быта – ориентироваться на местности с помощью карты, компаса, местных признаков; – вязать узлы и грамотно их использовать; – выполнять основные элементы техники пешеходного, водного и лыжного туризма – оказывать простые виды первой помощи – преодолевать препятствия соответствующие 1 классу дистанций.

К концу второго года обучения учащиеся будут:

знать	уметь
– технику пешеходного, водного и лыжного туризма; – приемы оказания первой помощи; – технику безопасности при организации полевого походного быта – правила составления отчета о походе – требования к дистанциям 2 класса	– уметь ориентироваться по выбору и в заданном направлении – уметь работать с топографической картой; – организовать полевой походный быт при минимальной помощи педагога; – составлять отчет о походе в соответствии с туристской должностью; – оказывать первую помощь в случае необходимости;

	– преодолевать препятствия соответствующие 2 классу дистанций.
--	--

К концу третьего года обучения учащиеся будут:

<i>знать</i>	<i>уметь</i>
– как организовать и провести многодневный туристский поход; – способы изготовления средств самостраховки – способы организации разных видов переправ через локальные препятствия, виды протяженных препятствий и способы их преодоления – правила эксплуатации туристского снаряжения	– выполнять функции судьи этапа на туристских соревнованиях – изготавливать средства самостраховки; – организовывать разные виды переправ через препятствия – правильно эксплуатировать туристское снаряжение – спланировать и организовать многодневный туристский поход при помощи педагога – передавать опыт в походах учащимся 1, 2 года обучения; – организовывать полевой быт в сложных метеоусловиях

метапредметные

У учащихся разовьются:

- адаптационные качества в походах;
- физические способности: сила, быстрота, гибкость, координация;
- волевые качества;
- способность быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе экстремальные, ситуации.

личностные

У учащихся будут формироваться

- уровень коммуникативной культуры;
- бережное отношение к природе;
- уровень взаимопомощи и взаимовыручки;
- ценностное отношение к своему здоровью;
- активность, инициативность в деятельности.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации

Дополнительная общеразвивающая программа «Школа туризма» реализуется на русском языке.

Форма обучения

Программа реализуется очно.

В случае невозможности реализации в полном запланированном объеме на текущий учебный год раздела программы «Основы лыжного туризма» по погодно-климатическим причинам, возможно уменьшение количества запланированного времени на данные тематические блоки и увеличение других разделов программы в течение учебного года по согласованию с администрацией образовательного учреждения, в котором реализуется программа.

Условия набора и формирования групп

Учащиеся, поступающие в объединение, проходят собеседование, направленное на выявление их индивидуальности и склонности к выбранной деятельности. Принимаются все желающие. В начале обучения (сентябрь) проводится родительское собрание, где до родителей доводится содержание дополнительной общеразвивающей программы и требования к учащимся по ее реализации.

Условия набора:

Для посещения занятий в объединении необходимо выполнение 3-х условий:

- Во-первых, желание самого учащегося заниматься туризмом;

- Во-вторых, разрешение родителей на занятия в секции туризма (заполняется заявление установленной формы);
- В-третьих, учащиеся должны получить разрешение врача заниматься в секции туризма (предоставляется справка от врача).

Медицинский осмотр проводится также перед отправлением в летнее путешествие.

Группы разновозрастные.

Возможность и условия зачисления в группы второго и последующих годов обучения

Дополнительный набор учащихся на второй и последующие годы обучения возможен при наличии вакантного места на основе тестирования.

Наполняемость групп: 1 год – не менее 15 человек; 2 год – не менее 12 человек; 3 год – не менее 10 человек.

Особенности организации образовательного процесса

Программа реализуется в 3 этапа:

1 год обучения:

- освоение учащимися основ туризма: безопасность проведения походов, снаряжение, организация походов, основы техники пешеходного, водного и лыжного туризма;
- знакомство со всеми функциональными обязанностями участника похода;
- практическое применения знаний и умений для подготовки и проведения туристического похода;
- участие учащихся в районных, городских соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, походах.

2 год обучения:

- качественное освоение конкретной функциональной обязанности участников походов;
- совершенствование навыков первого образовательного этапа;
- участие учащихся в районных, городских соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, походах.

3 год обучения:

- участие учащихся в районных, городских соревнованиях, учебно-тренировочных сборах;
- передача туристского опыта учащимся 1 и 2 года обучения, участие в волонтерском движении в судействе туристских соревнований и слетов районного уровня.

Основные формы проведения занятий: беседа, игра, конкурс, конференция, лекция, обсуждение, поход, практическое занятие, соревнование, тренировка, учебно-тренировочные сборы.

Теоретические и практические занятия могут проводиться в учебном кабинете, спортивном зале, на местности. Значительная часть занятий проводится в виде участия учащихся в районных, городских соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, походах. В случае отмены соревнований, учебно-тренировочных сборов, походов эти часы заменяются на практические занятия на местности. При этом на городские соревнования едут наиболее подготовленные учащиеся в количестве, предусмотренном положениями о соревнованиях. В дни школьных каникул (ноябрь, январь, март) и праздничные дни (февраль, май) планируется проведение 2-12 дневных учебно-тренировочных походов по Ленинградской области и в другие регионы страны. Данные походы, а также участие учащихся в районных и городских соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, походах идет в счет освоения программы по накопительной системе.

План работы строится так, чтобы перед учащимися всегда стояла ближайшая и доступная им цель – поход с ночевкой, участие в соревновании по туристской технике, ориентированию. Одновременно следует добиваться, чтобы учащиеся хорошо понимали, что ведущей целью занятий является предстоящее летнее многодневное путешествие.

У каждого участника объединения должна быть записная книжка, куда простым карандашом или шариковой ручкой записываются все сведения, услышанные на занятиях (различные нормы, условные топографические знаки, список снаряжения, наборы продуктов и пр.), заносятся впечатления о походах.

Занятия носят преимущественно практический характер, лишь небольшая часть проводится в форме лекций, бесед. Практические занятия можно проводить как на местности, так и в помещении, в зависимости от темы занятия и времени года. Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик, средств,

информационно-коммуникационных технологий. Необходимо также использовать такие формы, как рассказ, пояснение с использованием наглядных примеров, дискуссия и др.

Формы организации деятельности учащихся на занятии: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Кадровое и материально-техническое обеспечение программы

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим соответствующие квалификацию и образование и туристский опыт, обладающего званием «инструктор детского и юношеского туризма», и физическим здоровьем для работы с учащимися в условиях природной среды.

Во время дальних выездов и выездов за пределы Петродворцового района с одним объединением учащихся работают два педагога.

Материально-техническое обеспечение.

Для освоения программы необходимо следующее оснащение:

- Большой боулдеринговый зал с навесными опорными точками, скалодромом и полкой для отработки навыков.
- Малый боулдеринговый зал с горизонтальным скалодромом и опорными точками.
- Учебный кабинет с наличием учебных парт, стульев и интерактивной доски для показа и изучения интерактивного материала.
- Тренировочный полигон для спортивного туризма (для организации веревочных дистанций).
- Тренажерный зал для развития специальной физической подготовки.

Для выполнения программы необходимо следующее групповое снаряжение и оборудование:

1. Палатки – по количеству участников группы (3-4 шт.)
2. Тент – 1 шт.
3. Топор – 2 шт.
4. Пила – 2 шт.
5. Вставки – 1 к-т (4 шт.)
6. Шатер зимний – 1 шт.
7. Печка туристская – 1 шт.
8. Волокуши - 1 шт.
9. Веревка основная (10мм) 20-40 м – 5 шт.
10. Система страховочная – 10 к-тов.
11. Карабины – 30 шт.
12. Жумар - 5 шт.
13. Спусковое устройство - 5 шт.
14. Каска для занятий по технике пешеходного туризма - 10 шт.
15. Полиспаст – 1 шт.
16. Компас жидкостной – 5 шт.
17. Байдарка «Таймень» – 2 шт.
18. Байдарка «Нева» – 2 шт.
19. Байдарка «Свирь» – 2 шт.
20. Катамаран спортивный – 1 шт.
21. Рафт – 1 шт.
22. Спасательные жилеты – 4 шт.
23. Гермомешки - 2 шт.
24. Спасательный конец Александрова - 01 шт.
25. Каска для занятий водным туризмом - 4 шт.
26. Секундомер – 2 шт.
27. Горелка газовая – 2 шт.
28. Карты для спортивного ориентирования – 15 шт.

29. Костровой трос (с крючками) – 1 шт.

30. Групповая аптечка – 1 шт.

Кроме того, учащиеся должны иметь *личное* туристское снаряжение для участия в походах:

1. Рюкзаки – по количеству участников группы (15 шт.)
2. Коврик теплоизоляционный – по количеству участников группы (15 шт.)
3. Спальный мешок – по количеству участников группы (15 шт.)
4. Сидушка (сиденье туристическое) – по количеству участников группы (15 шт.)
5. Фонарь налобный – по количеству участников группы (15 шт.)
6. Треккинговая обувь – по количеству участников группы (15 шт.)
7. Лыжи – по количеству участников группы (15 шт.)
8. Лыжные палки – по количеству участников группы (15 шт.)
9. Крепления универсальные – по количеству участников группы (15 шт.)

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	–	–
2.	Топография и ориентирование	46	15	31	Зачет
3.	Техника пешеходного туризма.	36	1	35	Зачет
4.	Основы туристской подготовки	48	14	34	Зачет
5.	Основы лыжного туризма.	52	8	44	Зачет
6.	Основы медицинских знаний.	22	9	13	Зачет
7.	Краеведение	4	2	2	–
8.	Общая и специальная физическая подготовка	42	–	42	Тестирование физической подготовленности.
9.	Соревнования, слеты, походы	66	–	66	Анализ участия в мероприятиях
10.	Контрольные и итоговые занятия	6	–	6	Зачет
Итого:		324	51	273	

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	–	2	–
2.	Топография и ориентирование	32	2	30	Зачет
3.	Техника пешеходного туризма.	20	–	20	Зачет
4.	Основы туристской подготовки	40	6	34	Зачет
5.	Основы лыжного туризма.	60	6	54	Зачет
6.	Основы медицинских знаний.	20	7	13	Зачет
7.	Краеведение	4	–	4	–
8.	Общая и специальная физическая подготовка	44	–	44	Тестирование физической подготовленности.
9.	Соревнования, слеты, походы	96	–	96	Анализ участия в мероприятиях
10.	Контрольные и итоговые занятия	6	–	6	Зачет
Итого:		324	21	303	

Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	–	2	
2.	Топография и ориентирование	32	–	32	Зачет
3.	Техника пешеходного туризма.	20	–	20	Зачет
4.	Основы туристской подготовки	40	4	36	Зачет
5.	Основы лыжного туризма.	56	2	54	Зачет
6.	Основы медицинских знаний.	20	8	12	Зачет
7.	Краеведение	4	–	4	Зачет
8.	Общая и специальная физическая подготовка	48	–	48	Тестирование физической подготовленности.
9.	Соревнования, слеты, походы	96	–	96	Анализ участия в мероприятиях
10.	Контрольные и итоговые занятия	6	–	6	Зачет
Итого:		324	14	310	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе дополнительной общеразвивающей программы «Школа туризма», имеет туристско-краеведческую направленность, углубленный уровень освоения.

Программа предназначена для детей в возрасте от 10 до 17 лет. Данная программа рассчитана на 3 года обучения, по 324 часа каждый год, разработана педагогами дополнительного образования Макаровым Андреем Владимировичем и Вологдиным Юрием Андреевичем в 2017 году, скорректирована в 2024 году.

1 год обучения

Условия реализации программы на 1 году обучения

Первый год обучения рассчитан на 324 часа за учебный год, 9 часов в неделю согласно календарному учебному графику.

Образовательный год завершается летним многодневным путешествием, которое является зачётным мероприятием. Летнее многодневное путешествие в программу не входит, а является завершающим этапом года, своеобразным подведением итогов.

Возраст детей 10-15 лет. Количество детей в группе – 15 человек.

Особенности 1 года обучения

На первом году обучения большее внимание уделяется знакомству с различными видами туризма (пешеходный, лыжный, водный), видами спорта, вышедшими из туризма (скалолазание, спелеоориентирование, спортивное ориентирование и т.д.), изучению функциональных обязанностей участников похода, формированию базовых туристских знаний и навыков, необходимых участнику походов 1-3 степени сложности и соревнований 1 класса дистанции.

Особое внимание обращается на безопасность проведения походов.

Значительная часть занятий проводится в виде участия учащихся в районных, городских соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, походах.

Задачи 1 года обучения:

обучающие

- познакомить с различными видами туризма (пешеходный, лыжный, водный), видами спорта, вышедшими из туризма (скалолазание, спелеоориентирование, спортивное ориентирование и т.д.);
- сформировать систему базовых туристских знаний, необходимых участнику походов 1-3 степени сложности и соревнований 1 класса дистанции;
- обучить основам оказания первой помощи.

развивающие

- способствовать развитию адаптационных качеств;
- способствовать физическому развитию;
- формировать волевые качества учащихся при преодолении препятствий на туристских маршрутах;
- создать условия для развития способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации.

воспитательные

- способствовать повышению уровня коммуникативной культуры и активности;
- способствовать воспитанию бережного отношения к природе;
- способствовать приобретению навыков взаимопомощи и взаимовыручки;
- способствовать формированию здорового образа жизни;
- способствовать развитию инициативности, самостоятельности и активности.

Планируемые результаты 1 года обучения

Предметные результаты:

К концу первого года обучения учащиеся будут:

<i>знать</i>	<i>уметь</i>
– основы техники пешеходного, водного и лыжного туризма; – основы оказания первой помощи; – основы топографии и ориентирования; – основы туристского быта; – туристское снаряжение; – основные способы вязания узлов.	– выполнять основные элементы техники полевого походного быта – ориентироваться на местности с помощью карты, компаса, местных признаков; – вязать узлы и грамотно их использовать; – выполнять основные элементы техники пешеходного, водного и лыжного туризма – оказывать простые виды первой помощи – преодолевать препятствия соответствующие 1 классу дистанций.

Метапредметные

У учащихся разовьются:

- адаптационные качества в походах;
- физические способности: сила, быстрота, гибкость, координация;
- волевые качества;
- способность быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе экстремальные, ситуации.

Личностные

У учащихся будут формироваться

- уровень коммуникативной культуры;
- бережное отношение к природе;
- уровень взаимопомощи и взаимовыручки;
- ценностное отношение к своему здоровью;
- активность, инициативность в деятельности.

Содержание 1 года обучения

1.ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

1.1 Введение

Теория

Общие вопросы организации работы, традиции ТКО. Условия участия в походах. Требования к участникам. Задачи ТКО. Перспективы работы ТКО. «Положение о походах». Родительское собрание.

Инструктаж по технике безопасности.

Общие сведения о подготовке и проведении походов.

2. ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ.

2.1 Понятие о топографической и спортивной карте.

Теория

Понятие о карте. Масштаб. Виды масштабов. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути. Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты. Определение координат точек на карте.

Назначение спортивной карты, её отличие от топографической. Масштабы спортивной карты. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

2.2 Условные знаки.

Теория

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сочетание. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей, отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

2.3 Компас. Работа с компасом.

Теория

Компас. Типы компасов. Устройства компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

Практические занятия

Ориентирование карты по компасу. Упражнение на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки»).

2.4 Измерение расстояний.

Теория

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр. Использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица переводов шагов в метры.

Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

2.5 Способы ориентирования

Теория

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе. Обход препятствий. Сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.

Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути).

Практические занятия

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, поиск на карте сходных (параллельных) ситуаций, определение способов привязки. Практическое прохождение мини-маршрута. Движение по легенде.

Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

2.6 Ориентирование по спортивным картам.

Теория

Виды ориентирования на соревнованиях: ориентирование в заданном направлении, ориентирование по выбору, ориентирование по маркированной трассе.

Практические занятия

Тренировки в поиске контрольных пунктов.

2.7 Ориентирование в спортивном зале

Практические занятия

Тренировки по ориентированию в заданном направлении в спортивном зале.

3. ТЕХНИКА ПЕШЕХОДНОГО ТУРИЗМА.

3.1 Основные приёмы страховки. Узлы, используемые в туризме.

Теория

Основные приёмы страховки. Страховка – нижняя и верхняя. Самостраховка. Сопровождение. Перила. Транспортировка груза на этапах. Переправа первого участника вброд. Узлы – классификация по использованию. Страховочная система. Основные и вспомогательные веревки. Карабины. Блоки и полиспасты.

3.2 Вязание узлов.

Практические занятия

Вязание узлов: «прямой», «контрольный», «академический», «шкотовый», «простой проводник», «двойной проводник», «восьмёрка».

3.3 Надевание страховочной системы.

Практические занятия

Устройство страховочной системы. Узлы, используемые для блокировки страховочной системы.

Надевание страховочной системы на время. Контрольное время – 5 минут. В пределах контрольного времени участники должны самостоятельно надеть страховочные системы. Перед началом работы все снаряжение, без узлов, укладывается в обозначенной зоне этапа. Требования к страховочной системе: полная система с блокировкой (узлы: встречная восьмерка, двойной булинь) и двумя усами самостраховки (узел проводник-восьмерка).

3.4 Отработка элементов техники пешеходного туризма (ТПТ)

Практические занятия

Движение по параллельным веревкам, переправа по бревну с перилами.

Переправа по бревну с маятником. Организация маятника

Прохождение этапов «подъем», «траверс», «спуск»

Прохождение этапа «навесная переправа»

3.5 Прохождение туристской полосы препятствий.

Практические занятия

Изготовление средств самостраховки (обвязка). Переправа первого («маятник», переход на равновесии с организацией страховки, переползание с организацией страховки). Дополнительная судейская страховка (лонжа). Организация перил (на опорах, на руках). Переход участников с самостраховкой. Переход последнего (см. «первый») или выдергивание перил. Система штрафов.

Прохождение этапа, в который входят рабочая (грузовая), судейская страховочная и сопровождающая веревки, оборудуется судьями или может наводиться самой командой. Порядок пристежки: участник «кусом» самостраховки пристегивается к судейским страховочным перилам. После этого следует встегнуть в блокировку страховочной системы сопровождающую веревку, пристегнуться к рабочей веревке грудным, а затем беседочным карабином. Отстегивание производится в обратном порядке.

Прохождение туристской полосы препятствий на время, состоящей из этапов: надевание страховочной системы, движение по параллельным веревкам, переправа по бревну с маятником, навесная переправа.

4. ОСНОВЫ ТУРИСТСКОЙ ПОДГОТОВКИ.

4.1 Личное и групповое туристское снаряжение.

Теория

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трёхдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних походов. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение. Перечень группового снаряжения для одно-трёхдневного похода, требования к нему.

4.2 Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.

Теория

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивуака). Основные требования к месту привала и бивуака. Организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря (выбор места для палаток и костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы).

Практические занятия

Определение мест пригодных для организации привалов и ночлегов. Развёртывание и свёртывание лагеря. Установка палатки. Разжигание костра. Заготовка дров. Меры безопасности при заготовке дров и при обращении с огнём.

4.3 Питание в туристском походе

Теория

Значение правильного питания в походе.

Варианты организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания 2-3 дневного похода. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка, переноска продуктов в рюкзаках.

Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

Практические занятия

Составление меню и списка продуктов для 1-3 дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

4.4 Туристские должности в группе

Теория

Должности постоянные и временные.

Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровное отношение с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе.

Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг.

Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды). Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

4.5 Правила движения в походе, преодоление препятствий.

Теория

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Практические занятия

Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

4.6 Основы скалолазания. Снаряжение, используемое в скалолазании.

Теория

Основы скалолазания. Техника безопасности. Снаряжение, используемое в скалолазании. Приёмы, используемые в скалолазании.

Практические занятия

Отработка некоторых приемов, используемые в скалолазании, на практике.

4.7 Специальная подготовка к летнему многодневному походу.

Теория

Составление плана подготовки и распределение обязанностей. Оформление и утверждение необходимой документации.

4.8 Типы байдарок, используемых в туризме. Правила безопасности на воде.

Теория

Типы байдарок, их устройство. Устройство байдарки «Таймень 2».

Практические занятия

Сборка и разборка байдарок «Свирь 2» и «Таймень 2»

4.9 Техника водного туризма

Практические занятия

Освоение основных приемов посадки и высадка из байдарки с берега и с воды.

Освоение основных приемов гребли на байдарке.

5. ОСНОВЫ ЛЫЖНОГО ТУРИЗМА.

5.1 Организация лыжных походов. Безопасность лыжных путешествий.

Теория

Особенности лыжного туризма. Опасности при занятиях лыжным туризмом. Техника безопасности зимних походов.

5.2 Личное и групповое снаряжение в лыжных походах.

Теория

Лыжи, штормовая куртка «анорак», защитные рукавицы, ветрозащитная маска, штормовые штаны, бахилы, лыжные ботинки, лыжные крепления.

Виды зимних палаток. Спальные мешки для лыжных походов. Печки для отопления палаток. Костровое имущество (особенности использования костровой сетки). Нагревательные приборы. Санки-волокуши и групповые нарты. Лавинное снаряжение.

5.3 Организация зимнего бивуака.

Практические занятия

Ночлег в палатке (шатре) с печкой в лесной зоне. Выбор места бивуака зимой в лесу. Установка палатки (шатра). Способы разжигания костров в зимних условиях. Сушка обуви и одежды у костра. Установка печки в шатре. Работа с печкой. Меры безопасности при зимних бивачных работах (работа с топором, пилой, выбор места набора воды, валка сушины, работа с печкой).

5.4 Бивачные сооружения из снега в безлесье.

Теория

Особенности походов в Заполярье. Необходимость установки снежной стенки. Виды укрытий: пещера, снежная хижина, иглу, снежный чум с каркасом из лыж. Методика построения снежной стенки. Методика построения иглу.

5.5 Особенности приготовления пищи в зимних условиях.

Практические занятия

Валка сушины. Разведение костра в зимних условиях. Особенности зимних меню-раскладок. Приготовление пищи на костре. Использование костровой сетки. Правила пользования бензиновым примусом, газовой горелкой.

5.6 Ориентирование на лыжах.

Практические занятия

Виды соревнований по ориентированию на лыжах: ориентирование в заданном направлении, ориентирование на маркированной трассе, ориентирование по выбору. Правила соревнований. Подготовка к Звёздному лыжному походу.

5.7 Изготовление личного снаряжения туриста-лыжника.

Практические занятия

Необходимость использования в лыжном туризме штормовой куртки «анорак», рукавиц, бахил, ветрозащитной маски. Изготовление бахил, защитных рукавиц.

Ознакомление с ремонтным набором. Ремонт лыж в походных условиях.

5.8 Техника лыжного туризма.

Практические занятия

Техника ходьбы на лыжах с рюкзаком.

Лыжный ход: двухшажный, четырёхшажный.

Техника спусков. Техника падений. Техника подъёмов. Техника торможений.

6. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

6.1 Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний.

Теория

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.

6.2 Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений.

Теория

Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств. Показания и противопоказания к применению лекарственных препаратов. Хранение, транспортировка, пополнение походной аптечки. Использование лекарственных растений.

6.3 Основные приёмы оказания первой помощи.

Теория

Ушибы, ссадины, потертости.

Обработка ран, наложение жгута, ватно-марлевой повязки, способы бинтования ран.

Первая помощь при переломах, ранах, кровотечениях.

Первая помощь при ожогах, обморожениях, тепловом солнечном ударе.

Практические занятия

Ознакомление с методом искусственного дыхания, наложение повязок.

6.4 Приёмы транспортировки пострадавшего.

Теория

Приёмы транспортировки пострадавшего подручными и специальными средствами. Основное условие – обеспечение полного покоя поврежденной части тела. Положение пострадавшего при

транспортировке. Способы транспортировки пострадавшего: на руках, на импровизированных носилках, при помощи носилочных лямок, в рюкзаке, на веревке, на поперечных палках.

Практические занятия

Транспортировка пострадавшего: на руках, на импровизированных носилках, при помощи носилочных лямок, в рюкзаке, на веревке, на поперечных палках.

7. КРАЕВЕДЕНИЕ.

7.1 Туристские возможности родного края.

Теория

Территория и границы родного края. Рельеф, гидрография, растительность, полезные ископаемые. Административное деление. Географическое положение. Климат. Его влияние на возможности занятия туризмом.

7.2 Изучение района путешествия.

Практические занятия

Выбор и изучение района похода, разработка маршрута. Знакомство с отчетами туристских групп, совершивших поход в данном районе. Знакомство по литературным и другим источникам с историей, природой, климатом района путешествия. Пути подъезда к началу маршрута. Возможность пополнения продуктов на маршруте.

8. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

8.1 Упражнения на развитие выносливости.

Практические занятия

Бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности, открытой и закрытой, в том числе и по заболоченной на дистанции от 5 до 15 км.

Бег «в гору». Смешанное передвижение с чередованием ходьбы, бега. Бег по песку, по кочкам.

8.2 Общая физическая подготовка.

Практические занятия

Упражнения для: рук и плечевого пояса; мышц шеи; туловища, для формирования правильной осанки; ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития ловкости и прыгучести. Упражнения для развития гибкости, на развитие и расслабление мышц. Тренировка на тренажерах.

8.3 Спортивные игры

Практические занятия

Спортивные игры на формирование командного взаимодействия, например: баскетбол, футбол, гандбол, волейбол (со специальными заданиями), эстафеты с применением сложных двигательных заданий, требующих координации движений.

9. СОРЕВНОВАНИЯ, СЛЕТЫ, ПОХОДЫ

9.1 Участие в туристских соревнованиях

Практические занятия, на местности

Участие в соревнованиях школьного и городского (районного) масштабов на личных, лично-командных и командных дистанциях, поисково-спасательным работам. Участие в конкурсных программах.

9.2 Участие в туристских походах, слетах, учебно-тренировочных сборах

Практические занятия

Участие в туристских походах, слетах, учебно-тренировочных сборах по пешеходному, лыжному, горному туризму, скалолазанию, спелеоориентированию.

10. КОНТРОЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ

Практические занятия

Зачет по одному или нескольким разделам программы.

2 год обучения

Условия реализации программы на 2 году обучения

Второй год обучения рассчитан на 324 часа за учебный год, 9 часов в неделю согласно календарному учебному графику.

Образовательный год завершается летним многодневным путешествием, которое является зачётным мероприятием. Летнее многодневное путешествие в программу не входит, а является завершающим этапом года, своеобразным подведением итогов.

Возраст детей 11-16 лет. Количество детей в группе – не менее 12 человек.

Особенности 2 года обучения

На втором году обучения большее внимание уделяется качественному освоению техник пешеходного, водного и лыжного туризма, приемам оказания первой помощи, изучению топографии и ориентирования. Особое внимание обращается на технику безопасности при организации полевого походного быта.

Значительная часть занятий проводится в виде участия учащихся в районных, городских соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, походах.

Задачи 2 года обучения:

обучающие

- помочь освоить технику пешеходного, водного и лыжного туризма;
- сформировать систему базовых туристских знаний, необходимых участнику походов 1 категории сложности и соревнований 1-2 класса дистанции;
- помочь приобрести углубленные знания и практические навыки оказания первой помощи;

развивающие

- способствовать развитию адаптационных качеств;
- способствовать физическому развитию;
- формировать волевые качества учащихся при преодолении препятствий на туристских маршрутах;
- создать условия для развития способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации.

воспитательные

- способствовать повышению уровня коммуникативной культуры и активности;
- способствовать воспитанию бережного отношения к природе;
- способствовать приобретению навыков взаимопомощи и взаимовыручки;
- способствовать формированию здорового образа жизни;
- способствовать развитию инициативности, самостоятельности и активности.

Планируемые результаты 2 года обучения

Предметные результаты:

К концу второго года обучения учащиеся будут:

<i>знать</i>	<i>уметь</i>
– технику пешеходного, водного и лыжного туризма; – приемы оказания первой помощи; – технику безопасности при организации полевого походного быта – правила составления отчета о походе – требования к дистанциям 2 класса	– уметь ориентироваться по выбору и в заданном направлении – уметь работать с топографической картой; – организовать полевой походный быт при минимальной помощи педагога; – составлять отчет о походе в соответствии с туристской должностью; – оказывать первую помощь в случае необходимости; – преодолевать препятствия соответствующие 2 классу дистанций.

Метапредметные

У учащихся разовьются:

- адаптационные качества в походах;
- физические способности: сила, быстрота, гибкость, координация;
- волевые качества;
- способность быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе экстремальные, ситуации.

Личностные

У учащихся будут формироваться

- уровень коммуникативной культуры;
- бережное отношение к природе;
- уровень взаимопомощи и взаимовыручки;
- ценностное отношение к своему здоровью;
- активность, инициативность в деятельности.

Содержание 2 года обучения

1.ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

1.1 Подведение итогов летнего похода.

Практические занятия

Инструктаж по технике безопасности. Итоги летнего похода. Определение перспектив работы ТКО.

Выполнение отчета о летнем походе.

2. ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ.

2.1 Спортивное ориентирование. Решение тестовых задач.

Практические занятия

Решение тестовых задач по методической разработке «Сборник учебных тестовых заданий и упражнений по спортивному ориентированию».

2.2 Спортивное ориентирование. Работа с картой на местности.

Практические занятия

Изучение на местности условных знаков спортивной карты, способа ориентирования карты.

2.3 Спортивное ориентирование. Тренировка в поиске КП.

Практические занятия

Тренировка в способах поиска контрольных пунктов. Азимутальный ход.

2.4 Спортивное ориентирование. Ориентирование по выбору.

Практические занятия

Поиск КП в произвольном порядке. Тактика действий.

2.5 Спортивное ориентирование. Ориентирование в заданном направлении.

Практические занятия.

Тренировка в ориентировании в заданном направлении. Ориентирование в заданном направлении заключается в прохождении отмеченных на карте и расположенных на местности КП в заданном порядке. Путь от одного КП к другому участник выбирает по своему усмотрению.

2.6 Ориентирование в спортивном зале

Практические занятия

Тренировки по ориентированию в заданном направлении в спортивном зале.

2.7 Основы спелеоориентирования.

Практические занятия

Особенности ориентирования в пещерах. Краткая справка о катакомбах Ленинградской области. Личное и групповое снаряжение, используемое в пещерах. Изучение положения о соревнованиях по спелеоориентированию в Саблинских пещерах.

3. ТЕХНИКА ПЕШЕХОДНОГО ТУРИЗМА.

3.1 Вязание узлов.

Практические занятия

Вязание узлов. Узлы для связывания концов веревок: «встречный», «встречная восьмерка»,

«грейпвайн», «брамшкотовый», «ткацкий».

Контрольные узлы: «простой», «восьмёрка».

3.2 Отработка элементов техники пешеходного туризма (ТПТ).

Практические занятия

Организация переправы по болоту по следам. Границы заболоченного участка маркируются. На заболоченном участке устанавливаются 3-5 опор, команде выдаются 4-6 слег. Участники могут проходить заболоченный участок, наступая только на опоры или уложенные на эти опоры слегы. На одной опоре может одновременно находиться не более двух участников. Штрафуются заступы, падения в болото.

Практические занятия

Организация переправы маятником. Этап проходят все участники поочередно. Первый участник пристегивает маятниковую веревку диаметром 10 мм к опоре карабинной удавкой. Пристегивает ус самостраховки к страховочным судейским перилам, набирает в руки необходимую для переправы бухту веревки и постепенно, выдавая или выбирая маятник переходит на другой берег. Отстегивает самостраховку. Перестегивает маятник карабинной удавкой к опоре, а второй участник отстегивает маятник на исходном берегу, включает ус самостраховки в перила, набирает бухту веревки и переправляется к первому. Спускается с бревна. Отстегивается. Затем перекидывает маятник на исходный берег. Остальные участники переправляются, не перестегивая маятник. Возможно перестегивание маятника последним участником. В этом случае маятниковую веревку не надо перебрасывать каждый раз на исходящий берег. Бревно уложено через реку. Длина бревна – до 15 метров. Опасная зона отмаркирована.

Практические занятия

Этап ТПТ «Траверс склона с самостраховкой по перилам, наведенным судьями».

Участники продвигаются по склону, осуществляя страховку к перилам скользящим карабином «уса» самостраховки. При переходе с одного участка на другой, отделенной точкой закрепления веревки, участник должен совершить перестежку (без потери самостраховки).

Практические занятия

Этап ТПТ. Движение по наклонным перилам. Движение по таким перилам требует самостраховки схватывающим узлом.

3.3 Тренировки в прохождении полосы препятствий.

Практические занятия.

Тренировки в прохождении туристской полосы препятствий районных соревнований «Полоса препятствий».

4. ОСНОВЫ ТУРИСТСКОЙ ПОДГОТОВКИ.

4.1 Личное и групповое снаряжение.

Теория

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др.

Практические занятия

Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

4.2 Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.

Практические занятия.

Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Навешивание тента, кострового троса. Типы костров: «конус», «колодец», «таежный», «звезда», «нодья». Способы разжигания костров в различных погодных условиях.

4.3 Питание в туристском походе.

Теория

Нормы и вес рационов. Вес и сушка. Режимы питания.

Практические занятия

Составление меню-раскладки на 3-х дневный поход. Приготовление пищи на костре. Продолжительность варки и готовки в походных условиях на костре, на примусе, в автоклаве.

4.4 Основы техники скалолазания

Практические занятия

Отработка приёмов, используемых в скалолазании.

4.5 Специальная подготовка к летнему многодневному походу.

Практические занятия

Составление плана подготовки и распределение обязанностей. Работа по бригадам по подготовке, ремонту и изготовлению коллективного снаряжения; ознакомление с литературой и картами по району путешествия, детальная разработка маршрута путешествия, графика и плана работы, изготовление картосхем маршрута; определение набора продуктов и приобретение их; составление сметы; пробная укладка снаряжения и оборудования, продуктов, аптечки, фото принадлежностей.

4.6 Сборка и разборка байдарок

Практические занятия

Сборка и разборка байдарки «Таймень»

Сборка и разборка байдарки «Нева»

Сборка и разборка байдарки «Свирь»

4.7 Техника водного туризма

Практические занятия

Освоение основных приемов работы в байдарки на «струе».

5. ОСНОВЫ ЛЫЖНОГО ТУРИЗМА.

5.1. Лыжный туризм и его особенности.

Теория

Специфика путешествий в зимних условиях: наличие и состояние снежного покрова, короткий ходовой день, резкие изменения погоды и температуры. Топливные возможности местности, расположение населённых пунктов.

Подбор и экипировка группы. Разработка маршрута, расчёт переходов с учётом времени на преодоление естественных препятствий или резкого изменения погоды. Планирование резервного времени. Выбор запасного, более простого маршрута.

5.2 Личное и групповое снаряжение в лыжных походах.

Теория

Шатры, используемые в зимнем туризме. Требования к ним: большая вместимость, универсальность, ветроустойчивость и прочность, минимальный вес, комфортность, ветронепроницаемость и сохранение тепла, быстрота и надёжность установки.

Практические занятия

Изучение комплектности шатра «Зима У». Установка шатра. Снятие шатра. Упаковка.

Изучение комплектности шатра «Вьюга У». Установка шатра. Снятие шатра. Упаковка.

Установка креплений на лыжи, смоление лыж, подготовка лыжных палок и их ремонт.

Подготовка кострового инвентаря (тросик с крючьями, варочные вёдра с чехлами) и его транспортировка.

Подготовка общественного и личного снаряжения: дооборудование штормовых курток, пошив ветрозащитной куртки типа анорак (с помощью родителей или на уроках труда), утепление рукавиц, носков, пошив ветрозащитных масок. Подготовка краеведческого инвентаря. Укладка рюкзака.

Уход за снаряжением и его ремонт в походных условиях. Сохранение одежды при движении в лесу и спусках с гор.

Сушка одежды и обуви у костра, простейшие приспособления для сушки. Меры предосторожности при сушке одежды и обуви.

5.3 Ориентирование на лыжах.

Практические занятия.

Ориентирование на маркированной трассе. Подготовка к соревнованиям по лыжному туризму.

5.4 Техника лыжного туризма

Практические занятия.

Преодоление препятствий на лыжах: корытообразных канав, поваленных деревьев, бугров, заструг. Движение по торосистому льду.

Преодоление склонов на лыжах. Подъёмы: ступающим шагом, полуелочкой, елочкой, лесенкой.

5.5 Тактика лыжного туризма

Теория

Планирование дневного перехода - происходит непосредственно на маршруте и заключается в ежедневной разработке графика движения и распорядка дня с учетом наиболее благоприятного времени преодоления препятствий и выбора места бивака. График движения заключается в определении: количества и протяженности переходов, потребного времени на движение, отдых и обеденный перерыв.

Распорядок дня регламентирует всю деятельность группы от подъёма до отбоя.

Выбор места бивака- с учетом лавинной опасности, удобства расположения, наличия укрытий и «строительного» снега.

5.6 Отработка этапов контрольного туристского маршрута.

Практические занятия

Отработка этапа КТМ «спуск с торможением в заданной зоне». Этап оборудуется на склоне крутизной 15-20°, протяженностью 20-60 метров. Участник может осуществлять торможение на всем протяжении этапа любым безопасным способом (как вариант), или существует зона разгона, где торможение запрещено, зона торможения и остановки, где необходимо остановиться, и зона обрыва. Возможные штрафы при прохождении этапа. Этап отрабатывается для подготовки группы в лыжный поход в Хибины.

6. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

6.1 Походная медицинская аптечка

Теория

Составление медицинской аптечки. Состав походной аптечки для походов выходного дня и для многодневных походов. Назначение препаратов: сердечно-сосудистые, обеззараживающие, обезболивающие, противовоспалительные.

6.2 Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи

Теория

Заболевания и травмы, обусловленные участием в туристских походах: переутомление, горная болезнь, снежная слепота, удушье, попадание в лавину, утопления.

Предупреждение и лечение ангины, обморока, отравления ядовитыми грибами и растениями, пищевые отравления, желудочные заболевания.

Заболевания, связанные с укусами членистоногих и змей, клещей.

Первая помощь при: травматическом шоке; механических травмах; обмороке; ранениях; ожогах и отморожениях; тепловом и солнечном ударе; утоплении.

Первая помощь пострадавшему при: укусах змей и домашних животных; отравлении; кровотечениях.

Практические занятия

Способы обеззараживания питьевой воды.

Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы или постановка диагноза, практическое оказание помощи).

Наложение жгута.

6.3 Приёмы транспортировки пострадавшего

Практические занятия.

Изготовление носилок, волокуш. Транспортировка пострадавшего на носилках.

Разучивание различных способов транспортировки пострадавшего.

7. КРАЕВЕДЕНИЕ.

7.1 Изучение района путешествия.

Практические занятия

Подготовка и заслушивание докладов по району предстоящего похода.

7.2 Краеведческие наблюдения.

Практические занятия

Техника проведения краеведческих наблюдений и фиксация их: составление описаний, видео- и фотосъёмка, составление схем участков маршрута, нанесение подробностей и исправлений на карту маршрута.

8.ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

8.1 Упражнения на развитие выносливости.

Практические занятия

Бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности, открытой и закрытой, в том числе и по заболоченной на дистанции от 5 до 15 км.

Бег «в гору». Смешанное передвижение с чередованием ходьбы, бега. Бег по песку, по кочкам.

8.2 Общая физическая подготовка.

Практические занятия

Упражнения для: рук и плечевого пояса; мышц шеи; туловища, для формирования правильной осанки; ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития ловкости и прыгучести. Упражнения для развития гибкости, на развитие и расслабление мышц. Тренировка на тренажерах.

8.3 Спортивные игры

Практические занятия

Спортивные игры на формирование командного взаимодействия, например: баскетбол, футбол, гандбол, волейбол (со специальными заданиями), эстафеты с применением сложных двигательных заданий, требующих координации движений.

9. СОРЕВНОВАНИЯ, СЛЕТЫ, ПОХОДЫ

9.1 Участие в туристских соревнованиях

Практические занятия

Включает участие в соревнованиях по спортивному туризму, лыжному туризму, спортивному ориентированию, водному туризму, соревнования по спелеоориентированию, скалолазанию.

9.2 Участие в туристских походах, слетах, учебно-тренировочных сборах

Практические занятия

Участие в туристских походах, слетах, учебно-тренировочных сборах по пешеходному, лыжному, горному туризму, скалолазанию, спелеоориентированию.

10. КОНТРОЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ

Практические занятия

Зачет по одному или нескольким разделам программы.

3 год обучения

Условия реализации программы на 3 году обучения

Третий год обучения рассчитан на 324 часа за учебный год, 9 часов в неделю согласно календарному учебному графику.

Образовательный год завершается летним многодневным путешествием, которое является зачётным мероприятием. Летнее многодневное путешествие в программу не входит, а является завершающим этапом года, своеобразным подведением итогов.

Возраст детей 12-17 лет. Количество детей в группе – не менее 10 человек.

Особенности 3 года обучения

На третьем году обучения большее внимание уделяется формированию системы специальных туристских знаний, необходимых участнику походов 2 категории сложности и соревнований 2-3 класса дистанции. Особое внимание обращается на передачу туристского опыта учащимся 1 и 2 года обучения, а также участие в волонтерском движении в судействе туристских соревнований и слетов районного уровня. Значительная часть занятий проводится в виде участия учащихся в районных, городских соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, походах. Занятия в дни каникул идут по особому расписанию.

Задачи 3 года обучения:

обучающие

- сформировать систему специальных туристских знаний, необходимых участнику походов 2 категории сложности и соревнований 2-3 класса дистанции;
- помочь приобрести знания, о том, как спланировать и организовать многодневный туристский поход;
- помочь овладеть умениями и освоить технологии работы команды с «пострадавшим» на дистанции ПСР;
- обеспечить приобретение углубленных знаний и практических навыков в судействе различных видов туристских соревнований.

развивающие

- способствовать развитию адаптационных качеств;
- способствовать физическому развитию;
- формировать волевые качества учащихся при преодолении препятствий на туристских маршрутах;
- создать условия для развития способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации.

воспитательные

- способствовать повышению уровня коммуникативной культуры и активности;
- способствовать воспитанию бережного отношения к природе;
- способствовать приобретению навыков взаимопомощи и взаимовыручки;
- способствовать формированию здорового образа жизни;
- способствовать развитию инициативности, самостоятельности и активности.

Планируемые результаты 3 года обучения

Предметные результаты:

К концу третьего года обучения учащиеся будут:

<i>знать</i>	<i>уметь</i>
– как организовать и провести многодневный туристский поход; – способы изготовления средств самостраховки – способы организации разных видов переправ через локальные препятствия, виды протяженных препятствий и способы их преодоления – правила эксплуатации туристского снаряжения	– выполнять функции судьи этапа на туристских соревнованиях – изготавливать средства самостраховки; – организовывать разные виды переправ через препятствия – правильно эксплуатировать туристское снаряжение – спланировать и организовать многодневный туристский поход при помощи педагога

	передавать опыт в походах учащимся 1, 2 года обучения; – организовывать полевой быт в сложных метеоусловиях
--	---

Метапредметные

У учащихся разовьются:

- адаптационные качества в походах;
- физические способности: сила, быстрота, гибкость, координация;
- волевые качества;
- способность быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе экстремальные, ситуации.

Личностные

У учащихся будут формироваться

- уровень коммуникативной культуры;
- бережное отношение к природе;
- уровень взаимопомощи и взаимовыручки;
- ценностное отношение к своему здоровью;
- активность, инициативность в деятельности.

Содержание 3 года обучения

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

1.1 Подведение итогов летнего похода

Практические занятия

Инструктаж по технике безопасности. Итоги летнего похода. Определение перспектив работы ТКО.

Выполнение отчета о летнем походе.

2. ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ

2.1 Спортивное ориентирование. Решение тестовых задач

Практические занятия

Решение тестовых задач по методической разработке «Сборник учебных тестовых заданий и упражнений по спортивному ориентированию».

2.2 Условные знаки.

Практические занятия

Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминания знаков, игры, мини-соревнования.

2.3 Основы спелеоориентирования

Практические занятия

Особенности ориентирования в пещерах. Спелеоориентирование по выбору. Изучение пещеры «Жемчужная». Изучение положения о соревнованиях по спелеоориентированию в Саблинских пещерах.

Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнение на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

3. ТЕХНИКА ПЕШЕХОДНОГО ТУРИЗМА

3.1 Вязание узлов.

Практические занятия

Узлы, используемые для присоединения веревки к опоре: «удавка», «восьмёрка», «штыковой», «проводник», «стремя», «булинь».

Схватывающие узлы: «схватывающий», «австрийский схватывающий», «узел Бахмана».

3.2 Отработка элементов ТПТ

Практические занятия.

Организация спуска по склону по перилам с самостраховкой. Задача участников – навесить вертикальные перила, спуститься по склону с самостраховкой к перилам, снять перила. Крепление перил осуществляется на верхней опоре, обозначенной судьями, узлом «карабинная удавка». На нижнем конце перильной веревки должен быть завязан узел. Команда должна навесить опорную командную веревку и веревку для снятия опорной. Участники спускаются с опорой на веревку через спину и самостраховкой посредством схватывающего узла. Один из участников спускается с веревкой для снятия опорной, закрепив один конец на себе. Спуск команды осуществляется в соответствии с п.3.2. Снятие перил осуществляется перетягиванием карабина узла «карабинная удавка» второй веревкой.

Этап «Организация навесной переправы».

Действия: Доставка веревки броском на противоположный берег. Судья на целевом берегу вяжет карабинную удавку. Наведение переправы. Переправа участников с организацией сопровождения. Рюкзаки отдельно. Команда снимает перила.

Оборудование этапа: Вертикальные опоры на целевом и исходном берегу. Опасная зона отмаркирована маркиром.

Организация подъема по склону по перилам с самостраховкой. Задача участников – навесить вертикальные перила, подняться по склону с самостраховкой к перилам, снять перила с опоры и со склона. Первый участник поднимается по склону свободным лазаньем с нижней командной страховкой. При подъеме первый участник пропускает страховочную веревку через промежуточные точки страховки (в виде петель), предварительно встегнув в них карабины. После прохождения этапа командные карабины должны быть сняты. Страховка ведется из безопасной зоны, свободный конец страховочной веревки закрепляется на участнике или опоре, указанной судьями. Страховка осуществляется в рукавицах. Крепление перил осуществляется на верхней опоре, обозначенной судьями узлом «карабинная удавка». На нижнем конце перильной веревки должен быть завязан узел. При подъеме последнего участника этот узел может быть встегнут в его страховочную систему. Подъем команды осуществляется в соответствии с пунктом 3.3. Опасная зона отмаркирована.

Этап «Организация переправы по бревну, транспортировка «пострадавшего» по бревну».

Действия: Переправа первого участника по бревну с маятниковой страховкой и сопровождением без рюкзака. Опора – дерево. Переправляющийся участник встегивает конец маятниковой веревки в грудную обвязку и самостоятельно регулирует ее натяжение. Команда организует перила. «Пострадавший» транспортируется на участнике команды с использованием петли или бухты веревки. «Пострадавший» дополнительно подключается к судейской лонже. Остальные участники переправляются по перилам. Команда снимает перила. Оборудование этапа: Вертикальные опоры на целевом и исходном берегу. Опасная зона отмаркирована маркиром.

Этап «Переправа "Бергшрунд"»

Действия: Придя на этап, участники встают на самостраховку к судейскому накопителю. Первый участник спускается по командным вертикальным перилам с использованием спускового устройства с верхней командной страховкой и ВСС. Организация наклонной навесной переправы. При организации переправы разрешается набивать отдельно перильную и страховочную одинарные веревки. Носилки с пострадавшим и сам пострадавший (короткой самостраховкой) должны быть пристегнуты к двойной перильной веревке. Кроме того, команда организует сопровождение носилок через спусковое устройство и тормозное устройство, фиксированные на опорной петле.

Все остальные участники спускаются по наклонной навесной переправе с командным сопровождением. Перила сдергиваются.

Далее команда транспортирует носилки с «пострадавшим» на финиш в направлении, указанном судьей этапа.

3.4 Прохождение туристской полосы препятствий

Практические занятия.

Изготовление средств самостраховки (обвязка). Переправа первого («маятник», переход на равновесии с организацией страховки, переползание с организацией страховки). Дополнительная судейская страховка (лонжа). Организация перил (на опорах, на руках). Переход участников с самостраховкой. Переход последнего (см. «первый») и выдергивание перил. Система штрафов.

Отработка этапа «подъем по склону с альпенштоком», этапа «подъем по склону с самостраховкой схватывающим узлом». Участники проходят опасный участок с самостраховкой и опорой на перильную веревку, т.е. постоянно выбирая ее руками и поддерживая в «нагруженном» состоянии. Самостраховка осуществляется с помощью петли из репшнура, которая с помощью схватывающего узла присоединяется к перилам и пристегивается карабином в грудное перекрестие обвязки. Узел должен находиться выше верхней руки участника и проталкиваться вверх по мере подъема. Нельзя зажимать узел в руке. На веревке может находиться только один участник. Это значит, что только один участник может быть пристегнут самостраховкой к перилам. Опасная зона отмаркирована.

Отработка этапа «подъем по склону с использованием перил, навешенных командой». Задача участников – навесить вертикальные перила, подняться по склону с самостраховкой к перилам, снять перила с опоры и со склона. Первый участник поднимается по склону свободным лазаньем с нижней командной страховкой. При подъеме первый участник пропускает страховочную веревку через промежуточные точки страховки (в виде петель), предварительно встегнув в них карабины. После прохождения этапа командные карабины должны быть сняты. Страховка ведется из безопасной зоны, свободный конец страховочной веревки закрепляется на участнике или опоре, указанной судьями. Страховка осуществляется в рукавицах. Крепление перил осуществляется на верхней опоре, обозначенной судьями узлом «карабинная удавка». На нижнем конце перильной веревки должен быть завязан узел. При подъеме последнего участника этот узел может быть встегнут в его страховочную систему. Подъем команды осуществляется в соответствии с пунктом 3.3. Опасная зона отмаркирована.

Полоса препятствий состоит из следующих этапов: надевание страховочной системы, переправа по параллельным веревкам, переправа по бревну с маятником, организация спуска, подъема по перилам с самостраховкой.

3.5 Тренировки в прохождении полосы препятствий

Практические занятия.

Прохождение туристской полосы препятствий.

4. ОСНОВЫ ТУРИСТСКОЙ ПОДГОТОВКИ.

4.1 Личное и групповое снаряжение

Теория

Требования к туристскому снаряжению: прочность, легкость, безопасность и удобство в эксплуатации, гигиеничность, эстетичность. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода. Обеспечение водонепроницаемости рюкзака, палатки. Обувь туриста, уход за ней. Сушка и ремонт одежды и обуви в походе.

Практические занятия

Комплектование личного и общественного снаряжения. Подгонка личного снаряжения. Изготовление, усовершенствование и ремонт снаряжения.

4.2 Организация туристского быта. Привалы и ночлеги

Практические занятия.

Работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила переноски и хранения колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация ночлегов в помещении.

Правила купания.

4.3 Питание в туристском походе

Теория

Составление меню-раскладки на многодневный поход. Упаковка продуктов. Особенности упаковки продуктов в водных и горных походах.

Практические занятия

Приготовление пищи в походе на газовых горелках. Действия дежурных по приготовлению пищи.

4.4 Основы скалолазания

Практические занятия

Правила работы на скальных массивах. Подготовка к соревнованиям по скалолазанию «Скальный фестиваль».

4.5 Специальная подготовка к летнему многодневному походу.

Практические занятия

Составление плана подготовки и распределение обязанностей. Работа по бригадам по подготовке, ремонту и изготовлению коллективного снаряжения; ознакомление с литературой и картами по району путешествия, детальная разработка маршрута путешествия, графика и плана работы, изготовление картосхем маршрута; определение набора продуктов и приобретение их; составление сметы; пробная укладка снаряжения и оборудования, продуктов, аптечки, фото принадлежностей.

4.6 Техника водного туризма

Практические занятия

Устройство спортивного катамарана. Правила сборки и разборки.

Прохождение этапа «Водный слалом» в соответствии с правилами по технике водного туризма. Прохождение ряда ворот на судейском спортивном катамаране за минимально короткое время.

5. ОСНОВЫ ЛЫЖНОГО ТУРИЗМА.

5.1 Личное и групповое снаряжение в лыжных походах.

Теория

Типы печек, используемые в туризме. Правила установки, работы с печкой.

Практические занятия

Изготовление бахил. Подгонка лыж, установка креплений.

5.2 Техника лыжного туризма.

Практические занятия

«Спуск на лыжах с остановкой в заданной зоне». Крутизна склона до 20°, протяженность до 50 м.

Действия участника: спуск выполняется по одному, следующий участник стартует только после полного освобождения этапа. Участок разгона проходится без торможения на «прямых» лыжах. Зона начала торможения и обрыва отмаркированы.

Практические занятия

«Подъем по лавиноопасному склону».

Крутизна склона до 35°, протяженность до 70 м. Ширина рабочего коридора до 20 м.

Подъем по склону в заданном коридоре. Тактику подъема определяет команда самостоятельно.

Перед прохождением группой опасного участка выставляется наблюдатель. Наблюдатель должен находиться на точке, обеспечивающей оптимальный обзор склона. Если такая точка находится на целевой стороне склона, первый перешедший склон участник должен занять позицию и выполнять обязанности наблюдателя.

Наблюдатель обозначает себя высоко поднятой палкой. Прохождение - после команды наблюдателя, подаваемой в установленной форме (отмашкой).

Участник, проходящий лавиноопасный участок, должен надеть капюшон, расстегнуть пояс рюкзака, вытащить руки из темляков палок, распустил привязанную к поясу лавинную ленту (не менее 10 м). Последним уходит наблюдатель.

Заправлять штормовку в комбинезон, расстегивать крепления лыж – не нужно!

Практические занятия

«Скоростной спуск на лыжах».

Крутизна склона до 25°. Действия команды: спуск выполняется по одному, следующий участник стартует только после полного освобождения трассы. Участок разгона проходится без торможения на «прямых» лыжах.

Нарушением является: торможение в зоне разгона, падение на всем протяжении этапа, выход за разметку этапа.

Практические занятия

Переправа первого участника по тонкому льду

При переправе первого участника через реку (наличие течения) страховочная веревка заносится как можно выше по течению реки и удерживается в руках не менее чем двумя участниками. Сопровождающая веревка расположена перпендикулярно линии течения и удерживается в руках двумя участниками.

При переправе через озеро, пруд (течение отсутствует) страхующая веревка расположена по линии движения участника, сопровождающая - несколько отнесена в сторону. Обе веревки выдаются по два человека на каждой, с рук.

Страхующая и сопровождающая веревки подключаются к переправляющемуся участнику в соответствии с п.2.1.5.

Свободные концы веревок не закреплены, на концах - узлы - проводники. У переправляющегося участника не должно быть рюкзака. Движение осуществляется на лыжах, крепления расслаблены, руки вынуты из темляков лыжных палок.

Участники, работающие на страховке и сопровождении, должны быть без рюкзаков и лыж и повернуты лицом к переправляющемуся.

5.3 Отработка этапов контрольного туристского маршрута.

Практические занятия.

Отработка этапа КТМ «подъем, спуск траверсом». Этап оборудуется на склоне крутизной 15-20°, протяженностью 20-60 метров.

Практические занятия.

Этап «Тропешка». Длинна этапа до 200 м.

Действия команды: команда прокладывает лыжню азимутом 270 градусов по «целине». Смена ведущего обязательна.

Практические занятия.

Этап «Скоростной спуск на лыжах»

Крутизна склона до 20°. Спуск выполняется по одному, следующий участник стартует только после полного освобождения трассы. Участок разгона проходится без торможения на «прямых» лыжах.

Практические занятия.

Этап «Изготовление «волокуш».

«Волокуши» выполняются из снаряжения, имеющегося у группы.

«Волокуши» должны быть достаточно прочными, не менять форму при механической нагрузке.

Практические занятия.

Этап «Транспортировка «пострадавшего» на «волокушах».

Длинна этапа – 2000м.

«Пострадавший» должен быть уложен на волокуши в соответствии с характером травмы, укутан в спальник, покрыт поверх спальника пленкой (тентом). Тело надежно зафиксировано на волокушах. Голова защищена каской и капюшоном спальника или пуховки, глаза – защищены.

Транспортировка должна осуществляться строго по правилам: на подъемах и спусках, голова «пострадавшего», должна находиться выше ног относительно склона.

6. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ.

6.1 Походная медицинская аптечка.

Теория

Составление групповой медицинской аптечки. Дозировка препаратов: сердечно-сосудистые, обеззараживающие, обезболивающие, противовоспалительные препараты.

6.2 Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.

Теория

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации. Место травмы: голова и шея, грудь, живот, таз, позвоночник, голень, плечо, предплечье, кисть, бедро, стопа.

Практические занятия.

Иммобилизация пострадавшего при травмах различной локализации.

Практические занятия.

Основные виды повязок

Виды бинтовых повязок

Правила наложения бинтовых повязок

Отдельные виды повязок

Повязка «Уздечка»

Повязка крестообразная на затылок

Повязка «Чепец»
Колосовидная повязка на плечевой сустав
Повязка Дезо
«Черепичная» повязка (сходящаяся)
Спиральная повязка на предплечье (голень)
Повязка на один палец кисти
Спиральная повязка на грудную клетку
Восьмиобразная повязка на голеностопный сустав
Повязка на один глаз – монокулярная
Повязка на оба глаза – бинокулярная
Косыночные повязки
Наложение шин Крамера при переломах

6.3 Приёмы транспортировки пострадавшего.

Практические занятия

Переноска пострадавшего на шесте, на носилках из шестов, на носилках – волокушах из шестов.

7. КРАЕВЕДЕНИЕ.

7.1 Изучение района путешествия.

Практические занятия

Подготовка и заслушивание докладов по району предстоящего похода.

7.2 Краеведческие наблюдения.

Практические занятия

Заполнение полевых документов учета и описания: «полевого дневника», «тетради для записи воспоминаний и рассказов», «тетради фотофиксаций», «полевой описи».

8. ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

8.1 Упражнения на развитие выносливости.

Практические занятия

Бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности, открытой и закрытой, в том числе и по заболоченной на дистанции от 5 до 15 км.

Бег «в гору». Смешанное передвижение с чередованием ходьбы, бега. Бег по песку, по кочкам.

8.2 Общая физическая подготовка.

Практические занятия

Упражнения для: рук и плечевого пояса; мышц шеи; туловища, для формирования правильной осанки; ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития ловкости и прыгучести. Упражнения для развития гибкости, на развитие и расслабление мышц. Тренировка на тренажерах.

8.3 Спортивные игры

Практические занятия

Спортивные игры на формирование командного взаимодействия, например: баскетбол, футбол, гандбол, волейбол (со специальными заданиями), эстафеты с применением сложных двигательных заданий, требующих координации движений.

9. СОРЕВНОВАНИЯ, СЛЕТЫ, ПОХОДЫ

9.1 Участие в туристских соревнованиях

Практические занятия

Включает участие в соревнованиях по спортивному туризму, лыжному туризму, спортивному ориентированию, водному туризму, соревнования по спелеоориентированию, скалолазанию.

9.2 Участие в туристских походах, слетах, учебно-тренировочных сборах

Практические занятия

Участие в туристских походах, слетах, учебно-тренировочных сборах по пешеходному, лыжному, горному туризму, скалолазанию, спелеоориентированию.

10. КОНТРОЛЬНЫЕ И ИТОГОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

Практические занятия

Зачет по одному или нескольким разделам программы.

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Учебно-методический комплекс дополнительной общеразвивающей программы «Школа туризма» состоит из следующих компонентов:

1. Описания применяемых педагогических методик и технологий.
2. Дидактических материалов и технического оснащения используемого на занятиях.
3. Информационных источников, используемых при реализации программы.
4. Системы средств контроля результативности обучения (описание форм и средств выявления, фиксации и предъявления результатов обучения, а также их периодичности).

1. ОПИСАНИЕ ПРИМЕНЯЕМЫХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ МЕТОДИК И ТЕХНОЛОГИЙ

В основу работы по программе положены классический принцип технологии циклов туристско-краеведческой деятельности, впервые в полностью проработанном виде представленный А. А. Остапцом-Свешниковым [Остапец А. А. Педагогика туристско-краеведческой работы в школе. – М.: Педагогика, 1985] и принцип гибкого планирования содержания и форм организации образовательного процесса туристско-краеведческой направленности, позволяющий учесть все особенности дополнительного образования, отличающие его от основного образования. Помимо этих особенностей необходимо добавить, что район и сроки проведения туристского путешествия также зависят не только от воли педагога и решения руководства образовательной организации, но и от неустойчивых предпочтений учащихся, материального положения родителей учащихся и обстановки в планируемом районе проведения путешествия. Например, если в январе в Ленинградской области не образуется устойчивый снежный покров, то все лыжные походы по Ленинградской области или превращаются в пешеходные путешествия, или изменяется район проведения. Провести или не провести водное путешествие по той или другой реке, зависит от уровня воды в реке на момент проведения путешествия. Уровни воды год от года меняются, поэтому непосредственно перед походом может измениться и район проведения путешествия, или путешествие может быть вовсе заменено каким-то другим путешествием, например, пешеходным. В зависимости от лавинной или геополитической обстановки в районах могут меняться районы проведения лыжных и горных походов и экспедиций. Если по каким-то причинам тот или иной заповедник (заказник) вопреки первоначальной договоренности откажется принимать ту или иную экспедицию учащихся, в годовом плане работы объединения учащихся может измениться не только район проведения экспедиции, но и содержание теоретических и практических занятий, проводящихся в течение учебного года.

Технология реализации настоящей программы – технология туристско-краеведческой деятельности – имеет циклический характер и предполагает распределение внутри экспедиционно-походного объединения функциональных обязанностей по совершению путешествия и чередование обязанностей от путешествия к путешествию. В циклах подготовки, проведения и подведения итогов спортивных походов повторяются и соревнования на контрольных туристских маршрутах. Поэтому на протяжении всего времени занятий по курсу разделы программы год от года повторяются в полном объеме, но каждый год в конкретном объединении учащихся меняются исполнители конкретных походных ролей и распределение ролей внутри команды на контрольном туристском маршруте. Разделы повторяются ежегодно на протяжении всех лет занятий по курсу. На занятиях шлифуются навыки выполнения технических приемов, увеличивается скорость выполнения приемов, осуществляется психофизическое развитие учащихся.

На занятиях используются такие образовательные технологии как:

Групповые технологии. Одновременная работа со всей группой, работа в парах, групповая работа на принципах дифференциации. Способствует развитию коммуникативных и организационных умений, рефлексии.

Информационные технологии. Педагог использует компьютер на занятиях как наглядное пособие (показ презентаций, фильмов, фотографий и т.д.), тренажер, например, для занятий по разделу программы «Топография и ориентирование» используется обучающая программа «Азбука ориентирования», интернет-технологии для поиска и сбора информации учащимися, в том числе для подготовки к походам и соревнованиям и на этапе отчета о проведенных мероприятиях,

компьютерные программы для набора текста, создания графических объектов, моделирования, программирования и т.д. Способствует развитию информационной культуры, созданию условий для саморазвития с учетом индивидуальных особенностей учащихся.

Здоровьесберегающие технологии. На занятиях обеспечивается двигательная активность и физическая подготовка учащихся. Деятельность на занятиях строится таким образом, чтобы предупредить переутомление учащихся путем смены видов деятельности, чередования периодов напряженной работы и расслабления, восстановления после напряженной работы. Занятия способствуют формированию ответственности учащихся за свое здоровье, ориентацию их на здоровый образ жизни.

2. ДИДАКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ И ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ, используемые на занятиях по программе «ШКОЛА ТУРИЗМА»

№ п\п	Раздел или тема программы	Дидактический материал, техническое оснащение занятий
1	Введение	Компьютерная презентация, фотографии
2	Топография и ориентирование	Топографические, спортивные карты. Компасы, курвиметры, линейки, транспортиры. Методическая разработка по спортивному ориентированию (38 тестовых задач, 37 игр по станциям)
3	Техника пешеходного туризма	Методическая разработка: Балабанов И.В. «Узлы». Стенд, плакаты по узлам, методам страховки. Веревки (6мм) 2 м, страховочные системы с блокировкой, полиспаст, веревки основные (10мм), карабины, прусики, секундомер, каска
4	Основы туристской подготовки	Плакаты, диафильмы, видеозаписи, мультимедийные материалы, карты, раздаточный материал. Рюкзаки, коврик теплоизоляционный, спальный мешок, палатки, топор, пила, вставки, костровой трос с крючками, каски, страховочные системы с блокировкой, веревки основные (10мм), карабины, прусики, секундомер, каска, спусковое устройство.
5	Основы лыжного туризма	Плакаты, диафильмы, видеозаписи, мультимедийные материалы, карты, раздаточный материал. Рюкзаки, коврик теплоизоляционный, спальный мешок, шатер с печкой, лыжи, лыжные палки, универсальные крепления, компасы.
6	Основы медицинских знаний.	Плакаты, диафильмы, видеозаписи, мультимедийные материалы, раздаточный материал. Групповая аптечка, материал для изготовления носилок, волокуш, лямки, веревка.
7	Краеведение	Плакаты, диафильмы, видеозаписи, мультимедийные материалы, раздаточный материал, карты, отчеты по походам.
8	Специальная физическая подготовка	Секундомер.

3. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

Список литературы для педагогов

1. Детско-юношеский туризм: виды, организация, образовательный потенциал. : учебное-пособие / Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга ; сост. А. М. Макарский, А. А. Соколова, Д. В. Петров, Н. В. Лебедева. – Санкт-Петербург : ДТДиМ Колпинского района, 2018. – 128 с. – ISBN 978-5-9500945-2-1
2. Методика проведения в учреждениях системы образования народных традиционных праздников и игр / Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга ; сост. Н. Е. Самсонова, А. А. Соколова, Л. А. Бирюкова , О. А. Корженко. – Санкт-Петербург : ДТДиМ Колпинского района, 2018. – 199 с.
3. Познание Родины: актуальные практики детско-юношеского туризма и краеведения. : учебное-пособие / Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга ; под ред. Н. Е. Самсонова, А. М. Макарский, А. А. Соколова. – Санкт-Петербург : ЛОИРО, 2019. – 378 с.
4. Соколова, А. А. Технологии сетевого взаимодействия в детско-юношеском туризме и краеведении / А. А. Соколова, Н. Е. Самсонова. – Санкт-Петербург : ДТДиМ Колпинского района, 2022. – 90 с. – ISBN 978-5-6047854-2-3.
5. Туризм от «А» до «Я». Термины и определения: словарь / ФГБОУ ДО Федеральный центр Детско-Юношеского Туризма и Краеведения ; под общ. ред. Ю.С. Константинова. – Москва : ООО «Сам Полиграфист», 2020. – 124 с. – ISBN 978-5-00166-228-0
6. Ходили мы походами. Невыдуманные рассказы о туризме: сборник / ФГБОУ ДО «Федеральный центр дополнительного образования и организации отдыха и оздоровления детей» Центр детско-юношеского туризма и краеведения ; автор-составитель Ю.С. Константинов. – Москва : ООО «Сам Полиграфист», 2021. – 288 с.
7. Школьный познавательный туризм: традиции и инновации. : учебное-пособие / Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга ; авторы-составители: С. В. Бочкарев, А. С. Лесков, Г. А. Лескова, А. М. Макарский, В. Л. Погодина. – Санкт-Петербург : Ленинградский областной институт развития образования, 2023. – 468 с. – ISBN 978-5-6050305-2-2

Список литературы для учащихся и их родителей

1. Туризм от «А» до «Я». Термины и определения: словарь / ФГБОУ ДО Федеральный центр Детско-Юношеского Туризма и Краеведения ; под общ. ред. Ю.С. Константинова. – Москва : ООО «Сам Полиграфист», 2020. – 124 с. – ISBN 978-5-00166-228-0
2. Ходили мы походами. Невыдуманные рассказы о туризме: сборник / ФГБОУ ДО «Федеральный центр дополнительного образования и организации отдыха и оздоровления детей» Центр детско-юношеского туризма и краеведения ; автор-составитель Ю.С. Константинов. – Москва : ООО «Сам Полиграфист», 2021. – 288 с.

Интернет-источники

1. Городская станция юных туристов "БАЛТИЙСКИЙ БЕРЕГ" : Региональный центр детско-юношеского туризма в Санкт-Петербурге : официальный сайт : [сайт]. – Санкт-Петербург, 2023. – URL: <https://sutur.balticbereg.ru/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный
2. Интернет-библиотека туристических отчетов и описаний "Активный туризм" при библиотеке Мошкова : сервер : сайт. – URL: <http://turizm.lib.ru/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный
3. Информация по мероприятиям туристско-краеведческого отдела ДДЮТ "ПЕТЕРГОФ" : официальный сайт. – Санкт-Петербург, г. Петергоф. – URL: <https://sites.google.com/view/info-tko> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный
4. Материалы Колпинских чтений по краеведению и туризму : официальный сайт. – Санкт-Петербург. – URL: http://rc-dtdm.spb.ru/?page_id=3037# – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный
5. Научно-методический журнал Вестник академии детско-юношеского туризма и краеведения : официальный сайт. – Москва, 2017-2023. – URL: <https://madytk.ru/editions/vestnik-akademii/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный

6. Питание в туристском походе. Алексеев А.А. : сайт. – Москва, 2011-2023. – URL: <https://www.rulit.me/books/pitanie-v-turistskom-pohode-read-420059-1.html> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный
7. Туристско-краеведческий отдел ДДЮТ "ПЕТЕРГОФ" : [сообщество в социальной сети «ВКонтакте»]. – Санкт-Петербург, 2010-2023. – URL: <https://vk.com/sktur> – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей. – Текст : электронный.
8. Федерация спортивного туризма России : официальный сайт. – URL: <https://tssr.ru/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный
9. Центр детско-юношеского туризма, краеведения и организации отдыха и оздоровления детей Федерального центра дополнительного образования : официальный сайт. – Москва. – URL: <https://fcdtk.ru/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный

4. СИСТЕМА СРЕДСТВ КОНТРОЛЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ОБУЧЕНИЯ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входная диагностика, входной, промежуточный и итоговый контроль.

Входная диагностика проводится на начальном этапе формирования коллектива (сентябрь первого года обучения) с целью изучения отношения ребенка к выбранной деятельности и его способностей в этой области, личностных качеств ребенка в форме собеседования.

Входной контроль в форме тестирования проводится для детей, которые принимаются в учебную группу на вакантные места.

Текущий контроль - проводится в течение года, возможен на каждом занятии, по окончании изучения разделов программы. Основной формой проведения текущего контроля по основным разделам программы является зачет. По разделу программы «Общая и специальная физическая подготовка» проводится тестирование физической подготовленности.

Промежуточная аттестация проводится в конце полугодия, года, проверка освоения программы, учет изменений качеств личности каждого ребенка.

Итоговый контроль проводится по завершению всего периода обучения в конце 3 года для оценки уровня и качества освоения учащимися программы. Итоговый контроль проводится в форме зачета.

Возможные средства и формы *фиксации* результатов по программе: благодарности; видеозаписи; грамоты, дипломы; отзывы (детей и родителей); протоколы соревнований; статьи в прессе; тесты; фотоотчеты и т.п.

Возможные средства и формы *предъявления* результатов по программе: карты результативности образовательного процесса по программе «Школа туризма» (по разделам программы); карта результативности освоения программы в соответствии с задачами в области развития и воспитания, информационная карта участия и результативности учащихся в мероприятиях; видеозаписи; фотоотчеты и т.п.

Диагностические материалы. Входной контроль.

Назначение: для определения уровня подготовки учащихся по основным разделам 1 года обучения по программе «Школа туризма» с целью адаптации содержания программы к контингенту и определения тематического приоритета занятий.

Оборудование: бланки тестов, ручки (карандаши).

Процедура.

Учащимся предложено индивидуально:

- 1) ответить на вопросы теста;
- 2) заполнить бланки.

Тест «Я знаком с туризмом»

Фамилия, имя _____

№ п/п	Вопрос	Ответ
0	Занимались ли Вы раньше туризмом? (секция, кружок, самостоятельно и др.) Где? Каким?	
1	Что главное в путешествиях?	
2	Какое градусное расположение по шкале компаса имеют указанные стороны света?	Север – Юг – Запад – Восток –
3	Какие бывают палатки по типу конструкции?	1) 2) 3)
4	Какие роли в походной группе Вы знаете?	
5	Что такое реанимационные действия при оказании первой помощи?	
6	Какие лыжи и крепления используют в лыжном туризме?	
7	Для чего служат бахилы в зимних путешествиях?	
8	Укажите индивидуальные средства защиты в горном туризме?	
9	Укажите из чего состоит индивидуальная страховочная система?	
10	Какие виды туризма распространены в Ленинградской области?	

Обработка: за каждый правильный (качественный) ответ выставляется 1 балл.

Уровни оценки и примерная интерпретация результатов:

1-3 балла – «низкий»: учащийся практически не владеет знаниями, необходимыми для совершения однодневного похода, с туристско-краеведческой деятельностью не знаком.

4-7 баллов – «средний»: учащийся владеет умениями, необходимыми для совершения однодневного похода, знаком с основными понятиями в туризме

8-10 баллов – «высокий»: учащийся владеет умениями, необходимыми для совершения безопасного однодневного похода, имеет опыт путешествий в нестационарных мероприятиях.

Диагностические материалы. Текущий контроль.

Диагностика результатов обучения по программе проводится 2 раза в год (в конце каждого полугодия). Она проводится по 9 показателям:

P1, P2, P3, P4, P5 – показатели результативности освоения программы в соответствии с задачами в области развития

B1, B2, B3, B4 – показатели результативности освоения программы в соответствии с задачами в области воспитания.

По каждому показателю определено содержательное (словесное) описание градаций, соответствующее количественному выражению (2 – высокий уровень, 1 – средний уровень, 0 – низкий, незначительный уровень).

По результатам итоговых занятий и оценке работы учащихся в течение полугодия заполняется карта результативности освоения программы в соответствии с задачами в области развития и воспитания. Затем подсчитывается общее количество баллов по каждому учащемуся. Максимально возможное значение – 18. Указывается уровень освоения в соответствии с ниже приведенной градацией:

13-18 – высокий

7-13 – средний

6 – низкий

Менее 6 – программа не освоена

После этого пишутся выводы по результатам проведенной диагностики с указанием планов дальнейшей работы (необходимость корректировки, прогнозы дальнейшего обучения, выявления проблемных мест, анализ возможных причин низких показателей, особенности конкретной группы, выявление одаренных детей и т.п.).

Критерии оценки

показателей результативности освоения программы в соответствии с задачами в области развития и воспитания

Показатель	Критерии оценки		
	Высокий	Средний	Низкий
P1: Развитость адаптационных качеств	Сохраняет хорошее настроение, высокую работоспособность невзирая на сложности похода	Испытывает значительные затруднения, влияющие на настроение и работоспособность, но в целом справляется с ними	Бросает выполнение задания из-за дискомфорта, делает только то, что легко
P2: Уровень физического развития	При выполнении упражнений следит за техникой даже на фоне усталости	Старается правильно выполнять упражнения, но временами теряет самоконтроль	При выполнении упражнений отсутствует самоконтроль, выполняет только если на него смотрит педагог
P3: Волевые качества при преодолении препятствий на туристских маршрутах	Способен проявлять в полной мере волевые качества при преодолении препятствий и выполнении заданий; учащийся концентрично, спокойно и равномерно выполняет действия, обладает самоконтролем и целеустремленностью	Ограниченно проявляет волевые качества при преодолении препятствий и выполнении заданий; учащийся эпизодично контролирует свои действия и рационально распределяет свои силы	Проявляет минимум волевых качеств при преодолении препятствий и выполнении заданий; учащийся слабо контролирует свои действия и эмоциональное состояние

Р4: Развитость способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации	Проявил себя в сложной (проблемной) ситуации, вышел с достоинством	В сложных ситуациях не проявляет активности, помогает (или не мешает) решать проблему другим	В сложной ситуации впадает в панику или ступор, проявляет деструктивную активность
В1: Уровень коммуникативной культуры	Владеет навыками эффективной коммуникации, знает всех по именам, умеет делиться едой, бережно относиться как к своему, так и к чужому личному снаряжению	Владеет достаточными навыками коммуникации, знает всех по именам, но на общение идет избирательно	Владеет минимальными навыками коммуникации, не идет на общение с другими учащимися
В2: Бережное отношение к природе	Активно участвует в уборке леса, проявляет инициативу	Участвует в уборке стоянки, полигона по первому требованию	Отлынивает от уборки стоянки, полигона
В3: Уровень взаимопомощи и взаимовыручки	Умеет принимать помощь от других, помогает сам	На взаимопомощь идет избирательно	Пользуется помощью других, сам же не готов делиться, помогать
В4: Сформированность здорового образа жизни	Понимает взаимосвязь между: здоровьем, активным движением, свежим воздухом, погодными условиями, соответствующей одеждой и действует правильно	Выполняет требования педагога к форме одежды и поведению на занятии, как в помещении, так и на природе	Не правильно одевается, мерзнет или мокнет из-за невыполнения указаний педагога, нарушения дисциплины
В5: Уровень самостоятельности и активности	Учащийся выполняет самостоятельно все, что может быть исполнено им самим, проявляет активность в организации и проведении мероприятия; способен к самостоятельным действиям от планирования до их реализации, педагог выполняет роль сотрудника.	Проявляет активность в отдельных вопросах организации и проведении мероприятия; способен к отдельным самостоятельным действиям, требующим контроля педагога, но при этом самостоятельно собирает рюкзак, надевает страховочную систему, следит за временем, участвует в работе по организации бивуака	Проявляет минимум активности в организации и проведении мероприятия; не способен к самостоятельной деятельности в группе, требует педагогического руководства при выполнении того, что должно быть исполнено им самим

**Карта результативности освоения программы в соответствии с задачами
в области развития и воспитания**

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Параметры наблюдения								Сумма баллов	Уровень освоения
		в области развития				в области воспитания					
		Развитость адаптационных качеств	Уровень физического развития	Волевые качества при преодолении препятствий на туристских маршрутах	Развитость способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации	Уровень самостоятельности и активности	Уровень коммуникативной культуры	Бережное отношение к природе	Уровень взаимопомощи и взаимовыручки		
1.											
2.											
Средний балл											

Оценка параметров:
низкий уровень – 0 балл;
средний уровень – 1 балла;
высокий уровень – 2 балла.

На основании итогового результата определяется уровень развития учащихся.

0-6 баллов – низкий уровень.

7-14 баллов – средний уровень.

15-18 баллов – высокий уровень.

Диагностические материалы. Промежуточный контроль.

Карты результативности образовательного процесса по программе «Школа туризма». I год обучения

Раздел 1. Топография и ориентирование

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки					Количество зачетов	Уровень освоения
		Определение масштаба карты	Измерение расстояния по карте	Работа с компасом, определение азимута	Ориентирование карты	Условные обозначения спортивных карт		
1								
...								
Итого:								

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Раздел 2. Техника пешеходного туризма

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки							Количество зачетов	Уровень освоения
		Надевание страховочной системы	Вязание узлов	Движение по параллельным веревкам	Переправа по бревну с перилами	Переправа по бревну с мятником	Навесная переправа	Преодоление туристской полосы препятствий		
1										
...										
Итого:										

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 2 зачета – низкий уровень

3 – 5 зачета – средний уровень

6 – 7 зачетов – высокий уровень

Раздел 3. Основы туристской подготовки

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки					Количество зачетов	Уровень освоения
		Знание туристских должностей	Знание типов костров	Разведение костра	Приготовление пищи на костре	Техника водного туризма		
1								
...								
Итого:								

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Раздел 4. Основы лыжного туризма

№ п/ п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки							Количество зачетов	Уровень освоени я
		Знание зимнего снаряжения	Подготовка лыж к пользованию	Техника ходьбы на лыжах с рюкзаком	Подъём «лесенкой»	Приготовление пищи зимой	Организация зимнего бивуака	Строительство ветрозащитных сооружений		
1										
...										
Итого:										

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 2 зачета – низкий уровень

3 – 5 зачета – средний уровень

6 – 7 зачетов – высокий уровень

Раздел 5. Основы медицинских знаний

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки					Количество зачетов	Уровень освоения
		Личная гигиена туриста	Знание медикаментов	Помощь при ушибах, ссадинах, потёртостях	Первая помощь при ранах, кровотечениях	Первая помощь при ожогах, обморожениях		
1								
...								
Итого:								

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Критерии оценки

Наименование зачета	Критерии оценки	Условия зачёта
Раздел программы «Топография и ориентирование»		
Определение масштаба карты	Учащийся должен знать, где указан масштаб на карте, прочитать его, и ответить на вопрос, сколько в одном сантиметре на карте метров или километров на местности	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Измерение расстояния по карте	Учащийся должен уметь измерить расстояние на карте: 1) По прямой линии (Допустимая погрешность: 0,2 значения масштаба) 2) По ломаной линии (Допустимая погрешность: 0,2 значения масштаба) 3) По кривой линии (Допустимая погрешность: 0,5 значения масштаба)	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Работа с компасом, определение азимута	Учащийся должен уметь определить стороны света и измерить азимут на предмет с максимальной погрешностью 5°	Ответ правильный – ЗАЧЁТ Неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Ориентирование карты	Учащийся должен уметь правильно сориентировать карту	Ответ правильный – ЗАЧЁТ Неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Условные обозначения спортивных карт	Учащийся должен знать каким цветом изображаются какие из групп объектов, а так же основные часто используемые обозначения	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Раздел программы «Техника пешеходного туризма»		
Надевание страховочной системы	Надевание страховочной системы на время. КВ – 5 минут. В пределах КВ участники должны самостоятельно надеть страховочные системы	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Вязание узлов	Вязание узлов на время. КВ – 30 секунд на один узел	Все узлы завязал – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один не завязанный узел – НЕЗАЧЁТ
Движение по параллельным веревкам	Учащийся должен пройти этап из трёх верёвок длиной не более 30м КВ – 1 минута	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Переправа по бревну с перилами	Учащийся должен пройти этап из подвешенного на верёвках качающегося бревна и двух верёвок длиной не более 15м КВ – 30 секунд	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Переправа по бревну с маятником	Учащийся должен пройти этап состоящий из бревна над сухой канавой, опоры (например дерева), верёвки, зафиксированной одним концом на опоре, вторым выведенной к исходной стороне этапа длиной не более 20м КВ – 1 минута	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Навесная переправа	Учащийся должен пройти этап состоящий из сдвоенной верёвки натянутой между двух опор горизонтально и верёвки сопровождения длиной не более 15м КВ – 30 секунд	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Преодоление туристской полосы препятствий	Учащийся должен пройти полосу препятствий из этапов: «Подъём, траверс, спуск», «Параллельные верёвки», «Навесная переправа», «Переправа по бревну с маятником». КВ – 10 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Раздел программы «Основы туристской подготовки»		

Знание туристских должностей	Учащийся должен знать туристские должности и требования к ним	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Знание типов костров	Учащийся должен знать типы костров и их назначение	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Разведение костра	Учащийся должен разжечь костёр за КВ – 3 минуты	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Приготовление пищи на костре	Учащийся должен приготовить 2 блюда за КВ – 60 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Техника водного туризма	Учащийся должен уметь сесть в байдарку и пройти несложный маршрут длиной не больше 400м за КВ – 7 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Раздел программы «Основы лыжного туризма»		
Знание зимнего снаряжения	Учащийся должен знать зимнее снаряжение, особенности.	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Подготовка лыж к пользованию	Учащийся должен знать как подготовить лыжи к использованию	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Техника ходьбы на лыжах с рюкзаком	Учащийся должен суметь пройти под рюкзаком весом не менее 7 кг расстояние не меньше 2 км за КВ – 15 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Подъём «лесенкой»	Учащийся должен преодолеть подъём «лесенкой» длиной не больше 100м за КВ – 5 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Приготовление пищи зимой	Учащийся должен приготовить 2 блюда за КВ – 60 минут	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Организация зимнего бивуака	Учащийся должен уметь найти ровную площадку необходимого размера для установки шатра, организовать костровое место, место пилки и колки дров за КВ – 30 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Строительство ветрозащитных сооружений	Учащийся должен построить снежную стенку высотой 1 м и длиной 2 м за КВ – 30 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Раздел программы «Основы медицинских знаний»		
Личная гигиена туриста	Учащийся должен знать способы соблюдения личной гигиены и закаливания организма	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Знание медикаментов	Учащийся должен знать группы и типы медикаментов, лекарственные растения родного края	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Помощь при ушибах, ссадинах, потёртостях	Учащийся должен знать отличия повреждений кожи и как их обработать.	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ

		Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Первая помощь при ранах, кровотечениях	Учащийся должен знать типы ран и способы их обработки	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Первая помощь при ожогах, обморожениях	Учащийся должен знать типы ожогов, их степени, и уметь оказать первую помощь, а так же уметь оказать помощь при обморожении	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ

**Карты результативности образовательного процесса по программе
«Школа туризма».
II год обучения**

Раздел 1. Топография и ориентирование.

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки					Количество зачетов	Уровень освоения
		Определение на карте высот точек, превышения, крутизны склонов с помощью горизонталей	Условные обозначения спортивных карт	Легенды спортивных карт	Ориентирование в заданном направлении	Ориентирование по выбору		
1								
...								
Итого:								

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Раздел 2. Техника пешеходного туризма

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки					Количество зачетов	Уровень освоения
		Вязание узлов	Организация переправы по бревну маятником	Наклонная переправа	Траверс склона с самостраховкой по перилам, наведенным судьями	Преодоление туристской полосы препятствий		
1								
...								
Итого:								

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Раздел 3. Основы туристской подготовки

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки						Количество зачетов	Уровень освоения
		Составление меню, списка продуктов	Знание туристского снаряжения	Установка тента	Установка палатки	Знание типов байдарок	Техника водного туризма		
1									
...									
Итого:									

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 2 зачета – низкий уровень

3 – 4 зачета – средний уровень

5 – 6 зачетов – высокий уровень

Раздел 4. Основы лыжного туризма

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки							Количество зачетов	Уровень освоения
		Преодоление препятствий на лыжах	Ориентирование по маркированной	Подъём «Ёлочкой»	Остановка падением	Скоростной спуск	Подбор места и установка шатра	Установка палки в шатре. Работа с печкой		
1										
...										
Итого:										

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 2 зачета – низкий уровень

3 – 5 зачета – средний уровень

6 – 7 зачетов – высокий уровень

Раздел 5. Основы медицинских знаний

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки						Количество зачетов	Уровень освоения
		Походная групповая аптечка	Наложение жгута, ватно-марлевой повязки	Первая помощь при переломах	Первая помощь при обмороке	Первая помощь при пищевых отравлениях	Приёмы транспортировки пострадавшего		
1									
...									
Итого:									

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 2 зачета – низкий уровень

3 – 4 зачета – средний уровень

5 – 6 зачетов – высокий уровень

Критерии оценки

Наименование зачета	Критерии оценки	Условия зачёта
Раздел программы «Топография и ориентирование»		
Определение на карте высот точек, превышения, крутизны склонов с помощью горизонталей	Учащийся должен уметь измерить расстояние на карте: 4) По прямой линии (Допустимая погрешность: 0,2 значения масштаба) 5) По ломаной линии (Допустимая погрешность: 0,2 значения масштаба) 6) По кривой линии (Допустимая погрешность: 0,5 значения масштаба)	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Условные обозначения спортивных карт	Учащийся должен знать каким цветом изображаются какие из групп объектов, а так же основные обозначения спортивных карт	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Легенды спортивных карт	Учащийся должен уметь прочитать не сложную легенду спортивной карты	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Ориентирование в спортивном зале	Задача учащегося – меньше чем за 3 минуты собрать не меньше 15 КП, оббегая, а не преодолевая препятствия	Не менее 80% КП правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверно взятых КП – НЕЗАЧЁТ
Спелеоориентирование	Учащийся должен поучаствовать в практическом выходе в Саблинские пещеры	Участвовал – ЗАЧЁТ Не участвовал – НЕЗАЧЁТ
Раздел программы «Техника пешеходного туризма»		
Вязание узлов	Вязание узлов «встречный», «встречная восьмерка», «грейпвайн», «брамшкотовый», «двойной проводник», «ткацкий» на время. КВ – 30 секунд на один узел	Все узлы завязал – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один незавязанный узел – НЕЗАЧЁТ
Организация переправы по бревну маятником	Учащийся должен пройти этап состоящий из бревна над канавой, опоры (например дерева), верёвки, длиной не более 20м КВ – 3 минуты	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Навесная переправа	Учащийся должен пройти этап состоящий из сдвоенной верёвки натянутой между двух опор горизонтально и верёвки сопровождения длиной не более 20м за КВ – 15 секунд	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Наклонная переправа	Учащийся должен пройти этап состоящий из сдвоенной верёвки натянутой между двух опор под углом и верёвки сопровождения длиной не более 20м за КВ – 2 минуты	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Траверс склона с самостраховкой по перилам, наведенным судьями	Учащийся должен пройти этап длиной не более 40м КВ – 2 минуты	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Преодоление туристской полосы препятствий	Учащийся должен пройти полосу препятствий за КВ – 15 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Раздел программы «Основы туристской подготовки»		
Составление меню, списка продуктов	Учащийся должен уметь составить список продуктов и меню-раскладку на 3 дня	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Знание туристского снаряжения	Учащийся должен знать туристское снаряжение для походов, типы палаток, осуществлять мелкий ремонт снаряжения	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Установка тента	Учащийся должен установить тент за КВ –15 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ

		Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Установка палатки	Учащийся должен поставить палатку и разместиться в ней с вещами за КВ – 7 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Знание типов байдарок	Учащийся должен знать типы байдарок, термины, основные модели	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Техника водного туризма	Учащийся должен уметь войти и выйти из струи не перевернувшись, знать спас. работы	Выполнил правильно – ЗАЧЁТ Выполнил не верно – НЕЗАЧЁТ
Раздел программы «Основы лыжного туризма»		
Преодоление препятствий на лыжах	Учащийся должен уметь преодолеть основные лесные препятствия на лыжах на маршруте длиной не больше 2 км за КВ – 20 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Ориентирование по маркированной трассе	Учащийся должен пройти дистанцию «Ориентирование по маркированной трассе» длиной не больше 5км за КВ – 1 час	Не менее 80% КП отмечены правильно и уложился в КВ – ЗАЧЁТ Более 20% неверно отмеченных КП или не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Подъём «Ёлочкой»	Учащийся должен преодолеть подъём «ёлочкой» длиной не больше 100м за КВ – 2 минуты	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Остановка падением	Учащийся должен правильно выполнить технический элемент – «остановка падением»	Выполнил – ЗАЧЁТ Не выполнил – НЕЗАЧЁТ
Скоростной спуск	Учащийся должен пройти этап не тормозя в зоне разгона и не упав. Крутизна склона до 25°.	Выполнил – ЗАЧЁТ Не выполнил – НЕЗАЧЁТ
Подбор места и установка шатра	Учащийся должен знать типы шатров, уметь выбрать необходимый под определённую группу и задачу, установить и собрать его за КВ – 1 час	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Установка печки в шатре. Работа с печкой	Учащийся должен поставить печь, прогреть её, а после остывания почистить. КВ – 1 час	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Раздел программы «Основы медицинских знаний»		
Походная групповая аптечка	Учащийся должен знать состав аптечек на разные походы, назначение основных препаратов	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Наложение жгута, ватно-марлевой повязки	Учащийся должен знать как наложить жгут и ватно-марлевую повязку	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Первая помощь при переломах	Учащийся должен знать правила оказания первой помощи при переломах	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Первая помощь при обмороках	Учащийся должен знать как оказать первую помощь при обмороке	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Первая помощь при пищевых отравлениях	Учащийся должен знать как оказать первую помощь при пищевом отравлении	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ

		Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Приёмы транспортировки пострадавшего	Учащийся должен знать методы транспортировки пострадавшего	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ

**Карты результативности образовательного процесса по программе
«Школа туризма»
III год обучения**

Раздел 1. Топография и ориентирование

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки				Количество зачетов	Уровень освоения
		Условные обозначения топографических карт	Ориентирование по легендам спортивных карт	Ориентирование в спортивном зале	Участие в соревнованиях по ориентированию		
1							
...							
Итого:							

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 зачета – высокий уровень

Раздел 2. Техника пешеходного туризма

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки						Количество зачетов	Уровень освоения
		Вязание узлов	Организация навесной переправы	Подъём по склону с наведением перил	Организация переправы по бревну, транспортировка «пострадавшего» по склону	Преодоление туристской полосы препятствий	Участие в соревнованиях по Т.П.Т.		
1									
...									
Итого:									

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 2 зачета – низкий уровень

3 – 4 зачета – средний уровень

5 – 6 зачетов – высокий уровень

Раздел 3. Основы туристской подготовки

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки					Количество зачетов	Уровень освоения
		Выбор и валка сушины	Составление меню, списка продуктов	Изготовление укрытия от дождя	Сборка байдарки «Таймень-2»	Техника водного туризма		
1								
...								
Итого:								

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Раздел 4. Основы лыжного туризма

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки						Количество зачетов	Уровень освоения
		Подъем, спуск траверсами	Техника слалома	Спуск с остановкой в заданной зоне	Переправа по тонкому льду	Прохождение лавиноопасного склона	Участие в соревнованиях по Т.Л.Т.		
1									
...									
Итого:									

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 2 зачета – низкий уровень

3 – 4 зачета – средний уровень

5 – 6 зачетов – высокий уровень

Раздел 5. Основы медицинских знаний

№ п/п	Фамилия, имя	Проверяемые навыки						Количество зачетов	Уровень освоения
		Иммобилизация	Повязка «Уздечка»	Повязка «Чепец»	«Черепичная» повязка (сходящаяся)	Спиральная повязка на предплечье (голень)	Транспортировка лежащего пострадавшего		
1									
...									
Итого:									

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 2 зачета – низкий уровень

3 – 4 зачета – средний уровень

5 – 6 зачетов – высокий уровень

Критерии оценки

Наименование зачета	Критерии оценки	Условия зачёта
Раздел программы «Топография и ориентирование»		
Условные обозначения топографических карт	Учащийся должен знать основные условные знаки топографических карт	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Ориентирование по легендам спортивных карт	Учащийся должен суметь пробежать дистанцию только по легенде спортивной карты средней сложности	Взял все КП – ЗАЧЁТ Не взял КП – НЕЗАЧЁТ
Ориентирование в спортивном зале	Задача учащегося – меньше чем за 3 минуты собрать не меньше 15 КП, оббегая, а не преодолевая препятствия	Не менее 80% КП правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверно взятых КП – НЕЗАЧЁТ
Спелеоориентирование	Учащийся должен поучаствовать в практическом выходе в Саблинские пещеры	Участвовал – ЗАЧЁТ Не участвовал – НЕЗАЧЁТ
Участие в соревнованиях по ориентированию	Учащийся должен поучаствовать в городских соревнованиях по ориентированию.	Участвовал – ЗАЧЁТ Не участвовал – НЕЗАЧЁТ
Раздел программы «Техника пешеходного туризма»		
Вязание узлов	Вязание узлов «удавка», «восьмёрка», «штыковой», «проводник», «стремя», «булинь», «схватывающий», «австрийский схватывающий», «узел Бахмана» на время. КВ – 30 секунд на один узел	Все узлы завязал – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один незавязанный узел – НЕЗАЧЁТ
Организация навесной переправы	Учащиеся должны пройти этап длиной не более 20м за КВ – 10 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Подъём по склону с наведением перил	Учащиеся должны пройти этап длиной не более 40м за КВ – 10 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Организация переправы по бревну, транспортировка «пострадавшего» по бревну	Учащиеся должны пройти этап длиной не более 20м за КВ – 10 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Преодоление туристской полосы препятствий	Учащийся должен пройти полосу препятствий соответствующей городским соревнованиям «Горный КТМ» за КВ – 40 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Участие в соревнованиях по Т.П.Т.	Учащийся должен поучаствовать в городских соревнованиях по Т.П.Т.	Участвовал – ЗАЧЁТ Не участвовал – НЕЗАЧЁТ
Раздел программы «Основы туристской подготовки»		
Выбор и валка сушины	Учащийся должен знать, как валить сушину КВ – 45 минут	Ответ правильный – ЗАЧЁТ Неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Составление меню, списка продуктов	Учащийся должен уметь составить список продуктов и меню-раскладку на 12 дней	Не менее 80% ответов правильны – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов – НЕЗАЧЁТ
Изготовление укрытия от дождя	Учащийся должен знать основные способы укрытия от непогоды и изготовить укрытие из подручных средств за КВ – 30 минут	Не менее 80% ответов правильны и уложился в КВ – ЗАЧЁТ Более 20% неверных ответов или не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Сборка байдарки «Таймень-2»	Учащиеся должны собрать байдарку «Таймень-2» за КВ – 15 минут	Уложились в КВ – ЗАЧЁТ Не уложились в КВ – НЕЗАЧЁТ

Техника водного туризма	Учащийся должен уметь пройти этап «водный слалом» длиной не меньше 400м КВ – 5 минут	Уложились в КВ – ЗАЧЁТ Не уложились в КВ – НЕЗАЧЁТ
Раздел программы «Основы лыжного туризма»		
Подъём, спуск траверсами	Учащийся должен уметь проходить этапы «подъём траверсами», и «спуск траверсами» Этап оборудуется на склоне крутизной 15-20°, протяженностью 20-60 метров КВ – 20 минут	Уложился в КВ – ЗАЧЁТ Не уложился в КВ – НЕЗАЧЁТ
Техника слалома	Учащийся должен правильно пройти этап «слалом» длиной не больше 50м	Выполнил – ЗАЧЁТ Не выполнил – НЕЗАЧЁТ
Спуск с остановкой в заданной зоне	Учащийся должен правильно пройти этап «Спуск с остановкой в заданной зоне» Крутизна склона до 20°, протяженность до 50м	Выполнил – ЗАЧЁТ Не выполнил – НЕЗАЧЁТ
Переправа по тонкому льду	Учащиеся должны правильно выполнить технический элемент – «Переправа по тонкому льду»	Выполнил – ЗАЧЁТ Не выполнил – НЕЗАЧЁТ
Прохождение лавиноопасного склона	Учащиеся должны пройти этап «Прохождение лавиноопасного склона» Крутизна склона до 35°, протяженность до 70 м. Ширина рабочего коридора до 20 м.	Выполнил – ЗАЧЁТ Не выполнил – НЕЗАЧЁТ
Участие в соревнованиях по Т.Л.Т.	Учащийся должен поучаствовать в городских соревнованиях по Т.Л.Т.	Участвовал – ЗАЧЁТ Не участвовал – НЕЗАЧЁТ
Раздел программы «Основы медицинских знаний»		
Иммобилизация	Учащийся должен знать способы иммобилизации пострадавшего	Все ответы правильны – ЗАЧЁТ Есть хотя бы один неверный ответ – НЕЗАЧЁТ
Повязка «Уздечка»	Учащийся должен уметь наложить повязку «уздечка»	Умеет – ЗАЧЁТ Не умеет – НЕЗАЧЁТ
Повязка «Чепец»	Учащийся должен уметь наложить повязку «чепец»	Умеет – ЗАЧЁТ Не умеет – НЕЗАЧЁТ
«Черепичная» повязка (сходящаяся)	Учащийся должен уметь наложить повязку «Черепичная»	Умеет – ЗАЧЁТ Не умеет – НЕЗАЧЁТ
Спиральная повязка на предплечье (голень)	Учащийся должен уметь наложить повязку «Спиральная»	Умеет – ЗАЧЁТ Не умеет – НЕЗАЧЁТ
Транспортировка лежачего пострадавшего	Учащийся должен уметь сделать носилки и перенести пострадавшего	Умеет – ЗАЧЁТ Не умеет – НЕЗАЧЁТ

Информационная карта участия и результативности учащихся в мероприятиях

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	На уровне учреждения			На уровне района			На уровне города			На международном и российском уровне			Итого балло в
		Участие (выступление)	Призер, дипломант	Победитель	Участие (выступление)	Призер, дипломант	Победитель	Участие (выступление)	Призер, дипломант	Победитель	Участие (выступление)	Призер, дипломант	Победитель	
		1 б	2 б	3 б	2 б	3 б	4 б	3 б	4 б	5 б	4 б	5 б	6 б	
1.														
...														
Общая сумма баллов по группе:														

Формы предъявления результатов

К	Конкурсы
П	Поход (1-3 дня)
МП	Многодневный поход (более 4 дней)
Сл	Слет
В	Выставки
С	Соревнования
Кон	Конференции
См	Семинары
У	Учебно-тренировочный сбор
Др	Другое

Примечание:

В ячейку баллы проставляются по формуле: N(аббрев)*балл,
где N – количество участия в мероприятиях данного уровня, аббрев. – аббревиатура наименования мероприятия, балл – предусмотренное шкалой количество баллов

Например: 2С*3б – учащийся победил в 2 соревнованиях на уровне района и получает 6 баллов.

Наибольшее количество баллов получают учащиеся активно принимающие участие и имеющие статус призера и победителя в мероприятиях.

Карта результативности освоения программы «Школа туризма»

№ п/п	ФИО учащегося	Топография и ориентирование	Техника пешеходного туризма	Основы туристской подготовки	Основы лыжного туризма	Основы медицинских знаний	Краеведение	Общая и специальная физическая подготовка	Соревнования, слеты, походы	Итоговый результат в баллах
1										
2										
...										

Карта результативности освоения программы (предметные результаты) заполняется на основании карт результативности освоения каждого раздела. Низкий уровень освоения раздела – 0 баллов, средний уровень – 1 балл, высокий уровень – 2 балла.

На основании итогового результата определяется уровень освоения программы.

0-7 баллов – низкий уровень.

8-12 баллов – средний уровень.

13-16 баллов – высокий уровень.