Управление образования Брянской городской администрации
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы» Володарского района г. Брянска

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «31» августа 2026 г.

Утверждаю:
директор
_____ О.В. Черняева
Приказ № 113
от «01» сентября 2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«СПОРТИВНЫМИ ТРОПАМИ»

Уровень освоения программы:
углубленный

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации: 1 год (144 часа)

Автор-составитель: Машичев Александр Сергеевич,
педагог дополнительного образования

г. Брянск, 2026

История программы

Программа разработана в 2005 году и имела первоначальное название «Туристское многоборье». Она была апробирована на обучающихся «Станции юных туристов» Володарского района г. Брянска.

В 2009 г. в связи с изменениями в названии дисциплины вида спорта спортивный туризм «туристское многоборье» на дисциплину «дистанции – пешеходные» возникла необходимость изменения названия и содержания образовательной программы. В новой редакции название программы «Спортивными тропами» и терминология в ней были заменены на «Спортивный туризм дисциплина дистанции пешеходные»

В программу были внесены следующие изменения:

2009 г. изменился понятийный аппарат в виду того что изменился регламент в виде спорта спортивный туризм;

2015 г. изменения в порядок аттестации обучающихся, оценочные материалы, в учебный план объединения и в содержание программы.

2016 г. добавлены в учебный план программы формы контроля по разделам и темам, изменения в нормативную базу;

2019 г. внесены изменения в нормативную базу;

2020 г. в связи с введением ПФ ДОД программа «Спортивными тропами» сроком реализации 5 лет была переработана на 5 программ сроком реализации 1 год: 1-й год ознакомительного, 2-й – 4-й года базового уровня и 5-й год углубленный уровень, внесены изменения в нормативную базу;

2021 г. разработана программа воспитания, внесены изменения в нормативную базу;

2022 г.-2024 внесены изменения в нормативную базу;

2025 г. внесены изменения в пояснительную записку, в программу воспитания, внесены изменения в нормативную базу.

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	
1.1 Пояснительная записка	4
1.2 Цель и задачи	11
1.3 Планируемые результаты	12
1.4 Учебный план	14
1.5 Содержание программы	16
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1 Условия реализации программы	27
2.2 Оценочные материалы	29
2.3 Формы аттестации	30
2.4 Методические материалы	31
2.5 Список литературы	32
2.6 Календарный учебный график	35
2.7 Рабочая программа воспитания	36
2.8 Приложения	44

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Спортивными тропами» имеет туристско-краеведческую ***направленность***.

Уровень программы: углубленный

Программа разработана в соответствии с *нормативными документами*:

Нормативно-правовая основа программы

Содержание, роль, назначение и условия реализации программы дополнительного образования закреплены в следующих нормативных документах:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Законом Брянской области от 8 августа 2013 года №62-З «Об образовании в Брянской области».
3. Постановление Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. №678-Р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации».
4. Распоряжение правительства РФ от01.07.2025 №1745-Р «О внесении изменений в распоряжение правительства РФ от 31.03.2022 №678-Р и об утверждении плана мероприятий по реализации концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025 – 2030 годы)»
5. Распоряжение правительства Брянской области от 08.12.2025 №431-рп «Об утверждении плана мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025 – 2030 годы), в Брянской области».
6. Приказ Минпросвещения Российской Федерации от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

7. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
8. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 05.05.2018г. №298Н).
9. Приказ Министерства просвещения РФ от 13.03.2019 г. №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности, организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».
10. Приказ Минобрнауки РФ от 23.08.2017г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
11. Письмо Минпросвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ 976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий» (вместе с «Рекомендациями по реализации внеурочной деятельности, программ воспитания и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий»).
12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

13. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2. 3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
14. Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» закреплено деление дополнительных общеобразовательных программ на общеразвивающие и предпрофессиональные программы (гл. 10, ст. 75, п. 2)
15. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБУДО «Центр внешкольной работы» Володарского района г. Брянска.

Актуальность

Актуальность программы «Спортивными тропами» обусловлена тем, что неоценима роль туризма в воспитании ребёнка. Обучающиеся приобретают знания по географии, биологии, экологии, истории, краеведению с учётом регионального компонента, кроме того, накапливают огромный опыт общения, поведения и можно сказать, выживания в экстремальной обстановке ранее не знакомой местности. Обучающиеся, занимающиеся по программе «Спортивными тропами» гораздо раньше своих сверстников познают опыт обустройства быта в полевых условиях, приготовления пищи, приспособления к различному виду природным метаморфозам. Все эти знания и умения, приобретённые на занятиях обучающимися, помогут в дальнейшей взрослой самостоятельной жизни.

В объединениях, занимающихся по программе «Спортивными тропами» обучающиеся занимаются двумя профилирующими видами спорта, такими как спортивный туризм и спортивное ориентирование. Спортивный туризм представляет собой эффективное средство обучения, воспитания и развития подростков. Помимо всех специальных технических приёмов, которые отражают специфику преодоления природных преград с помощью

специального туристического снаряжения, ребята приобретают те знания, которые им пригодятся в повседневной жизни: привязка верёвки, ориентировка на местности при сборе ягод, грибов, разжигание костра. Данная программа направлена на то, чтобы решать проблемы общества гиподинамии школьников, замены виртуальных способностей детей на реальные.

Отличительные особенности и новизна

В ходе разработки программы были проанализированы материалы дополнительных общеобразовательных программ: И. Махова под ред. Ю. С. Константинова «Туристы многоборцы» 2007г.; можно выделить следующие отличительные особенности.

Все блоки программы предусматривают усвоение теоретических знаний и практических умений через деятельностный подход.

Отличительные особенности данной программы заключаются в использовании регионального компонента: раздел «Краеведение» предполагает комплексное изучение родного края. Основными направлениями являются геологическое строение, климатические условия, растительный и животный мир Брянской области.

Новизна данной программы заключаются в том, что в процесс обучения включена проектно-исследовательская деятельность обучающихся с использованием компьютерных технологий.

Особенности обновления содержания, методов и технологий обучения по дополнительным общеобразовательным программам туристско-краеведческой направленности взаимосвязаны с приоритетами социально-экономического развития региона, необходимостью сохранения и укрепления традиционных российских духовно-нравственных ценностей, использования исторического и культурного наследия для воспитания и образования подрастающего поколения, цифровой трансформацией.

Педагогическая целесообразность

Данная программа направлена на то, чтобы максимально удовлетворить

потребности родителей в полноценном физическом развитии ребенка, ведение здорового образа жизни. Педагогическая целесообразность программы состоит в выявлении, развитии и поддержке талантливых обучающихся, детей, проявивших выдающиеся способности.

При реализации программы «Спортивными тропами» прослеживаются межпредметные связи:

-блок программы спортивное ориентирование взаимосвязан с предметом общеобразовательной школы география, на котором изучают такие темы как «стороны горизонта», «компас и работа с ним» и другие темы;

-тесно взаимосвязаны предмет ОБЖ и блок программы оказание первой медицинской помощи;

-блок физическая подготовка с предметом физическая культура.

Одним из возможных путей духовного и нравственного возрождения человека является приобщение его с детства к изучению своей малой родины. Любовь к родному краю, знание его истории, культуры, традиций – вот основа, на которой осуществляется рост духовной культуры всего общества.

Усиление практико-ориентированного характера программы, связи содержания с реальными проблемами (демография, экономика, управление, образование, экология, межэтнические отношения и др.), Индивидуализация образовательного процесса, в том числе разработка и реализация индивидуальных образовательных маршрутов.

Расширенное использования игровых форматов и технологий, создание ситуаций, имитирующих проблемные ситуации глобального и локального масштабов, позволяющих в игровой форме проигрывать социальные роли, строить взаимоотношения с окружающим миром, вырабатывать нормы поведения, осуществлять социальные пробы, разрабатывать прогнозы, сценарии, включение обучающегося в образовательный процесс в качестве помощника педагога, консультанта, наставника, для младших обучающихся и сверстников. В эпоху доступности любой информации через интернет,

ценность педагога заключается в его способности направить, осмысливать и применять полученные знания на практике. Спортивный туризм и краеведение предоставляют идеальную платформу для развития этих навыков. Цифровые технологии необходимо интегрировать с осторожностью, отдавая приоритет живому опыту. Однако, они могут быть полезны для использования GPS-навигации для обучения ориентированию, подготовки мультимедийных презентаций о пройденных маршрутах и изученных исторических объектах. Важно, чтобы технологии служили дополнением, а не заменой реального взаимодействия с природой и друг с другом.

Адресат программы

Программа адресована обучающимся в возрасте от 10 до 17лет.

В группу принимаются все желающие без предварительного отбора.

Для обучения принимаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний, интересующиеся туризмом, спортом и краеведением. Программа строится на основе знаний возрастных, психолого–педагогических, физических особенностей детей данного возраста. В старшем школьном возрасте ценностные ориентиры больше связаны с выбором будущей профессии, формируется творческая индивидуальность, стремление к самореализации. Ребятам интересно как можно больше времени проводить со своими сверстниками и старшими товарищами и очень важно кто окажется рядом с ними на этом важном этапе формирования взрослого человека. Во время занятий по программе будут формироваться такие важные качества, как дисциплина, выдержка, воля, упорство, ум. В этом возрасте особенно важно воспитание нравственной устойчивости, гражданского самосознания и создание условий личностного и профессионального самоопределения. Программа в соответствии с возрастными особенностями направлена на интеллектуальное развитие, социализацию в обществе, формирование гражданско-патриотических чувств и нравственных качеств обучающихся. Занятия по данной программе окажут

влияние на становление личности ребенка в целом.

Объем и срок освоения программы

Срок реализации программы 1 год. Объем программы 144 часа. Продолжительность одного занятия 45мин. Перерыв между занятий 10 минут. Ежегодно количество практических занятий по отношению к теоретическим увеличивается.

Формы и режим занятий

Форма обучения - очная. Форма проведения занятий: аудиторные и внеаудиторные занятия. Форма организации деятельности: групповая. Формы организации учебного занятия: беседа, лекция, тренировочное занятие (в зале и на природе), игра, практическое занятие, соревнование, зачет, туристический поход, полигон.

Занятия проводятся в кабинете, спортивном зале и на местности. Причем занятия на местности и практические занятия занимают большую часть времени, так как являются практическим закреплением полученных знаний и отработкой практических навыков.

Состав группы постоянный. Количество обучающихся в группе 12-15 человек. При необходимости возможен добор обучающихся в группы по результатам собеседования.

1.2 Цель и задачи программы

Цель: формирование всесторонне образованной и развитой личности, с широким кругозором и спортивной дисциплиной с навыками здорового образа жизни средствами туризма.

Задачи

Предметные (обучающие):

- отработать навыки работы со специальным туристским снаряжением;
- сформировать умения прохождения технических этапов;
- научить ориентированию на местности;
- научить применять правила поведения в экстремальных ситуациях;
- обобщить и систематизировать знания о спортивном ориентировании;

- обобщить и систематизировать знания о первой доврачебной помощи;
- научить правилам личной гигиены, заботиться о собственном здоровье, личной безопасности;
- научить разрабатывать туристские маршруты и экскурсии по родному краю;
- научить владеть способами оказания первой медицинской помощи.

Метапредметные (развивающие):

- содействовать правильному физическому и нравственному развитию;
- укреплять здоровье средствами туризма;
- развить психические процессы: внимание, память;
- развить самостоятельность, решительность, самодисциплину, целеустремлённость, настойчивость при достижении цели, умение владеть собой, эффективно мыслить в условиях физических нагрузок;
- приобрести коммуникативные навыки группового общения: способность работать в команде;
- развить сенсорные способности: глазомер, ориентироваться в пространстве;
- развить умение применять знания на практике;
- приобрести опыт экологической деятельности в природной среде;

Личностные (воспитательные):

- воспитывать добросовестное отношение к труду, чувства долга, товарищества и взаимовыручки, волевых и лидерских качеств;
- научить принципам спортивной дисциплины;
- ориентировать на выбор таких профессий, как спасатель, инструктор по туризму, учитель физкультуры;
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- воспитывать патриота своей страны через знакомство с историей, культурой, традициями, природой нашего региона;
- научить подбирать индивидуальные средства и методы для развития личных физических качества;

- научить владеть способами физического совершенствования, эмоциональной саморегуляции и самоконтроля;
- воспитывать самостоятельность, целеустремленность, настойчивость, инициативность, уверенность в своих силах;
- обеспечение безопасности жизнедеятельности в природной и городской среде;
- участие туристических слетах и фестивалях как социально значимые мероприятия;
- участие в походно-экспедиционной деятельности.

1.3 Планируемые результаты

После окончания программы, обучающиеся будут знать:

-меры личной безопасности в различных экстремальных ситуациях;

-личное снаряжение туриста;

-хранение и использование группового снаряжения (веревки, подвесы, палатки, костровое и т. д.);

-какие бывают тактические приемы в спортивном туризме;

-какие бывают положения и условия соревнований по спортивному туризму;

-что такое ориентирование по выбору;

-правило обгона в спортивном ориентировании;

- условные обозначения на спортивной и топографической карте;

-оказание первой помощи при простых переломах.

-приемы транспортировки пострадавшего по пересеченной местности.

Будут уметь*:*

- лично в связке и в группе проходить этапы дистанции;

- собрать свои вещи к походу четырех дней;

-вязать узлы по несколько представителей от группы;

-ориентироваться по карте и компасу;

-собрать логическую цепочку из множества условных знаков;

-бегать на средние и длинные дистанции;

-участвовать в соревнованиях 2-го класса сложности по

спортивному туризму дисциплина дистанция пешеходная (60 и более процентов занимающихся от всей группы)

- участвовать в соревнованиях по парковому ориентированию;
- участвовать в соревнованиях 3-го класса сложности по спортивному туризму дисциплина дистанция пешеходная (10-15 процентов от всей группы занимающихся);
- участвовать в соревнованиях по спортивному ориентированию на длинных дистанциях;
-разрабатывать туристские маршруты.

1.4 Учебный план

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	**Вводное занятие.** Инструктаж по ТБ. Входной контроль	**2**	**2**	**-**	Контрольное упражнение
1.1	Значение туризма	**0,5**	**0,5**		Педагогическое наблюдение
1.2	Воспитательная роль туризма	**0,5**	**0,5**		Педагогическое наблюдение
1.3	Правила поведения туристов и техника безопасности на занятиях и соревнованиях.	**1**	**1**		Педагогическое наблюдение
2.	**Углубить знания и умения по спортивному туризму дисциплина «дистанция – пешеходная»**	**31**	**7**	**24**	
2.1	Виды спортивного туризма	**1**	**1**	**-**	Педагогическое наблюдение
2.2	Нормативные документы по спортивному туризму	**1**	**1**	**-**	Педагогическое наблюдение
2.3	Личное снаряжение	**2**	**1**	**1**	Педагогическое наблюдение
2.4	Групповое снаряжение	**2**	**1**	**1**	Педагогическое наблюдение
2.5	Технико-тактическая подготовка в дисциплине «дистанция - пешеходная»	**12**	**2**	**10**	
	-в зале	**5**	**1**	**4**	Педагогическое наблюдение
	-на местности	**7**	**1**	**6**	Педагогическое наблюдение
2.6	Туристские слеты и соревнования	**13**	**1**	**12**	Педагогическое наблюдение
3.	**Углубить знания и умения ориентирования на местности**	**28**	**6**	**22**	
3.1	Сведения о спортивном ориентировании	**3**	**1**	**2**	Педагогическое наблюдение
3.2	Виды ориентирования, правила соревнований	**3**	**1**	**2**	Педагогическое наблюдение

3.3	Топографическая подготовка	**3**	**1**	**2**	Педагогическое наблюдение
3.4	Техника ориентирования	**3**	**1**	**2**	Педагогическое наблюдение
3.5	Тактика ориентирования	**3**	**1**	**2**	Педагогическое наблюдение
3.6	Соревнования по спортивному ориентированию	**13**	**1**	**12**	Педагогическое наблюдение
4.	**Развитие навыков оказания первой доврачебной помощи**	**12**	**4**	**8**	
4.1	Походная аптечка	**3**	**1**	**2**	Педагогическое наблюдение
4.2	Приемы оказания первой доврачебной помощи	**9**	**3**	**6**	Педагогическое наблюдение
5.	**Физическая подготовка**	**38**	**2**	**36**	
5.1	Общая физическая подготовка	**19**	**1**	**18**	Педагогическое наблюдение
5.2	Специальная физическая подготовка	**19**	**1**	**18**	Педагогическое наблюдение
6.	**Походная деятельность**	**20**	**7**	**13**	
6.1	Подготовка к походу	**2**	**1**	**1**	Педагогическое наблюдение
6.2	Туристский быт	**2**	**1**	**1**	Педагогическое наблюдение
6.3	Питание в туристском походе	**2**	**1**	**1**	Педагогическое наблюдение
6.4	Туристские должности в группе	**2**	**1**	**1**	Педагогическое наблюдение
6.5	Правила движения в походе	**2**	**1**	**1**	Педагогическое наблюдение
6.6	Экстремальная ситуация в походе и меры её предупреждения	**10**	**2**	**8**	Педагогическое наблюдение
7.	**Краеведение**	**13**	**2**	**11**	Педагогическое наблюдение
8.	**Итоговое занятие. Итоговый контроль.**	**4**	**4**		Тестирование, сдача нормативов
	Итого за период обучения	**144**	**34**	**110**	

1.5 Содержание программы обучения

1. Вводное занятие. Техника безопасности. Знакомство с содержанием программы на учебный год. Входной контроль: контрольное упражнение.

Значение туризма. Воспитательная роль туризма.

Правила поведения туристов и техника безопасности на занятиях и соревнованиях

Теория.

Соблюдение безопасности - основное и обязательное требование при проведении тренировочных занятий и соревнований по спортивный туризм дистанция дисциплина пешеходная, спортивному ориентированию, в походах. Ответственность каждого участника перед собой и другими членами группы в соблюдении мер безопасности. Система обеспечения безопасности в туризме. Опасности в туризме субъективные и объективные. Опасные ситуации, возникающие на соревнованиях (переправа первого участника через водную преграду, работа на опасных скальных участках, натяжение перил с помощью блоков или полиспастов). Психологическая совместимость участников команды и ее значение для безопасности на соревнованиях.

Практика

Разбор причин возникновения аварийных и экстремальных ситуаций в походах. Разбор конкретных аварийных ситуаций, воспитание сознательной дисциплины. Психологический тренинг. Соблюдение безопасности при работе на технических этапах на соревнованиях. Отработка навыков действий участников в экстремальных (не стандартных) ситуациях. Выработка практических навыков и умений по организации страховки и самостраховки. Подготовка снаряжения к соревнованиям.

2. Углубить знания и умения по спортивному туризму дисциплина дистанция пешеходная

Теория.

Виды спортивного туризма.

Нормативные документы по спортивному туризму дистанция дисциплина пешеходная. Единая Всероссийская спортивная классификация. Разрядные требования по спортивному туризму дистанция дисциплина пешеходная. Туристские слеты и соревнования. Программа областных, городских соревнований по спортивному туризму дистанция дисциплина пешеходная. Техническая информация о дистанциях соревнований. Характеристика дистанций 3 – го класса. Права и обязанности участников соревнований. Система штрафов наличных, лично-групповых и групповых дистанциях, спортивный туризм дистанция дисциплина пешеходная - маршрут. Агитационное значение соревнований.

Личное снаряжение туриста.

Перечень личного снаряжения. Требования к нему и правила эксплуатации. Подбор личного снаряжения для участия в соревнованиях по спортивному туризму дистанция дисциплина пешеходная на личных, лично-групповых и групповых дистанциях, спортивный туризм дистанция дисциплина пешеходная - маршрут.

Практические занятия

Изготовление, совершенствование, ремонт и хранение личного снаряжения.

Групповое снаряжение туриста.

Практика.

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

Формирование у членов команды навыков применения снаряжения. Изготовление усов самостраховки, петель самостраховки, хранение группового снаряжения.

Технико-тактическая подготовка в дисциплине «дистанция - пешеходная»

Практические занятия

В зале: освоение технических этапов на дистанции 3-го класса («Навесная переправа», «Параллельная переправа с перестежками без потери

страховки»). Закрепление умений и навыков прохождения технических этапов на дистанции 2 – го класса. Штрафы за совершенные ошибки на этапах.

На местности: отработка технических дистанций целиком с использованием реальных параметров этапов и пробегов между ними согласно условиям предстоящих стартов.

Технико-тактическая подготовка в дисциплине «дистанция - пешеходная - группа».

Практические занятия

В зале*:* разработки тактических схем преодоления технических этапов, применение различных специальных средств для наведения перил на этапах: блоки и полиспаст, «станция». Рисовка схем этапов по техническим параметрам, планирование способов их прохождения. Прохождение технических этапов по различным тактическим схемам. Выбор оптимальных вариантов работы на этапе (максимально скоростном при минимально возможных штрафах). Отработка навыков работы на дистанциях по заранее разработанным тактическим схемам прохождения дистанции командой (последовательность преодоления отдельных этапов каждым участником).

На местности*:* формирование навыков внесения корректив в разработанные и оговоренные схемы при возникновении нештатных ситуаций на технических этапах: без специального туристского снаряжения: преодоление заболоченного участка по кладям из жердей.

С использованием специального туристского снаряжения: организация сопровождения на навесной переправе, наведенной судьями; организация сопровождения и переправа по заранее уложенному бревну на самостраховки с использованием перил, наведенных командой; переправа через водную преграду на плавательных средствах; преодоление скального участка.(базовый и продвинутый уровень сложности, а стартовый работа в связках на дистанции 2–го класса сложности по той - же дистанции)

Изучение техники вязания узлов: «австрийский проводник», «узел Бахмана», «штык», «карабинный тормоз».

Технико-тактическая подготовка в дисциплине «маршрут-пешеходный»

Организация работы команды на технических этапах дистанций 3-го класса спортивный туризм дисциплина «маршрут-пешеходный». Тактика личного прохождения различных этапов в команде. Тактика работы всей команды на отдельных этапах. Штрафы за совершенные ошибки на этапах.

Практические занятия: организация командной страховки первого участника при преодолении сухого оврага и водной преграды, обязанности замыкающего участника. Наведение и снятие горизонтальных перил. Отработка навыков работы на этапах по заранее разработанным тактическим схемам. Совершенствование прохождения технических этапов дистанции 2-го класса. Формирование умений и навыков работы на дистанции командой: без специального туристского снаряжения: преодоление скального, чащобного, буреломного, заболоченного участка; с наведением перил и сопровождения организация сопровождения на навесной переправе, наведенной судьями; организация сопровождения на навесной переправе, наведенной командой; подъем, спуск по склону, траверс по перилам, наведенным командой; подъем - траверс - спуск по перилам, наведенным командой; организация сопровождения и переправа по заранее уложенному бревну на самостраховки с использованием перил, наведенных командой; укладка бревна через реку (овраг) с наведением перил и организацией сопровождения; переправа через реку в брод по перилам, наведенным командой; переправа через водную преграду на плавательных средствах.

Технико-тактическая подготовка «Поисково-спасательных работ» Соревнования по поисково – спасательным работам: основные цели и задачи, принципы и особенности работы команды на дистанции. Дополнительные меры обеспечения безопасности и требования к снаряжению на соревнованиях

При работе с «пострадавшим». Организация поиска «пострадавшего» на дистанции и по поисково – спасательным работам. Условно пострадавший, правила его поведения. Тактико-технические приемы организации командной работы на этапах дистанции по поисково – спасательным работам.

Практические занятия: формирование умений и отработка навыков и технологии работы команды с «пострадавшим» на технических этапах дистанции ПСР. Условные знаки аварийной сигнализации.

Выполнение отдельных технических приемов поисково-спасательных работ при организации страховки «пострадавшего» и сопровождающего его участника, сопровождение транспортных средств, организация тормоза, организация полиспаста, самостраховки «пострадавшего» и сопровождающего. Основные приемы по оказанию первой доврачебной помощи. Приемы транспортировки «пострадавшего». Формирование умений и навыков работы на дистанции командой.

Без специального туристского снаряжения: транспортировка «пострадавшего» на носилках по пересеченной местности; с наведением перил и организацией сопровождения переправа условного пострадавшего по навесной переправе, наведенной судьями; переправа «пострадавшего» через сухой овраг по бревну по перилам, наведенным командой; подъем «пострадавшего» по склону (на сопровождающем) по перилам, наведенным командой; спуск «пострадавшего» по склону (на сопровождающем) по перилам, наведенным командой; траверс склона с «пострадавшим» (на сопровождающем).

Инструкторская и судейская практика

Проведение отдельных этапов занятий (под контролем и по заданию руководителя секции). Выполнение обязанностей (по подготовке этапов, оформительских, информационных и т.д.) при проведении классификационных соревнований в группе. Права и обязанности судей.

Практические занятия

Участие в судействе соревнований в качестве судьи на дистанции, судьи-хронометриста, помощника главного судьи этапа.

Туристские слеты и соревнования

Положение о слете и соревнованиях, условия проведения. Понятие о спортивной этике и ее основные правила. Подготовка к конкурсным программам: конкурсу краеведов, стенгазет, фотографий, художественной самодеятельности и туристской песни.

Практические занятия

Участие в соревнованиях по спортивному туризму городского(районного) и областного масштабов на личных, лично-командных и командных дистанциях, контрольно-туристском маршруте, поисково-спасательным работам. Участие в конкурсных программах.

Промежуточная аттестация: сдача нормативов и опрос

3. Углубить знания и умения ориентирования на местности

Сведения о спортивном ориентировании. Виды ориентирования, правила соревнований. Топографическая подготовка.

Изображение различных форм рельефа на спортивных картах. Влияние рельефа на выбор пути движения, построение профиля маршрута. Особенности спортивных карт для зимнего ориентирования. Характеристика карты: размер, масштаб, сечение рельефа, характер местности, проходимость, тип растительности, тип ландшафта. Изучение элементов рельефа по моделям и на местности.

Практические занятия: определение по горизонталям различных форм рельефа. Выбор пути движения с учетом основных форм рельефа.

Технико-тактическая подготовка ориентировщика.

Тактико-технические приемы выбора пути движения: по азимуту, по сопутствующим ориентирам, по ситуации, комбинированный. Действия ориентировщика на различных участках трассы. Соотношение скорости бега и качества ориентирования. Последовательность действий при прохождении дистанции. Направление. Контроль направления движения с помощью

компаса и карты, по объектам местности, контроль высоты. Отслеживание местности с

одновременным чтением карты. Выход на КП с различных привязок. Отметка на КП. Уход с КП.

Практические занятия: чтение карты («точное» и «грубое»), опережающее чтение карты, чтение карты «по большому пальцу (БП)». Отработка приемов ориентирования: движение по азимуту с упреждением, бег «в мешок», параллельный заход, бег по ориентирам, удлинение ориентиров. Тренировка памяти (кратковременной, оперативной, долговременной).

Соревнования по спортивному ориентированию.

Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию. Виды стартов. Жеребьевка команд и участников. Обязанности участников соревнований. Соревнования по ориентированию в заданном направлении, их характеристика. Соревнования по выбору, их разновидности, характеристика. Соревнования по ориентированию на маркированной трассе (зимнее ориентирование), их разновидности, характеристика. Эстафетное ориентирование в заданном направлении, разновидности, характеристика.

Предстартовая информация: параметры дистанции, длина, число КП, набор высоты.

Практические занятия: участие в соревнованиях по спортивному ориентированию: в заданном направлении, ориентирование по выбору, ориентирование на маркированной трассе (зимнее ориентирование), эстафетное ориентирование.

4. Развитие навыков оказания первой доврачебной помощи

Походная аптечка

Подготовка походной аптечки, перечень и назначение лекарств. Показания к применению лекарственных препаратов. Хранение и транспортировка походной аптечки. Индивидуальная аптечка туриста.

Практические занятия

Подготовка походной аптечки. Знакомство с назначением лекарственных

средств. Защита аптечки от повреждений и промокания.

Приемы оказания первой доврачебной помощи. Профилактика и оказания первой помощи при переутомлении, травме, ушибе, ожоге, обмороке, тепловом и солнечном ударе, обморожении, пищевых отравлениях. Первая помощь при кровотечениях.

Практические занятия: отработка правил оказание первой доврачебной помощи условно по страдавшим.

Приемы транспортировки пострадавшего

Иммобилизация пострадавшего подручными и специальными средствами, обеспечение полного покоя поврежденной части тела. Положение «пострадавщего» при транспортировке. Способы транспортировки пострадавшего: на руках, на импровизированных носилках, при помощи наплечных лямок. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

Практические занятия: отработка разнообразных способов транспортировки пострадавшего, изготовление носилок и волокуш.

5. Физическая подготовка

Общая физическая подготовка.

Практические занятия.

Легкая атлетика.

Бег на дистанции:100м, 300м,500м, 1000м,1500м.

Бег на длинные дистанции: девочки-2000м, мальчики -3000м.

Бег по пересеченной местности (кросс) 3-5 км с преодолением естественных и искусственных препятствий. Интервальный и переменный бег. Прыжки в длину и высоту с места и с разбега.

Подвижные и спортивные игры

Ручной мяч, баскетбол, футбол, волейбол, русская лапта, эстафеты.

Гимнастические упражнения

Упражнения на снарядах: перекладина, гимнастическая стенка, упражнения на гимнастическом бревне, опорные прыжки, лазание по канату, по шесту.

Элементы акробатики: кувырки вперед, назад, в стороны, в группировке,

перекаты, стойка на лопатках, стойка на голове.

Лыжный спорт

Изучение конькового хода. Изучение техники поворотов в движении. Прохождение на лыжах дистанции 3000 м, 5000 м на время. Спуск на лыжах по склону в высокой, средней, низкой стойке. Преодоление подъемов на лыжах. Повороты и торможение во время спусков. Преодоление препятствий на лыжах.

Скалолазание.

Индивидуальное лазание по скальным стенкам на скорость.

Специальная физическая подготовка.

Практические занятия.

Упражнения на развитие выносливости.

Бег в равномерном темпе на дистанции от 5 км до 7,5 км. Бег «в гору». Ходьба на лыжах на дистанции от 5 км до 10 км. Марш-броски и туристские походы (однодневные и многодневные). Плавание на дистанции до 500 м. Многократные пробеги на туристских дистанциях по технике пешеходного туризма до 500 м с преодолением не менее 10 технических этапов в различных условиях местности.

Спортивное ориентирование. Упражнения на развитие быстроты.

Бег на скорость на дистанции 30м, 60м, 100м. Бег с внезапной сменой направлений, с внезапными остановками. Быстрое приседание и вставание. Прыжки через препятствия.

Преодоление навесной, параллельной переправ (15-20 метров) с максимальной скоростью с интервалами отдыха по 5-8 раз. Преодоление круто - наклонной навесной переправы с уклоном вниз 10'-15°.

Лазание по канату на скорость.

Упражнения для развития ловкости

Упражнения на гимнастических снарядах, упражнения в равновесии, выполняемые на гимнастическом бревне.

Элементы акробатики: кувырки, перекаты. Движение по бревну, по жердям

(гать). Командные действия.

Упражнения для развития силы

Лазание по канату без помощи ног. Подтягивание на перекладине: мальчики - на высокой, девочки - на низкой. Упражнение на брусьях: сгибание, разгибание рук в упоре. Поднимание туловища из положения лежа. Приседание на одной и двух ногах. Упражнения с отягощениями. Перетягивание каната.

Преодоление этапа «Подъем» свыше 20 м.

Висы, подтягивание, поднимание ног из положения виса на натянутых веревочных перилах. Преодоление навесной переправы без снаряжения.

Упражнения для развития гибкости, на развитие и расслабление мышц

Наклоны вперед, в стороны, медленный бег с расслаблением мышц

Плечевого пояса и рук. Парные упражнения с сопротивлением на гибкость, растяжение и подвижность суставов.

Игры и упражнения по ориентированию на местности.

6. Походная деятельность.

Подготовка к походу. Туристский быт.

Требования к месту бивака. Организация бивака в безлесной зоне, в горах. Установка палатки в различных условиях.

Заготовка дров для растопки и сохранение их от намокания. Разведение костра в сырую погоду, при сильном ветре, тумане. Хранение кухонных и костровых принадлежностей, топора, пилы. Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды. Обязанности дежурных по кухне.

Практические занятия: выбор места бивака. Самостоятельная работа по развертыванию и свертыванию лагеря. Установка палаток в различных условиях.

Организация туристского быта на соревнованиях. Обустройство туристского лагеря для многодневного пребывания на слете. Установка палаток. Заготовка дров и сохранение их от намокания. Хранение кухонных и костровых принадлежностей, топора, пилы. Хранение снаряжения.

Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды. Правила работы дежурных по кухне.

Питание в туристском походе.

Практические занятия

Составление меню и списка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Туристические должности в группе. Правила движения в походе.

Экстремальная ситуация в походе и меры ее предупреждения.

Психологические аспекты взаимоотношений в группе. Основные причины возникновения аварийных ситуаций в туризме (слабая дисциплина, изменение маршрута или состава группы, недостаток снаряжения, неправильная техника и тактика преодоления естественных препятствий, слабая подготовленность группы и т.д.). Воспитание сознательной дисциплины, активная подготовка к походу всех участников. Разбор и анализ несчастных случаев в туристском походе.

Действия группы в экстремальных ситуациях.

Характеристика условий, затрудняющих нормальное движение и ориентирование. Тактические приемы выхода группы из экстремальных ситуаций. Организация бивака в экстремальных ситуациях. Организация и тактика поиска группы, нарушившей контрольные сроки. Работа по спасению группы, терпящей бедствие. Порядок эвакуации группы с маршрута. Связь с поисково-спасательной службой и медицинскими учреждения микрорайона похода.

Практические занятия: отработка умений выживания и сохранения группы в экстремальных условиях. Выработка тактики действия группы в конкретной экстремальной ситуации в зависимости от вида похода, местности и погодных условий.

7. Краеведение

Групповое задание – провести экологическую разведку окрестностей своего района и написать свой творческий отчет и предложения по улучшению экологической обстановки родного края. Занимающиеся выпускают

стенгазеты, пишут творческие работы (сочинения, стихи, эссе) на темы: «О чем скорбит природа моего края?» «О чем рассказали мне родники родного края?», «Легенды родного края о реках и родниках», готовят проекты по экологическому оздоровлению. По итогам этой большой исследовательской и творческой работы проводится научно-практическую конференцию учащихся «Живи, мой район, живи!». Круглые столы со старожилами района или знаменитыми людьми.

Практические занятия: экскурсии в музеи, работа с литературными источниками по истории и культуре родного края. Проведение краеведческих викторин. Оформление информационных стендов. Подведение итогов туристского путешествия.

Практические занятия: обсуждение итогов похода в группе. Обработка собранных материалов, разработка туристских маршрутов к памятным местам, составление отчета о походе, иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеофильма, исследовательских работ. Оформление значков и спортивных разрядов участникам похода. Ремонт и сдача инвентаря.

8. Итоговое занятие. Итоговый контроль.

Подведение итогов учебного года. Итоговый контроль. Сдача нормативов, тестирование. Подведение итогов участия в соревнованиях.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

-кабинет, оборудованный для просмотра видеоматериалов;

- спортивный зал.

Перечень учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря (на15человек)

1.	Веревка основная(50м)	4 шт.
2.	Веревка основная(40м)	6 шт.
3.	Веревка основная (25 м)	4 шт.

4.	Веревка вспомогательная(60м)	2 шт.
5.	Петли прусика (веревка6мм)	15 шт.
6.	Система страховочная (грудная обвязка, беседка)	15 шт.
7.	Рукавицы для страховки и сопровождения	15пар.
8.	Карабины с закручивающейся муфтой	10 шт.
9.	Карабины с полуавтоматически закручивающейся муфтой	12 шт.
10.	Карабины с автоматически закручивающейся муфтой	30 шт.
11	Альпеншток	8 шт.
12	Блоки и полиспаст	4 шт.
13.	Сдвоенная петля самостраховки (диаметром10мм)	3 шт.
14	Жумар (только для 4-го и 5-гогодов обучения)	2 шт.
15.	Устройство для спуска по вертикальным перилам типа	8 шт.
	«лепесток», «восьмерка», «рамка»	
16	Аптечка медицинская в упаковке	1 шт.
17	Накидка от дождя	15 шт.
18	Компас жидкостный для ориентирования	15 шт.
19	Курвиметр	2 шт.
20	Лыжи	15пар.
21	Лыжные палки	15пар.
22	Лыжные ботинки	15пар.
23	Мази лыжные	15 шт.
24	Планшеты для зимнего ориентирования	15 шт.
25	Призмы для ориентирования на местности	10 шт.
26.	Компостеры для отметки прохождения КП	10 шт.
27	Секундомер электронный	2 шт.
28	Электромегафон	1 шт.
29	Радиостанции портативные	3 шт.
30	Костровое оборудование	1 шт.
31	Каны (котлы) туристские	2 компл.
32	Спальники	15 шт.
33	Палатки туристские походные	5 шт.
34	Коврики	15 шт.
35	Рюкзаки	15 шт.
36	Топор походный	2шт.

37	Тент	2шт.
38.	Ремонтный набор	1 шт.
39.	Учебные видеокассеты	комплект

Информационное обеспечение:

- сайт МБУ ДО «ЦДиЮТиЭ» г. Брянска www.turizmbrk.ru;
- видеоролики с соревнований по спортивному туризму и ориентированию;
- фотоматериалы с походов различной степени сложности;

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, имеющий педагогическое образование, спортивную квалификацию не ниже 1 спортивного разряда по спортивному туризму.

2.2 Оценочные материалы.

Наименование оценочного средства	***Краткая характеристика оценочного средства***	***Вид и назначение оценочного материала по программе***
Контрольные упражнение	Комплекс упражнений по оценке физических качеств (скорость, координация, гибкость)	*Входной контроль* (выявление начальных навыков) *(Приложение 1)*
Педагогическое наблюдение Опрос, беседа Проблемные ситуации Творческий отчет	Оценка умений и навыков при выполнении специальных упражнений При проверке теоретического материала Для проверки и закрепления теоретических знаний и практических умений Контроль по итогам изучения раздела «Краеведение»	*Текущий контроль* (по итогам изучения раздела, темы)
Сдача нормативов Опрос	Физическая подготовка Проверка теоретических знаний	*Промежуточная аттестация (Приложение 1)*
Сдача нормативов Тест Викторина Анализ соревнований	Выполнение спортивных норм и разрядов. Проверка ЗУН.	*Итоговый контроль (Приложение 2)*

2.3 Формы аттестации

Мониторинг процесса обучения обеспечивается совокупностью методов и приёмов, направленных на выявление качества знаний, умений и навыков. Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

Входной контроль: в начале учебного года проводится вводный контроль в форме упражнений.

Текущий контроль: в течение учебного года проводится текущий контроль в форме индивидуального и фронтального устного опроса, беседы, педагогического наблюдения, проблемных ситуаций, творческого отчета.

Промежуточная аттестация – сдача нормативов, опрос.

Итоговый контроль: тестирование, сдача нормативов, участие в соревнованиях

2.4 Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса

Углубленный уровень программы предполагает совершенствование технико-тактического мастерства, отработка приемов прохождения этапов; участие в зачетных соревнованиях: по дисциплине дистанции пешеходная личная и в группе, прохождение дисциплины дистанции пешеходная маршрут, по поисково-спасательным работам (ПСР) на дистанциях 3-4 классов городского, областного, межрегионального уровня; выполнение взрослых спортивных разрядов по спортивному туризму дисциплина дистанция пешеходная; участие в зачетных соревнованиях по спортивному ориентированию.

Для достижения результативности образовательного процесса рекомендуется соблюдать данную последовательность обучения обучающих. Это позволит уменьшить количество совершаемых ошибок в работе на этапах и повысить скорость прохождения дистанции.

Следует строго соблюдать принцип постепенности в учебно-тренировочном процессе юных спортсменов. Увеличение нагрузки на всех этапах подготовки должно соответствовать возрастным и индивидуальным возможностям обучающихся.

Практические занятия проводятся, как правило, в условиях, приближенных к соревновательным, при этом у ребят вырабатывается чувство ответственности за судьбу команды, своих товарищей, отрабатываются командные действия в той или иной ситуации, воспитываются физические и морально-психологические качества.

Для успешного учебно-воспитательного процесса необходимы:

- планы-конспекты;
- методические сборники и литература по данному направлению;
- методические разработки;
- схемы и таблицы для учебных занятий;
- выполнение требований СанПин
-нормативные документы по спортивному туризму (правила соревнований, разрядные квалификационные требования);

- тестовые задания и упражнения по всем разделам программы;

-раздаточный материал (карточки, бланки тестовых заданий).

2.5 Список литературы для педагога

1. Алабина В.Г., Кривоносова М.Л. Тренажеры и специальные упражнения в легкой атлетике.-М.: ФиС,1981.
2. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании.-М.: ФиС,1983.
3. Азимут. Журнал Федерации спортивного ориентирования России. Антонович И.И. Спортивное скалолазание.-М.: ФиС,1978.
4. Аппенинский А.И. Физическая тренировка в туризме: Метод, рекомендации .-М.: ЦРИБ«Турист»,1988.
5. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии.-М.: ФиС, 1991. Васильева З.А., Любинская С.М. Резервы здоровья. - JL: Медицина,
6. Варламов В.Г. Физическая подготовка туристов - пешеходников: Метод, рекомендации. - М.: ЦРИБ «Турист», 1979.
7. Воронов Ю.С. Тесты и занимательные задачи для юных ориентировщиков: Учеб. пособие. - М.: ФСОРФ, 1998.
8. Вяткин JI.A., Сидорчук Е.В., Немытое Ц.Н. Пешеходный туризм: Туризм и спортивное ориентирование. М., 2001.
9. Гогулан М.Ф. Законы здоровья. - М.: Советский спорт, 1998. В.И.Даль "Толковый словарь живого великорусского языка "Дубровский В.И. Реабилитация в спорте.-М.: ФиС,1991.
10. Священник Александр Ельчанинов"Записи". -М.,1996
11. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. -М.: Просвещение, Карелин А.А. Психологические тесты. - М.: Владос,1999.
12. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов: пешеходный туризм. - М.: ФиС, 1990.
13. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма: Учебно - метод. пособие - М.: ЦДЮТ и КМО РФ, 2002.
14. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся: Учебно - метод. пособие - М.: ЦДЮТКМОРФ, 2000.

15. Константинов Ю.С. Детско - юношеский туризм: Учебно - метод. пособие. -М.: ФЦДЮТиК,2006.
16. Константинов Ю.С. Глаголева О.Л. Уроки ориентирования: Учебно - метод. пособие. - М.: ФЦДЮТиК, 2005.
17. Кон И.С. Психология ранней юности. - М.: Просвещение, 1989. Лосев А.С. Тренировка ориентировщиков - разрядников. - М.: ФиС,1982.
18. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. - М.: ЦДЮТур МО РФ,1997.
19. Лукоянов П.И. Снаряжение для спортивного туризма: Самодельное туристское снаряжение. М.: ФиС,1986.
20. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности»: Методическое пособие. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС,2000.
21. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И А. Полевые туристские лагеря. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС,2000.
22. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе. - М.: Изд.Центр«Академия»,2004.
23. Марищук В.Л., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. Серова Л.К. Методы психодиагностики в спорте. - М.: Просвещение,1984.
24. Михаилов Б. А., Федотова А. А., Федотов Ю. Н. Физическая подготовка туристов: Метод, рекомендации. - М.: ЦРИБ «Турист»,1985.
25. Моргунова Т.Л. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию. - М.: ЦДЮТиК,2003.
26. Огородников Б.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. - М.: ФиС, 1989.
27. Основы безопасности в пешем походе: Метод. рекомендации -М.: ЦРИБ «Турист»,1983.

Список литературы для обучающихся

1. Абрамов В.М. Школьный туризм [Текст]/ В.М. Абрамов, С.П.Емельянов - Чебоксары: Чуваш.кн. изд-во,1973.-175с.
2. Базарова З.С. Туристские тропы: сюжетный урок [Текст]/З.С.Базарова //Физкультура и спорт.-2006.-№5.-С.46.
3. Бардин К.В. Азбука туризма: (о технике пешеходных путешествий) [Текст]: пособие для учителей, руководителей/К.В.Бардин. -2-е, и спр. и доп.- М.: Просвещение,1981.- 205с.
4. Буланов М.И. Профильный туристско-экологический лагерь [Текст]/ М.И.Буланова Н.А. Буланова//Физическая культура в школе. - 2004. - №3. -с.57-63.
5. Булгаков А.А. Два дня в конце недели [Текст]/ А.А. Булгаков, Г.Я. Рыжавский. - М.: Физкультура и спорт,1984.-126 с.
6. Веретенников Е. И. Общественный туристский актив. Подготовка, обучение, воспитание [Текст] / Е. И. Веретенников, И. А. Дрогов. - М.: Профиздат,1990.-176 с.-(Б-чка самодеятельного туриста).
7. Власов А.А. Туризм [Текст]: учебно - метод. пособие/ А. А. Власов, А.Г. Нагорный. - М.: Высш.шк.,1977.- 95с.
8. Волков Л.В. Физическое воспитание учащихся [Текст]: пособие для учителя/ Л.В.Волков. -Киев: Рад.школа, 1988.-184 с.
9. Воронов, Ю.С.Основы подготовки спортивного резерва в ориентировании [Текст]/ Ю.С.Воронов. -М.: ЦДЮТиК, 2001.-72 с.
10. Вяткин Л. А. Туризм и спортивное ориентирование [Текст]: учеб. пособие для вузов / Л. А. Вяткин, Е. В. Сидорчук, Д. Н. Немытов. - М.: Академия,2001.- 208с.
11. Истомин, П. И. Туристская деятельности школьников: Вопросы теории и методики [Текст]/П. И. Истомин. -М.: Педагогика, 1987.-96с.

2.6 Календарный учебный график

№ группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения аттестации
Группа № 1	1 сентября	31 мая	36	144	Два раза в неделю по два часа	Декабрь промежуточная, май итоговый контроль
Группа № 2	1 сентября	31 мая	36	144	Два раза в неделю по два часа	Декабрь промежуточная, май итоговый контроль
Группа №3	1 сентября	31 мая	36	144	Два раза в неделю по два часа	Декабрь промежуточная, май итоговый контроль

Зимние каникулы: с 1 января по 11 января 2027 г.

Летние каникулы: с 1 июня по 31 августа 2027 г.

Праздничные (нерабочие) дни: 4 ноября, 23 февраля, 8 марта, 1, 9 мая.

2.7 Рабочая программа воспитания

Пояснительная записка

Рабочая программа воспитания детского объединения «Спортивными тропами», составлена на основе программы воспитания МБУДО «Центр внешкольной работы» Володарского района г. Брянска и предназначена для обучающихся от 10 лет до 17 лет. Реализация программы воспитательной работы осуществляется параллельно с основной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой.

Нормативно-правовая база:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации“ по вопросам воспитания обучающихся».
- «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года» (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р)
- Распоряжение правительства РФ от 01.07.2025 №1745-Р «О внесении изменений в распоряжение правительства РФ от 31.03.2022 №678-Р и об утверждении плана мероприятий по реализации концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025 – 2030 годы)»
- Распоряжение правительства Брянской области от 08.12.2025 №431-рп «Об утверждении плана мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025 – 2030 годы), в Брянской области».
- План основных мероприятий по программе "Десятилетие детства" (утв. Указом Президента РФ от 29.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетии детства».

1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и

социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и право- порядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде, формирование качеств способствующих их личностному, гармоничному развитию и социализации в соответствии с принятыми социокультурными правилами и нормами (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по программе являются:

-воспитание бережного отношения к природе**,** экологического мышления, гуманного отношения ко всему окружающему миру.

-приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной группы, совместных проектах, применение полученных знаний, организация активностей детей, их ответственного поведения,

-создание условий физической безопасности, комфорта, социализации, признания, самореализации, дисциплинированности при освоении предметного и метапредметного содержания программы.

-предоставление личности ребенка широких возможностей выбора индивидуальной траектории для развития своих способностей и наклонностей;

-формирование у детей и подростков через систему воспитательной работы позитивных ценностей, гражданских установок, активной жизненной позиции, патриотизма;

-приобщение к ценностям и традициям многонациональной культуры российского народа;

-изучение родного края, знакомство с его историко-географическими условиями, особенностями флоры и фауны с включением обучающихся в исследовательскую и проектную деятельность, через походы и разработку туристских маршрутов.

-установки на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность), на физическое совершенствование с учётом своих возможностей и здоровья, а также формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;

Целевые ориентиры воспитания детей по программе направлены на формирование:

-ценностного отношения к региональной и местной культуре;

-уважения к историческому и культурному наследию народов России, памятникам героям и защитникам Отечества;

-эстетической культуры, культуры общения, взаимопомощи;

-трудолюбия и уважения к труду, к трудящимся, результатам труда;

-экологической культуры, навыков охраны природы, сбережения природных ресурсов;

-стремления и умения применять научные знания в природной среде;

-личной ответственности за действия в природной среде, неприятие действий, приносящих вред природе;

-опыта сохранения уникального природного и биологического многообразия России, природного наследия Российской Федерации, ответственного отношения к животным;

-стремления к заботе о своём здоровье и здоровье окружающих людей;

-готовности брать на себя ответственность за достижение общих целей;

-настойчивости, последовательности, принципиальности;

-воли, упорства, дисциплинированности в туристической деятельности;

-готовности к анализу и реализации своей нравственной позиции на основе российских базовых ценностей, традиционных духовно-нравственных ценностей народов России.

2. Формы и методы воспитания

Основной формой воспитания и обучения детей является учебное занятие. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программы, обучающиеся:

-усваивают информацию, имеющую воспитательное значение;

-получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентиры;

-осознают себя способными к нравственному выбору;

-участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

-получают сведения не только от педагога, но и сами осуществляют работу с информацией (поиск, сбор, обработку, обмен и т. д.).

Создание и поддержка воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий. Программа включает в себя: практические занятия (тренировки, подготовка к соревнованиям, туристическим походам, различного рода мероприятиям, экскурсиям, коллективным делам), которые способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива; участие обучающихся в проектной и исследовательской деятельности, что формирует умения в области целеполагания, планирования и рефлексии, укрепляет внутреннюю дисциплину; коллективные игры, которые помогают им проявлять и развивать личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи; итоговые соревнования, презентации проектов и исследований, туристические слёты — способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, ответственность, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу детей. В воспитательной деятельности с детьми по

программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей подросткового возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках. Способом получения информации о результатах воспитания, социализации и саморазвития обучающихся является педагогическое наблюдение. Общая процедура наблюдения включает следующие этапы:

1) определение целей и задач наблюдения;

2) выбор объекта;

3) выбор способа наблюдения, наименее влияющего на исследуемый объект и обеспечивающего сбор необходимой информации;

4) выбор способов регистрации наблюдаемого;

5) обработка и интерпретация полученной информации.

Внимание педагогов сосредотачивается на следующих вопросах: какие прежде существовавшие проблемы личностного развития обучающихся удалось решить за минувший учебный год; какие проблемы решить не удалось и почему; какие новые проблемы появились, над чем далее

предстоит работать педагогу.

Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

Календарный план воспитательной работы детского объединения «Спортивными тропами»

Модуль 1. Ключевые обще учрежденческие дела

№	Наименование мероприятия	Дата проведения	Форма проведения	Практик. результат
1.1. Гражданско-патриотическое направление				
1.1.1. Воспитательные мероприятия для обучающихся объединений.				
1.	Тематическое занятие, посвященное Дню космонавтики «Через тернии к звездам»	3 неделя апреля	Мини-беседа	Презентация
2.	Соревнования, приуроченные к празднованию Дня Победы	4 неделя апреля – 2 неделя мая	Соревнования	Отчёт по результатам
3.	Мероприятия в детских объединениях, посвященные празднованию Дня Победы	4 неделя апреля – 2 неделя мая	Походы к памятным местам	Презентация
1.1.2. Организация тематических недель и месячников				
1.	Неделя, посвященная празднованию Дня города.	10-17 сентября	Выход к памятным местам г. Брянска	Создание карт-схем исторических мест
2.	Неделя правовых знаний для обучающихся младшей возрастной категории «Правила доверия».	1 неделя октября	Мини-беседа	Презентация
3.	Неделя правовых знаний для обучающихся	2 неделя	Мини-беседа	Презентация

	средней возрастной категории: «Мои права и обязанности».	октября		
4.	Неделя, посвящённая Дню защитника Отечества	3-4 неделя февраля	Встречи с участниками СВО	Фотоотчет в паблик
5.	Неделя, посвященная празднованию Дня Победы.	1 неделя мая	Участие в памятных мероприятиях	Фотоотчёт

1.2. 3. Художественно-эстетическое направление				
1.	**Конкурс** туристской песни	Апрель	Поход	Видеоролики
2.	Экскурсии в краеведческий музей	Ноябрь Март	Посещение краеведческого музея	Отчет по результатам

1.3. Мероприятия, направленные на воспитание традиционных ценностей

1.3.1. Культмассовые мероприятия для обучающихся объединений.				
1.	Календарь народных праздников	1-2 неделя января	Исследовательские работы по изучению традиций родного края	Исследовательская работа
2.	Мероприятия в детских объединениях, посвященное Празднованию Масленицы	1 неделя марта	Гулянья в парке	Фотоколлаж
3.	Мероприятия в детских объединениях, посвященное 23 февраля и 8 Марта	Февраль-март	КТД	Фотоотчет
1.3.2. Организация тематических недель и месячников				
1.	Мамина неделя (К Дню матери)	20-27 ноября	Участие в общем концерте	Фотоотчет
	Святочная неделя		Зимние гулянья	Фотоколлаж
2.	Неделя добра	2-3 неделя апреля	«Пакеты помощи»	Фотоотчет

Модуль 2. «Самоуправление»

1.	Экологическая акция	1-2 неделя октября	Уборка природных территорий	Фотоотчет в паблик
2.	Акция «Спасибо матери солдата». Изготовление открыток и вручение их в Комитете Солдатских матерей	20-30 ноября	Домашняя работа	Фотоотчет в паблик
3.	Акция «Открытка Защитнику Отечества».	2 неделя февраля	Работа по изготовление открыток	Фотоотчет в паблик
4.	Участие в Новогодних праздниках «Праздничное настроение»	Декабрь - январь	КТД	Фотоколлаж праздника
5.	Неделя веселых затей	20-30 декабря	КТД	Фотоколлаж

Модуль 3. «Гражданско-патриотическое и духовно-нравственное развитие»

1.	Запись и размещение онлайн-поздравлений ветеранам ВОВ	1-2 недели мая	Видеозапись	Публикация в паблик
2.	Мастер-классы по спортивному ориентированию	1-2 неделя декабря	Личное участие обучающихся и их семей	Публикация в паблик
3.	Презентация «Защитники	2-3 неделя	Мини-лекция	Фотоотчет в паблик

	Земли Русской»	февраля		

Модуль 4. «Здоровый образ жизни и охрана здоровья»

1.	Беседы по правилам дорожного движения с обучающимися детских объединений.	Ежемесячно	Беседа	Фотоотчет в паблик
2.	Беседы с обучающимися детских объединений «Правила гигиены и правила безопасности»	Ежемесячно	Беседа	Фотоотчет в паблик
3.	Первенство Володарского района по парковому ориентированию	Октябрь	Участие в соревнованиях	Отчёт по результатам
4.	Тренировочные сборы	Октябрь Март Май	Мини соревнования по технике туризма среди обучающихся Детских объединений	Фотоотчет в паблик
5.	Рисование плакатов на тему антинаркотической пропаганды «Твой выбор»	В течение ноября	Выставка	Фотоотчет в паблик

Модуль 5. Профессиональная ориентация

1.	Знакомство с современными профессиями в сфере туризма и краеведения	Сентябрь	Лекция с проф. тестированием	Электронная презентация
2.	Квест-игра «Удивительный город»	Апрель	Выполнение заданий, которые помогают овладеть туристскими и краеведческим и знаниями и умениями	Отчёт по результатам
3.	Виртуальные путешествия	В течение года	Экскурсия	Фотоотчет в паблик
4.	Знакомство с походными должностями	Январь	Мастер-класс	

Модуль 6. Работа с родителями

1.	Дни открытых дверей для родителей	Сентябрь	Беседа	
2.	Родительское собрание «Организация учебно- воспитательного процесса»	Сентябрь	Беседа	
3.	Индивидуальные консультации для родителей	В течение года	Беседа	
4.	«Вместе за безопасность»	Октябрь Декабрь Март Май	Консультации	
5.	«Ребенок 21 века: социальное и творческое развитие»	Декабрь	Беседа	
6.	«Сохранение здоровья в семье»	Февраль	Беседа	
7.	Итоговое родительское собрание «Наши достижения»	Май	Беседа с презентационными материалами	

Приложение 1

Оценочные материалы

Таблица
контрольных нормативов для детей 10-13 лет

№	Наименование теста	мальчики			девочки		
		в	с	н	в	с	н
1	Кросс 1500 м. – мин.	6.50	8.05	8.20	7.14	8.29	8.55
2	Подтягивание мал.- высокая перекладина; дев.- низкая	7	4	3	17	11	9
3	Сгибание и разгибание рук в упоре на полу	28	18	13	14	9	7

Таблица
контрольных нормативов для детей 14-15 лет

№	Наименование теста	мальчики			девочки		
		в	с	н	в	с	н
1	Кросс 2000 м. – мин.	9.00	9.30	9.55	11.00	11.40	12.00
2	Подтягивание мал.- высокая перекладина; дев.- низкая	10	6	4	18	11	9
3	Сгибание и разгибание рук в упоре на полу	30	20	15	15	10	8

Таблица
контрольных нормативов для юношей и девушек 16-17 лет

№	Наименование теста	юноши			девушки		
		в	с	н	в	с	н
1	Кросс 2000 м. – мин.-дев.; 3000м.- мин.- юноши.	9.50	11.20	12.00	12.40	14.30	15.00
2	Подтягивание юн.- высокая перекладина; дев.- низкая	14	11	9	19	13	11
3	Сгибание и разгибание рук в	42	31	27	16	11	9

	упоре на полу						

Тесты по физической подготовленности

1-кросс на 1году обучения девушки 300 м. юноши 500 м.; на 2году обучения девушки 300 м. юноши 500 м.; на 3 году обучения девушки 500 м. юноши 1000 м.; на 4-5 году обучения девушки 1000 м. юноши 3000 м.

2-подтягивание девушки на низкой перекладине ; юноши на высокой

3-поднимание ног из положения виса на перекладине.

Приложение 2

Таблица для оценки качества усвоения программы (итоговый контроль)

№	Фамилия, имя учащегося	Зачётное задание 1		Зачётное задание 2		Зачётное задание 3 итого		итого
		форма	уровень	форма	уровень	форма	уровень	
1		Итоговый тест	в	Викторина «Край Брянский»	в	Итоговые соревнования по дисциплине дистанции пешеходная	в	
2			с		с		с	
3			н		н		н	
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

Итоговый контроль. Викторина по краеведению «Край Брянский»

1. На берегах какой реки расположен город Брянск?

А.Десны

Б.Припяти

В.Сейма

2. Какое почетное звание носит Брянск?

А.Город трудовой славы

Б.Город воинской славы

В.Горой-герой

3. Как называют жителей Брянска?

А.Брянцы

Б.Брянчане

В.Брянчанцы

4. Кто старше Москва или Брянск?

А.Брянск старше Москвы

Б.Москва старше Брянска

В.Одного возраста

5. Какой трюк летчик Валерий Чкалов совершил в Брянске?

А.Пролет под мостом

Б.Мертвую петлю

В.Плоский штопор

6. Какая самая высокая точка Брянска?

А.Покровская Гора

Б.Чашин курган

В.Петровская Гора

7. Какой район существует в Брянске?

А.Макаронка

Б.Вермишелька

В.Гречанка

8. В чем особенность Краеведческого музея Брянска?

А.Он покрашен в ярко-красный цвет

Б.Он полностью деревянный

В.Он стоит задом наперёд

9. Благодаря чему получил известность парк-музей имени А. К. Толстого в Брянске?

А.Благодаря расположенным в парке скульптурам из дерева

Б.Благодаря уникальным породам деревьев, растущих в парке

В.Это самый старинный парк России

10. Что изображено на памятной монете, выпущенной Банком России в 2010 году?

А. Покровский собор

Б. Герб Брянска

В. Курган Бессмертия

Правильные ответы

1.А. Десны

2. Б. Город воинской славы

3. А. Брянцы

4. А. Брянск старше Москвы

5. А. Пролет под мостом

6. А. Покровская Гора

7. А. Макаронка

8. В. Он стоит задом наперёд

9. А. Благодаря расположенным в парке скульптурам из дерева

10. Б. Герб Брянска

Итоговый тест

Часть 1. Ситуационная задача.

1. Как определить стороны горизонта в темное время суток в отсутствии компаса?

а) По солнцу;

б) По деревьям;

в) По звездам (найти Полярную звезду);

2. Как необходимо поступить, если заблудились в лесу?

а) Остаться на месте и устроить временное жилище;

б) Двигаться в выбранном направлении;

в) Кричать и двигаться в выбранном направлении;

3. Движение зимой по льду. По каким местам можно передвигаться?

а) Заснеженные участки водоема;

б) Темные непрозрачные места льда;

в) Светлые участки льда;

4. Движение по льду. Какие места опасны для передвижения?

а) Уже готовые тропы, дорожки;

б) Темные непрозрачные места льда;

в) Светлые участки льда;

5. Как долго человек может находиться без воды?

а) 3-5 дней;

б) 7-10 дней;

в) 1 месяц;

6. Как долго человек может находиться без еды?

а) 4-6 месяцев;

б) 2-3 месяца;

в) До 2-х месяцев;

7. Какое расстояние в походе по бездорожью в светлое время суток может пройти группа из 10 человек?

а) 10км.;

б) 20км.;

в) 30км.;

8. В походе у группы туристов закончилось питье. Где раздобыть воду в летний период?

а) Растопить снег;

б) Набрать из ручья или реки;

в) Набрать воды из озера и прокипятить;

9. В походе у группы туристов закончилось питье. Где раздобыть воду в зимний период?

а) Вернуться в лагерь;

б) Растопить снег;

в) Найти замерзший водоем и прорубить прорубь;

10. Способы обеззараживания воды (*верны несколько вариантов*)

а) Прокипятить;

б) Добавить 5% раствор йода;

в) Взять с собой фильтр «Барьер»;

г) Добавить слабый раствор марганцовки;

Часть 2. Первая помощь.

1. Что необходимо сделать при открытом переломе?

а) Наложить жгут;

б) Наложить гипс;

в) Иммобилизировать конечность и наложить стерильную повязку;

2. Оказание помощи при закрытом переломе?

а) Наложить гипс;

б) Зафиксировать конечность в одном положении (при возможности охладить конечность для снижения воспаления и боли);

в) Ничего не предпринимать;

3. Оказание помощи при утоплении.

а) Освободить дыхательные пути и сделать искусственное дыхание;

б) Сделать искусственное дыхание;

в) Сделать непрямой массаж сердца;

4. ПМП при солнечном ударе.

а) Облить холодной водой, чтобы привести в чувство;

б) Оставить пострадавшего на открытом солнце;

в) Отнести пострадавшего в тень или прохладное помещение и наложить холодную повязку;

5. Что необходимо делать при артериальном кровотечении?

а) Позвать на помощь;

б) Наложить жгут так, чтобы предотвратить кровотечение;

в) Позвонить 03 и ждать приезда скорой помощи;

6. Оказание помощи при венозном кровотечении

а) Замазать рану йодом и наложить повязку;

б) Закрыть рану пальцами;

в) Наложить тугую стерильную повязку и зафиксировать конечность в приподнятом положении;

7. Что необходимо сделать в первую очередь при ожогах?

а) Охладить конечность и наложить бинт;

б) Наложить бинт;

в) Звать на помощь;

8. Оказание помощи при обморожении

а) Доставить пострадавшего в теплое место, на обмороженный участок наложить бинтовую повязку, а сверху надеть полиэтиленовый пакет;

б) Растирать замерзшее место снегом или варежками;

в) Согреть замерзшее место теплой водой;

9. Оказание помощи при вывихах

а) Вправить конечность на место;

б) Иммобилизировать конечность и наложить тугую повязку;

в) Позвонить 03;

10. Оказание помощи при отравлении угарным газом

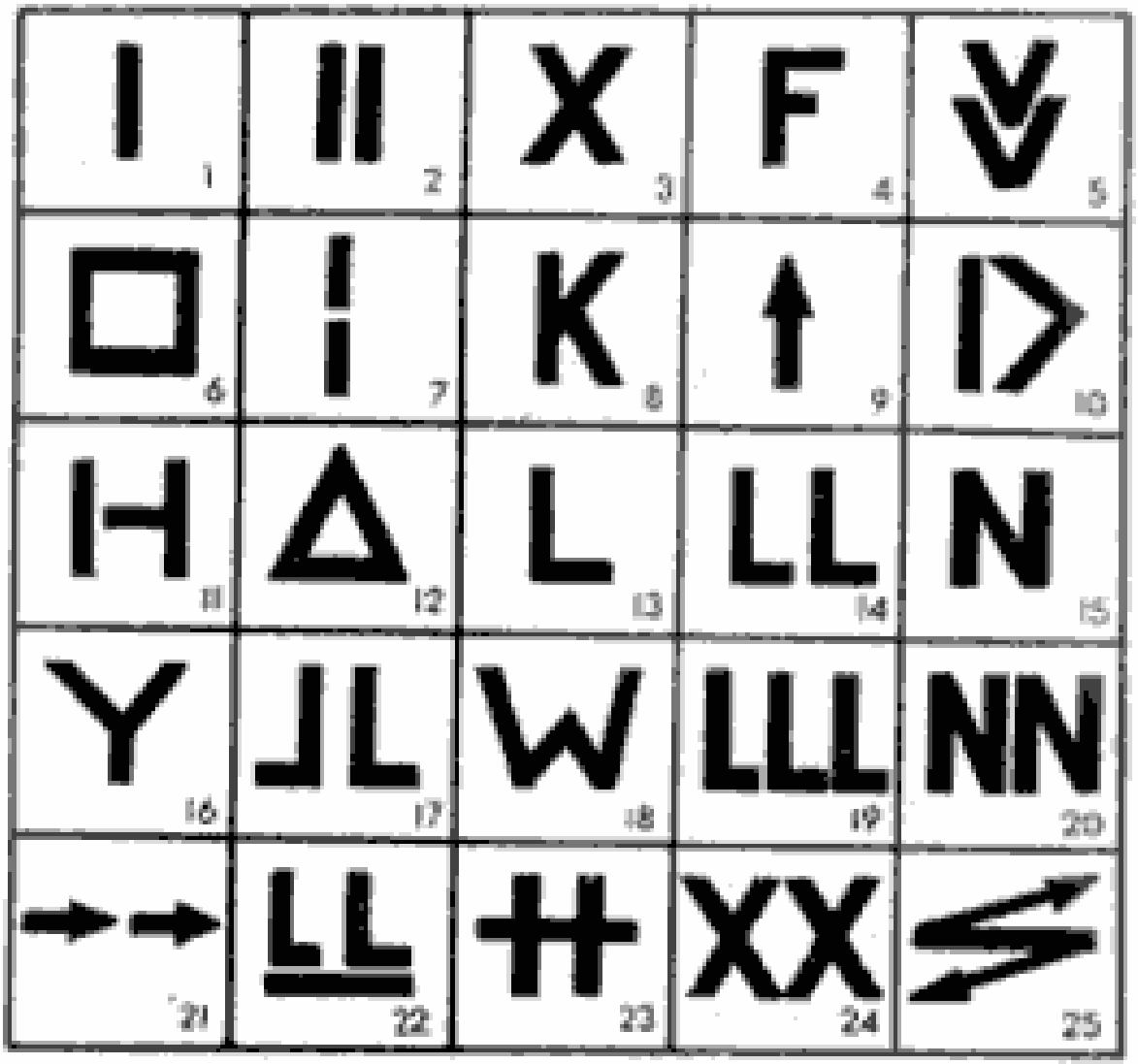
а) Вынести пострадавшего на свежий воздух, сделать искусственное дыхание;

б) Сделать искусственное дыхание;

в) Вынести пострадавшего на воздух.

Часть 3. Международная кодовая система земля воздух.

Соотнесите графическое обозначение и его словесное описание:



а) разделились на две группы, каждая следует в указанном направлении;

б) требуется механик;

в) операции закончены;

г) не способны двигаться;

д) требуются карта и компас;

е) здесь можно безопасно совершить посадку;

ж) мы не в состоянии продолжать, возвращаемся на базу;

з) нужны пища и вода;

и) ничего не обнаружено, продолжаем поиски;

к) не понял;

л) нет или отрицательно;

м) нужны медикаменты;

н) укажите направление следования;

о) нужен врач – серьезные телесные повреждения;

п) получены сведения, что воздушное судно находится в этом направлении;

р) я двигаюсь в этом направлении;

с) мы нашли только несколько человек;

т) судно серьезно повреждено;

у) все в порядке;

ф) попытаемся взлететь;

х) требуются топливо и масло;

ц) мы нашли всех людей;

ч) требуются оружие и боеприпасы;

ш) нужны сигнальная лампа с батареей и радиостанция;

щ) да или положительно.

Часть 4. Великая отечественная война.

1. Когда началась Великая Отечественная Война?

а) 1 сентября 1939г.;

б) 22 июня 1943 г.;

в) 2 сентября 1945г.;

г) 3 августа 1941г.;

2. Как называлась организация, созданная 23 июня 1941г.?

а) Ставка Верховного Командования;

б) Совет Безопасности;

в) Государственный Комитет Обороны;

г) Народный комиссариат обороны;

3. Верховным Главнокомандующим советских войск 8 августа 1941г. был назначен

а) Г.К.Жуков;

б) И.В.Сталин;

в) С.К.Тимошенко;

4. Обороной Москвы руководил:

а) Г.К.Жуков

б) К.К.Рокоссовский

в) А.М.Василевский

5. Прорыв блокады Ленинграда произошел:

а) Июль 1943г.;

б) Январь 1944г.;

в) 18 января 1943г.;

6. Сколько дней длилась блокада Ленинграда?

а) 2988 с 8 сентября 1960г. по 27 января 1956г.;

б) 872 с 8 сентября 1941г. по 27 января 1944г.;

в) 100 с 8 сентября 1941г. по 27 января 1999г.;

г) 55 с 8 сентября 1941г. по 27 января 1948г.;

7. Самое крупное танковое сражение произошло:

а) 18 декабря 1942г. в районе г.Котельниково;

б) 12 июля 1943г. в районе п.Прохоровка;

в) 17 августа 1943 на Сицилии;

8. Когда был подписан акт о безоговорочной капитуляции Германии?

а) 8 мая 1945г.;

б) 9 мая 1945г.;

в) 7 мая 1944г.;

9. Когда закончилась Вторая Мировая Война?

а) 3 августа 1946г.;

б) 9 мая 1945г.;

в) 2 сентября 1945г.;

10. Людские потери СССР во Второй Мировой Войне составили:

а) 40 млн. человек;

б) 20 млн. человек;

в) 201 млн. человек;

г) 26,6 млн. человек.

	Часть 1:	Часть2
1.	В	В
2.	А	Б
3.	В	А
4.	Б	В
5.	А	Б
6.	В	В
7.	Б	А
8.	В	А
9.	Б	Б
10.	А, Б, Г	А

Приложение к программе,
утверждённой приказом МБУДО
ЦВР Володарского района г. Брянска
Приказ № 113 от 01.09.2026г

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

на 2026-2027 учебный год

к программе

«Спортивными тропами»
(название программы)

Педагога дополнительного образования: Машичев Александр Сергеевич.

Группа № 1, уровень программы углубленный

Время проведения занятий**: Среда 16-30 – 18-00; суббота 17-30 – 19-00.**

№п/п	Число, месяц (план)	Число, месяц (факт)	Кол-во часов	Форма занятия	Тема занятия	Форма контроля	Примечания
1.			2	беседа	Введение. Комплектование группы. Техника безопасности.	Контрольное упражнение	
2.			2	Практическое занятие	Общая физическая подготовка.	Педагогическое наблюдение	
3.			2	беседа	Значение туризма. Воспитательная роль туризма.	Педагогическое наблюдение.	
4.			2	Практическое занятие	Специальная физическая подготовка.	Педагогическое наблюдение	
5.			2	беседа	Правила поведения туристов и техника безопасности на занятиях. Виды спортивного туризма.	Педагогическое наблюдение	
6.			2	тренировка	Специальная физическая подготовка.	Педагогическое наблюдение	
7.			2	беседа	Личное снаряжение туристов.	Педагогическое наблюдение	
8.			2	тренировка	Общая физическая подготовка.	Педагогическое наблюдение	
9.			2	тренировка	Тактико-техническая подготовка к дисциплине «дистанция - пешеходная» на местности.	Педагогическое наблюдение	
10.			2	беседа	Нормативные документы по спортивному туризму. Личное снаряжение туристов.	Педагогическое наблюдение	
11.			2	тренировка	Общая физическая подготовка.	Педагогическое наблюдение	
12.			2	тренировка	Специальная физическая подготовка. Общая	Педагогическое	

					физическая подготовка.	наблюдение	
13.			2	тренировка	Специальная физическая подготовка.	Педагогическое наблюдение	
14.			2	Практическое занятие	Личное снаряжение	Педагогическое наблюдение	
15.			2	тренировка	Технико-тактическая подготовка к дисциплине «дистанция - пешеходная - группа» на местности	Педагогическое наблюдение	
16.			2	тренировка	Личное и групповое снаряжение туриста.	Педагогическое наблюдение	
17.			2	беседа	Краткие сведения о спортивном ориентировании.	Педагогическое наблюдение	
18.			2	тренировка	Специальная физическая подготовка.	Педагогическое наблюдение	
19.			2	Практическое занятие	Краткие сведения о спортивном ориентировании. Виды ориентирования, правила соревнований.	Педагогическое наблюдение	
20.			2	тренировка	Общая физическая подготовка.	Педагогическое наблюдение	
21.			2	Практическое занятие	Виды ориентирования, правила соревнований.	Педагогическое наблюдение	
22.			2	тренировка	Общая физическая подготовка.	Педагогическое наблюдение	
23.			2	тренировка	Общая физическая подготовка.	Педагогическое наблюдение	
24.			2	тренировка	Соревнования по спортивному ориентированию.	Педагогическое наблюдение	
25.			2	тренировка	Технико-тактическая подготовка к дисциплине «маршрут»	Педагогическое наблюдение	
26.			2	Практическое занятие	Топографическая подготовка. Техника ориентирования.	Педагогическое наблюдение	
27.			2	тренировка	Технико-тактическая подготовка к дисциплине «маршрут»	Педагогическое наблюдение	

28.			2	беседа	Техника ориентирования. Тактика ориентирования.	Педагогическое наблюдение	
29.			2	тренировка	Технико-тактическая подготовка к дисциплине «маршрут»	Педагогическое наблюдение	
30.			2	тренировка	Тактика ориентирования. Соревнования по спортивному ориентированию.	Педагогическое наблюдение	
31.			2	тренировка	Технико-тактическая подготовка к дисциплине «дистанция - пешеходная»	Педагогическое наблюдение	
32.			2	тренировка	Первая доврачебная помощь	Педагогическое наблюдение	
33.			2	тренировка	Технико-тактическая подготовка к дисциплине «дистанция - пешеходная - группа» в зале	Педагогическое наблюдение	
34.			2	беседа	Первая доврачебная помощь	Педагогическое наблюдение	
35.			2	тренировка	Технико-тактическая подготовка к дисциплине «дистанция - пешеходная - группа» на местности	Педагогическое наблюдение	
36.			2	беседа	Первая доврачебная помощь.	Педагогическое наблюдение	
37.			2	тренировка	Технико-тактическая подготовка к дисциплине «дистанция - пешеходная - группа» на местности и в зале	Педагогическое наблюдение	
38.			2	тренировка	Групповое снаряжение	Педагогическое наблюдение	
39.			2	тренировка	Туристские слёты и соревнования	Педагогическое наблюдение	
40.			2	тренировка	Групповое снаряжение	Педагогическое наблюдение	
41.			2	тренировка	Специальная физическая подготовка.	Педагогическое наблюдение	
42.			2	Беседа	Походная аптечка.	Педагогическое наблюдение	
43.			2	тренировка	Специальная физическая подготовка.	Педагогическое	

						наблюдение	
44.			2	Практическое занятие	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.	Педагогическое наблюдение	
45.			2	Практическое занятие	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.	Педагогическое наблюдение	
46.			2	Практическое занятие	Первая доврачебная помощь.	Педагогическое наблюдение	
47.			2	Практическое занятие	Походная мед. аптечка. Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.	Педагогическое наблюдение	
48.			2	беседа	Подготовка к походу.	Педагогическое наблюдение	
49.			2	Практическое занятие	Первая доврачебная помощь	Педагогическое наблюдение	
50.			2	тренировка	Туристические слёты и соревнования. Специальная физ. подготовка.	Педагогическое наблюдение	
51.			2	беседа	Туристский быт	Педагогическое наблюдение	
52.			2	беседа	Туристский быт	Педагогическое наблюдение	
53.			2	беседа	Питание в туристском походе	Педагогическое наблюдение	
54.			2	беседа	Питание в туристском походе	Педагогическое наблюдение	
55.			2	беседа	Туристские должности в группе.	Педагогическое наблюдение	
56.			2	беседа	Туристские должности в группе.	Педагогическое наблюдение	
57.			2	беседа	Правила движения в группе. Питание в туристском походе. Туристские должности в группе	Педагогическое наблюдение	
58.			2	беседа	Краеведение. Разработка туристских маршрутов.	Педагогическое наблюдение	
59.			2	беседа	Краеведение. Разработка туристских	Педагогическое	

					маршрутов.	наблюдение	
60.			2	беседа	Подготовка к походу.	Педагогическое наблюдение	
61.			2	беседа	Подготовка к походу.	Педагогическое наблюдение	
62.			2	беседа	Встречи с сотрудниками МЧС.	Педагогическое наблюдение	
63.			2	практика	Туристский быт.	Педагогическое наблюдение	
64.			2	беседа	Краеведение.	Педагогическое наблюдение	
65.			2	практика	Питание в туристском походе.	Педагогическое наблюдение	
66.			2	практическое занятие	Экстремальная ситуация в походе и меры её предупреждения.	Педагогическое наблюдение	
67.			2	практическое занятие	Экстремальная ситуация в походе и меры её предупреждения.	Педагогическое наблюдение	
68.			2	беседа	Краеведение.	Педагогическое наблюдение	
69.			2	практическое занятие	Экстремальная ситуация в походе и меры её предупреждения.	Педагогическое наблюдение	
70.			2	тренировка	Туристические слёты и соревнования	Педагогическое наблюдение	
71.			2	беседа	Краеведение. Туристические слёты и соревнования.	Педагогическое наблюдение	
72.			2	зачет	Итоговое занятие.	Тестирование. Выполнение нормативов	