

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД ЙОШКАР-ОЛА»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «АЗИМУТ» Г. ЙОШКАР-ОЛЫ
ИМЕНИ СЕРГЕЯ ВАСИЛЬЕВИЧА ЯШИНА»

ПРИНЯТО
педагогическим советом
От «27» августа 2024г.
Протокол №1



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МОУДО «ДЮЦ «Азимут»
Роженцова Роженцова О.Н.
Приказ №137-од от «30» августа 2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ЛЕСНАЯ ТРОПИНКА»**

ID программы: 6260
Направленность программы: туристско-краеведческая
Уровень программы: стартовый
Категория и возраст обучающихся: от 7 до 12 лет
Срок освоения программы: 2 года
Объем: 288 часов (144 часа в год)
Разработчик программы:
педагог дополнительного образования Пчелинцев А.Е.

г. Йошкар-Ола
2024 год

1. Пояснительная записка

1.1. Дополнительная общеразвивающая программа «Лесная тропинка» реализуется в соответствии с туристско-краеведческой направленностью образования.

В современных условиях одна из острых проблем является проблема физического и нравственного здоровья подрастающего поколения. Большинство детей и подростков ведут малоподвижный образ жизни, много времени проводят за компьютерами, смартфонами, планшетами, что становится причиной ухудшения их здоровья, снижения физических показателей, дети все чаще ограничиваются виртуальным общением.

Ещё одной, не менее важной проблемой, является то, что дети, проявляя интерес к туризму и ориентированию, не имеют определенных знаний и навыков спортивно-оздоровительной деятельности, выживания в экстремальных условиях, оказания первой медицинской помощи.

В процессе занятий ребята учатся продуктивно взаимодействовать, выстраивать социально позитивные взаимоотношения с ровесниками и с взрослыми, находиться в коллективе. От тех нравственных ориентиров, которые сформированы у юной личности, во многом зависит ее будущее.

Воспитательные аспекты программы решают задачи:

-взаимодействие педагога и воспитанника, ориентированное на сознательное овладение детьми социальным и духовным опытом, формирование у них социально-значимых ценностей и социально-адекватных приемов поведения;

- целенаправленный процесс формирования у ребенка культуры.

1.2. Актуальность программы обусловлена запросом общества. Многие родители желают, чтобы их дети научились основам ориентирования и туризма, росли здоровыми и активными, приучались к спорту. Высокие достижения и узкая специализация по видам спорта возможны в дальнейшем, а в возрасте 7-12 лет дети хотят, что называется попробовать себя в разных направлениях, чтобы выбрать то, что понравится. Данная программа позволяет попробовать себя и в ориентировании, и в туризме, пройти их основы. Главной целью является не участие в соревнованиях и получение разрядов, а получение знаний и умений, которые всегда пригодятся в жизни, помогут обучающимся гармонично развиваться и укрепить свое здоровье. Дети, успешно освоившие данную программу, могут продолжить свое обучение и стать при желании спортсменами. В модуле основы безопасности жизнедеятельности обучающиеся попробуют себя в роли исследователей природы, познакомятся с основами экологии и правилами поведения в различных ситуациях.

1.3. Отличительные особенности программы.

Содержание образовательного модуля программы представляю четыре раздела:

1. Спортивное ориентирование; 2. Физическая подготовка; 3. Туризм; 4. Основы безопасности жизнедеятельности.

Таким образом, усилия образовательного, воспитательного и тренировочного процессов, объединены в трех направлениях: ориентирование, туризм и основы безопасности жизнедеятельности. На долю практических занятий приходится почти 70% всего объема программы.

Адресат программы - обучающихся 7-12 лет. Зачисление в группы производится при наличии заявления родителей (законных представителей) и справки о состоянии здоровья, обеспечивающую доступ к занятиям физической культурой и спортом.

Срок освоения программы– 2 года. 1 часа в год.

Форма обучения – очная

Уровень программы – стартовый.

Особенности реализации образовательного процесса.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа. Расписание занятий составляется таким образом, чтобы все мероприятия заканчивались в дневное время даже зимой, засветло, т.е. до 15-30.

Особенности реализации образовательного процесса. Программа реализуется при **сетевом взаимодействии** МОУДО «ДЮЦ «Азимут» и Общество с ограниченной ответственностью "Мама тревел".

2. Цель и задачи программы.

2.1. Цели: Обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий ориентированием, туризмом, экологией и основам безопасности жизнедеятельности.

2.2. Задачи:

- массовое вовлечение школьников в систематические занятия ориентированием, туризмом, экологией и основам безопасности жизнедеятельности;
- развитие ответственного отношения к охране природы, как основе существования человечества;
- развитие исследовательского интереса и наблюдательности в природе;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- укрепление здоровья;
- всестороннее физическое развитие;
- привитие основных гигиенических навыков;

Личностные: формирование общественной активности личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни.

Метапредметные - развитие мотивации к ЗОЖ, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности.

Образовательные (предметные) - развитие познавательного интереса к спортивному ориентированию и туризму, включение в познавательную деятельность ребят, приобретение определенных знаний по ориентированию и технике пешеходного туризма.

Объем программы-144 часа в год, 4 часа в неделю.

3. Содержание программы

3.1. Спортивное ориентирование.

Теоретическая часть. История возникновения, развитие, виды спортивного ориентирования. Правила поведения и техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Одежда и снаряжение ориентировщика. Питание, режим, гигиена. Врачебный контроль и самоконтроль спортсмена.

Практическая часть. Топография. Условные знаки. Спортивная карта. Масштаб карты. Определение расстояния на карте. Определение сторон света.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание

Теоретическая часть. Карта, как вид сверху на местность. Карты летние и зимние. Порядковый номер КП (контрольного пункта). Цифровое обозначение КП. Описание расположения КП. Виды условных знаков (точечные, линейные, площадные, немасштабные).

Практическая часть. Основные группы условных знаков. Основные цвета карты. Условные обозначения ориентиров. Проходимость местности. Цвет и знаки обозначения дистанции. Изучение условных знаков на местности. Сравнение цветов и знаков карты с реальностью. Прогулка по лесу с картами разного масштаба.

Формы контроля педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание

Теоретическая часть. Спортивная карта. Компас. Азимут.

Практическая часть. Масштаб карты и определение расстояний.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание

3.2. Основы туризма.

Теоретическая часть. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный. Понятие о спортивно-оздоровительном туризме. Воспитательная роль туризма.

Практическая часть. Волевые усилия и их значение в походах и тренировках. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание

Теоретическая часть. Понятие о личном и групповом снаряжении. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов.

Практическая часть. Подготовка личного снаряжения к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание

Теоретическая часть. Топоры, пилы. Освоение навыков по укладке рюкзака. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги в походе. Обеспечение безопасности при выборе места для привалов и ночлегов. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, время года, физическое состояние участников и т.д.).

Практическая часть. Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Использование тентов и простейших укрытий.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание

Теоретическая часть. Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров. Меры безопасности при обращении с огнем и при заготовке дров.

Практическая часть. Уборка места лагеря перед уходом группы.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание

Теоретическая часть. Подготовка к походу. Подготовка личного и общественного снаряжения. Режим питания в походе и калорийность пищи. Особенности получения воды из льда и снега. Простейшие способы очистки и обеззараживания воды.

Практическая часть. Приготовление пищи на костре. Туристские должности в группе. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Обеспечение безопасности при прохождении препятствий.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание

Теоретическая часть. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий. Характерные аварийные случаи в пешем и лыжном путешествии. Оказание помощи терпящим бедствие.

Практическая часть. Подведение итогов похода. Составление отчета о походе.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание

3.3. Основы экологии и безопасности жизнедеятельности

Теоретическая часть. Экология как наука. Значение экологии в жизни человека. Растительный и животный мир ЛПЗ «Сосновая роща».

Практическая часть. Экологические исследования на примере растительности «Сосновой рощи».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание

Теоретическая часть. Охрана окружающей среды как основа существования человечества. Экологические акции. Понятие о предельно-допустимой концентрации веществ (ПДК). Безопасность жизнедеятельности и продукты питания. Влияние ПДК на самочувствие и здоровье человека.

Практическая часть. Взятие проб воздуха, воды и почвы на «Аллее здоровья». Практическая работа ПДК воздуха, ПДК воды, ПДК почвы. (Основные виды загрязнений и их ПДК. Способы снижения ПДК до нормативных значений).

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание

Теоретическая часть. Вода и ее значение для человека. Виды водных ресурсов. Способы очистки и доочистки воды в походных и бытовых условиях.

Практическая часть: способы очистки воды (фильтрация, кипячение, обеззараживание, конденсация и др.)

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание

Теоретическая часть. Правила поведения в различных ситуациях. Основы выживания. Выживание в экстремальных ситуациях. Обеспечение пищей, водой и укрытием в условиях автономного выживания. Психологические основы поведения в экстремальных ситуациях.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, практическое задание.

3.4. Воспитательный модуль

Знакомясь с основами спортивного ориентирования, дети учатся работать индивидуально, так как данная дисциплина предполагает как физическую нагрузку, так и способность быстро принимать решения при выборе маршрута на дистанции. Осваивая основы туризма, совершая экскурсии и походы, обучающиеся расширяют свой кругозор, получают новые знания об окружающей их социальной, культурной, природной среде, учатся уважительно и бережно относиться к ней, приобретают важный опыт социально одобряемого поведения в различных ситуациях.

На экскурсиях, в походах создаются благоприятные условия для воспитания у подростков самостоятельности и ответственности, формирования у них навыков самообслуживающего труда, преодоления их инфантильных и эгоистических наклонностей, обучения рациональному использованию своего времени, сил, имущества. Эти воспитательные возможности реализуются в рамках следующих видов и форм деятельности:

- регулярные пешие прогулки, экскурсии или походы выходного дня обучающихся на природу;
- исследовательская деятельность и наблюдение в природе;
- некатегорийные походы, ориентированные на организацию активного отдыха обучающихся, обучение навыкам поведения в природной среде, закаливание.

4. Планируемые результаты:

4.1. Спортивное ориентирование.

По окончании курса обучающиеся должны знать:

- способы преодоления различных естественных препятствий;
- правила участия в соревнованиях; - алгоритм действий на старте с системой электронной отметки; - основы безопасности на тренировках и соревнованиях.

Должны уметь: - преодолевать несложные естественные препятствия;

- ориентировать карту;
- пользоваться компасом и картой.

4.2. Основы туризма.

По окончании курса обучающиеся должны знать:

- требования техники безопасности в походе;
- общие подходы к организации и проведению походов;
- способы профилактики типичных заболеваний и основные приемы и средства оказания первой доврачебной помощи;
- перечень группового и личного снаряжения и правила ухода за ним;
- правила приготовления пищи;
- нормы личной и общественной гигиены, экологические требования к группе.

Должны уметь:

- разбивать бивуак (устанавливать и снимать палатки, разводить костры);

- оказывать само-, и взаимопомощь;
- применять указанные знания на практике;
- ориентироваться на местности при помощи карты и компаса;
- выполнять общие обязанности участника похода;
- правильно применять узлы.

4.3. Основы экологии и безопасности жизнедеятельности.

По окончании курса обучающиеся должны знать:

- правила поведения в природной среде;
- основные экологические законы и их значение;
- правила безопасности жизнедеятельности в техногенной среде;
- основы поведения и выживания в экстремальной ситуации;

Должны уметь:

- проводить простейшие экологические исследования;
- оценивать свою безопасность жизнедеятельности;
- личным примером способствовать охране окружающей среды.

4.4. Воспитание.

По окончании курса обучающиеся должны знать:

- особенности влияния вредных привычек на здоровье;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания;
- знать основные правила спортивных игр и применять их.

Должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные навыки;
- использовать навыки исследовательской деятельности в своей работе;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;

5.1. Учебный план 1 года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Спортивное ориентирование.	54	17	37	
1.1	История возникновения, развитие, виды спортивного ориентирования.	2	2		Контрольные вопросы.
1.2	Правила поведения и техника безопасности на занятиях и	4	2	2	Контрольные вопросы.

	соревнованиях. Одежда и снаряжение ориентировщика.				
1.3	Питание, режим, гигиена. Врачебный контроль и самоконтроль спортсмена.	2	2		Контрольные вопросы.
1.4	Топография. Условные знаки. Спортивная карта.	20	5	15	Тестовые задания.
1.5	Основные положения правил соревнований по спортивному ориентированию.	2	2		Контрольные вопросы.
1.6	Ориентирование на местности.	24	4	20	Контрольные задания и упражнения. Тесты.
2.	Основы туризма.	48	12	36	
3.1	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.	4	2	2	Контрольные вопросы.
3.2	Первая медицинская помощь. Медицинская аптечка.	6	3	3	Тестовые задания.
3.3	Личное и групповое туристическое снаряжение. Узлы.	8	3	5	Контрольные задания и упражнения.
3.4	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	8	2	6	Контрольные задания и упражнения.
3.6	Походы и экскурсии.	22	2	20	
3.	Основы экологии и безопасности жизнедеятельности	50	24	26	
4.1	Экология как наука. Значение экологии в жизни человека. Понятие о предельно-допустимой концентрации веществ (ПДК).	2	2		Контрольные вопросы.
4.2	Растительный и животный мир ЛПЗ «Сосновая роща».	4	2	2	Опрос
4.3	Экологические исследования на примере растительности «Сосновой рощи».	8	2	6	Индивидуальные задания
4.4	Охрана окружающей среды как основа существования человечества. Экологические акции.	4	2	2	Тестирование
4.5	Влияние ПДК загрязняющих веществ на самочувствие и здоровье человека. Взятие проб воздуха, воды и почвы на «Аллее здоровья».	16	4	12	Контрольные задания и упражнения.
4.6	Основные виды загрязнений и их ПДК. Способы снижения ПДК до нормативных значений.	2	2		Контрольные задания и упражнения.
4.7	ПДК воздуха, ПДК воды, ПДК почвы ЛПЗ «Сосновая роща».	18	4	14	Контрольные вопросы.
	Итого	144	41	103	

5.2. Учебный план 2 года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Спортивное ориентирование.	46	17	29	
1.1	Правила поведения и техника безопасности на занятиях и соревнованиях	2	2		Контрольные вопросы.
1.2	Одежда и снаряжение ориентировщика.	4	2	2	Контрольные вопросы.
1.3	Питание, режим, гигиена. Врачебный контроль и самоконтроль спортсмена.	6	6		Контрольные вопросы.
1.4	Топография. Условные знаки. Спортивная карта.	10	5	5	Тестовые задания.
1.5	Основные положения правил соревнований по спортивному ориентированию.	2	2		Контрольные вопросы.
1.6	Ориентирование на местности.	22		22	Контрольные задания и упражнения. Тесты.
2.	Основы туризма.	62	14	48	
3.1	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.	4	2	2	Контрольные вопросы.
3.2	Первая медицинская помощь. Медицинская аптечка.	6	3	3	Тестовые задания.
3.3	Личное и групповое туристическое снаряжение. Узлы.	8	3	5	Контрольные задания и упражнения.
3.4	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	8	2	6	Контрольные задания и упражнения.
3.6	Походы и экскурсии.	36	4	32	
3.	Основы экологии и безопасности жизнедеятельности	36	16	20	
4.1	Основы безопасности жизнедеятельности. Безопасность в городской и природной среде. Факторы природной и техногенной среды, оказывающие негативное воздействие на человека.	4	2	2	Контрольные вопросы.
4.2	Безопасность жизнедеятельности и продукты питания.	4	2	2	Тестирование
4.3	Вода и ее значение для человека. Виды водных ресурсов. Способы очистки и доочистки воды в походных и бытовых условиях.	4	2	2	Контрольные задания и упражнения.
4.4	Способы очистки воды (фильтрация, кипячение, обеззараживание, конденсация и др.)	4	2	2	Контрольные вопросы.
4.5	Экологические аспекты безопасности здоровья человека. Охрана окружающей среды.	2	2		Контрольные задания и упражнения.

4.6	Основы выживания в природной среде.	2	2		Контрольные вопросы.
4.7	Выживание в экстремальных ситуациях. Обеспечение пищей, водой и укрытием в условиях автономного выживания.	2	2		Индивидуальные задания
4.8	Психологические основы поведения в экстремальных ситуациях.	2	2		Индивидуальные задания
	Итого	144	47	97	

6.1. Календарный учебный график 1 года обучения

Календарный график составлен для двух групп, поэтому даты в столбце «дата» разные

1 группа занимается по средам и пятницам с 14-00 до 14-40 и с 14-50 до 15-30

2 группа занимается по вторникам и четвергам с 09-00 до 09-40 и с 09-50 до 10-30

Месяц	Дата	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол. ч.	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Сентябрь	10, 11	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	История возникновения, развитие, виды спортивного ориентирования.	Аллея здоровья, класс	Устный опрос
Сентябрь	12, 13	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Правила поведения и техника безопасности на занятиях и соревнованиях.	Класс	Устный опрос
Сентябрь	17, 18	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ, слайды.	2	Топография. Основные группы условных знаков. Основные цвета карты. Условные обозначения ориентиров. Проходимость местности. Цвет и знаки обозначения дистанции. Изучение условных знаков на местности. Карты летние и зимние.	Класс, аллея здоровья	Опрос
Сентябрь	19, 20	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Одежда и снаряжение ориентировщика.	Класс	Опрос
Сентябрь	24, 25	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Растительный и животный мир ЛПЗ «Сосновая роща».	«Сосновая роща»	Тесты, опрос
Сентябрь	26, 27	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Топография. Масштаб карты. Определение расстояния на карте. Определение сторон света.	Класс	Устный опрос
Октябрь	1,2	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Слайды, рассказ	2	Карта, как вид сверху на местность. Компас. Азимут. Рельеф. Гидрография. Растительность.	Класс	Задания с картой
Октябрь	3,4	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Прогулка по лесу. Экологический десант-уборка территории.	«Сосновая роща»	Задания для группы

Октябрь	8,9	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Растительный и животный мир ЛПЗ «Сосновая роща».	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Октябрь	10, 11	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ, слайды	2	Искусственные объекты. Общая информация на легендах: возрастная группа, длина дистанции, общий набор высоты, описание точки начала ориентирования. Порядковый номер КП.	Класс	Устный опрос
Октябрь	15, 16	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Изучение и отработка методов работы с компасом и картой, а также измерения расстояний необходимых для определения местоположения или передвижения в желаемую точку местности.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Октябрь	17, 18	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Экологические исследования на примере растительности «Сосновой рощи».	«Сосновая роща»	Опрос
Октябрь	22, 23	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика рассказ	2	Топография. Определение расстояния на местности шагами, по времени. Ориентирование с тропинки на тропинку.	«Сосновая роща»	Задания с картой
Октябрь	24, 25	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Прогулка по лесу с картами разного масштаба.	«Сосновая роща»	Задания с картой
Октябрь	29, 30	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	«Сосновая роща»	Задания с картой
Октябрь-ноябрь	31, 1	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Экологические исследования на примере растительности «Сосновой рощи».	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Ноябрь	5,6	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Экология как наука. Значение экологии в жизни человека. Понятие о предельно-допустимой концентрации веществ (ПДК).	Класс, «Сосновая роща».	Опрос
Ноябрь	7,8	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	«Сосновая роща»	Задания с картой
Ноябрь	12, 13	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Влияние ПДК загрязняющих веществ на самочувствие и здоровье человека.	«Сосновая роща»	Опрос
Ноябрь	14, 15	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	«Сосновая роща»	Задания с картой
Ноябрь	19, 20	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Экологические исследования на примере растительности «Сосновой рощи».	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Ноябрь	21, 22	с 09-00 до 10.30, с 14-00	Беседа	2	Основные виды загрязнений и их ПДК. Способы снижения ПДК до нормативных значений.	«Сосновая роща»	Тест

		до 15-30					
Ноябрь	26, 27	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	«Сосновая роща»	Задания с картой
Ноябрь	28, 29	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Взятие проб воздуха, воды и почвы на «Аллее здоровья».	Аллея здоровья	Индивидуальные задания
Декабрь	3,4	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	«Сосновая роща»	Задания с картой
Декабрь	5,6	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Основные положения правил соревнований по спортивному ориентированию.	Класс	Опрос
Декабрь	10, 11	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Задания для группы
Декабрь	12, 13	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	«Сосновая роща»	Задания с картой
Декабрь	17, 18	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Задания для группы
Декабрь	19, 20	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Экологические исследования на примере растительности «Сосновой рощи».	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Декабрь	24, 25	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	«Сосновая роща»	Задания с картой
Декабрь	26, 27	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30		2	Промежуточная аттестация	Класс	Тестовые задания
Январь	9, 10	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Первая медицинская помощь. Медицинская аптечка.	Класс	Опрос
Январь	14, 15	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Задания для группы
Январь	16, 17	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Первая медицинская помощь. Медицинская аптечка.	Класс, стадион, спортзал	Тесты
Январь	21, 22	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Задания для группы
Январь	23,	с 09-00	Практика	2	Экологические исследования на	«Сосновая	Тесты

	24	до 10.30, с 14-00 до 15-30	ка		примере растительности «Сосновой рощи».	роща»	
Январь	28, 29	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Личное и групповое туристское снаряжение. Понятие о личном и групповом снаряжении. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки.	Класс	Опрос, доклады
Январь	30, 31	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Задания для группы
Февраль	4,5	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ, беседа	2	Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Особые требования к одежде и обуви туриста-лыжника.	Класс	Опрос, доклады
Февраль	6,7	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Экологические исследования на примере растительности «Сосновой рощи».	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Февраль	11, 12	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ, беседа	2	Подготовка личного снаряжения к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Февраль	13, 14	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	ПДК воздуха, ПДК воды, ПДК почвы.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Февраль	18, 19	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный. Понятие о спортивно-оздоровительном туризме. Воспитательная роль туризма.	Класс	Опрос
Февраль	20, 21	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги в походе. Обеспечение безопасности при выборе места для привалов и ночлегов.	«Сосновая роща»	Опрос
Февраль	25, 26	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.	Класс, аллея здоровья	Опрос
Февраль	27, 28	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Охрана окружающей среды как основа существования человечества. Экологические акции.	Аллея здоровья	Индивидуальные задания
Март	4,5	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Охрана окружающей среды как основа существования человечества. Экологические акции.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Март	6,7	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Задания для группы
Март	11, 12	с 09-00 до 10.30, с 14-00	Рассказ, практика	2	Особенности получения воды из льда и снега. Простейшие способы очистки и обеззараживания воды.	«Сосновая роща», класс	Индивидуальные задания

		до 15-30			Приготовление пищи на костре. Составление меню и списка продуктов для похода.		
Март	13, 14	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ, практика	2	Характерные аварийные случаи в пешем и лыжном путешествии. Оказание помощи терпящим бедствие на холоде.	«Сосновая роща»	Опрос
Март	18, 19	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30		2	Охрана окружающей среды как основа существования человечества. Экологические акции.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Март	20, 21	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ, Видеофильм,	2	Знакомство с техникой преодоления естественных и искусственных препятствий. Зачетное отслеживание правильности выполнения упражнений на лыжах по пройденной теме на местности. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.	«Сосновая роща»	Опрос, индивидуальные задания
Март	25, 26	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Охрана окружающей среды как основа существования человечества. Экологические акции.	Аллея здоровья	Опрос, доклады
Апрель	1,2	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Апрель	3,4	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Использование тентов и простейших укрытий.	«Сосновая роща»	Опрос, доклады
Апрель	8,9	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Прогулка на лыжах в лес.	«Сосновая роща»	Задания для группы
Апрель	10, 11	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	ПДК воздуха, ПДК воды, ПДК почвы.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Апрель	15, 18	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Апрель	17, 18	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ, практика	2	Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров. Меры безопасности при обращении с огнем и при заготовке дров. Уборка места лагеря перед уходом группы.	Класс	Индивидуальные задания
Апрель	22, 23	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров. Меры безопасности при обращении с огнем и при заготовке дров. Уборка места лагеря перед уходом группы.	Аллея здоровья	Индивидуальные задания
Апрель	24, 25	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Экскурсия в ЛПЗ «Сосновая роща». Экологический десант-уборка территории.	«Сосновая роща»	Задания для группы

Апрель	29, 30	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	ПДК воздуха, ПДК воды, ПДК почвы.	Аллея здоровья	Индивидуальные задания
Май	6,7	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров. Меры безопасности при обращении с огнем и при заготовке дров. Уборка места лагеря перед уходом группы.	«Сосновая роща»	Задания для группы
Май	8	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Экскурсия в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Задания для группы
Май	13, 14	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Задания для группы
Май	15, 16	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности. Экологические исследования на примере растительности «Сосновой рощи».	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Май	20, 21	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Меры безопасности и страховка при преодолении естественных и искусственных препятствий. Правила купания в водоемах. Отработка навыков техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Май	22, 23	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Психологические основы поведения в экстремальных ситуациях.	Класс	Индивидуальные задания
Май	27, 28	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30		2	Итоговая аттестация.	Класс	Индивидуальные задания

6.2. Календарный учебный график 2 года обучения

Календарный график составлен для двух групп, поэтому даты в столбце «дата» разные

1 группа занимается по средам и пятницам с 14-00 до 14-40 и с 14-50 до 15-30

2 группа занимается по вторникам и четвергам с 09-00 до 09-40 и с 09-50 до 10-30

Месяц	Дата	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол. ч.	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Сентябрь	10, 11	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Правила поведения и техника безопасности на занятиях и соревнованиях.	Аллея здоровья	Устный опрос
Сентябрь	12, 13	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Одежда и снаряжение ориентировщика.	Класс	Индивидуальные задания
Сентябрь	17,	с 09-00	Рассказ	2	Питание, режим, гигиена.	Класс	Опрос

	18	до 10.30, с 14-00 до 15-30			Врачебный контроль и самоконтроль спортсмена.		
Сентябрь	19, 20	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Спортивные игры: футбол, баскетбол, волейбол.	Стадион	Задания для группы
Сентябрь	24, 25	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Безопасность жизнедеятельности и продукты питания.	Класс	Тесты
Сентябрь	26, 27	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Работа с картой	2	Топография. Основные группы условных знаков. Основные цвета карты. Условные обозначения ориентиров.	Класс	Опрос
Октябрь	1,2	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Топография. Масштаб карты. Определение расстояния на карте. Определение сторон света.	Класс	Устный опрос
Октябрь	3,4	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Проходимость местности. Цвет и знаки обозначения дистанции. Изучение условных знаков на местности. Карты летние и зимние.	Класс	Индивидуальные задания
Октябрь	8,9	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Прогулка по лесу. Экологический десант-уборка территории.	«Сосновая роща»	Задания для группы
Октябрь	10, 11	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Безопасность жизнедеятельности и продукты питания.	Класс	Опрос
Октябрь	15, 16	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ, слайды	2	Искусственные объекты. Общая информация на легендах: возрастная группа, длина дистанции, общий набор высоты, описание точки начала ориентирования. Порядковый номер КП.	Класс	Устный опрос
Октябрь	17, 18	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Изучение и отработка методов работы с компасом и картой, а также измерения расстояний необходимых для определения местоположения или передвижения в желаемую точку местности.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Октябрь	22, 23	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика рассказ	2	Топография. Определение расстояния на местности шагами, по времени. Ориентирование с тропинки на тропинку.	«Сосновая роща»	Задания с картой
Октябрь	24, 25	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Безопасность в городской и природной среде. Факторы природной и техногенной среды, оказывающие негативное воздействие на человека.	Класс	Индивидуальные задания
Октябрь	29, 30	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Прогулка по лесу с картами разного масштаба.	«Сосновая роща»	Задания с картой
Октябрь-ноябрь	31, 1	с 09-00 до 10.30, с 14-00	Практика	2	Безопасность жизнедеятельности и продукты питания.	«Сосновая роща»	Опрос

		до 15-30					
Ноябрь	5,6	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Экологические аспекты безопасности здоровья человека. Охрана окружающей среды.	Класс, «Сосновая роцца».	Опрос
Ноябрь	7,8	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	«Сосновая роцца»	Задания с картой
Ноябрь	12,13	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Чтение объектов с тропинки, взятие КП, расположенных в пределах видимости от линейных ориентиров.	«Сосновая роцца»	Задания с картой
Ноябрь	14,15	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	«Сосновая роцца»	Задания с картой
Ноябрь	19,20	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Основы безопасности жизнедеятельности. Безопасность в городской и природной среде.	«Сосновая роцца»	Опрос
Ноябрь	21,22	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	«Сосновая роцца»	Задания с картой
Ноябрь	26,27	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Вода и ее значение для человека. Виды водных ресурсов. Способы очистки и доочистки воды в походных и бытовых условиях.	«Сосновая роцца»	Опрос
Ноябрь	28,29	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	«Сосновая роцца»	Задания с картой
Декабрь	3,4	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Экскурсия в лес.	«Сосновая роцца»	Задания для группы
Декабрь	5,6	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Безопасность жизнедеятельности и продукты питания.	Класс	Индивидуальные задания
Декабрь	10,11	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	«Сосновая роцца»	Задания с картой
Декабрь	12,13	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Основные положения правил соревнований по спортивному ориентированию.	Класс	Опрос
Декабрь	17,18	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Факторы природной и техногенной среды, оказывающие негативное воздействие на человека.	«Сосновая роцца»	Опрос
Декабрь	19,20	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роцца»	«Сосновая роцца»	Задания для группы
Декабрь	24,25	с 09-00 до 10.30,	Рассказ	2	Психологические основы поведения в экстремальных ситуациях.	«Сосновая роцца»	Индивидуальные

		с 14-00 до 15-30					задания
Декабрь	26, 27	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30		2	Промежуточная аттестация.	Класс	Опрос
Январь	9,1 0	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Психологические основы поведения в экстремальных ситуациях.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Январь	14, 15	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Работа с топографической картой.	Класс	Опрос
Январь	16, 17	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.	Класс, аллея здоровья	Опрос
Январь	21, 22	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Первая медицинская помощь. Медицинская аптечка.	Класс	Опрос
Январь	23, 24	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Задания для группы
Январь	28, 29	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Типы рюкзаков, спальных мешков.	Класс	Тесты
Январь	30, 31	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Подготовка личного снаряжения к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.	Класс	Задания для группы
Февраль	4,5	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Личное и групповое туристское снаряжение. Понятие о личном и групповом снаряжении.	Класс	Опрос, доклады
Февраль	6,7	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Задания для группы
Февраль	11, 12	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ, практика	2	Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Особые требования к одежде и обуви туриста-лыжника.	Класс	Опрос, доклады
Февраль	13, 14	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Февраль	18, 19	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Психологические основы поведения в экстремальных ситуациях.	«Сосновая роща»	Опрос
Февраль	20, 21	с 09-00 до 10.30,	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Задания для группы

		с 14-00 до 15-30					
Февраль	25, 26	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практик а	2	Обеспечение безопасности при прохождении препятствий. Отработка техники движения по целине, тропам, по пересеченной местности (лес, заросли кустарников, завалы, наледи). Подъем «лесенкой», подъем «елочкой».	«Соснова я роща»	Индивидуальные задания
Февраль	27, 28	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практик а	2	Задания по технике спортивного ориентирования	«Соснова я роща»	Индивидуальные задания
Март	4,5	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Психологические основы поведения в экстремальных ситуациях.	«Соснова я роща»	Индивидуальные задания
Март	6,7	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых	«Соснова я роща»	Опрос, доклады
Март	11, 12	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практик а	2	Прогулка на лыжах в лес.	«Соснова я роща»	Задания для группы
Март	13, 14	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ, практика	2	Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров.	«Соснова я роща»	Индивидуальные задания
Март	18, 19	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практик а	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Соснова я роща»	Задания для группы
Март	20, 21	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ, практика	2	Особенности получения воды из льда и снега. Простейшие способы очистки и обеззараживания воды. Приготовление пищи на костре.	«Соснова я роща», класс	Индивидуальные задания
Март	25, 26	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Топографическая карта. Выбор маршрута.	«Соснова я роща»	Опрос
Апрель	1,2	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Выживание в экстремальных ситуациях.	«Соснова я роща»	Опрос
Апрель	3,4	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ, Видеофильм	2	Знакомство с техникой преодоления естественных и искусственных препятствий. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.	«Соснова я роща»	Опрос, индивидуальные задания
Апрель	8,9	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Выживание в экстремальных ситуациях.	«Соснова я роща»	Опрос
Апрель	10, 11	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практик а	2	Правила поведения в палатке. Использование тентов и простейших укрытий.	Аллея здоровья	Индивидуальные задания

Апрель	15, 18	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы.	Класс	Индивидуальные задания
Апрель	17, 18	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Способы очистки воды (фильтрация, кипячение, обеззараживание, конденсация и др.)	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Апрель	22, 23	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Обеспечение пищей, водой и укрытием в условиях автономного выживания.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Апрель	24, 25	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Обеспечение пищей, водой и укрытием в условиях автономного выживания.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Апрель	29, 30	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Меры безопасности при обращении с огнем и при заготовке дров. Уборка места лагеря перед уходом группы.	«Сосновая роща»	Задания для группы
Май	6,7	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Беседа	2	Основы выживания.	«Сосновая роща»	Опрос
Май	8	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Май	13, 14	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Май	15, 16	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Рассказ	2	Обеспечение пищей, водой и укрытием в условиях автономного выживания.	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Май	20, 21	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Поход в ЛПЗ «Сосновая роща»	«Сосновая роща»	Индивидуальные задания
Май	22, 23	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30	Практика	2	Ориентирование на местности.	Стадион	Индивидуальные задания
Май	27, 28	с 09-00 до 10.30, с 14-00 до 15-30		2	Итоговая аттестация	Класс	Индивидуальные задания

7. Комплекс организационно-педагогических условий

Условия реализации программы.

Кадровое обеспечение - педагог дополнительного образования первой категории МОУДО ДЮЦ «Азимут» г.Йошкар-Олы Пчелинцев Александр Евгеньевич.

Информационное обеспечение:

1. Организации занятий спортивным туризмом с учащимися. [Электронный ресурс] URL: https://revolution.allbest.ru/sport/00391341_0.html.
2. Спортивное ориентирование на местности. [Электронный ресурс] URL: <http://life4health.ru/sportivnoe-orientirovanie-na-mestnosti-sut-pravila-polozhenie>
3. Правила оказания первой помощи. Электронный ресурс URL: http://www.mchs.gov.ru/upload/site1/document_file/AfYX9NREiM.pdf.
4. Нормативы ГТО. Электронный ресурс URL: <https://www.gto.ru/norms>
5. <https://videouroki.net/razrabotki/rabochaya-programma-po-vospitatelnoy-rabote.html>- рабочая программа по воспитательной работе
6. <https://infourok.ru/rabochaya-programma-vospitatelnoy-raboti-328614.html>- рабочая программа воспитательной работы

Материальное обеспечение.

Перечень учебного оборудования и туристского снаряжения

№	Наименование	Количество, шт
1	Призмы для ориентирования на местности	20
2	Компостеры для отметки	комплект
3	Система электронной отметки (станции, чипы)	комплект
4	Секундомер электронный	2-6
5	Компас жидкостный для ориентирования	4-6
6	Карты топографические учебные	комплект
7	Карты топографические спортивные	комплект
8	Кольшки для призм и системы отметки	20
9	Курвиметр	1
10	Мультимедиа и экран демонстрационный	комплект
11	Доска учебная (мелки цветные)	комплект
12	Игры учебные по ориентированию	комплект
13	Палатки туристские 3-4 местные	2-4
14	Пила двуручная в чехле	1
15	Топор в чехле	1
16	Котлы туристские (5-7 л) и рукавицы костровые	комплект
17	Аптечка первой помощи в боксе	комплект
18	Коврик теплоизоляционный	8-10
19	Ноутбук	1
20	Флэш-карта	3
21	Пчёлка-У 8.010 Мини-экспресс-лаборатория.	1 комплект
22	Рулетка, 5м.	1
23	Рюкзак туристический	приобретается самостоятельно
24	Спальный мешок в чехле	приобретается самостоятельно
25	Спортивная одежда и обувь по сезону	приобретается самостоятельно
26	Перчатки или рукавицы	приобретается самостоятельно
27	Лыжи, лыжные ботинки, палки, мазь	приобретается самостоятельно

7.2. Формы аттестации и оценочные материалы

Для оценки качества освоения программы предусмотрено использование таких видов контроля, как предварительный, текущий, промежуточный, итоговый, а так же групповые и индивидуальные формы аттестации учащихся с целью определения соответствия результатов освоения программы, заявленным целям и планируемым результатам обучения.

Предварительный контроль (сентябрь) проводится в форме собеседования на первых занятиях с целью выявления уровня начальных знаний.

Текущий контроль (в течение учебного года) проводится в течение всего года и представляет собой основную форму контроля. Используются такие методы как наблюдение, опрос, учебно-тренировочные занятия, контрольные индивидуальные задания, где дети могут применить свои знания на практике, выполняя коллективную или индивидуальную работу (выполнение заданий).

Промежуточный контроль (декабрь) проводится по окончании полугодия в форме тренировочных соревнований.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года в форме выполнения заданий обучающимися. Мониторинг результатов обучения осуществляется по 3-бальной системе:

- Высокий уровень – 3 балла: самостоятельная деятельность обучающегося в совместной деятельности с взрослым.
- Средний уровень – 2 балла: педагог создает проблемную ситуацию, направленные на проявление инициативы обучающегося, использование вопросно-ответной формы или примеров.
- Низкий уровень – 1 балл: обучающийся не способен выполнить задание, не проявляется в проблемных ситуациях.

В приложении №1 представлена диагностическая карта освоения программы, которая заполняется результатами выполнения обучающимся заданий.

7.3. Методическое обеспечение программы

В теоретической части образовательного процесса используются традиционные методы обучения: словесные (рассказ, объяснение, беседа, диспут); наглядные (демонстрация, показ плакатов, рисунков, схем, графических изображений, карт, видеофильмов, приемов работы); практические (исследование, работа с книгой, справочной литературой, дидактическим материалом, нормативно-правовыми документами, выполнение заданий, упражнений по спортивному ориентированию, технике туризма, основам экологии).

Метод применения информационно-коммуникационных технологий позволяет обучать детей на основе самостоятельного поиска информации в сети интернет, обмена информацией.

Так же применяется метод дистанционного обучения. Под дистанционным образовательными технологиями, понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей (интернет) при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии учащихся и педагогических работников. (Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 21.07.2014) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2015), ст. 16). При данном подходе повышается доступность качественного образования.

Разработана дистанционная программа «Основы спортивного ориентирования», которая может быть использована обучающимися для самостоятельного повторения теоретического материала раздела «Спортивное ориентирование» данной программы.

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

обучению. Рекомендуемые типы занятий: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия, контрольно-проверочные занятия, тестирование. Рекомендуемые формы занятий: учебные занятия в кабинете и учебно-тренировочные занятия на местности, занятия по ОФП и СФП в спортивном зале и на местности. Кроме того используются такие формы, как соревнование, конкурс, поход, экскурсия, исследование, игра, практическая работа. Основной составляющей подготовки юных туристов являются учебно-тренировочные походы

7.4. Педагогические технологии

Педагогические технологии, используемые при реализации программы: здоровьесберегающая технология, технология развивающего обучения.

Здоровьесберегающая технология – это целая система, создающая условия для сохранения, укрепления и приумножения физического, психологического, умственного и духовного здоровья воспитанников. Направлена на развитие способностей, заложенных природой в каждом ребенке.

Сбережение здоровья включает:

- мониторинг состояния детей во время занятий и мероприятий со стороны педагогов;
- использование природной среды для занятий и мероприятий (ЛПЗ «Сосновая роща», «Аллея здоровья», стадион);
- учет возраста и уровня развития ребенка при разработке мероприятий;
- создание благоприятной психологической обстановки во время занятий;
- ежедневная физическая нагрузка (пешие прогулки, экскурсии, походы, подвижные игры на свежем воздухе, соревнования, спортивные мероприятия);
- включение вопросов ЗОЖ в каждое мероприятие;
- ежедневный мониторинг погоды и климата в помещении (температура, степень освещенности, шума и других внешних раздражителей);
- продолжительность, число и частота смены видов деятельности;

Развивающее обучение.

Подразумевает принципиально новый подход, направленный на раскрытие способностей, личных интересов и качеств каждого ребенка. Развивающее обучение строится на основе комплекса принципов:

- формирование у ребенка привычки мыслить, а не знаний, умений и навыков (при занятиях и соревнованиях по спортивному ориентированию, каждый участник выбирает свой маршрут на дистанции, свою тактику ее прохождения в зависимости от условий);
- включение рациональной сферы и эмоций в образовательный процесс (в неформальной обстановке похода, экскурсии дети учатся общаться друг с другом, приобщаются к

коллективным делам, получают практические навыки нахождения в природной среде, начинают понимать значение охраны природы и бережного отношения к ней);

- полное осознание детьми смысла происходящего обучения;
- всестороннее развитие обучающихся с ведущей ролью теоретического познания;
- персональный подход, отсутствие жесткой структуры обучения и масса других принципов.

Задача развивающей методологии заключается во всестороннем формировании личности.

Отсутствие в учреждениях дополнительного образования детей жесткой регламентации деятельности, гуманистические взаимоотношения участников добровольных объединений детей и взрослых, комфортность условий для творческого и индивидуального развития детей, адаптация их интересов к любой сфере человеческой жизни создают благоприятные условия для внедрения развивающей методологии в практику их деятельности.

7.5. Воспитательная работа

В последнее время все больше внимания уделяется процессу воспитания подрастающего поколения. Воспитание патриотизма, бережного отношения к природе, уважения к старшим, становление активной гражданской позиции, формирование здорового образа жизни не происходит само собой. Как часть непрерывного образования, система дополнительного образования призвана внести свою роль в воспитание детей. Именно в системе дополнительного образования создаются наиболее благоприятные условия для создания вокруг каждого ребенка ситуации успеха, что позволяет выстроить индивидуальный воспитательный процесс. Дополнительное образование детей — сфера педагогически целесообразной занятости детей в их свободное время.

Общая цель воспитательной модели в системе дополнительного образования — воспитание развитой и социально ответственной личности, создание условий и возможностей для самореализации и развития талантов через реализацию воспитательного потенциала дополнительных общеобразовательных программ для каждого ребенка.

Цель и задачи воспитательной работы

Цель воспитания

- воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде обитания;

Задачи воспитания

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;

- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формировать и пропагандировать здоровый образ жизни.

Планируемые результаты реализации программы воспитания

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать помощь членам коллектива, находить с ними общий язык и общие интересы.

Работа с коллективом обучающихся

Работа с коллективом обучающихся детского объединения нацелена на:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

Работа с родителями

Работа с родителями обучающихся детского объединения включает в себя индивидуальные консультации

Календарный план воспитательной работы

Модуль работа с родителями			
1.	Организационное родительское собрание	Знакомство родителей с целями и задачами обучения по данной ДООП, особенностями организации учебного процесса, режимом работы и учебным графиком	сентябрь

2.	Индивидуальные консультации для родителей	Решение вопросов социального и педагогического характера	в течение учебного года
3.	Открытые занятия для родителей	Знакомство родителей с промежуточными результатами работы объединения	декабрь, апрель
4.	Итоговое родительское собрание	Подведение итогов работы объединения, знакомство с результатами итоговой аттестации обучающихся	май

Модуль безопасность на занятиях

1.	Первичный инструктаж по ТБ, правилам пожарной безопасности, поведению на дорогах, поведению при угрозе ЧС и теракта	Повышение уровня конструктивного поведения обучающихся	сентябрь
2.	Проведение учений по эвакуации при ЧС		октябрь
3.	Проведение бесед по антикоррупционному поведению	Формирование социальной компетентности	ноябрь
4.	Проведение бесед антинаркотической направленности	Противостояние манипуляциям	декабрь
5.	Повторный инструктаж по ТБ, правилам пожарной безопасности, поведению на дорогах, поведению при угрозе ЧС и теракта	Повышение уровня конструктивного поведения обучающихся	январь
6.	Проведение бесед по информационной безопасности в сети	Формирование социальной компетентности	февраль
6.	Беседы по профилактике разрешения конфликтных ситуаций с применением медиативных технологий	Повышение уровня конструктивного поведения обучающихся в конфликтных ситуациях	март
7.	Проведение бесед о здоровом образе жизни	Формирование социальной компетентности	апрель
8.	Проведение бесед по правилам поведения на дорогах, в общественных местах в летнее время, по правилам поведения у водоемов	Повышение уровня конструктивного поведения обучающихся	май

Модуль воспитательная среда

1.	День открытых дверей 31.08.2024	Знакомство родителей и детей с целями и задачами обучения по данной ДООП, особенностями организации учебного процесса, режимом работы и учебным графиком	сентябрь
2.	День пожилых людей 1.10.2024 День учителя 5.10.2024	Беседа о пожилых людях. Сердце отдавая детям - роль учителя в воспитании и получении знаний.	октябрь

3.	День народного единства 4.11.2024	Россия - многонациональная страна. Беседа.	ноябрь
4.	День конституции России 12.12.2024	Конституция – основной закон государства.	декабрь
5.	Новый год 1.01.2025 Рождество 7.01.2025	Новогодние праздники. Традиции и обряды. Беседа.	Январь
6.	День защитника Отечества 23.02.2025	Занятие «Славные традиции наших побед»	февраль
7.	Международный женский день 08.03.2025	Готовим подарок маме. Практическое занятие.	Март
8.	День здоровья 7.04.2025 День космонавтики 12.04.2025	Соревнования по спортивному туризму. Беседа о здоровом образе жизни	Апрель
9.	День Победы 9.05.2025	Соревнования по спортивному ориентированию. Занятие «Никто не забыт, ничто не забыто»	Май

8. Список использованной литературы

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

3. Указ Президента РФ от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

4. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 года № 1726-р (ред. От 30.03.2020);

5. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р;

6. Государственная программа РФ «Развитие образования», утвержденная постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 года № 1642 (ред. От 16.07.2020);

7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16);

8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Литература для педагога:

1. Андреева, Н. Д. Теория и методика обучения экологии— 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 190 с.
2. Бардин К.В. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981.
3. Боген М. М. Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям. «Либроком», 2010.
4. Верба И. А, Голицын С. М, Куликов В. М, Рябов Е. Г. Туризм в школе. Москва, Физкультура и спорт, 1983.
5. Воспитательный процесс: изучение эффективности: методические рекомендации/ под редакцией Е.Н. Степанова – М., 2016;
6. Голованов В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования: Учеб.пособие / В.П. Голованов. — М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004. — 239 с.
7. Каргина З.А. Практическое пособие для работы педагога дополнительного образования. – Изд. доп.- М.: Школьная Пресса, 2008;
5. Константинов Ю.С. Глаголева О.Л. Уроки ориентирования: Учебно-метод. пособие. - М.: ФЦДЮТиК, 2005.
7. Константинов Ю.С., Степанов В.С., Федотов Ю.Н. Организация детско-юношеского туризма: учебник для ВУЗов. – СПб.: СПб-ГУФК им. П.Ф. Лесгафта. 2008.
8. Константинов Ю.С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: учебное пособие для ВУЗов. – М.: Советский спорт, 2009
9. Куликов В. М, Ротштейн Л. М, Константинова Ю. В. Словарь юного туриста. Москва, 2008.
10. Макашев В.А., Петров С.В. Опасные ситуации техногенного характера и защита от них: учебное пособие. ЭНАС; Москва; 2008 ISBN 978-5-93196-920-6
11. Маленкова П.И. Теория и методика воспитания/ М., 2017;
12. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе: учебное пособие для ВУЗов. – М.: Академия, 2004.
13. Пропп В.Я. Экологические сказки для детей / В.Я. Пропп. - М.: Владос, 2012. - 405 с.
14. Селиванова Н.Л. Воспитание в системе образования: от проблем настоящего к контурам будущего/ Н.Л. Селиванова // Третий выпуск специализированного издания «Среднее образование в России» (приложение к сборнику «Федеральный справочник.

Образование в России»). — 2014. — С. 76-99. — URL: <http://federalbook.ru/projects/fso/so-structura-3.html>

15. Слостенин В.А. Методика воспитательной работы- изд.3-е-М, 2015.

16. Способы автономного выживания человека в природе. Под ред. Михайлова Л. А. Питер, 2008 .-272 с.

17. Туризм и краеведение. Программы для системы дополнительного образования детей. Под общей редакцией Константинова Ю.С. М.:ФЦДЮТиК, 2014

18. Туристско-краеведческие кружки в школе. Под ред. Титова В.В. – М.: Просвещение, 1988.

19. Хрипкова А. Г. И др. Возрастная физиология и школьная гигиена. М., Просвещение, 2003.

20. Цветкова И.В. Эко-проект "Маленький принц", или Экологические задания маленьким хозяевам нашей планеты. - М.: Просвещение, 2008. - 265 с.

21. Энциклопедия спортивного ориентирования. Такое разное ориентирование. Сборник. Под общей редакцией В.М. Алёшина, ИИПЦ, Воронежский государственный университет, 2009.

Электронные ресурсы:

1. <https://videouroki.net/razrabotki/rabochaya-programma-po-vozpitatelnoy-rabote.html>-
рабочая программа по воспитательной работе

2. <https://infourok.ru/rabochaya-programma-vozpitatelnoy-raboti-328614.html>-
рабочая программа воспитательной работы

3. Организации занятий спортивным туризмом с учащимися. [Электронный ресурс]
URL: https://revolution.allbest.ru/sport/00391341_0.html.

4. Правила оказания первой помощи. Электронный ресурс URL:
http://www.mchs.gov.ru/upload/site1/document_file/AfYX9NREiM.pdf

5. Спортивное ориентирование на местности. [Электронный ресурс] URL:
<http://life4health.ru/sportivnoe-orientirovanie-na-mestnosti-sut-pravila-polozhenie>

