

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Вавожская средняя общеобразовательная школа»

Принято на заседании
педагогического совета
протокол № 6
от 31.05.2022 г.

Утверждено приказом
директора школы
Сулимовой Е.Н.
от 31.05.2022 г. № 222-ОД

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

«Туризм»

Направленность: туристско-краеведческая

Возраст учащихся: *11-16 лет*

Срок реализации: *2 года (144 часа)*

Составитель: Ирисов Николай Геннадьевич,
Педагог дополнительного образования

с. Вавож, 2022 г.

1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Туризм» имеет туристско-краеведческую направленность.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами системы дополнительного образования:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (Принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года, Одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р, Москва);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года № 196);
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждено Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28);
- Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ (утвержден Приказом Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816);
- Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

(Письмо Министерства просвещения Российской Федерации ГД-39/04 от 19 марта 2020 года);

- Уставом МБОУ «Вавожская СОШ».

- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «МБОУ «Вавожская СОШ».

Актуальность программы

Туристская деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка. Она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. В процессе туристско-краеведческой деятельности у детей формируются такие жизненно важные качества, как упорство, честность, мужество, взаимовыручка. Сама обстановка педагогически правильно организованного туристского похода способствует выявлению и развитию этих качеств.

Программа туристско-краеведческой направленности обусловлена запросами детей и их родителей на программы (согласно проведенному анкетированию https://vk.com/vavsosh?w=wall-58936217_1357, https://vk.com/vavsosh?w=wall-58936217_1355 более 33 % опрошенных выбрали данное направление), что говорит о высоком социальном заказе.

Включающие в учебную программу знаний по туризму, краеведению, спортивному ориентированию, задачи по развитию физических и коммуникативных качеств обучающихся.

Уровень программы - базовый

Классификация программы на основе дифференциации
разноуровневые

Отличительной особенностью программы является то, что она даёт возможность каждому обучающемуся попробовать свои силы в разных видах туристической деятельности.

Новизна данной программы дополнительного образования опирается на понимание приоритетности воспитательной работы, направленной на развитие двигательных и познавательных качеств человека, интеллекта подрастающего поколения, его морально-волевых и нравственных качеств.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что «Туризм» открывает детям путь к совершенствованию своих коммуникативных, познавательных и двигательных способностях. Программа построена «от простого к сложному». Предполагается развитие ребенка в самых различных направлениях: образное и пространственное мышление, двигательная активность. Все это необходимо современному человеку, чтобы осознать себя гармонично развитой личностью.

Адресат Программы

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 12-17 лет.

Образовательные группы формируются из учащихся проявляющих интерес к природе, истории родного края, стремления изучить что-то новое, общественно – полезной деятельности.

Набор детей осуществляется по желанию.

Практическая значимость программы определяется её практико-ориентированным подходом, личным опытом педагога и возможностью использования данной программы в системе общего и дополнительного образования.

Преимственность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы с программами СОШ.

При освоении программы туристско-краеведческого объединения, ребенок может применить свои знания в таких предметах, как:

- ОБЖ: при изучении тем «автономное существование человека», «способы ориентирования», «действия при ЧС техногенного и природного характера»;
- физическая культура - при силовой подготовке;
- география – при изучении картографии, условных обозначений,

топознаков;

- биология – при изучении растительности, и животного мира.

Объем Программы: один год

1 год обучения: 72 часа (1 раз в неделю по 2 академических часа).

- *Срок освоения программы* – определяется содержанием Программы и должен обеспечить возможность достижения планируемых результатов, заявленных в Программе; характеризуют продолжительность Программы - количество недель, месяцев, лет, необходимых для ее освоения.

Срок освоения программы – один год. Количество учебных недель – 36 недель.

Формы обучения: Очная.

Режим занятий.

Занятия группы проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа с 15-ти минутным перерывом.

Адресаты программы

Программарассчитананаобучающихсяввозрасте11-16лет. Принимаются все желающие без предварительного тестирования и требований к группе здоровья, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям по туризму.

Учебная группа – смешанная, разновозрастная. Физиологические особенности мальчиков и девочек, возрастные особенности развития обучающихся учитываются при дозировании физических нагрузок во время занятий, соревнований и походов. Количество детей в группе до 12 человек.

Во время обучения происходит формирование устойчивого туристского коллектива, применяется дифференцированный подход и индивидуальная работа с обучающимися.

В группы первого года обучения набираются мальчики и девочки ввозрасте11 –14лет.

Группы второго года обучения формируются из числа учащихся, успешно прошедших обучение по программе первого года обучения, а

также детей 13 – 16 лет, ранее не занимавшихся в объединении, но владеющих знаниями, умениями и навыками на уровне, определенном для выпускников первого года обучения.

Образовательный процесс: рассказ педагога и ребенка, практические занятия, практические занятия в походах, в условиях природной среды.

Тренировочный процесс: общеразвивающие упражнения, оздоровление организма, спортивные игры;

Проведение мероприятий: краеведческие праздники, игры, соревнования, викторины, конференции, слеты.

Коллективная работа: конкурсы, походы, слеты, соревнования, экскурсии.

Состав группы постоянный, разновозрастный. По количеству от 10 до 12 человек.

Особенности реализации образовательного процесса, формы организации образовательного процесса - Кружок.

Ведущие формы и виды деятельности (выбираем из предложенного или добавляем свои): - виды занятий по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать лекции, практические занятия, мастер-классы, выездные тематические занятия, выполнение самостоятельной работы, соревнования и другие виды учебных занятий и учебных работ;

1.2. Цель и задачи программы

Цель: с

Задачи программы:

Предметные:

- Расширение и углубление знаний учащихся дополняющих школьную программу по истории, географии ,биологии, литературе ,ОБЖ, физической подготовке;
- Приобретение умений и навыков в работе с картой и компасом;

- Приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;
- Приобретение туристских умений и навыков.

Метапредметные:

- Способствовать формированию экологической культуры, способности самостоятельно оценивать уровень безопасности окружающей среды как среды жизнедеятельности, позитивно-сберегающего отношения к окружающей среде и социально- ответственного поведения;
- Сформировать умения и навыки поиска и обработки необходимой информации;
- Сформировать умения и навыки, связанные с целеполаганием, планированием и оценкой результата.

Личностные:

- Физическое развитие и оздоровление детей на занятиях в условиях природной среды;
- Сформировать навыки эффективного сотрудничества;
- Обеспечить приобретение учащимися опыта самостоятельного социального действия.

1.3. Учебный план и содержание программы

Учебный план первого года обучения

| Темы занятий | Всего | Теория | Практика | Форма контроля |
|---|-----------|----------|----------|----------------|
| I. Вводное занятие. | 2 | 1 | 1 | |
| 1.1. Информация о работе объединения. Инструктажи. Знакомство. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| II. Туристский быт и снаряжение. | 16 | 7 | 9 | |
| 2.1. Туристское снаряжение. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 2.2. Установка палаток. Размещение в них вещей. | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| 2.3. Костры, их типы. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 2.4. Костровое хозяйство. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 2.5. Ремонтный набор | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| 2.6. Бивуак. | 4 | 1 | 3 | Опрос |
| 2.7. Питание в туристском походе. Зачёт по пройденной теме. | 2 | 1 | 1 | Устный зачет |
| III. Основы гигиены и оказания ПД помощи | 16 | 7 | 7 | 2 |
| 3.1. Возможные опасности в походе. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 3.2. Личная гигиена туриста. Походная медицинская аптечка. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 3.3. Отравления. Ожоги. Отморожения. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 3.4. Порезы и раны. Нагноения. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 3.5. Ушибы. Растяжения. Вывихи. Переломы | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |
| 3.6. Потертости и мозоли. Опрелости. Требования к одежде и обуви. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 3.7. Приёмы транспортировки пострадавшего. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 3.8. Промежуточная аттестация. | 2 | - | - | 2 |
| IV. Топография и ориентирование. | 18 | 9 | 9 | |
| 4.1. Карты и их классификация. | 2 | 2 | - | Опрос |
| 4.2. Условные знаки топографических карт. | 2 | 2 | - | Опрос |
| 4.3. Отображение местности на карте. | 2 | 1 | 1 | Наблюдение |

| | | | | |
|--|-----------|-----------|-----------|------------------------------------|
| 4.4. Масштабы. Расстояния. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 4.5. Чтение карты | 2 | - | 2 | Зачёт |
| 4.6. Ориентирование по горизонту. Азимут. | 2 | 1 | 1 | Зачёт |
| 4.7. Компаса и правила работы с ними. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 4.8. Ориентирование на местности. Определение расстояний на местности. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 4.9. Соревнования, открытые тренировки по спортивному ориентированию. | 2 | - | 2 | Результат ы соревнов аний |
| V. Специальная туристская подготовка. | 12 | 5 | 7 | |
| 5.1. Туристские должности в группе. Движения группы на маршруте. | 2 | 2 | - | Тест |
| 5.2. Преодоление естественных препятствий. | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 5.3. Организация туристского похода. ТБ при проведении походов. | 2 | 1 | 1 | Тест |
| 5.4. Узлы, применяемые в туризме. Организация страховки. | 4 | 1 | 3 | Тест |
| 5.5. Соревнования, открытые тренировки по спортивному туризму | 2 | - | 2 | Опрос |
| VI. Воспитательные мероприятия | 6 | - | 6 | |
| VII. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация | 2 | | 1 | 1 |
| Итого: | 72 | 31 | 38 | 3 |

Содержание программы

I. Вводное занятие (2 часа).

1.1.1. Информация о работе объединения. Инструктажи. Знакомство. (2 часа)

Теория (1 час): Туризм. Что это такое? Чем полезны и интересны туристские походы и путешествия. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. Виды туризма. Характеристика каждого вида. Самодеятельный туризм. Центр детского и юношеского туризма в структуре функционирования самодеятельного туризма. Задачи и план работы объединения «Юные туристы». Законы, правила, нормы и традиции туризма. Инструктажи по охране труда.

Практика (1 час): знакомство

II. Туристский быт и снаряжение (16 часов).

2.1. Туристское снаряжение (2 часа).

Теория (1 час): Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневных и многодневных походов, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки одежда и обувь для летних и зимних походов.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.

Практика (1 час): ознакомление с имеющимся туристским снаряжением. Правила размещения предметов в рюкзаке. Укладка рюкзака. Подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за ним.

2.2. Установка палаток. Размещение в них вещей (2 часа),

Теория (1 час): Типы палаток

Практика (1 час): Установка палаток, размещение в них вещей. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Разборка и упаковка палаток.

2.3. Костры, их типы (2 часа).

Теория (1 час): Различные типы костров и их назначение. Отбор места

для костра. Выбор и заготовка дров. Правила разведения костра. Меры безопасности при заготовке дров и при обращении с огнём. Требования по уборке места для костра перед уходом группы.

Практика (1 час): составление типов костров

2.4. Костровое хозяйство (2 часа).

Теория (1 час): Костровые приспособления. Варочная посуда. Способы подвески котлов. Кухонные принадлежности. Походные топоры и пилы. Требования к топорам и пилам. Порядок их упаковки и транспортировки. Меры безопасности.

Практика (1 час): тренировка по упаковке кострового снаряжения

2.5. Ремонтный набор (2 часа).

Теория (1 час): Состав и назначение ремонтного набора. Способы сушки снаряжения. Меры безопасности.

Практика (1 час): тренировка

2.6. Бивуак (4 часа).

Теория (1 час): Выбор места для ночлега (бивуака). Основные требования к месту бивуака.

Практика (3 часа): Организация работы по разворачиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток и костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы). Уборка места лагеря перед уходом группы. Меры безопасности при работе на бивуаке.

2.7. Питание в туристском походе (2 часа).

Теория (1 час): Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в походе: перекус (на бутербродах) и с приготовлением горячих блюд. Набор продуктов для похода. Нормы продуктов на человека. Организация питания в 2-3хдневном походе. Приготовление пищи на костре.

Практика (1 час): Составление меню и списка продуктов для похода. Закупка, фасовка, упаковка продуктов и переноска продуктов в рюкзаках.

III. Основы гигиены и первая доврачебная помощь (16 часов).

3.1. Возможные опасности в походе. Меры безопасности. (2 часа).

Теория (1 час): Опасности, обусловленные природой средней полосы: рельеф, реки, ураганы, грозы, метели. Ядовитые грибы, растения, насекомые, змеи, хищные звери. Опасности, связанные с действиями человека. Профилактика несчастных случаев – сбор информации о районе похода. Дисциплина в походах и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице.

Практика (1 час): Знать опасности, обусловленные природой и связанные с действиями человека. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице. Ядовитые грибы, растения.

3.2. Личная гигиена туриста. Походная медицинская аптечка (2 часа).

Теория (1 час): Понятие гигиены, её значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, значение водных процедур (умывание, обтирание, душ, купание, парная баня). Состав походной медицинской аптечки. Требования к упаковке. Хранение и транспортировка аптечки.

Практика (1 час): Формирование походной медицинской аптечки.

3.3. Пищевые отравления. Ожоги. Отморожения (2 часа).

Теория (1 час): Профилактика отравлений и желудочно-кишечных заболеваний. Подбор, хранение продуктов. Питьевая вода. Обеззараживание воды. Мытьё рук и посуды. Первая помощь при пищевых отравлениях. Ожоги. Отморожения. Первые признаки отморожения. Как избежать ожогов и отморожений.

Практика (1 час): Первая доврачебная помощь при ожогах и отморожениях. Тепловые и солнечные удары. Профилактика солнечных ударов.

3.4. Порезы и раны. Нагноения (2 часа).

Теория (1 час): Профилактика ранений от острых орудий. Первая

доврачебная помощь при порезах, ранениях острыми предметами, при появлении гнойных ран. Порядок наложения жгута, ватно-марлевой повязки. Обработка ран.

Практика (1 час): Практическая отработка приёмов по оказанию первой доврачебной помощи.

3.5. Ушибы. Растяжения. Вывихи. Переломы (2 часа).

Теория (1 час): Признаки ушибов, растяжений, вывихов, переломов. Правила оказания первой доврачебной помощи.

Практика (1 час): Порядок наложения шин из подручных средств.

3.6. Потертости и мозоли. Опрелости. Требования к одежде и обуви (2 часа).

Теория (1 час): Причины возникновения потертостей, мозолей, наминов, опрелостей. Требования к одежде и обуви. Выбор одежды и обуви для тренировок и походов.

Практика (1 час): Оказание первой помощи при потертостях, мозолях, опрелостях.

3.7. Приёмы транспортировки пострадавшего (2 часа).

Теория (1 час): Зависимость способа транспортировки пострадавшего от характера и места повреждения, состояния, количества оказывающих помощь. Способы транспортировки: на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоём на поперечных палках, переноска вдвоём на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок из веревок, на шесте и др.

Практика (1 час): Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных способов транспортировки пострадавшего.

3.8. Промежуточная аттестация (2 часа).

Контроль (2 часа): зачет по пройденным темам.

IV. Топография и ориентирование (168 часов).

4.1. Карты и их классификация (2 часа).

Практика (2 часа): Определение топографии. Карты географические и

их классификация. Понятие о топографической карте, её значение для народного хозяйства и обороны государства. Значение топокарт для туристов. Понятие о масштабе. Виды масштабов. Содержание топографической карты. Разграфка и номенклатура топокарт. Рамка и километровая сетка топографической карты.

4.2. Условные знаки топокарт (2 часа).

Практика (2 часа): Понятие о местных предметах и топографических знаках. Виды топографических условных знаков и их общие свойства. Характеристика масштабных и внемасштабных топонимов. Деление топонимов по группам. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

4.3. Отображение местности на карте (2 часа).

Теория (1 час): Рельеф местности. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение.

Практика (1 час): Горизонтали основные, утолщенные, полугоризонтали. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод. Гидрография. Растительность. Условные знаки, отображающие гидросеть и растительность.

4.4. Масштабы. Расстояния (2 часа).

Теория (1 час): Масштабы: численный, именованный, линейный. Стандарты численных масштабов. Работа с численным и линейным масштабами. Степень уменьшения. Расстояния.

Практика (1 час): Способы измерения расстояний на карте и на местности. Величина среднего шага, его измерение. Понятие о паре шагов. Таблица переводов шага в метры. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояний по времени движения.

4.5. Чтение карты (2 часа).

Практика (2 часа). Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояний на карте. Чтение карты.

Проверка усвоения условных топонимов.

4.6. Ориентирование по горизонту. Азимут (2 часа).

Теория (1 час): Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»). Понятие об азимуте. Азимут истинный (географический) и магнитный.

Практика (1 час): Определение истинного азимута по карте, измерение и построение углов (направлений) на карте.

4.7. Компаса и правила работы с ними (2 часа).

Теория (1 час): Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова и спортивного жидкостного компаса. Правила обращения с ними.

Практика (1 час): Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.

4.8. Ориентирование на местности. Определение расстояния на местности (2 часа).

Теория (1 час): Смысл и содержание туристского ориентирования. Средства и условия для ориентирования. Способы ориентирования: ориентирование с помощью карты и компаса; ориентирование с картой без компаса; ориентирование без карты и компаса (по часам, солнцу, луне, звездам); ориентирование по местным предметам; по туристской маркировке. Виды ориентирования: линейное, точечное, звуковой ориентир, ориентир-цель, ориентир-маяк.

Практика (1 час): Определение азимута на предмет. Измерение расстояний различными способами: шагами, глазомерным способом (с тренировкой глазомера), по времени движения, по слышимости звуков, при помощи построения подобных треугольников (с помощью спички) и др.

4.9. Соревнования, открытые тренировки по спортивному ориентированию (2 часа).

Практика (2 часа): участие в соревнованиях.

V. Специальная туристская подготовка (12 часов)

5.1. Туристские должности в группе. Движение группы на маршруте (2 часа).

Теория (2 часа): Должности постоянные и временные. Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе.

Порядок построения группы. Строй как элемент организованности и фактор безопасности. Обязанности направляющего и замыкающего. Распорядок дня. Режим движения. Темп движения. Привалы. Продолжительность и периодичность привалов.

5.2. Преодоление естественных препятствий (2 часа).

Теория (1 час): Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам. Отработка техники движения по дорогам, тропам.

Практика (1 час): Отработка техники движения по пересеченной местности. Преодоление спуска и подъёма. Движение по заболоченным участкам, по лесу. Преодоление завалов, зарослей, кустарников. Преодоление водных препятствий. Способы страховки.

5.4. Организация туристского похода. ТБ при проведении походов (2 часа).

Теория (1 час): Обязанности участников похода. Нормативные требования к походам. Классификация походов по степеням сложности. Последовательность подготовки к походу: цели и задачи похода, комплектование группы, организация группы (собрание, распределение обязанностей, составление планов, подготовка похода). Изучение района похода (изучение литературы, карт, отчетов о походах, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут). Выбор и разработка маршрута движения.

Практика (1 час): Составление плана-графика движения. Подготовка личного и группового снаряжения. Меню. Оформление маршрутной документации. Закупка продуктов. Расфасовка и распределение

5.4. Узлы, применяемые в туризме (4 часа).

Теория (1 час): Узлы, применяемые в туризме. Деление узлов на группы по назначению: для связывания веревок одинакового диаметра (прямой, рифовый, встречный, ткацкий), для связывания веревок разного диаметра (академический, шкотовый, брамшкотовый), для крепления веревки к опоре (удавка, восьмерка через карабин, штык с количеством шагов не менее трех, беседочный, булинь, стремя, проводник, проводник восьмерка), узлы для страховки и самостраховки (проводник, проводник восьмерка, “австрийский” и двойной проводник, булинь, схватывающий всех модификаций).

Практика (3 часа): практические занятия по отработке навыков вязки узлов.

5.5. Соревнования, открытые тренировки по спортивному туризму (2 часа).

Практика (2 часа): практические занятия по отработке полученных знаний.

VI. Воспитательные мероприятия (6 часов).

6.1. Участие объединения в проведении «Дня открытых дверей» (2 часа)

Практика (2 часа): мероприятие направлено на привлечение внимания обучающихся и родителей к деятельности объединения.

6.2. КТД «Новогодний серпантин» (2 часа).

Практика (2 часа): мероприятия посвящено празднованию Нового года, служит развитию творческих способностей обучающихся; способствует сплочению коллектива.

6.3. Интеллектуальная игра «1000 вопросов» (2 часа).

Практика (2 часа). Интеллектуальная игра - неотъемлемая часть учебного

процесса, одна из форм обобщения и закрепления материала. Она даёт возможность каждому обучающемуся продемонстрировать приобретённые общеучебные умения и навыки, проявить интеллектуальные способности, раскрыть многогранность своих интересов, тем самым у обучающегося формируются стимулы саморазвития.

VII. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация (2 часа)

Практика (1 час): практикум

Контроль (1 час): опрос

Учебный план второго года обучения

| | Темы занятий | Всего | Теория | Практика | Форма контроля |
|-------------|---|--------------|---------------|-----------------|-----------------------|
| I. | Вводное занятие. | 2 | 1 | 1 | |
| 1.1. | Знакомство с программой. Инструктажи по ТБ. | 2 | 1 | 1 | |
| II. | Основы туристской подготовки | 10 | 3 | 7 | |
| 2.1. | Личное и групповое снаряжение туриста | 2 | 1 | 1 | |
| 2.2. | Организация туристского быта. Привалы и ночлеги | 2 | 1 | 1 | |
| 2.3. | Питание в туристском походе | 2 | 1 | 1 | |
| 2.4. | Тренировочный поход | 4 | - | 4 | |
| III. | Топография и ориентирование | 16 | 3 | 12 | 1 |
| 3.1. | Топографическая и спортивная карта | 6 | 2 | 4 | |
| 3.2. | Способы ориентирования. Ориентирование по местным предметам | 4 | 1 | 3 | |
| 3.3. | Компас. Работа с компасом | 2 | - | 2 | |
| 3.4. | Измерение расстояния | 2 | - | 2 | |
| 3.5. | Промежуточная аттестация. | 2 | - | 1 | 1 |
| IV. | Основы гигиены и первая доврачебная помощь | 12 | 4 | 8 | |
| 4.1. | Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний | 4 | 1 | 3 | |
| 4.2. | Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений | 2 | 1 | 1 | |
| 4.3. | Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи | 6 | 2 | 4 | |
| V. | Спортивный туризм | 24 | 5 | 19 | |
| 5.1. | Вида туристических препятствий | 2 | 1 | 1 | |
| 5.2. | Тренировка преодоления туристических препятствий | 12 | - | 12 | |
| 5.3. | Самостоятельное наведение | 10 | 4 | 6 | |

| | | | | | |
|------------|---|-----------|-----------|-----------|----------|
| | переправ | | | | |
| VI | Воспитательные мероприятия в объединении | 6 | - | 6 | |
| VII | Итоговое занятие. Итоговая аттестация | 2 | | 1 | 1 |
| | ИТОГО | 72 | 13 | 57 | 2 |

Содержание программы второго года обучения

I. Вводное занятие (2 часа)

1.1. Знакомство с программой. Инструктажи по ТБ (2 часа)

Теория (1 час): Роль туристских походов, путешествий, экскурсий в формировании характера человека, воспитании патриотизма.

Практика (1 час): опрос по технике безопасности. Игра «Я иду в поход и беру с собой....»

II. Основы туристической подготовки (10 часов)

2.1. Личное и групповое снаряжение туриста (2 часа)

Теория (1 час): Требования к туристскому снаряжению; прочность, лёгкость, безопасность эксплуатации, удобство в использовании, гигиеничность, эстетичность.

Практика (1 час): Подготовка личного снаряжения к походу с учётом сезона, условий похода. Комплектование личного и общественного снаряжения.

2.2. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги (2 часа).

Теория (1 час): Требования к месту бивака. Установка палатки в различных условиях. Типы костров и их назначение.

Практика (1 час): Выбор места бивака. Самостоятельная работа по развешиванию и свертыванию лагеря. Установка палаток в разных условиях.

2.3. Питание в туристском походе (2 часа).

Теория (1 час): Значение, режим и особенности питания в многодневном походе. Калорийность, вес и нормы дневного рациона. Способы уменьшения веса дневного рациона: использование сухих и сублимированных продуктов,

ягод, грибов, свежей рыбы, съедобных растений. Норма закладки продуктов.

Практика (1 час): Составление меню и списка продуктов.

2.4. Тренировочный поход (4 часа).

Практика (4 часа): организация похода выходного дня.

III. Топография и ориентирование (16 часов).

3.1. Топографическая и спортивная карта (6 часов).

Теория (2 часа): Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и за рамочное оформление. Какие карты лучше использовать при проведении походов. Условные знаки топографических карт. Спортивная карта, её назначение, отличие от топографической карты. Виды спортивных карт. Условные знаки.

Практика (4 часа): Упражнения на запоминание условных знаков. Определение по горизонталям различных форм рельефа. Выбор пути движения с учетом основных форм и элементов рельефа.

3.2. Способы ориентирования. Ориентирование по местным предметам (4 часа)

Теория (1 час): Ориентирование в походе с помощью топографической карты, не дающей полной информации о местности. Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Определение сторон горизонта по растительности, при помощи местных предметов, созданных природой, людьми. Причины, приводящие к потере ориентировки.

Практика (3 часа): Упражнения по определению точки своего местонахождения на местности при помощи карты. Упражнения по определению своего места нахождения на различных картах.

3.3. Компас. Работа с компасом (2 часа)

Практика (2 часа): Упражнение по определению азимута, снятие госкарты. Тренировка на прохождение азимутальных отрезков, прохождение через контрольные пункты по азимуту без использования карты. Упражнения и соревнования на прохождение азимутальных дистанций во граниченном

коридоре.

3.4. Измерение расстояния (2 часа).

Практика (2 часа) Измерение длины шага, построение графика перевода числа шагов в метры. Прохождение и пробегание отрезков различной длины. Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, по преодолению ширины реки, оврага.

3.5. Промежуточная аттестация (2 часа).

Практика (1 час): практическое задание.

Контроль (1 час): опрос

IV. Основы гигиены и первая доврачебная помощь (12 часов).

4.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний (4 часа).

Теория (1 час): Личная гигиена при занятиях туризмом, значение водных процедур. Гигиена одежды и обуви. Вредные привычки - курение, употребление спиртных напитков и их влияние на организм человека.

Практика (3 часа):

Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними. Применение средств личной гигиены на тренировках и в походах.

4.2. Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений (2 часа).

Теория (1 час): Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств. Показания и противопоказания по применению лекарственных препаратов. Хранение, транспортировка, пополнение походной аптечки.

Индивидуальная аптечка туриста. Лекарственные растения, возможности их использования в походных условиях.

Практика (1 час):

Формирование походной аптечки. Знакомство с лекарственными препаратами и их использование.

4.3. Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи (6 часов).

Теория (2 часа): Заболевания и травмы, обусловленные участием в туристском походе: переутомление, горная болезнь, слепота, удушье, попадания в лавину, утопление.

Предупреждение и лечение заболеваний: ангина, обморок, отравление ядовитыми грибами и растениями, пищевые отравления, желудочные заболевания. Помощь при ожогах, обморожениях, тепловом и солнечном ударе. Ушибы, ссадины. Искусственное дыхание, закрытый массаж сердца. Обработка ран, наложение жгута, ватно-марлевой повязки, способы бинтования ран. Первая помощь при переломах, ранах, кровотечениях.

Практика (4 часа):

Освоение способов бинтования ран, наложение жгута. Приёмы искусственного дыхания, закрытого массажа сердца. Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшим.

V. Спортивный туризм (24 часа).

5.1. Виды туристических препятствий (2 часа).

Теория (1 час): Виды переправ и препятствий. Техника прохождения, правила безопасности.

Практика (1 час): прохождение переправ.

5.2. Тренировка преодоления туристических препятствий (12 часов).

Практика (12 часов): Отработка техники движения и преодоление препятствий.

5.3. Самостоятельное наведение переправ (10 часов).

Теория (4 часа). Правила наведения переправ, полиспас, техника безопасности, самостраховка.

Практика (6 часов): отработка наведения переправ

VI. Календарный план воспитательной работы. (6 часов)

6.1. Участие объединения в проведении «Дня открытых дверей» (2 часа)

Практика (2 часа): мероприятие направлено на привлечение внимания

обучающихся и родителей к деятельности объединения.

6.2. КТД «Новогодний серпантин» (2 часа).

Практика (2 часа): мероприятия посвящено празднованию Нового года, служит развитию творческих способностей обучающихся; способствует сплочению коллектива.

6.3. Интеллектуальная игра «1000 вопросов» (2 часа).

Практика (2 часа). Интеллектуальная игра - неотъемлемая часть учебного процесса, одна из форм обобщения и закрепления материала. Она даёт возможность каждому обучающемуся продемонстрировать приобретённые общеучебные умения и навыки, проявить интеллектуальные способности, раскрыть многогранность своих интересов, тем самым у обучающегося формируются стимулы саморазвития.

VII. Итоговое занятие (2 часа)

Практика (1 час): выполнение упражнений

Контроль (1 час): опрос

1.4. Ожидаемые результаты

Метапредметные:

- Учащиеся могут самостоятельно оценивать уровень безопасности окружающей среды как среды жизнедеятельности, сформировано позитивно-сберегающее отношение к окружающей среде и сформировано социально-ответственное поведение.

Личностные:

- Укреплено физическое развитие и оздоровление детей на занятиях в условиях природной среды;
- Сформирован навык эффективного сотрудничества в коллективе.

По итогам второго года обучения по программе у учащихся будут сформированы следующие результаты:

Предметные:

- Расширены знания учащихся дополняющих школьную программу по истории, географии, биологии, литературе, ОБЖ, физической подготовке;
- Приобретены умения и навыки в работе с картой и компасом;
- Приобретены специальные знания по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;
- Приобретены туристские умения и навыки.

Метапредметные:

- Учащиеся могут самостоятельно оценивать уровень безопасности окружающей среды как среды жизнедеятельности, сформировано позитивно-сберегающее отношение к окружающей среде и сформировано социально-ответственное поведение.
- Сформированы умения и навыки поиска и обработки необходимой информации;
- Сформированы умения и навыки, связанные с целеполаганием, планированием и оценкой результата.

Личностные:

- Укреплено физическое развитие и оздоровление детей на занятиях в условиях природной среды;
- Сформирован навык эффективного сотрудничества в коллективе.
- Обеспечить приобретение учащимися опыта самостоятельного социального действия.

**РАЗДЕЛ II.
КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО- ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

2.1.Календарный учебный график первого года обучения

| | сентябрь | | | | октябрь | | | | | ноябрь | | | | декабрь | | | | январь | | | | | февраль | | | | март | | | | апрель | | | | май | | | | | Всего недель |
|--------------|----------|---|---|---|---------|---|---|---|---|--------|---|---|---|---------|---|---|---|--------|---|---|---|---|---------|---|---|---|------|---|---|---|--------|---|---|---|-----|---|---|---|---|--------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 36 |
| Всего | - | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | - | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | - | 2 | 2 | 2 | 2 | 72 |
| К | - | | | | | | | | | | | | | | | 2 | | - | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 1 | | 3 |
| Т | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | - | 1 | - | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | - | 1 | 1 | 1 | - | 2 | 1 | 1 | 1 | - | - | - | - | - | - | - | 31 |
| П | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | - | 1 | - | 1 | - | - | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 38 |

Календарный учебный график второго года обучения

| | сентябрь | | | | октябрь | | | | | ноябрь | | | | декабрь | | | | январь | | | | | февраль | | | | март | | | | апрель | | | | | май | | | | | Всего недель | Всего часов |
|--------------|----------|---|---|---|---------|---|---|---|---|--------|---|---|---|---------|---|---|---|--------|---|---|---|---|---------|---|---|---|------|---|---|---|--------|---|---|---|---|-----|---|---|---|----|--------------|-------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | | | | | |
| Всего | - | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | - | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | - | 2 | 2 | 2 | 2 | 36 | 72 | |
| К | | | | | | | | | | | | | | 1 | | | | - | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 1 | | 2 | | |
| Т | 1 | 1 | 1 | 1 | - | - | 1 | 1 | - | - | 1 | - | - | - | 1 | - | - | 1 | 1 | - | 1 | - | 1 | - | - | - | - | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | - | - | - | - | - | 13 | | |
| П | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | - | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 57 | | |

2.2. Условия реализации программы.

кадровые:

Ирисов Николай Геннадьевич - преподаватель-организатор ОБЖ, 1-й квалификационной категории, окончил ПФФК УдГУ – специалист по Физической культуре. Имеется корочка инструктора по детско-юношескому туризму.

материально-технические:

учебный класс, туристическое оборудование, техническое и ИТ-оборудование и т.д;

информационные ресурсы: аудио-, видео-, фото-, интернет-источники.

Имеется ноутбук с возможностью выхода в интернет

Формы аттестации и оценочные материалы

Формы отслеживания результатов:

- педагогическое наблюдение;
- опрос
- промежуточная и итоговая аттестация (Приложение 1).

Форма фиксации образовательных результатов: сводная таблица, в которой фиксируются результаты обучающихся (Приложение 2).

Организационно – педагогические условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации программы подготовлены:

- учебно-материальная база: учебный класс, оборудованный стендами, отображающими тематику программы;
- библиотечная учебно-методическая литература;
- учебные плакаты: «Узлы, применяемые в туризме», «Биваки», «Палатки», «Медицина и гигиена», «Преодоление естественных препятствий»;
- комплект учебных топографических карт;
- условные знаки спортивных и топографических карт;
- топографические карты
- видеокассеты с записью открытых уроков и туристских мероприятий;
- карточки для контроля ЗУН;
- дидактический (раздаточный) материал;

- разработаны тесты по основным темам: «Медицина», «Оказание доврачебной помощи», «Выживание человека в природной среде»;
- разработаны топографические задачи;
- разработаны методические рекомендации: «Организация и проведение туристских походов с учащимися».

У каждого участника объединения должны быть тетрадь и ручка, цветные карандаши, фломастеры, линейка, транспортир.

В тетрадь записываются изучаемый материал, домашние задания, впечатления о походах, экскурсиях и т.п.

Интернет ресурсы:

Федерация спортивного туризма Удмуртии

Федерация водных видов спорта Удмуртии

Рекомендуемый перечень группового туристского снаряжения и оборудования необходимого для реализации программы занятий объединения

| № п/ п | НАИМЕНОВАНИЕ | Кол-во единиц |
|--------------|---|------------------|
| 1 | Палатка туристская (в комплекте); | На |
| 2 | Тент для кухни; | группу |
| 3 | Топор в чехле; | 1 |
| 4 | Пила в чехле; | 2 |
| 5 | Костровые принадлежности (тросик костровой, крючки и | 1 |
| 6 | т.д.); | 1 компл. |
| 7 | Каны (котлы) туристские; | 3 шт. |
| 8 | Хозяйственный набор (половники, доска разделочная, ножи, рукавицы костровые, спички в гермоупаковке, моющее средство, тряпки, клеенка обеденная, тара для продуктов); | 1 компл. |
| | | комплект |

| | | |
|----|--|----------|
| 9 | Аптечка медицинская в упаковке; | КОМПЛЕКТ |
| 10 | Ремонтный набор в упаковке; | 1 |
| 11 | Саперная лопатка; | КОМПЛЕКТ |
| 12 | Топографические принадлежности (компас, курвиметр, топографические карты); | 10 шт. |
| 13 | Решнуры (1,5 – 2 метра диаметром 6 мм); | 1 |
| 14 | Тетрадь описания пути движения; | 1 |
| 15 | Фотоаппарат; | 1 |
| 16 | Видеомагнитофон; | 1 |
| | Цветные карандаши, набор фломастеров. | |

Кадровое обеспечение.

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования, обладающий соответствующей квалификацией.

Методические материалы первого года обучения

| № | Раздел, тема | Формы, методы и приёмы обучения | | Дидактический материал | Техническое оснащение | Формы контроля |
|---|---------------------------------------|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|--|----------------------|
| | | Форма занятия | Приёмы и методы обучения | | | |
| 1 | Вводное занятие | групповая | -беседа - викторина | Интерактивная игра по ТБ | -бумага -ручки или фломастеры | - викторина по ТБ |
| 2 | Туристический быт и снаряжение | - групповая | Совестный, фронтальный | - | Рюкзаки Палатки Костровое оборудование | Практическое задание |

| | | | | | | |
|---|---|--|-------------------------------------|------------------------------------|--|----------------------|
| 3 | Основы гигиены и оказание ПД помощи | - групповая - работа в парах - работа в малых группах (по 4 человека) | Лекция Практикум демонстрация | Видеотека | Аптечка, макет ран, шины, манекеты ПД помощи | Опрос наблюдение |
| 4 | Топография и ориентирование | - групповая - работа в парах - работа в малых группах (по 4 человека) - | Практикум Лекция демонстрация | Топографические и спортивные карты | компас | Зачет |
| 5 | Специальная туристическая подготовка | групповая | Практикум | | Веревки д 12 мм и 10 мм | Опрос |
| 6 | Воспитательные мероприятия | - групповая - работа в парах - работа в малых группах (по 4 человека) | КТД | | | Отчет о деятельности |
| 7 | Итоговое занятие | Групповая индивидуальная | | Опросник | Палатка Компас веревки | Опрос Зачет |

Методические материалы второго года обучения

| № | Раздел, тема | Формы, методы и приёмы обучения | | Дидактический материал | Техническое оснащение | Формы контроля |
|---|------------------------|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|----------------------------------|-------------------|
| | | Форма занятия | Приёмы и методы обучения | | | |
| 1 | Вводное занятие | групповая | -беседа - викторина | Интерактивная игра по ТБ | -бумага -ручки или фломастеры | - викторина по ТБ |

| | | | | | | |
|---|--|--|-------------------------------------|------------------------------------|--|----------------------|
| 2 | Основы туристической подготовки | - групповая | Совестный, фронтальный | -Расклад меню | Рюкзаки Палатки Костровое оборудование Ремнабор | Практическое задание |
| 3 | Топография и ориентирование | - групповая - работа в парах - работа в малых группах (по 4 человека) - | Практикум Лекция демонстрация | Топографические и спортивные карты | компас | Зачет |
| 4 | Основы гигиены и оказание ПД помощи | - групповая - работа в парах - работа в малых группах (по 4 человека) | Лекция Практикум демонстрация | | Аптечка, макет ран, шины, манекеты ПД помощи | Опрос наблюдение |
| 5 | Спортивный туризм | групповая | Практикум Соревнования походы | | Веревки, страховочные системы, карабины, жумары, каска | зачет |
| 6 | Воспитательные мероприятия | - групповая - работа в парах - работа в малых группах (по 4 человека) | КТД | | | Отчет о деятельности |
| 7 | Итоговое занятие | Групповая индивидуальная | | Опросник | Палатка Компас веревки | Опрос Зачет |

1.4. Рабочая программа воспитания и календарный план воспитательной работы объединения

Цели и задачи программы.

Цель программы: формирование и развитие у обучающихся системы нравственных, морально-волевых и мировоззренческих установок, способствующих их личностному, гармоничному развитию и социализации в соответствии с принятыми социокультурными правилами и нормами, как основы их воспитанности.

Задачи программы:

1. Развитие морально-нравственных качеств обучающихся: честности; доброты; совести; ответственности, чувства долга.
2. Приобщение обучающихся к экологической и социальной культуре, здоровому образу жизни,
3. Формирование нравственного отношения к человеку, труду и природе.

8.2. Направления воспитательной работы объединения:

- нравственно и духовное воспитание;
- интеллектуальное воспитание;
- формирование коммуникативной культуры;
- воспитание положительного отношения к труду и творчеству.

Календарный план воспитательной работы объединения Первого года обучения

| № | Мероприятие | Задача | Срок | Примечание |
|---|---|---|----------|------------|
| 1 | Участие объединения в проведении «Дня открытых дверей». | Привлечение внимания обучающихся и родителей к деятельности объединения | сентябрь | |
| 3 | КТД «Новогодний серпантин» | создать новогоднее настроение; поздравить детей с наступающим Новым годом; развивать творческие способности учащихся; способствовать сплочению. | декабрь | |
| 3 | Интеллектуальная игра «1000 вопросов» | развитие интеллектуального воспитания, познавательных навыков обучающихся, умение ориентироваться в информационном пространстве, воспитание чувства здорового | март | |

| | | | | |
|---|--------------------------|--|----------|--|
| | | соперничества и взаимопомощи в процессе игры. | | |
| 4 | День рождения коллектива | Мероприятие направлено на адаптацию учащихся; формирование коллектива, дружного, сплочённого, творческого; воспитание доброжелательного отношения к ребятам. | сентябрь | |

**Календарный план воспитательной работы объединения
Второго года обучения**

| № | Мероприятие | Задача | Срок | Примечание |
|----------|---|---|-------------|-------------------|
| 1 | Участие объединения в проведении «Дня открытых дверей». | Привлечение внимания обучающихся и родителей к деятельности объединения | сентябрь | |
| 3 | КТД «Новогодний серпантин» | создать новогоднее настроение; поздравить детей с наступающим Новым годом; развивать творческие способности учащихся; способствовать сплочению. | декабрь | |
| 3 | Интеллектуальная игра «1000 вопросов» | развитие интеллектуального воспитания, познавательных навыков обучающихся, умение ориентироваться в информационном пространстве, воспитание чувства здорового соперничества и взаимопомощи в процессе игры. | март | |

Список литературы

1. Алексеев А. А. Питание в туристском походе. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
8. Алешин В. М. Карта в спортивном ориентировании. - М: Физкультура и спорт, 1983.
9. Алешин В. М., Серебренников А. В. Туристская топография, - М: Профиздат, 1985.
10. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. - М: ЦДЮТур МО РФ, 1994.
11. Бардин К. В. Азбука туризма. - М: Просвещение, 1981.
12. Берман А. Е. Юный турист. - М: ФиС, 1977.
13. Власов А. А. Турист - М: Физкультура и спорт, 1974.
14. Гонопольский В. И. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник. - М: ФиС, 1987.
15. Коструб А. А. Медицинский справочник туриста. - М: Профиздат, 1987.
16. Куликов В. М., Константинов Ю. С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
17. Куликов В. М., Ротштейн Л. М. Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. - ЦРИБ "Турист", 1983 г.
18. Куликов В. М., Ротштейн Л. М. Школа туристских вожakov. - М: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
19. Куликов В. М. Походная туристская игротка. Сб. № 1 - М: ЦРИБ "Турист", 1991
20. Куликов В. М. Походная туристская игротка. Сб. № 2 - М: ЦРИБ "Турист", 1994
21. Куприна Л. Е. Азбука туриста-эколога. - М: ЦРИБ "Турист", 1991.
22. Маслов А. Г., Константинов Ю. С., Дрогов И. А. Лето, дети и туризм. - М: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
23. Основы безопасности в пешем походе. - М: ЦРИБ "Турист", 1983.

24. Основы медицинских знаний учащихся (Под ред. Гоголева - М: Просвещение, 1991.
25. Остапец А. А. В походе юные. - М: Просвещение, 1978.
26. Остапец А. А. На маршруте туристы-следопыты. - М: Просвещение, 1987.
27. Организация краеведо-туристской деятельности старших дошкольников (Сост. Н. С. Голицына.) - М: ЦДЮТ МО РФ, 1992.
28. Рыжавский Г. А. Биваки. - М: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
29. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению (Составитель Ю. С. Константинов) - М: ЦДЮТур МО РФ, 1999.
30. Ткачев Г. С. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов. - Брянск, ЦДЮТ, 2000.
31. Туристско-краеведческая деятельность учащихся. Методические рекомендации. - М: ЦДЭТС МП РСФСР, 1982.
32. Уховский Ф. С. Уроки ориентирования. - М: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
33. Шibaев А. С. Переправа. Программированные задания. - М: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
34. Штюрмер Ю. А. Опасности в туризме, действительные и мнимые. - М: ФиС, 1972.
35. Штюрмер Ю. А. Профилактика туристского травматизма. - М: ЦРИБ "Турист", 1992.
36. Энциклопедия туриста. - М: Большая Российская энциклопедия, 1993.

Контрольно-измерительные материалы

Промежуточная аттестация 1 полугодия первого года обучения

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ

1. Какие вы знаете виды туризма? Дайте характеристику каждому виду.
Основы гигиены и первая доврачебная помощь
2. Перечислите возможные опасности в походе и основные причины возникновения аварийных ситуаций.
3. Перечислите гигиенические требования при занятиях туризмом. Сущность закаливания организма.
4. Назовите состав медицинской походной аптечки; её хранение транспортировка.
5. Какую нужно оказать помощь при пищевых отравлениях, желудочных заболеваниях?
6. Профилактика пищевых отравлений и желудочно-кишечных заболеваний.
7. Порядок оказания помощи при обмороке, тепловом и солнечном ударе.
8. Правила оказания помощи при ожогах и отморожениях. Как избежать ожогов и отморожений?
Основы туристской подготовки.
9. Назовите перечень личного снаряжения и требования к нему.
10. Перечислите, что входит в групповое снаряжение и какие требования предъявляются к нему.
11. Как правильно уложить вещи в рюкзаке? Как обеспечить его влагонепроницаемость?
12. Порядок установки палаток различных типов и размещения в них вещей, предохранение палаток от намокания.
13. Назовите последовательность подготовки к походу. Цели и задачи походов.
14. Какие вы знаете туристские должности в походе? Постоянные и временные должности.
15. Что вы понимаете под правильной организацией движения? Режим и темп движения, привалы. Водно-солевой режим в походе.
Топография и ориентирование
16. Дайте определение топографической карты и её содержания.
17. Что называется масштабом карты? Виды масштабов.
18. Сколько метров на местности соответствует 1 см на карте масштаба 1 : 50000?
19. Назовите основные группы условных топографических знаков.
20. Что изображают указанные условные топографические знаки? (Представляются по усмотрению проверяющего).
21. Как изображается рельеф местности на картах. Сущность горизонталей.
22. Назовите градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта.
23. Компас. Типы компасов и их назначение и устройство.
24. Дайте понятие об азимуте. Какие бывают азимуты?

Критерии оценивания:

Отлично – более 60% правильных ответов

Хорошо – более 45% правильных ответов

Удовлетворительно – менее 45% правильных ответов

Промежуточная аттестация 2 полугодия первого года обучения

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ

25. Какие вы знаете виды туризма? Дайте характеристику каждому виду.
Основы гигиены и первая доврачебная помощь
26. Перечислите возможные опасности в походе и основные причины возникновения аварийных ситуаций.
27. Перечислите гигиенические требования при занятиях туризмом. Сущность закаливания организма.
28. Назовите состав медицинской походной аптечки; её хранение и транспортировка.
29. Какую помощь нужно оказать при пищевых отравлениях, желудочно-кишечных заболеваниях?
30. Профилактика пищевых отравлений и желудочно-кишечных заболеваний.
31. Порядок оказания помощи при обмороке, тепловом и солнечном ударе.
32. Правила оказания помощи при ожогах и отморожениях. Как избежать ожогов и отморожений?
33. Первая доврачебная помощь при порезах, ранах, нагноениях. Порядок обработки ран, наложения ватно-марлевой повязки, способы перевязывания..
34. Назовите порядок остановки сильного кровотечения, порядок наложения жгута.
35. Правила оказания доврачебной помощи при ушибах, растяжениях, вывихах. Назовите признаки вывиха.
36. Правила оказания первой медицинской помощи при переломах. Порядок наложения шин из подручных предметов.
37. Порядок оказания первой помощи при потертостях, мозолях, опрелостях.
38. Порядок оказания помощи при поражениях молнией, электрическим током, утопающему. Назовите приёмы искусственного дыхания.
39. Назовите способы и порядок транспортировки пострадавшего.
- Основы туристской подготовки.
40. Назовите перечень личного снаряжения и требования к нему.
41. Перечислите, что входит в групповое снаряжение и какие требования предъявляются к нему.
42. Как правильно уложить вещи в рюкзаке? Как обеспечить его влагонепроницаемость?
43. Порядок установки палаток различных типов и размещения в них вещей, предохранение палаток от намокания.
44. Назовите последовательность подготовки к походу. Цели и задачи походов.
45. Какие вы знаете туристские должности в походе? Постоянные и временные должности.
46. Что вы понимаете под правильной организацией движения? Режим и темп движения, привалы. Водно-солевой режим в походе.
47. Техника безопасности при проведении походов.
48. Основные требования к месту привала и бивуака.
49. Порядок работы по развешиванию и свертыванию лагеря.
50. Основные типы костров и их назначение. Выбор места для костра.
51. Меры безопасности при обращении с огнём и при заготовке дров. Экологические требования.
52. Что относится к костровым принадлежностям? Варочная посуда. Способы подвески котлов.
53. Способы сушки личного снаряжения. Уход за снаряжением.
54. Ремонт снаряжения. Ремонтный набор и что в него входит?
55. Что входит в набор продуктов для приготовления пищи на костре и для перекуса? Порядок упаковки и хранения продуктов.
56. Понятие о меню-раскладке. Суточные нормы продуктов на человека.

57. Как правильно выбрать место забора воды для приготовления пищи. Способы обеззараживания воды.
58. Как двигаться по заболоченной местности? Назовите основные способы преодоления заболоченных участков.
59. Преодоление водных препятствий. Назовите способы переправ.
60. Как делятся узлы на группы по назначению?

Топография и ориентирование

61. Дайте определение топографической карты и её содержания.
62. Что называется масштабом карты? Виды масштабов.
63. Сколько метров на местности соответствует 1 см на карте масштаба 1 : 50000?
64. Назовите основные группы условных топографических знаков.
65. Что изображают указанные условные топографические знаки? (Представляются по усмотрению проверяющего).
66. Как изображается рельеф местности на картах. Сущность горизонталей.
67. Назовите градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта.
68. Компас. Типы компасов и их назначение и устройство.
69. Дайте понятие об азимуте. Какие бывают азимуты?
70. Как определить азимут на карте и на местности?
71. Какие вы знаете способы ориентирования на местности?
72. Какие вы знаете способы измерения расстояний на местности?
73. Что такое спортивная карта? Чем она отличается от топокарты?
74. Назовите виды и характер соревнований по спортивному ориентированию.

Критерии оценивания:

Отлично – более 60% правильных ответов

Хорошо – более 45% правильных ответов

Удовлетворительно – менее 45% правильных ответов

Промежуточная аттестация 1 полугодия второго года обучения

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ

Медицина и гигиена

1. Назовите обстоятельства, ситуации и причины, приводящие к получению травм и заболеваний.
2. В чём заключается профилактика термических ожогов, ранений острыми орудиями, поражений атмосферным электричеством (грозой)?
3. Особенности посещения районов с различными инфекционными заболеваниями (клещевой энцефалит, вирусный гепатит и т. д.).
4. Назначение и дозировка медицинских препаратов, входящих в состав походной аптечки.
5. Как остановить кровотечение из носа, из десны, из уха, из лёгких?
6. Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи при закрытых и открытых переломах, разрывах связочного аппарата.
7. Назовите правила снятия одежды и обуви с пострадавшего, вывода его из шокового состояния.

Туристская подготовка

8. Назовите нормативные документы по туризму. Нормативы и разрядные требования.
9. Какие особенности личного и группового снаряжения в многодневном пешем походе?
10. Назовите специальное (страховочное) снаряжение и для чего оно предназначено?
11. Порядок проверки, подготовки и ремонта личного и группового туристского снаряжения к многодневному походу с учетом сезона, условий погоды.

12. Дополнительное усовершенствование туристского снаряжения.

Топография и ориентирование

13. Разграфки и номенклатура топокарт. Назначение рамки топографической карты.

14. Способы и правила копирования карт. Защита карты от непогоды в походе.

15. Критерии оценивания:

16. Отлично – более 60% правильных ответов

17. Хорошо – более 45% правильных ответов

18. Удовлетворительно – менее 45% правильных ответов

Итоговая аттестация ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ

Медицина и гигиена

19. Назовите обстоятельства, ситуации и причины, приводящие к получению травм и заболеваний.

20. В чём заключается профилактика термических ожогов, ранений острыми орудиями, поражений атмосферным электричеством (грозой) ?

21. Особенности посещения районов с различными инфекционными заболеваниями (клещевой энцефалит, вирусный гепатит и т. д.).

22. Назначение и дозировка медицинских препаратов, входящих в состав походной аптечки.

23. Как остановить кровотечение из носа, из десны, из уха, из лёгких?

24. Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи при закрытых и открытых переломах, разрывах связочного аппарата.

25. Как оказать первую помощь при травмах живота, повреждениях органов брюшной полости, повреждениях таза?

26. Правила оказания помощи при закрытых и открытых повреждениях черепа, лица и шеи, при сотрясении мозга.

27. Первая доврачебная помощь при переломах ключицы, ребер, при повреждении позвоночника.

28. Назовите способы и порядок проведения искусственного дыхания.

29. Назовите способы иммобилизации (обездвиживания) пострадавшего на средствах транспортировки, порядок наложения шин.

30. Назовите правила снятия одежды и обуви с пострадавшего, вывода его из шокового состояния.

Туристская подготовка

31. Назовите нормативные документы по туризму. Нормативы и разрядные требования.

32. Какие особенности личного и группового снаряжения в многодневном пешем походе?

33. Назовите специальное (страховочное) снаряжение и для чего оно предназначено?

34. Порядок проверки, подготовки и ремонта личного и группового туристского снаряжения к многодневному походу с учетом сезона, условий погоды.

35. Дополнительное усовершенствование туристского снаряжения.

36. Назовите субъективные и объективные опасности в многодневном походе.

37. Назовите причины возникновения аварийных ситуаций и меры их предупреждения.

38. Характеристика условий, затрудняющих нормальное движение и ориентирование.

39. Назовите тактические приемы выхода группы из аварийных ситуаций.

40. Организация и тактика поиска группы, нарушившей контрольные сроки.

41. Организация ночлегов в экстремальных условиях (на заболоченном участке, зимой, летом). Установка палаток на заболоченных участках.

42. Использование костров для обогрева во время ночлега в экстремальной ситуации.

43. Организация ночлегов в зимний период с устройством пещер, траншей, нор и т. д. Индивидуальные укрытия.

44. Организация питания в экстремальных условиях (охота, рыбалка, использование в пищу дикорастущих растений).
45. Способы увеличения калорийности питания в многодневном походе.
46. Для чего нужны днёвки, полуднёвки в многодневном походе?
47. Понятие о тактике в туристском походе. Факторы, определяющие тактику похода.
48. Техника движения по травянистым склонам, в лесу, по заболоченным участкам. Техника преодоления завалов.
- 31 Приёмы и способы преодоления естественных препятствий: реки, болота, овраги и т.д.
49. Понятие о страховке и её предназначении. Виды страховки.
50. Факторы выживания. Три важнейших задачи выживания.
51. Обеспечение жизнедеятельности человека. Питание. Водообеспечение. Добывание огня из спичек.
52. Сигналы бедствия. Виды сигналов.
53. Международный код визуальных сигналов “Земля - воздух”.
54. Порядок составления отчета о походе.

Топография и ориентирование

55. Разграфки и номенклатура топокарт. Назначение рамки топографической карты.
56. Способы и правила копирования карт. Защита карты от непогоды в походе.
57. Цель маршрутной глазомерной съёмки и способы её проведения.
58. Ориентирование в условиях плохой видимости, ночью.
59. Действия участника похода в случае потери ориентировки.
60. Порядок ориентирования по местным предметам.
61. Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды, по квартальным столбам в лесных просеках.
62. Порядок и способы определения расстояний до недоступного предмета.
63. На местности от пункта А до пункта Б - 1км. Какую длину будет иметь это расстояние на карте масштаба 1:25000?
64. Какое отличие между истинным (географическим) и магнитным азимутом? Порядок их определения.
65. Какой будет азимут, если к направлению на юго-восток прибавить 180^0 ?
66. Что изображают указанные условные топографические знаки? (Представляются по усмотрению проверяющего).
67. Типичные формы рельефа и их изображение на топокарте.
68. Назовите виды соревнований по спортивному ориентированию. Дайте их характеристику.
69. Назовите снаряжение ориентировщика и оборудование контрольного пункта.

Краеведение

70. Назовите цели и задачи туристско-краеведческого движения “Отечество”.
71. Назовите охраняемые законом памятники живой природы Удмуртии: заповедники, заказники, месторасположение и порядок их посещения.
72. Порядок изучения района предстоящего похода.
73. Назовите наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Маршруты по партизанским тропам.
74. Назовите памятники истории и культуры, музеи Удмуртии и соседних областей.
75. Назовите места формирования и боевой деятельности партизанских отрядов на территории Удмуртии и их командиров.
76. Назовите виды общественно-полезной работы и их краткую характеристику.
77. Охрана памятников истории и культуры. В чем заключается природоохранная деятельность?
78. Наблюдения в походах. Их краткая характеристика.
79. Предсказание погоды. Признаки ухудшения и улучшения погоды.

Критерии оценивания:

Отлично – более 60% правильных ответов

Хорошо – более 45% правильных ответов

Удовлетворительно – менее 45% правильных ответов

Сводная таблица

В сводной таблице фиксируются:

- результаты аттестаций
- результаты соревнований

| <i>№ п/п</i> | <i>Ф.И.О.</i> | <i>Название мероприятия/ итог</i> | <i>1 промежут. атт.</i> | <i>2 пр оме жу т. ат т.</i> | <i>3 промежут. атт.</i> | <i>Ито гово я атт ест ация</i> | <i>Общ ий ито г</i> |
|------------------|---------------|---|-----------------------------|---|-----------------------------|--|---------------------------------|
| | | | | | | | |

**Диагностические
методики уровня
воспитанности и
обученности
обучающихся
подополнительной образовательной программе
(составлена на основе материалов пособия Р.В. Овчаровой
«Справочная книга школьного психолога»)**

Диагностический тест «Способности обучающихся»

Опрашиваемым обучающимся выдаются разграфлённые контрольные листы с номерами вопросов, рядом с которыми школьнику нужно поставить знак «+», если ответ положительный, и знак «-» при отрицательном ответе. Содержание вопросов зачитывается педагогом.

| | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 |
| 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 |

Содержание вопросов:

I. Верно ли, что вы очень любите:

1. Подолгу играть в подвижные игры?
2. Придумывать игры и верховодить ими?
3. Играть в шашки, шахматы?
4. Ломать игрушки, чтобы посмотреть, что внутри?
5. Читать стихи или петь песни?
6. Разговаривать с незнакомыми или задавать вопросы?
7. Слушать музыку и ритмично танцевать под неё?
8. Рисовать сами или наблюдать, как рисуют другие?
9. Слушать или сочинять сказки или рассказы?

II. Нравится ли вам сейчас:

10. Заниматься на уроках физкультуры, спортшколе, секции?
11. Добровольно брать на себя обязанности организатора дела?
12. Помогать ребятам решать математические задачи?
13. Читать об известных открытиях и изобретениях?
14. Участвовать в художественной самодеятельности?

15. Помогать другим людям, разбираться в их проблемах?
16. Читать или узнавать что-то новое об искусстве?
17. Заниматься визостудии, изокружке?
18. Писать сочинения на свободную тему?

III. Получаешь ли ты особое удовольствие:

19. От участия в спортивных соревнованиях?
20. От своего умения расставить людей, распределить работу?
21. От решения трудных математических задач?
22. От исправления бытовых электро-или радиоприборов?
23. От игры на сцене?
24. От общения с людьми?
25. От знакомства с новыми музыкальными инструментами, музыкальными произведениями?
26. От посещения художественной выставки?
27. От пересказа какого-то события, прочитанного или увиденного?

IV. Часто ли тебя тянет:

28. К длительным физическим упражнениям?
29. К делам в группе, требующей твоей инициативы?
30. К разгадыванию математических задач?
31. К изготовлению каких-нибудь изделий (моделей)?
32. Участвовать в постановке спектакля?
33. Помочь людям, по сочувствовать им?
34. Поиграть на музыкальном инструменте?
35. Порисовать красками или карандашами?
36. Писать стихи, прозу или просто дневник?

V. Любишь ли ты долгое время:

37. Заниматься спортом или физическим трудом?
38. Энергично работать вместе с другими?
39. Заниматься черчением или шахматной комбинацией?
40. Копаться в механизмах, приборах?
41. Заботиться о младших, слабых или больных людях?
42. Задумываться над судьбами людей, героев понравившихся книг?
43. Исполнять музыкальные пьесы?
44. Рисовать, лепить, фантазировать при этом?
45. Готовиться к докладу, сообщению, сочинению?

Каждый столбец по вертикали характеризует одно из направлений в развитии способностей личности:

I. Физические

(спортивные) - (1, 10, 19, 28, 37)П.

Организаторские-

(2,11,20,29,38)

III. Математические-(3,12,21,30,39)

IV. Конструкторско-технические- (4, 13,22,31, 40)

V. Эмоционально-

изобразительные(артистические)-
(5,14,23,32,41)

VI. Коммуникативные-(6,15,24,33,42)

VII. Музыкальные-(7,16,25,34,43)

VIII. Художественно-изобразительные-(8,17,26,35,44)

IX. Филологические-(9,18,27,36,45)

При обработке данных подсчитывается сумма положительных ответов по каждому столбцу.

Диагностика «Самоконтроль в общении»

(составлена на основе материалов пособия Р.В.Овчаровой «Справочная книга школьного психолога»)

Тест разработан американским психологом М. Снайдером. Целью автора было создание опросника измерения индивидуальных различий в способности человека управлять своим поведением и выражением своих эмоций. В основу опросника был положен список из 10 утверждений, которые затрагивают:

- ◆ озабоченность социальной пригодностью своего образа;
- ◆ способность контролировать и модифицировать свое экспрессивное поведение;
- ◆ степень, в которой экспрессивное поведение респондента постоянно в различных ситуациях.

Люди с высоким коммуникативным контролем, по Снайдеру, постоянно следят за собой, хорошо знают, где и как себя вести, управляют выражением своих эмоций. Вместе с тем у них затруднена спонтанность самовыражения, они не любят непрогнозируемых ситуаций. Их позиция: «Я такой, какой я есть в данный момент».

Люди с низким коммуникативным контролем более непосредственны и открыты, у них более устойчивое «Я», мало подвержено изменениям в различных ситуациях.

Восприятие своего образа физического «Я» подростком, несомненно, оказывает влияние на процесс коммуникации.

Спонтанность в самовыражении, гибкость и самоконтроль в общении будут зависеть от того, насколько подросток положительно принимает образличного «Я», его особенности и возможности, насколько реалистичный образ тела он имеет.

Инструкция.

Внимательно прочтите десять предложений, описывающих реакции и некоторые ситуации. Каждое из них вы должны оценить как верное или неверное применительно к себе. Если предложение кажется

вам верным или преимущественно верным, поставьте рядом с порядковым номером букву «В», если неверным или преимущественно неверным

— букву «Н».

1. Мне кажется трудным искусство подражать привычкам других людей.
2. Я бы, пожалуй, мог свалить дурака, чтобы привлечь внимание и ли позабавить окружающих.
3. Изменяю бывшие неплохой актер.
4. Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубоко, чем это есть на самом деле.
5. В компании редко оказываюсь в центре внимания.
6. В разных ситуациях в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по-разному.
7. Я могу отстаивать только то, в чем я искренне убежден.

8. Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким, каким меня ожидают видеть.

9. Я могу быть дружелюбным с людьми, которых я не выношу.

10. Я не всегда такай, каким кажусь.

Подсчет результатов

По одному баллу начисляется за ответ «Н» на 1, 5 и 7-й вопросы и за ответ «В» на все остальные.

Подсчитайте сумму баллов. Если вы искренне отвечали на вопросы, то о вас, по-видимому, можно сказать следующее.

0—3 балла — у вас низкий коммуникативный контроль. Ваше поведение устойчиво, и вы не считаете нужным изменяться в зависимости от ситуаций. Вы способны к искреннему самораскрытию в общении. Некоторые считают вас «неудобным» в общении по причине вашей прямолинейности.

4—6 баллов —

у вас средний коммуникативный контроль, вы искренни, но не сдержаны в своих эмоциональных проявлениях, считаетесь своим поведением с окружающими людьми,

7—10 баллов — у вас высокий коммуникативный контроль. Вы легко входите в любую роль, гибко реагируете на изменение ситуации, хорошо чувствуете и даже в состоянии предвидеть впечатление, которое вы производите на окружающих.

Диагностическая карта
«Изучение уровня образованности и воспитанности обучающегося» (по 5-бальной шкале)
(подготовлена профессором Л.В. Байбородовой)

| Блок | Критерий (качественные характеристики) | Результаты диагностических исследований |
|------|--|---|
| | | 1 год обучения |

| | | Нана чалог ода | Насере динуго да | Нан не од |
|---------------------------------|------------------------------|----------------------|------------------------|-----------------|
| Личностных арактеристик и | Умения работать в коллективе | | | |
| | Активность | | | |
| | Дисциплинированность | | | |
| | Аккуратность | | | |
| | Внимательность | | | |
| | Память | | | |

| | | | | |
|-----------------------------------|--|--|--|--|
| | | | | |
| Физические характеристики и | Координация движений | | | |
| | Ловкость рук | | | |
| | Сила | | | |
| | Усидчивость | | | |
| Компетентности | Умение обращаться с музыкальной аппаратурой | | | |
| | Культура речи | | | |
| | Актерское мастерство | | | |
| | Способность к импровизации | | | |
| | Сценарное мастерство | | | |
| | Режиссерские способности | | | |
| | Организаторские способности | | | |
| | Навыки социальной успешности | | | |
| | Готовность осуществлять социальную практику | | | |
| | Моделирование социально ценных стратегий жизни | | | |

Диагностическая карта подростка.

1. ФИО подростка: _____

2. Возраст _____

3. Место учебы _____

4. Кто направил _____

5. Семья (подчеркнуть):

- полная,

- неполная

6. Тип семьи (подчеркнуть):

- благополучная (родители владеют культурой воспитания, положительная эмоциональная атмосфера);

- неблагополучная (ребенок безнадзорен, жесткое обращение в семье);

- нравственно-

неблагополучная (родители ведут аморальный образ, употре

бляют спиртные напитки, имеют судимость);

- конфликтная (в семье неблагоприятная эмоциональная атмосфера, между родителями происходят постоянные конфликты);

7. Психологическая атмосфера в семье (подчеркнуть):

- благоприятная

- неблагоприятная

- крайне неблагоприятная

8. Характер взаимоотношений подростка с родителями (подчеркнуть):

- опека родителей (удовлетворение всех потребностей подростка)
- уклонение от активного участия в воспитании подростка
- сотрудничество (взаимопонимание, и взаимовы уважение)

9. Отношение к учебе (подчеркнуть):

- положительное (учусь с удовольствием)
- нейтральное (знания не особенно нужны)
- отрицательное (опаздываю, прогуливаю уроки)

10. Отношение к общественному труду (подчеркнуть):

- с готовностью (добросовестно выполняю поручения)
- не выделяю физический труд, как интересную деятельность
- тружусь недобросовестно, к труду отношусь пренебрежительно

11. Направление интересов (подчеркнуть):

Проявляю интерес к: физическому, _____ умственному,
 _____ техническому,
 _____ художественному, спортивному

12. Свободное время подростка.

Сколько времени ты проводишь на улице _____

_____ за компьютером

_____ дома (с семьей) _____

13. Самооценка личности (подчеркнуть):

- адекватная (объективно оценивает свои личные возможности и достижения),
- завышенная,
- заниженная.

14. Особенности поведения:

15. Личностное отношение к своим отрицательным, асоциальным поступкам (подчеркнуть):

- отношусь равнодушно,
- задумываюсь над своими проступками,
- хочу исправиться,
- считаю свои поступки правильными,
- осуждаю себя.

16. Отношение к педагогическому воздействию (подчеркнуть):

- прислушиваюсь,
- пропускаю мимо ушей,

- _____

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ

для проверки знаний воспитанников по “Юный турист краевед”
 после 1 года обучения

75. Какие вы знаете виды туризма? Дайте характеристику каждому виду.
Основы гигиены и первая доврачебная помощь

76. Перечислите возможные опасности в походе и основные причины возникновения аварийных ситуаций.
77. Перечислите гигиенические требования при занятиях туризмом. Сущность закаливания организма.
78. Назовите состав медицинской походной аптечки; её хранение, транспортировка.
79. Какую помощь нужно оказать при пищевых отравлениях, желудочных заболеваниях?
80. Профилактика пищевых отравлений и желудочно-кишечных заболеваний.
81. Порядок оказания помощи при обмороке, тепловом и солнечном ударе.
82. Правила оказания помощи при ожогах и отморожениях. Как избежать ожогов и отморожений?
83. Первая доврачебная помощь при порезах, ранах, нагноениях. Порядок обработки ран, наложения ватно-марлевой повязки, способы перевязывания.
84. Назовите порядок остановки сильного кровотечения, порядок наложения жгута.
85. Правила оказания доврачебной помощи при ушибах, растяжениях, вывихах. Назовите признаки вывиха.
86. Правила оказания первой медицинской помощи при переломах. Порядок наложения шин из подручных предметов.
87. Порядок оказания первой помощи при потертостях, мозолях, опрелостях.
88. Порядок оказания помощи при поражениях молнией, электрическим током, утопающему. Назовите приёмы искусственного дыхания.
89. Назовите способы и порядок транспортировки пострадавшего.

Основы туристской подготовки.

90. Назовите перечень личного снаряжения и требования к нему.
91. Перечислите, что входит в групповое снаряжение и какие требования предъявляются к нему.
92. Как правильно уложить вещи в рюкзаке? Как обеспечить его влагонепроницаемость?
93. Порядок установки палаток различных типов и размещения в них вещей, предохранение палаток от намокания.
94. Назовите последовательность подготовки к походу. Цели и задачи походов.
95. Какие вы знаете туристские должности в походе? Постоянные и временные должности.
96. Что вы понимаете под правильной организацией движения? Режим и темп движения, привалы. Водно-солевой режим в походе.
97. Техника безопасности при проведении походов.
98. Основные требования к месту привала и бивуака.
99. Порядок работы по развешиванию и свертыванию лагеря.
100. Основные типы костров и их назначение. Выбор места для костра.
101. Меры безопасности при обращении с огнём и при заготовке дров. Экологические требования.
102. Что относится к костровым принадлежностям? Варочная посуда. Способы подвески котлов.
103. Способы сушки личного снаряжения. Уход за снаряжением.
104. Ремонт снаряжения. Ремонтный набор и что в него входит?
105. Что входит в набор продуктов для приготовления пищи на костре и для перекуса? Порядок упаковки и хранения продуктов.
106. Понятие о меню-раскладке. Суточные нормы продуктов на человека.
107. Как правильно выбрать место забора воды для приготовления пищи. Способы обеззараживания воды.
108. Как двигаться по заболоченной местности? Назовите основные способы преодоления заболоченных участков.

109. Преодоление водных препятствий. Назовите способы переправ.

110. Как делятся узлы на группы по назначению?

Топография и ориентирование

111. Дайте определение топографической карты и её содержания.

112. Что называется масштабом карты? Виды масштабов.

113. Сколько метров на местности соответствует 1 см на карте масштаба 1 : 50000?

114. Назовите основные группы условных топографических знаков.

115. Что изображают указанные условные топографические знаки? (Представляются по усмотрению проверяющего).

116. Как изображается рельеф местности на картах. Сущность горизонталей.

117. Назовите градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта.

118. Компас. Типы компасов и их назначение и устройство.

119. Дайте понятие об азимуте. Какие бывают азимуты?

120. Как определить азимут на карте и на местности?

121. Какие вы знаете способы ориентирования на местности?

122. Какие вы знаете способы измерения расстояний на местности?

123. Что такое спортивная карта? Чем она отличается от топокарты?

124. Назовите виды и характер соревнований по спортивному ориентированию.

Краеведение

125. Дайте общегеографическую характеристику Удмуртской республике: территория, границы. Рельеф. Полезные ископаемые.

126. Назовите основные реки и озера Удмуртии.

127. Административное деление Удмуртии. Назовите крупные города республики.

128. Назовите основные отрасли промышленности и сельского хозяйства области.

129. Назовите туристские возможности Удмуртской республики.

130. Дайте понятие об экологии. Заповеди юного туриста.

131. Какие вы знаете виды и формы общественной работы?

132. Метеорологические наблюдения. Признаки изменения погоды.