

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Большеберезниковская средняя общеобразовательная школа »

«Рассмотрено»

Руководитель ШМО
учителей физической
культуры и ОБЗР

Протокол №1
30.08.2024г.

Руководитель МО
Кисаров С.В.

«Согласовано»

Заместитель
директора по ВР
Баулина М.Г.

«Утверждаю»

И.о. директора
МБОУ «Большеберезниковская

СОШ
Струёнков Р.М.
Приказ №215/4
30.08.2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Спортивной секции «Юный турист»

для обучающихся 6-7 классов

Составитель: учитель ОБЗР Горбунов Э.Н.

Большие Березники 2024год

Пояснительная записка

Рабочая программа «Юный турист» составлена на основе программы внеурочной туристско-краеведческой деятельности авторов В.П. Степанова, С.В. Сизяева, Т.Н. Сафронова (модуль «Начала туризма и краеведения») М. Просвещение, 2011 - 80 с - (Работаем по новым стандартам). Рассчитана она на учащихся 5-6 классов, из расчёта 2 час в неделю (68 часов в год).

Согласно новому федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования организация внеурочной деятельности детей является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. Внеурочная деятельность призвана решать задачи воспитания и социализации детей. Туризм относится к тем видам деятельности, воспитательный потенциал которых практически неисчерпаем.

Самодеятельный туризм – трудоёмкий, но очень интересный и полезный способ организации досуга учащихся. Такой туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность за общее дело; учит бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, сил, имущества; формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности учащихся.

Важно создать для учащихся пространство, которое отвечало бы их насущным возрастным потребностям и при этом было бы благоприятным для их нравственного развития. Необходимо поддерживать природное любопытство учащихся и желание всё испытать самим, неуёмную физическую энергию и страсть к приключениям и романтике, стремление к независимости, самостоятельности, потребности проявить себя в среде других.

Цель программы «Юный турист» овладение основными туристическими знаниями, умениями и навыками, укрепление их здоровья и развитие воли и выносливости, формирование адекватной самооценки школьников, воспитание у них чувства ответственности и сопричастности к своей малой и большой родине.

Задачи:

- научить умениям и навыкам спортивного мастерства, обеспечивающим высокие достижения в различных видах спортивного туризма.
- выявить и развить природные задатки и способности детей, способствующие высоким достижениям в спортивном туризме.
- воспитать мотивацию освоения спортивного мастерства к технологиям освоения опыта здорового образа жизни.
- формировать правильные психологические установки на достижение поставленной цели.
 - способствовать сплочению детского коллектива, способного решать поставленные задачи на основе взаимоуважения и взаимопомощи, находить правильные решения в сложных ситуациях.
- приобщать детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом, закаливание.
- способствовать приобретению опыта участия на туристских слётах, соревнованиях.
- обеспечить получение учащимися основных навыков краеведческой работы.
- воспитывать бережное отношения к природе, развивать экологическое мышление.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

Ожидаемые результаты

Предметные результаты:

- интерес к познанию мира природы;
- потребность к осуществлению экологически обоснованных поступков;
- осознание места и роли человека в биосфере;
- преобладание мотивации гармоничного взаимодействия с природой с точки зрения экологической допустимости.

Личностные результаты:

- принятие обучающимися правил здорового образа жизни;
- развитие морально-этического сознания;
- получение обучающимся опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Метапредметные результаты:

- овладение начальными формами исследовательской деятельности;
- опыт ролевого взаимодействия и реализации гражданской, патриотической позиции;
- опыт социальной и межкультурной коммуникации;
- формирование коммуникативных навыков.

Ценностные результаты

обучающийся должен уметь:

- собирать снаряжение для многодневного похода с учётом метеорологических прогнозов;
- оказывать доврачебную помощь пострадавшему;
- ориентироваться по компасу и топографической карте;
- применять на практике технику вязания узлов;
- организовать питание в походных условиях;
- разбить бивак для привала на маршруте похода и для ночёвки в многодневном походе.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- виды и типы костров, правила разведения костров и пожарной безопасности;
- правила установки палаток в пешем походе, виды палаток для массового пешеходного туризма;

- правила техники безопасности при выполнении движения в туристской группе;
- принцип работы и составные части туристского компаса, правила ориентирования по топографической карте и компасу, топографические знаки;
- способы оказания доврачебной помощи, состав туристской аптечки;
- виды туристских узлов и способы их применения;
- "составные части" туристского бивака и правила расположения его элементов.

Воспитательные результаты внеурочной туристско-краеведческой деятельности школьников распределяются по трём уровням.

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьником знаний о правилах ведения здорового образа жизни; о правилах поведения человека в лесу, у водоёмов, на болоте, в горах; о правилах передвижения по дорогам; о правилах обращения с огнём; о правилах обращения с опасными инструментами; о правилах общения с незнакомыми людьми; об основных нормах гигиены; о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе; о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры; о рисках и угрозах нарушения этих норм; о действенных способах защиты природы; об истории и культуре родного края; о гендерных нормах поведения мальчиков и девочек; об основах организации коллективной творческой деятельности.

2. Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностного отношения школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей, опыта волонтёрской (добровольческой) деятельности

ФОРМЫ И СРЕДСТВА КОНТРОЛЯ

Контроль в управлении процессом обучения осуществляется в виде предварительного (входного), текущего, итогового контроля.

Входной контроль проводится в форме собеседования на вводных уроках с целью выявления уровня начальных знаний. На основе полученных данных выявляется готовность к усвоению программного материала.

Текущий контроль за усвоением знаний, умений и навыков проводится в течение всего года на каждом уроке и представляет собой основную форму контроля. Используются такие методы, как наблюдение, вызов-опрос, контрольные испытания, учебно-тренировочные походы, где ребята могут применить свои знания на практике, выполняя задания коллективно и индивидуально.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года в виде однодневных и двухдневных походов. Цель – выявление результатов обучения, определение качества приобретенных знаний, сформированных двигательных умений, навыков, подготовка и проведение походов, зачетных соревнований по ориентированию, технике туризма, быту и т.д.

Содержание тем учебного курса

1. Введение.

1.1.Оздоровительная роль туризма

Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведение для оздоровления организма человека, познание окружающего мира и самого себя. Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека. Укрепление костно – мышечной системы, сердца, легких и других органов человека при активном передвижении на прогулках и экскурсиях.

Практические занятия

Знакомство детей с помещениями (учебным классом, спортивным залом) сооружениями (туристско – спортивной площадкой, учебным полигоном), где будут проходить учебные занятия и оздоровительные тренировки.

1.2.Правила поведения юных туристов

Правила поведения в учебном классе, спортивном зале, на Учебно – тренировочном полигоне, в парке (лесу). Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов.

Правила поведения юных туристов на экскурсиях и туристских прогулках.

Правила поведения участников спортивно – туристских состязаний, соревнований и игр. Права и обязанности участников спортивно – туристских состязаний, соревнований и игр. Командир туристской группы, его права и обязанности, взаимоотношения с участниками туристских соревнований.

История и традиции выполнения юными туристами общественно полезных дел. Просмотр фрагментов видеофильмов о выполнении общественно полезных дел: охране природы, заботе о птицах и животных и пр. Охрана природной среды (зеленой зоны) вокруг школы, дома и на улице в своем населенном пункте.

Знакомство с кодексом чести юного туриста. Девизы юных туристов: «В здоровом теле здоровый дух», «Чистота залог здоровья». Юные туристы – хорошие товарищи и активисты.

Подготовка к туристским прогулкам, экскурсиям; к спортивно – оздоровительным состязаниям, играм и соревнованиям.

Подготовка, организация и выполнение порученного объединению (звену, группе) задания по ходу экскурсии или туристской прогулки.

Практические занятия

Прогулка в парк (в лес) с целью закрепления знаний о правилах поведения в природе и выработки навыков наблюдательности прогулка. Оформление впечатления о прогулках под руководством педагога (родителей) в рисунках, поделках и пр.

2. Азбука туристско – бытовых навыков юного туриста

2.1. Основы безопасности в природной среде

Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии в парк (лес). Правила поведения юных туристов во время различных природных явлений (снегопада, гололеда, грозы, ливня, тумана и пр.). Правила поведения в парке (лесу) при обнаружении задымления или очага возгорания. Правила безопасности при встрече в природной среде с представителями диких животных.

Необходимость выполнения требований руководителя туристской группы. Взаимопомощь в туристской группе.

2.2. Основы безопасности дома и в школе

Правила поведения в учебных и досуговых учреждениях, музеях. Правила обращения с колюще – режущими предметами, электроприборами, предметами бытовой химии и лекарственными препаратами. Пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях. Телефоны аварийных служб.

Практические занятия

Игры на темы: «Что делать в случае... (задымления, обнаружения очагов возгорания, запаха газа, посторонних предметов и пр.)?», «Действия в чрезвычайных ситуациях во время экскурсии, на туристской прогулке», «Правила перехода улицы».

2.3. Личное снаряжение и уход за ним

Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии: рюкзачок, обувь, одежда (белье, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор и пр.); личная посуда; средства личной гигиены. Требования к упаковке продуктов для перекуса. Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезоном и погодными условиями. Уход за личным снаряжением.

Практические занятия

Игра «собери рюкзачок к туристской прогулке». Сбор группы и прогулка по окрестностям поселка в межсезонье для проверки умений готовится к туристским мероприятиям.

2.4. Питьевой режим на туристской прогулке

Питьевой режим во время туристской прогулки, экскурсии. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки.

Практические занятия

Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья во время туристской прогулки (экскурсии). Рациональное использование воды во время туристской прогулки (экскурсии). Формирование силы воли и выносливости, соблюдение питьевого режима во время туристской прогулки (экскурсии).

2.5. Групповое снаряжение и уход за ним

Требования к групповому снаряжению и уход за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток и уход за ними. Стойки и колышки для палатки.

Кухонное и костровое снаряжение: котелки (каны), таганок, саперная лопатка, рукавицы, кухонная клеенка, половники, ножи, упаковка для продуктов питания.

Снаряжение для наблюдения за природой и выполнения простейших краеведческих заданий. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии).

Завхоз туристской группы и его обязанности на туристской прогулке.

Практические занятия

Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Владение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки.

2.6. Индивидуальный и групповой ремонтный набор

Состав ремонтного набора (иголки, нитки, булавки, набор пуговиц, набор заплаток, запасные шнурки, клей и пр.). Название предметов ремонтного набора и правила пользования ими. Обязанности ремонтного мастера группы. Ремонт личного и группового снаряжения.

Практические занятия

Игра – состязание «Ремонт личного снаряжения» (способы штопки, наложение заплат, заклеивание дыр, пришивание пуговиц и пр.).

2.7. Организация биваков и охрана природы

Бивак на туристской прогулке. Охрана природы при организации привалов и биваков. Требования к бивакам (наличие дров и источника питьевой воды, безопасность, эстетичность). Устройство и оборудование бивака (места для установки палаток, приготовления и приема пищи, отдыха, умывания, забора воды и мытья посуды, туалеты).

Выбор места на площадке (поляне) для установки палатки. Требования к месту для установки палатки на поляне (биваке). Установка палатки, тента для палатки или тента для отдыха группы.

Практические занятия

Планирование места организации бивака по плану (спорткарте) местности. Планирование и организация бивака на местности во время туристской прогулки. Организация бивачных работ.

Проверка комплектации палатки и ее целостности перед выходом на прогулку. Упаковка палатки для транспортировки.

Овладение навыками установки, снятия и упаковки палатки (на пришкольной площадке или в парке).

2.8. Туристская группа на прогулке (экскурсии)

Строй туристской группы. Направляющий, замыкающий в туристской группе. Организация привалов во время прогулки (экскурсии). Ритм и темп движения туристской группы во время прогулки (экскурсии). Правила перехода дорог, улиц. Взаимопомощь в туристской группе. Привалы промежуточный, обеденный. Распорядок дня юного туриста во время экскурсии и на прогулке.

Охрана природы на туристской прогулке или во время экскурсии.

Практические занятия

Построение в походную колонну, отработка движения группы. Работа направляющего и замыкающего. Туристская прогулка (экскурсия).

3. Азбука топографии

3.1. Мой дом, моя школа, школьный двор

Планировка дома (квартиры), школы и школьного двора; назначение и расположение различных комнат, кабинетов в здании школы и сооружений школьного двора.

Практические занятия

Экскурсии по зданию школы, кабинетам и другим помещениям. Экскурсия на школьный двор и пришкольный участок (название различных построек и объектов).

3.2. План местности

История развития способов изображения земной поверхности и их значение для человечества.

Рисунок и простейший план местности (школьного двора, двора своего дома или своей улицы). Изображение местности (школьного двора) на рисунке, фотографии, схеме или плане.

Практические занятия

Рисовка плана стола (парты), класса, своей комнаты. Знакомство с планом расположения школы, школьного двора, двора своего дома или своей улицы.

Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на школьном дворе, в парке. Освоение навыков чтения и движения по схеме (плану) школы или школьного двора.

Обсуждение историй из книг и мультфильмов, где герои использовали планы местности или рисунки в различных целях (поиск кладов, путешествия, постройка жилища для друзей).

3.3. Условные знаки

Способы изображения на рисунках, схемах и планах водных объектов, искусственных сооружений, растительности и пр. Простейшие условные знаки.

Знакомство с изображением местности, школьного двора (ближайшего парка, леса). Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута.

Практические занятия

Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии.

Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками.

4. Туристское и экскурсионное ориентирование

4.1. Ориентирование по сторонам горизонта

Горизонт. Стороны горизонта. Ориентирование по сторонам горизонта. Определение сторон горизонта по объектам растительного и животного мира, по местным признакам.

Практические занятия

Выработка навыков определения сторон горизонта по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях парка (леса) или пришкольного участка.

4.2. Ориентирование на местности

Ориентирование в лесу, у реки, в поле. Способы ориентирования на местности. Линейные ориентиры (дорожки, тропы, линии электропередач, и др.), точечные ориентиры и объекты. Рельеф.

Ориентирование по звездному небу, солнцу. Измерение расстояний на местности: время движения, парами шагов и пр. Ориентирование по описанию (легенде). Разведчик туристской группы, его обязанности и действия во время туристской прогулки (экскурсии).

Практические занятия

Ориентирование с использованием легенды в школе. Ориентирование в парке по дорожно – тропиной сети.

4.3. Виды туристского ориентирования

Знакомство с основными правилами соревнований по туристскому ориентированию. Виды туристского ориентирования и их особенности. Права и обязанности участников соревнований. Номер участника и его крепление. Упаковка и обеспечение сохранности карты (схемы).

Основные правила, технические приемы и условия соревнований туристского ориентирования на маркированной трассе. Способы маркировки дистанции.

Обозначенный маршрут на схеме, плане местности. Необходимости повышенного внимания участников соревнований на обозначенном маршруте. Основные правила, технические приемы и условия соревнований по ориентированию на обозначенном маршруте.

Маршруты ориентирования по выбору. Основные правила, технические приемы и условия соревнований туристского ориентирования по выбору. Условия определения победителей на дистанциях по выбору. Выбор оптимального пути движения (планирование маршрута) и количество контрольных пунктов (КП).

Оборудование КП: призма, компостер, карандаш. Способы отметки на КП компостерные и карандашные.

Практические занятия

Движение по плану (схеме).

Прохождение дистанции «Маркированный маршрут» совместно с педагогом.

Прохождение дистанции «Обозначенный маршрут» совместно с педагогом.

Прохождение дистанции «Ориентирование по выбору» совместно с педагогом.

Обучение навыкам отметки на КП компостером в карточке участника. Игра – состязание на местности (школьный двор, стадион) «Отметься на КП».

4.4. Экскурсионное ориентирование

Экскурсионные объекты: памятники истории, архитектуры, искусства, природы и т. п. в микрорайоне школы, на своей улице (населенном пункте). Выявление и нанесение на бумажную основу (план микрорайона школы, улицы, двора) различных памятников и других интересных объектов.

Практические занятия

Чтение легенды. Движение по легенде в микрорайоне школы, по улице с отслеживанием указанных в легенде объектов, расстояний и направлений. Работа туристской группы при движении по легенде на экскурсии. Прохождение дистанции под руководством педагога.

5. Личная гигиена и первая доврачебная помощь

5.1. Личная гигиена юного туриста

Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Личная гигиена юного туриста при занятиях физическими упражнениями и оздоровительно – познавательным туризмом. Зарядка. Утренний и вечерний туалет. Закаливание организма, необходимость принятия душа после выполнения физических упражнений. Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения. Обязанности санитара туристской группы.

Практические занятия

Выполнение правил личной гигиены на привале, при организации перекусов. Работа санитара туристской группы.

Обсуждение правил личной гигиены с организацией чаепития.

5.2. Походный травматизм и возможные заболевания

Соблюдение гигиенических требований в походе. Профилактика заболеваний и травматизма.

Порезы, ссадины, ушибы, мозоли. Причины, характеристика травм. Необходимая помощь. Способы обработки.

Профилактика и защита глаз от попадания посторонних предметов, химических жидкостей, газов. Необходимая помощь.

Причины ожогов и обморожений. Профилактика обморожений и защита организма от мороза. Признаки и виды ожогов и обморожений.

Профилактика пищевых отравлений. Признаки отравления. Оказания первой помощи при тошноте, рвоте.

Причина теплового и солнечного удара. Признаки заболевания. Необходимая медицинская помощь.

5.3. Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок

Правила и способы обработки ран, ссадин. Правила наложения повязок, материалы для обработки ран и наложения повязок.

Практические занятия

Игра «Айболит» (первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок).

5.4. Индивидуальная и групповая медицинская аптечка

Состав медицинской аптечки (индивидуальной и групповой) для туристской прогулки. Назначение медикаментов, их упаковка и требование к хранению, определение срока годности для использования. Обязанности санитара группы.

Практические занятия

Упаковка и маркировка аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки.

5.5. способы транспортировки пострадавшего

Организация транспортировки пострадавшего при несложных травмах. Простейшие средства для транспортировки пострадавшего в условиях туристской прогулки (похода, экскурсии). Способы транспортировки пострадавшего на руках. Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.

Практические занятия

Изготовление транспортных средств из курток, штормовок. Транспортировка условно пострадавшего на слабо пересеченном рельефе на руках, простейших транспортных средствах

6. Азбука спортивно – оздоровительного туризма

6.1. Пешеходный туризм

Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения); организация движения группы в лесу по слабопересеченной и равнинной местности. Преодоление простых водных преград (ручьев, канав). Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).

Практические занятия

Просмотр видеофильмов о способах преодоления простейших естественных препятствий (без снаряжения).

Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий. Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям). Переправа через условное болото по кочкам. Переправа по бревну. Преодоление завалов. Движение по лесным массивам. Движение по песчаным склонам (спуски и подъемы).

6.2. Полоса препятствий пешеходного туризма (осень, весна)

Естественные и искусственные препятствия. Дистанция соревнований, этап дистанции. Разметка маркировка дистанции. Старт и финиш. Способы преодоления препятствий. Правила безопасного преодоления препятствий. Личное и командное прохождение дистанции полосы препятствий. Взаимодействие и взаимопомощь членов спортивной туристской команды. Права и обязанности юного спортсмена – туриста в команде на соревнованиях.

Практические занятия

Соревнования по преодолению полосы препятствий.

Переправа через болото по кочкам; переправа по гати, по наведенным кладям (жердям); переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; «мышеловка»; установка и снятие палатки; спуски и подъемы, в том числе по песчаным склонам.

6.3. Лыжный туризм

Правильный подбор лыж и лыжных палок для занятий на местности. Стойка лыжника на различном рельефе. Передвижение ступающим и скользящим шагом (просмотр видеофильмов). Техника безопасности при ходьбе на лыжах. Правила движения в строю на лыжном маршруте. Одежда для лыжной прогулки или занятий. Предохранение обуви от намокания (бахилы).

Практические занятия

Подбор лыж и снаряжения юным туристам и их родителям. Управление лыжами на месте: поочередное поднимание ноги с лыжей и движение ею по воздуху вниз и вверх, вправо и влево; поднимание на месте вокруг пяток и носков лыж.

Ходьба на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без палок; толчок палками; передвижение на лыжах по лыжне до 600 – 700 м.; игры на лыжах (эстафеты до 50 м); движение боковыми приставными шагами; передвижение без палок и с палками по глубокому снегу без груза и с грузом до 1 – 2 кг в рюкзаке; передвижение в среднем темпе.

Лыжные прогулки.

Наблюдение окружающих объектов природной среды (растительный и животный мир; живая и неживая природа).

7. Общая спортивно – оздоровительная физическая подготовка

7.1. Общая физическая подготовка и оздоровление организма

Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

Практические занятия

Освоение основ техники бега. Бег в колонне по одному по пересеченной местности, бег по лестнице, бег «серпантинном», бег с препятствиями.

Прыжки в длину и высоту.

Упражнения на развитие быстроты, скоростно – силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координации способностей. Гимнастические упражнения.

Спортивные (в том числе народные) игры.

Зачетный летний поход (вне сетки часов)

Движение группы по маршруту протяженностью до 4 – 5 км с использованием плана местности (легенды) или спорткарты. Организация лагеря туристской группы, бивака совместно с родителями. Участие в заготовке дров и сбора хвороста. Посильное участие в приготовлении пищи на костре (совместно с родителями). Сервировка дежурными туристского походного стола. Соблюдение правил и требований гигиены. Туристские и другие игры и состязания («Спортивная семья» и пр.). Конкурс знатоков растений на поляне привала. Операция «Помоги братьям меньшим» и «Помоги природе» (очистка ближайших окрестностей от бытового мусора) и др.

Календарно-тематическое планирование

№ уро ка	Раздел, тема	Кол- во Ча сов	Дата проведения		Оборудование урока	Основные виды учебной деятельности
			1			
			План	Факт		
1	Вводное занятие. ТБ на занятиях по туризму	2				Изучают историю туризма и запоминают имена выдающихся отечественных и зарубежных спортсменов.
2	Виды туристской деятельности	2			Мультимедийная презентация	Описывают содержание личного и группового снаряжения туриста, описывают способы укладки рюкзака и самостоятельно укладывают рюкзак, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения материала.
3	Понятие о личном и групповом снаряжении	2			Мультимедийная презентация,	
4	Групповое и личное снаряжение, требования к нему	2			рюкзак, спальник коврик, палатки, тент, котлы,	
5	Укладка рюкзаков, подготовка снаряжения	2			костровые принадлежности	
6	Разновидности туристских узлов, их	2			Верёвка (деаметор 6 мм, длина 3м)	Описывают технику выполнения вязки узлов, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют

	классификация					характерные ошибки в процессе освоения.
7	Применение туристских узлов в туристской технике	2				Применяют различные узлы по их назначению в туристской технике, работают в группах, исправляя свои ошибки и помогая советом одноклассникам.
8	Вязка узлов на время и с закрытыми глазами	2				
9	Определение цели и района похода	2			Карта местности, компас	Применяют различные способы при определении места для совершения похода. Объясняют причину своего выбора.
10	Распределение обязанностей в группе. ОФП	2			Перекладина, скамейка, шведская стенка	Применяют разученные упражнения для развития выносливости, силы и верхнего плечевого пояса.
11	Закупка, фасовка, упаковка и приготовление пищи в полевых условиях.	2			Рюкзак, кателки	Изучают историю туризма и запоминают имена выдающихся отечественных спортсменов. Описывают все возможные варианты используемой еды в полевых условиях, их фасовку и приготовление.
12	Составление меню на 1 день в полевых условиях. ОФП	2			Гимнастические палки	Описывают вариативное выполнение укладки рюкзака продуктами питания. Описывают как важен питьевой режим в походе и к чему может привести его не выполнение.
13	Питьевой режим в походе. ОФП	2			Набивные мячи	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения материала, соблюдают правила безопасности.
14	Организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря	2			Палатка, тент, костровые принадлежности.	Описывают технику выполнения всех действий при разворачивании лагеря (постановка палатки и её место положение, натягивание тента, разведение костра;
15	Разжигание костра, основные меры предосторожности	2			Костровые принадлежности	определение место положения всех станций по отношению друг к другу). Дают логическое объяснение, схеме и очередности постановки лагеря, определяют желаемое время развёртывания и свёртывания лагеря. Устраняют характерные ошибки.
16	Типы компасов,	2			Компас	Описывают типы компасов, строение и принцип

	строение компасов					работы. Описывают способы определения местонахождения и способы определения цели которой необходимо достигнуть. Самостоятельно выполняют ориентирование на местности. Проявляют коммуникативные способности при общении и одноклассниками. Проводят работу над ошибками.
17	Работа с компасом, определение азимута	2				
18	Ориентирование на местности	2			Компас, карта местности	
19	Движение по азимуту	2				
20	Определение место положения	2				
21	Изучение топографических знаков	2			Спортивная карта местности, компас	Описывают все виды известных карт и масштабов, определение крутизны склона, рельефа, микрорельефа, определение азимута. Описывают существующие топографические знаки, пытаются найти их на местности. Выполняют передвижение по азимуту, определяют своё местоположение на карте самостоятельно. Проводят работу над ошибками и устраняют их
22	Топографические карты и их разновидности	2				
23	Прокладывание маршрута	2				
24	Определение крутизны склона	2				
25	Основные направления на стороны горизонта	2				
26	Определение азимута, его отличие от простого угла	2				
27	Туризм и экскурсии как спорт и отдых	2			Мультимедийная презентация	
28	Географическое положение с. Б.Березники	2				
29	Рельеф территории с.Б.Березники	2				
30	Климат и микроклимат, прибрежные и горные районы	2				

31	Виды препятствий в туризме	2			Гимнастические маты,	Изучают виды препятствий в туризме, описывают, возможные варианты преодоления этих препятствий. Выполняют преодоление препятствий самостоятельно, со страховкой и с помощью учителя. Описывают ошибки и устраняют их.
32	Способы преодоления, различных препятствий	2			гимнастические скамейки, верёвка (диаметр 10 мм, длина 50 м)	
33	Растительный покров. Высотная зональность	2			Мультимедийная презентация	Изучают историю с.Б.Березники, рельефа, географического положения. Климатических условий, растительного покрова, горных пород и т.д. описывают флору и фауну Б.Березниковского района, климатическое и географическое положение.
34	Мини поход на территории школы	2			Рюкзак, спальник, коврик, палатки, тент, котелки, костровые принадлежности.	Выполняют все действия которые необходимо предпринимать в пешеходном походе при постановке лагеря, и его сворачиванию, с импровизированной кухней. Выполняют отдельные элементы постановки лагеря сообща, затем меняются станциями.
		Итого 68				

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

№	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1	<p>Библиотечный фонд.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Допженко туризма в дореволюционной России и СССР. - Ростовский университет, 1988. 2. Энциклопедия туриста. - М., БРЭ, 1993. 3. Берман турист. - М., ФиС, 1977. 4. Лукоянов спортивные походы. - М., ФиС, 1988. 5. Коструб справочник туриста. - М., Профиздат, 1990. 6. Питание в туристском путешествии. - М., Профиздат, 1986. 7. Матюцкий о растениях. - М., Профиздат, 1988. 8. Пospelов о географических названиях. - М., Профиздат, 1988. 9. Куприн картография.- М., Просвещение, 1989. 10. Бардин туризма. - М., Просвещение, 1981. 11. Штюрмер справочник туриста. - М., ФиС, 1985. 12. На маршруте туристы - следопыты. - М., Просвещение, 1987. 	1

	<p>13. Сборник официальных документов по детско - юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей. - М., ЦДЮТур России, 1995.</p> <p>14. Алексеев в туристском походе. - М., ЦДЮТур России, 1996.</p> <p>15. , Константинов и ориентирование в туристском путешествии. - М, ЦДЮТур России, 1997.</p> <p>16. В классе, в парке, в лесу. - М, ЦДЮТур России, 1996.</p> <p>17. Константинов соревнования учащихся. - М., ЦДЮТур России, 1995.</p> <p>18. Рыжавский . - М, ЦДЮТур России, 1996.</p> <p>19. Шибаев . - М, ЦДЮТур России, 1996.</p> <p>20. В горах. - М., ЦДЮТур России, 1996.</p> <p>21. Шибаев ли вы ориентироваться в пространстве и времени. - М., ТЦЮТур России, 1996.</p> <p>22. Багаутдинова - краеведческая деятельность в начальной школе. - М., ЦДЮТур России, 1997.</p> <p>23. , Ротштейн туристских вожиков.- М., ЦДЮТур России, 1997.</p> <p>24. , , Дрогов , дети и туризм. - М., ЦДЮТур России, 1997.</p>	
2.	Печатные пособия: Карты спортивные, физические, административные, туристские, атласы, схемы	
3	Туристское снаряжение	
3.1	Палатки 3-х и 4-х местные	7-10

3.2	Тент	2
3.3	Рюкзак	20-30
3.4	Костровой набор (тросик, набор котлов)	2
3.5	Спальник	20
3.6	Топор	2
3.7	Компас жидкостный	5
3.8	Лопата сапёрная	2
3.9	Газовая горелка	4
3.10	Штормовой костюм	20
3.11	Медицинская аптечка	1
3.12	Коврик теплоизоляционный	20-30
3.13	Верёвка Д-10	3
3.14	Карабины	30-50
3.15	Каски	20
3.16	Страховочные системы	20
3.17	Блокировки	10
3.18	Репшнур (1.5м)	20-30
	4. Технические средства обучения	
4.1.	Интерактивная доска	1
4.2	Компьютер	1
4.3.	Магнитофон	1