МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ ГОРОДА БУЙНАКСКА»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА Г.БУЙНАКСКА»

Принята на заседании
методического совета
Протокол № 1
От « 13 » сентября 2024 года

«Утверждаю»
директор ДДТ
_____ Алиханова М.А.

Приказ № 117 - п от «30. 08. 2024г.»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Туристско – краеведческая подготовка»

Направленность: туристско - краеведческая
Уровень программы: углубленный
Возраст детей: 10-17 лет
Срок реализации: 3- года

Составитель:
Мамаева Тамилла Набиевна,
методист МБУ ДО ДДТ

г. Буйнакск, 2024 г.

1. Пояснительная записка

Направленность программы «Туристско-краеведческая»: туристско-краеведческая, уровень программы – углубленный.

Туристско-краеведческая деятельность является одним из эффективных средств комплексного воздействия на формирование личности, способствует развитию интеллектуального уровня, развитию наблюдательности у детей, науки общения со сверстниками, взрослыми, окружающим миром, воспитанию бережного отношения к природе.

Туризм – одна из популярнейших форм активного отдыха. Ежегодно десятки миллионов туристов путешествуют по родной стране, знакомятся с ее природными богатствами, историческими и культурными памятниками.

Правильно организованное и умело проведенное путешествие укрепляет здоровье ребенка, вырабатывает у него такие ценные качества, как инициатива, мужество, настойчивость, значительно повышает его работоспособность. В путешествии крепнет чувство коллективизма, расширяет кругозор туристов, воспитывает любовь к природе, к Родине.

Данная программа позволяет детям познакомиться с туризмом, укрепить здоровье, научиться работать с туристским снаряжением, готовить на костре, научиться ориентироваться на любой местности по карте и компасу, способствует овладению детьми навыками оказания первой медицинской помощи. При помощи этой программы дети познакомятся с красотами нашего родного Дагестана, узнают интересные места с богатой историей. Данная программа направлена на развитие в ребёнке таких качеств как: любознательность, целеустремлённость, ответственность, настойчивость, сила воли, ответственное отношение к дружбе и взаимовыручке.

1.1. Актуальность. Туризм и краеведение, дополняя друг друга, осуществляют комплекс образовательно-воспитательных, спортивно-оздоровительных и научно-познавательных задач. Туристско - краеведческая деятельность является комплексным средством в деле воспитания и образования учащихся, и в тоже время очень действенным в силу своей демократичности и гуманности. Следовательно, туристско-познавательная деятельность учащихся является весьма актуальной для их всестороннего развития, занимает важное место в общей системе обучения учащихся и остается педагогически целесообразной. Более чем столетний опыт России в применении краеведения в обучении подтверждает актуальность и педагогическую целесообразность туристско - краеведческих программ и этой формы деятельности учащихся. В последние годы развитию детского туризма в Российской Федерации уделяется значительное внимание. Постановлением Правительства от 4 ноября 2014 г №1163 образован Координационный совет по развитию детского туризма в России, одними из приоритетных задач которого являются развитие и увеличение объемов детского туризма в границах страны и патриотическое воспитание подрастающего поколения. Именно туристско - краеведческая деятельность детей способствует выполнению этих задач и является весьма актуальной для нашего времени, для современных детей и их родителей. В связи с увеличением роли патриотического воспитания школьников большое значение приобретает проблема организации краеведческой работы. Содержание национально-регионального компонента – изучение географии своего края, её географических особенностей позволяет наиболее полно раскрыть воспитательный и развивающий потенциал предмета – любовь к своей местности, к своему району, к своей

стране; развивает экологическую культуру, позитивное отношение к окружающей среде. Для туриста-краеведа Дагестан является предметом нескончаемого и увлекательного изучения. Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для подготовки занимающихся к действиям в условиях экстремальных ситуаций.

Растущая отчужденность между людьми вызывает необходимость использовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений. Туристические навыки могут пригодиться и при преодолении чрезвычайных ситуаций, в которые современный человек попадает, к сожалению, очень часто, да и в повседневной жизни могут пригодиться такие навыки как преодоление естественных преград, оказание первой доврачебной помощи, приготовление пищи в полевых условиях.

1.2. Новизна. В программу введены новые разделы: история развития, туризм и самодеятельная песня; основы фотодела, основы пейзажной и репортажной съемки, «Обеспечение безопасности при передвижении по различным формам рельефа», «Элементы спасательных работ. Выживание в условиях природной среды. ПСР.»

1.3. Цель программы - формирование всесторонне развитой личности средствами туризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления и профессионального самоопределения личности.

Комплексная программа предусматривает решение следующих **основных** задач:

В области образования:

- 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;
- обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

В области воспитания:

- любовь к своей малой Родине;
- гражданственности, патриотизма, бережного отношения к историко-культурному наследию;
- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;
- формирование жизненной самостоятельности и волевых качеств;
- гуманное отношение к окружающей среде;
- выработка организаторских навыков, умение вести себя в коллективе.

В области физической подготовки:

- физическое совершенствование школьников - развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями;
- выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в соревнованиях и походах (в том числе многодневных).

Условиями для реализации этих задач являются:

• наличие квалифицированных педагогов, имеющих опыт проведения туристских походов, соревнований, экскурсий и т. д.

• взаимосвязь теории с практической работой.
• наличие достаточного количества туристского снаряжения.
• финансирование перечисленных мероприятий.

1.4. Срок реализации программы, формы и режим проведения занятий.

Группы первого года обучения, занимающиеся по комплексной программе, соответствуют группам первого года этапа «Начальная подготовка».

Комплексная программа полностью соответствует существующей нормативной документации, регламентирующей наполняемость объединений, выделение учебных часов на подготовку объединений в зависимости от этапа или периода подготовки.

Кроме того, комплексная программа полностью соответствует нормативным требованиям по комплектованию объединений (учебных групп) спортивного профиля, уровню достижений обучаемых к концу каждого учебного года.

Для контроля качества усвоения программы имеется разработанная система контроля результативности ЗУН, которая приводится в «Программе».

С учетом возрастной периодизации детей, лучшее время для начала занятий по комплексной программе - 10 лет. Для детей, имеющих опыт занятий в группах подготовительного этапа, можно начинать занятия по комплексной программе на год раньше, для тех, кто хочет получить широкий комплекс знаний и навыков, но ограничиться оздоровительным туризмом, можно начинать занятия и в 14-15 лет. Однако тем ребятам, которые хотят пройти полный курс обучения и получить начальную профессиональную подготовку, рекомендуется начинать занятия в период с 9 до 11 лет. Для зачисления в объединение, работающее по комплексной программе, специальных знаний и подготовки не требуется, зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Программа рассчитана на трехгодичное обучение:

- первый год обучения - **216ч**, занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа или можно проводить 3 раза в неделю по 2 часа, в сетке часов предусмотрено **78 часов** для проведения ПВД;

- второй год обучения – **324 часа**, занятия проводятся 3 раза в неделю по 3 часа, в сетке часов предусмотрены **144 часа** для проведения ПВД;

- третий год обучения – **432 часа,** занятия проводятся 2 раза в неделю по 4 часа, в сетке часов предусмотрены **180 часов** для проведения ПВД.

1.5. Прогнозируемые результаты и критерии их замера.

Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение комплексной программы по годам обучения, прирост спортивных достижений, участие в походах, соревнованиях, краеведческих конференциях при наличии положительных результатов.

По завершении первого года обучения, обучаемые должны знать:

- порядок организации и проведения походов выходного дня;
- правила поведения вне населенных пунктов, вопросы экологии, туризма;
- основы туристской техники;
- основы топографии и ориентирования;
- иметь общие представления об истории г.Буйнакска, географических особенностях города и его ближайших окрестностях;
- иметь общие представления о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи.
- опасные и ядовитые растения, растущие в окрестностях города.

По завершении первого года обучения, обучаемые должны уметь:

- передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;
- организовать походный быт, составлять раскладку продуктов для ПВД;
- преодолевать несложные естественные препятствия;
- ориентироваться по карте и компасу на несложном полигоне по спортивному ориентированию;
- оказывать элементарную медицинскую помощь.

По завершении второго года обучения, обучаемые должны знать:

- расширить и углубить знания по основным разделам комплексной программы первого года обучения;
- порядок оформления ПВД, порядок действий при подготовке к многодневным походам;
- основные сведения по истории, географии Республики Дагестан;
- способы преодоления различных естественных препятствий;
- несколько туристских песен;
- опасные и ядовитые растения, растущие в Республике Дагестан, основные лекарственные растения, которые можно использовать в походе;
- основные принципы фотографии, репортажной и пейзажной фотосъемки.

По завершении второго года обучения, обучаемые должны уметь:

- передвигаться по дорогам, тропам и пересеченной местности в составе группы;
- организовать походный быт, составлять раскладку продуктов для многодневных походов;
- преодолевать различные, естественные и искусственные препятствия, владеть приемами страховки;
- знать и уметь правильно применять несколько узлов;
- ориентироваться по карте и компасу, участвовать в соревнованиях по спортивному ориентированию, топографическому ралли;
- составить описание однодневного похода или паспорт краеведческого объекта;
- оказывать медицинскую помощь, предусмотренную программой.

По завершении третьего года обучения, обучаемые должны знать:

- разрядные нормативы спортивного туризма;
- правила подготовки и организации многодневных походов;
- меры безопасности при подготовке и проведении многодневных походов и соревнований;
- правила соревнований по топографии и спортивному ориентированию;
- иметь общие представления о географии и истории РД, географических особенностях, памятниках природы;
- основные горные породы, геологическую историю, минералы региона;
- орографию Кавказа, основные вершины;
- правила участия в туристских соревнованиях, условия выполнения туристских разрядов;
- приемы самоконтроля и доврачебной медицинской помощи;
- опасные, лекарственные, съедобные растения региона;
- алгоритмы выживания в условиях природной среды.

По завершении третьего года обучения, обучаемые должны уметь:

- подготовиться, участвовать и подводить итоги многодневных походов;

- ориентироваться на местности и по карте при помощи компаса, выполнять глазомерную съемку пройденного маршрута;
- выполнять необходимые природоохранные мероприятия;
- готовить материалы для участия в краеведческих конференциях;
- оказывать доврачебную медицинскую помощь, владеть приемами самоконтроля;
- различать опасные, применять лекарственные и съедобные растения региона;
- участвовать в соревнованиях по туристскому многоборью, осуществлять разнообразные технические действия;
- участвовать в простейших спасательно-транспортировочных работах.

Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива объединения (группы), заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, а в конечном итоге - воспитание физически здоровых, сознательных патриотов своей родины.

2. Содержание программы

2. 1. Учебно-тематический план (1-й год обучения)

№ п/п	Направление темы, разделов	Количество часов			Формы аттестации, (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	**Вводное занятие. Введение в образовательную программу. Знакомство с работой ДДТ. Работа клуба ТКП.**	2	2	-	Анкетирование
2.	**Туристическая техника. Участие в соревнованиях, матчевых встречах.**	58	12	46	Практическое задание, тестирование, самостоятельная работа, соревнования
3.	**Организация бивака.** Приготовление пищи.	8	2	6	Творческие задания по составлению меню
4.	**Топография и ориентирование.** Участие в топографическом ралли.	18	6	12	Практическое задание, самостоятельная работа, тестирование
5.	**Краеведение.** Сведения об истории, географических особенностях края. Выполнение краеведческих заданий в походе.	16	4	12	Вопросы по краеведению, практическое задание, викторина, самостоятельная работа
6.	**Из истории развития туризма и краеведения.**	2	2	-	Викторина, фото-конкурс
7.	**Доврачебная медицинская помощь.** Приемы самоконтроля.	12	4	8	Устный опрос, практическое задание, зачет
8.	**Зеленая аптека.**	8	4	4	Викторина, практическое задание, зачет

9.	**Туристская группа в походе.** Обеспечение безопасности.	**6**	**2**	**4**	Устный опрос по карточкам, практическое задание
10	**Поход выходного дня (ПВД).**	**84**	**12**	**72**	Проверка снаряжения, практическое задание, зачет, викторина, соревнование, фото-конкурс, краеведческие сообщения.
11.	**Итоговое занятие.**	**2**	**-**	**2**	Анализ деятельности за учебный год
ИТОГО:		**216**	**50**	**166**	

Учебно-тематический план (2-й год обучения)

№ п/п	Направление темы, разделов	Количество часов			Формы аттестации, (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	**Вводное занятие. Повторение материала 1-го года обучения. Знакомство с программой 2-го года обучения. Из истории развития туризма и краеведения.**	**3**	**2**	**1**	Тестирование, ответы на вопросы
2.	**Туристическая техника**. Участие в соревнованиях и матчевых встречах	**39**	**9**	**30**	Практические задания, тестирование, самостоятельная работа, соревнования
3.	**Обеспечение безопасности при передвижении по различным формам рельефа**	**12**	**3**	**9**	Ситуационные задания, тестирование, самостоятельная работа, соревнования
4.	**Организация бивака,** приготовление пищи	**9**	**3**	**6**	Практические задания, конкурсы
5.	**Топография и ориентирование**. Участие в топографическом ралли	**39**	**6**	**33**	Ситуационные задания, тестирование, викторины, соревнования
6.	**Краеведение.** Сведения об истории, географических особенностях Республики Дагестан. Горы лакколиты РД. Выполнение краеведческих заданий в походе	**30**	**9**	**21**	Вопросы по краеведению, викторина, самостоятельная работа. Полевой дневник туриста-краеведа.
7.	**Доврачебная медицинская помощь**. Приемы самоконтроля	**18**	**7**	**11**	Ситуационные задания, тестирование, викторины, соревнования. Ведение

					дневника самоконтроля
8.	**Зеленая аптека.**	**9**	**2**	**7**	Викторина, практическое задание, зачет
9.	**Самодеятельная песня** - история развития. Туризм и самодеятельная песня	**12**	**3**	**9**	Умение исполнять в коллективе несколько туристских песен.
10	**Основы фотодела,** основы пейзажной и репортажной съемки.	**6**	**1**	**5**	Фото-конкурс, краеведческие сообщения.
11.	**ПВД (походы выходного дня). Выполнение обязательных походов второго года обучения по РД.**	**72**	**3**	**69**	Проверка снаряжения, практическое задание, зачет, викторина, соревнования, игры,
11.1	Организация и подготовка ПВД (3 Х8ч)	6	3	3	фото-конкурс, краеведческие сообщения.
11.2	Проведение ПВД (3Х 12ч.)	24 36		24 36	
11.3	Подведение итогов ПВД, анализ.	6	6	-	
12.	**Проведение трехдневного зачетного похода**	**72**	**4**	**68**	Полевой дневник туриста-краеведа.
12.1	Подготовка к трехдневному зачетному походу	12	2	10	Конкурсы, соревнования. Контрольный зачет.
12.2	Проведение трехдневного зачетного похода	54		54	
12.3	Подведение итогов похода, сдача снаряжения	6	2	4	
13.	**Итоговое занятие**	**3**		**3**	Анализ деятельности за учебный год
ИТОГО:		**324**	**54**	**270**	

Учебно-тематический план (3-й год обучения)

№ п/п	**Направление темы, разделов**	**Количество часов**			**Формы аттестации, (контроля)**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
1.	**Вводное занятие. Повторение материала 2-го года обучения. Знакомство с программой 3-го года обучения. Из истории развития туризма и альпинизма**	**4**	**3**	1	Тестирование, ответы на вопросы
2.	**Туристическая техника. Участие в соревнованиях и матчевых встречах**	**56**	**8**	**48**	Тестирование, самостоятельная работа, ситуационные задания, соревнования
3.	**Обеспечение безопасности в походах и при проведении**	**16**	**2**	**14**	Ситуационные задания, тестирование,

	туристских мероприятий				самостоятельная работа, соревнования
4.	**Элементы спасательных работ. Выживание в условиях природной среды. ПСР**	**96**	**12**	**84**	Ситуационные задания, конкурсы, викторины, тестирование. Соревнования по ПСР.
5.	**Топография и ориентирование.** Участие в соревнованиях по глазомерной фотосъемке, топографии и спортивному ориентированию	**28**	4	**24**	Тестирование, викторины, Зачетные соревнования.
6.	**Краеведение**	**16**	**4**	**12**	Краеведческие сообщения, доклады, рефераты, викторины, кроссворды, Тестирование.
7.	**Доврачебная медицинская помощь. Приемы самоконтроля**	**8**	**2**	**6**	Ситуационные задания, тестирование, самостоятельная работа.
8.	**Зеленая аптека**	**8**	**2**	**6**	Викторина, практическое задание, зачет
9.	**Основы фотодела**	**8**	**2**	**6**	Фотоконкурс
10.	**Самодеятельная песня - история развития. Туризм и самодеятельная песня**	**8**	**2**	**6**	Конкурс туристской песни.
11.	**ПВД (походы выходного дня)**	**116**	**8**	**108**	Полевой дневник туриста-краеведа. Конкурсы, соревнования. Контрольный зачет.
12.	**Проведение 3-х дневного похода**	**64**	**-**	**64**	
13.	**Итоговое занятие**	**4**		**4**	Анализ деятельности за учебный год
ИТОГО:		**432**	**49**	**383**	

2.2. Содержание программы «Туристско-краеведческая подготовка» (1 год обучения)

1. Вводное занятие- 3 часа

Теория – 3 час: Знакомство с программой комплексной туристско-краеведческой подготовки; чем полезны и интересны походы и экскурсии.

Знакомство с ДДТ - правила внутреннего распорядка и размещение учебных помещений. Направления работы ДДТ, работа объединений, знакомство с основными мероприятиями ДДТ. Работа клуба ТКП.

2. Туристическая техника – 60 час

Теория – 12 часов: Знакомство с туртехникой. Виды вязок узлов. Подъем и спуск спортивным способом со «схватывающим» узлом. Переправа по бревну. Преодоление условного «болота». Техника безопасности.

***Практика – 48 часов*:** Вязка узлов. Траверс склона со страховкой «карабин». Самозадержание на склоне при падении (спуск, подъем) через «схватывающий узел. Воздушная трасса страховка через «карабин».

3. Организация бивака. Приготовление пищи – 9 часов

Теория – 3 часа: Приспособлениядля приготовления пищи. Калорийность пищи. Примерный набор продуктов для похода. Режим питания в походе.

Практика – 6 часов: Составление меню и раскладок. Упаковка и транспортировка продуктов. Приготовление пищи в походных условиях. Водно-солевой режим.

4.Топография и ориентирование – 18 часов

Теория – 6 часов: Масштаб карты (линейный, числовой). Компас и его устройство. Что такое азимут.

Практика – 12 часов: Работа с картой. Определение расстояния по масштабу. Знание условных знаков спортивной карты (20-25 знаков). Ориентирование местности по компасу.

5. Краеведение – 15 час:

Теория – 3 часа: Охрана природы. Географические особенности города и его окрестностей. Краеведческая работа в походе. Как организовать краеведческие наблюдения.

Практика – 12 часов: Сбор и оформление краеведческого материала. Оборудование для краеведческой работы. Полевой дневник туриста-краеведа.

6. Из истории развития туризма и краеведения – 3 часа

Теория – 3 часа: Сведения о первых путешествиях. Развитие туристско-экскурсионного дела в Буйнакске, Буйнакском районе. Создание первых туристских клубов. Роль Б. И. Гаджиева в создании туризма и краеведения в Буйнакске.

7. Доврачебная медицинская помощь – 12 часов

Теория – 3 часа: Приемы самоконтроля. Что такое самоконтроль, умение измерить ЧСС, определение индекса Рюфье.

Практика – 9 часов: Подгонка обуви как предотвращение потертостей, мозолей. Умение оказать помощь при наминах, потертостях, мозолях, при повреждениях кожи, растяжениях мышц, вывихе сустава. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями.

8. Зеленая аптека – 9 часов

Теория – 3 часа: Лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 5-6 растений. Знание и умение отличать опасные и ядовитые растения, грибы.

Практика – 6 часов: Сбор растений для гербария. Оформление гербария. Знание и умение отличать в гербарии, на рисунках, в походе.

9. Туристская группа в походе – 6 часов

Теория – 3 часа: Обеспечение безопасности, опасности в однодневном походе (при движении, пересечении дорог, связанные с растениями, ядовитыми насекомыми, пресмыкающимися, связанные с рельефом и плохой погодой). Правила разведения костра.

Практика – 3 часа: Состав минимальной аптечки для однодневного ПВД. Умение накладывать простейшую повязку на ногу, руку.

Умение организовать транспортировку пострадавшего.

10. Поход выходного дня – 78 часов

Теория – 12час:Организация и подготовка ПВД (3х5 походов). Подготовка личного снаряжения к одно- двухдневному походу (ремонтный набор, аптечка). Организация питания в походе (знать нормы закладки продуктов на одного человека). Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий).

Практика – 66 часов: Проведение ПВД (8х5 походов). Подведение итогов ПВД. Анализ, сдача снаряжения.

11.Итоговое занятие – 3 часа

Подведение итогов. Анализ деятельности за учебный год. Проведение срезов ЗУН.

Рекомендуется по завершению первого учебного года провести 2-3-дневный зачетный поход (вне сетки часов учебно-тематического плана).

Содержание программы «Туристско-краеведческая подготовка»

(2 год обучения)

1. Вводное занятие – 3часа

Введение в программу второго года обучения

Из истории развития туризма. Сведения о первых путешествиях. Развитие туристско-экскурсионного дела в Республике Дагестан. Создание первых туристских клубов.

2. Туристическая техника. Участие в соревнованиях и матчевых встречах – 39 час

Теория – 9 часов: Вязка узлов. Узлы и их назначение. Грудная обвязка и страховочная система. Приемы обращения с веревкой. Подъем и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и самостраховка.

Практика – 30 часов: Подъем по веревке спортивным способом со «схватывающим» узлом. Спуск спортивным способом (самостраховка «схватывающим» узлом). Правила по комплексу туристских соревнований. Особенности технико-тактической подготовки к различным видам туристских соревнований. Контрольно-туристский маршрут, командная и индивидуальная техника.

3. Обеспечение безопасности при передвижении по различным формам рельефа – 12 часов

Теория – 3час: Основные меры предосторожности при движении по осыпям, травянистым склонам. Основные меры безопасности в условиях плохой видимости, грозы, ветра при выборе мест для бивака.

Практика – 9час: Действия в аварийной ситуации. Транспортировка пострадавшего.

4.Организация бивака, приготовление пищи – 9 часов:

Теория – 3час: Значение правильной организации питания. Калорийность пищи. Примерный набор продуктов для похода. Составление меню и раскладок. Упаковка и транспортировка продуктов.

Практика – 6час: Режим питания в походе. Приготовление пищи в походных условиях. Водно-солевой режим.

5.Топография и ориентирование – 39 часов:

Теория – 6час: Топографические знаки. Топографическая съемка местности (работа на полигоне, камеральная обработка). Виды ориентирования.

Практика –33час: Прохождение трассы ориентирования на время. Изображение рельефа и его элементов на картах-схемах, схемах. Чтение карт-схем и работа с ними. Применение компаса в походах. Участие в зачетных соревнованиях.

6. Краеведение – 30 часов

Теория – 9часов: Республика Дагестан. Географическое положение, рельеф, климат. Проблемы охраны и сохранения природного единства в зонах отдыха и туризма.

Практика – 21час: Практические работы с картами региона. Составление паспорта объекта или паспорта одно-двухдневного похода.

7. Доврачебная медицинская помощь. Приемы самоконтроля – 18 часов

Теория – 7 часов: Нормы нагрузок в путешествии. Врачебный контроль. Самоконтроль в походе. Признаки заболеваний и травм. Противопоказания к участию в горном походе.

Практика – 11 часов: Первая доврачебная помощь в походе. Наложение повязок. Искусственное дыхание. Транспортировка пострадавшего. Примерный состав медицинской аптечки для многодневных походов.

Ведение дневника самоконтроля, умение определить индекс Рюфье. Нормы и правила личной гигиены.

8. Зеленая аптека – 9 часов

Теория – 2 часа: Опасные и ядовитые растения, грибы. Использование и применение полезных и съедобных растений.

Практика – 7 часов: Знание и умение отличать в гербарии, на рисунках, в походе, лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 12 -15 растений.

9. Самодеятельная песня – 12 часов

Теория- 3 часа: Самодеятельная песня — история возникновения и развития.

Практика – 9 часов: Умение исполнять в коллективе несколько туристских песен.

10. Основы фотодела, основы пейзажной и репортажной съемки – 6 часов

Теория – 1час: Устройство фотоаппарата. Выбор экспозиции, диафрагмы, глубины резкости. Характеристики фотоматериалов.

Практика - 5час: Пейзажная съемка. Съемка на тренировках и соревнованиях.

11. ПВД (походы выходного дня) – 90 часов

Теория – 3 часа: Организация и подготовка ПВД (4 час. х 6 походов). Подготовка к многодневным походам: принципы подбора группы, распределение обязанностей, оформление маршрутной документации. Групповое и личное снаряжение. Основные требования к нему. Подготовка снаряжения к путешествию. Состав ремонтного набора. Порядок получения и сдачи снаряжения.

***Практика – 87 часов*:** Выполнение обязательных походов второго года обучения по РД. Проведение ПВД (8 час. х 6 походов). Подведение итогов ПВД, анализ. (3 час. х 6 походов)

12. Проведение трехдневного зачетного похода – 54 часа

Теория – 4 часа: Подготовка к трехдневному зачетному походу. Знакомство с правилами организации и проведения туристских походов. Работа маршрутно-квалификационных комиссий (МКК). Заявочная и маршрутная книжки. Порядок их заполнения. Отметки на маршруте.

Практика – 50 часов: Составление сметы, плана похода. Подбор картографического материала. Оформление походных документов.

Проведение зачетного похода. Подведение итогов похода, сдача снаряжения

13. Итоговое занятие – 3 часа

Подведение итогов за год деятельности клуба ТКП.

Рекомендуется по завершению второго учебного года провести многодневный зачетный поход (вне сетки часов учебно-тематического плана).

Содержание программы «Туристско-краеведческая подготовка»
(3 год обучения)

1.Вводное занятие – 4часа

Теория – 3 час: Знакомство с программой третьего года обучения.

Из истории развития туризма и альпинизма – 6 часов

Развитие туристско-экскурсионного дела на Северном Кавказе и в России. Создание первых туристских клубов.

Практика – 1час: Тестирование.

2. Туристическая техника – 56 часов

Теория – 8час: Вязка узлов. Узлы и их назначение. Грудная обвязка и страховочная система. Приемы обращения с веревкой. Подъем и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Способы и приемы страховки и самостраховки.

Практика – 48час: Подъем по веревке спортивным способом со «схватывающим» узлом. Спуск спортивным способом (самостраховка «схватывающим» узлом). Правила по комплексу туристских соревнований. Особенности технико-тактической подготовки к различным видам туристских соревнований: контрольно-туристский маршрут, командная и индивидуальная техника.

3. Обеспечение безопасности при передвижении по различным формам рельефа – 16 часов

Теория – 2 час.: Основные меры предосторожности при движении по осыпям, травянистым склонам, различным элементам скального, снежного, фирнового или ледового рельефов. Основные меры безопасности в условиях плохой видимости, грозы, ветра при выборе мест для бивака.

Практика – 14час: Действия в аварийной ситуации. Транспортировка пострадавшего.

4. Элементы спасательных работ. Выживание в условиях природной среды. ПСР - 96 часов

Теория – 12 час. – Элементы спасательных работ. Сигналы бедствия при аварийных ситуациях и знаки международного кода. Подручные средства и специальное снаряжение, используемое при спасательных работах.

Практика – 84 час. - Преодоление различных природных препятствий с использованием подручных средств и специального снаряжения. Подготовка к участию в соревнованиях по ПСР. Тренировки. Участие в республиканских соревнованиях по ПСР.

5. Топография и ориентирование – 28 часов

Теория – 4 час. - Топографические знаки. Виды ориентирования. Работа с картой. Изображение рельефа и его элементов на картах-схемах Определение расстояния по масштабу.

Практика – 24 час: Топографические знаки. Топографическая маршрутная съемка местности, работа на полигоне. Виды ориентирования. Прохождение трассы ориентирования на время. Изображение рельефа и его элементов на картах-схемах, схемах. Чтение карт-схем и работа с ними. Применение компаса в походах. Участие в зачетных соревнованиях.

6. Краеведение – 16 часов

Теория – 4час: Географическое положение Северного Кавказа, рельеф, климат. Проблемы охраны природного единства в зонах отдыха и туризма. Геологическая история Кавказа и Республики Дагестан. Основные типы горных пород. Минералогия и петрография. История спортивного освоения Кавказа.

Практика – 12 час: Орографическая схема Кавказа, основные вершины, их высоты. Составление паспорта объекта или отчета многодневного похода.

Участие в краеведческих конференциях (подготовка докладов, рефератов).

7. Доврачебная медицинская помощь и приемы самоконтроля – 8 часов

Теория – 2часа: Нормы нагрузок и самоконтроль в походе. Нормы и правила личной гигиены. Признаки заболеваний и травм. Противопоказания к участию в горном походе. Первая доврачебная помощь в походе.

Практика – 6 часов: Первая помощь в походе при обморожениях, ожогах, тепловом ударе. Наложение разнообразных повязок. Искусственное дыхание. Транспортировка пострадавшего. Состав медицинской аптечки для многодневных походов, назначение лекарственных препаратов. Дневник самоконтроля.

8. Зеленая аптека – 8 часов

Теория – 2час: Лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Использование полезных и съедобных растений.

Практика – 6час: Знание и умение отличать на практике лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Знание применения 20 - 25 растений. Знание и умение отличать опасные и ядовитые растения, грибы.

9. Основы фотодела – 8 часов

Теория – 2час: Основы пейзажной и репортажной съемки.

Практика – 6час: Практические навыки съемки различных ландшафтных объектов, бытовых и жанровых снимков. Фотоконкурс.

10. Самодеятельная песня – 8 часов

Теория – 2час: Популярные туристические песни.

Практика – 6 час: Умение исполнять в коллективе несколько туристских песен. Знание 10-12 популярных туристских песен. Репетиционная работа.

Конкурс туристской песни.

11. ПВД (походы выходного дня) - 116 часов:

Теория – 8 часов: Организация и подготовка. ПВД . Подготовка к многодневным походам. Заявочная и маршрутная книжки. Порядок их заполнения. Отметки на маршруте. Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий). Организация питания в походе (знать нормы закладки продуктов на одного человека). Педагогическая инструментовка обязанностей в туристской группе. Групповое и специальное снаряжение и основные требования к нему.

Практика – 108 часов: Организация, подготовка и проведение однодневных ПВД (8 час. х 6 походов), КТМ-контрольно-туристский маршрут (12 час. х 3) – участие в соревнованиях по Минобразованию. Зачет.

12. Проведение и подготовка трехдневного похода – 64 часа

Практика – 64 часа - Товарищеские встречи. Городские соревнования.

Выполнение обязательных походов третьего года обучения по РД. трехдневных походов (16 час. х 3).

13. Итоговое занятие – 4 часа

Теория – 4часа – Подведение итогов похода, сдача снаряжения. Подведение итогов учебного года.

Рекомендуется по завершению третьего учебного года провести многодневный зачетный поход, степенной или категоричный (вне сетки часов учебно-тематического плана).

3. Формы аттестации и оценочные материалы

Для контроля качества усвоения программы имеется разнообразная система контроля результативности ЗУН в различной форме: тесты, вопросы, практические задания, соревнования, которые позволяют определить достижения учащимися планируемых результатов.

3.1. Тематический контроль по курсу «Туристско-краеведческая подготовка» (1-й год обучения)

№1

1. В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название:

a. река

b. улучшенная грунтовая дорога

c. скальный гребень

2.Завяжите правильно узел «Прямой»

3. Краеведение (1, 3, 5)

4. Солнечный удар. Первая помощь

№2

1. В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название:

a. кладбище

b. церковь

c. большая башня

2.Завяжите правильно узел «Встречный»

3. Краеведение (4, 7, 9)

4. Обморожение. Первая помощь

№3

1.В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название

a. хвойный лес

b. смешанный лес

c. отдельно стоящее дерево

2.Завяжите правильно узел «Проводник»

3. Краеведение (2, 5, 11)

4. Перелом руки. Первая помощь

№4

1.В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название

a. непроходимое болото

b. каменный столб

c. яма

2.Завяжите правильно узел «Контрольный»

3.Краеведение (8, 12, 17)

4. Ожог бытовой. Первая помощь

№5

1.В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название

a. яма

b. опора линии электропередач

c. озеро, пруд

2.Завяжите правильно узел «Грепвайн»

3. Краеведение (6,10, 16)

4. Перелом ноги. Первая помощь

№6

1.В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название

a. просека

b. исчезающая тропа

c. пересыхающий ручей

2.Завяжите правильно узел «Схватывающий»

3. Краеведение (13,20, 30)

4. Ожог от электричества. Первая помощь

№7

1.В соответствии с обозначением проставьте правильно их название буквами

a. пещера

b. туннель

c. источник, родник

2.Завяжите правильно узел «Проводник-8»

3. Краеведение (18,19, 21)

4. Остановка кровотечения на предплечии

№8

1.В соответствии с обозначением проставьте правильно буквамиих название

a. вышка

b. обелиск, могила

c. канава

2.Завяжите правильно узел «Встречная восьмерка»

3. Краеведение (18,19, 21)

4. Остановка кровотечения на ноге

№9

1.В соответствии с обозначениями проставьте правильно буквамиих название

a, вышка

b, обелиск

c, кладбище

2.Завяжите правильно узел «Встречный»

3. Краеведение (7, 20,29)

4. Перелом тазобедренного сустава. Первая помощь

№10

1.В соответствии с обозначением проставьте их название буквами

a. проход в ограде

b. ограда

c. железная дорога

2.Завяжите правильно узел «Проводник»

3. Краеведение (6, 16,24)

4.Провести искусственное дыхание.

№11

1.В соответствии с обозначением проставьте буквами правильно их название

a. труба для стока

b. мост проезжий

c. мостик пешеходный

2.Завяжите правильно узел «Прямой»

3.Краеведение (15,22, 27)

4. Оказание первой помощи тонущему человеку

№12

1.В соответствии с обозначением проставьте правильно цифрами их название

a. грунтовой обрыв, карьер

b. яма

c. песчаная россыпь

2.Завяжите правильно узел «Схватывающий»

3.Краеведение (9, 17, 29)

4. Первая помощь при укусе неизвестной собаки

№13

1.В соответствии с обозначением проставьте правильно цифрами их название

a. река

b. канава преодолима

c. канава непреодолима

2.Завяжите правильно узел «Проводник-8»

3. Краеведение (11, 23, 25)

4. В слуховом проходе обнаружено насекомое. Какова первая помощь?

№14

1.В соответствии с обозначением правильно цифрами их название

a. мостик пешеходный

b. канава непреодолима

c. река

2.Завяжите правильно узел « Проводник»

3. Краеведение (14, 19, 28)

4. Оказание первой помощи при укусе змеи

№15

1. В соответствии с обозначением проставьте правильно цифрами их название

a. ручей

b. скальный гребень

c. родник

2.Завяжите правильно узел «Контрольный»

3. Краеведение (2, 13, 26)

4. Оказание первой помощи при пищевом отравлении

3.2.Тематический контроль по курсу «Туристско-краеведческая подготовка» (2-й год обучения)

№1

1. Нарисовать топографические знаки: ограда, река, скальный гребень

2. На рисунках отличить лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 3 -5 растений.

3. Краеведение (1,6, 11, 17, 26)

4. Наложение жгута при венозном и артериальном кровотечении

5. Узлы «Австрийский проводник» и «Контрольный»

№2

1. Нарисовать топографические знаки: тропа, просека, каменная россыпь

2. На рисунках отличить лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 3 -5 растений.

3. Краеведение (2,8,14,22, 28)

4. Как обеспечить неподвижность конечности при переломах? Какие виды шин вы знаете?

5. Узлы « Проводник-8» и «Булинь»

№3

1. Нарисовать топографические знаки: проход в ограде, строение, дом, смешанный лес

2. На рисунках отличить лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 3 -5 растений.

3. Краеведение (3, 9, 15, 21,27)

4. Оказание первой помощи при обморожениях и солнечном ударе

5. Узлы «Двойной проводник» и «Прямой»

№4

1. Нарисовать топографические знаки: трубопровод, кладбище, хвойный лес

2. На рисунках отличить лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 3 -5 растений.

3. Краеведение (6,8,15,25,28)

4. Какие действия вы предпримите при закрытом переломе предплечья

5. Узлы « Грепвайн» и «Шкотовый»

№5

1. Нарисовать топографические знаки: луг, тоннель, редкий лес
2. На рисунках отличить лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 3 -5 растений
3. Краеведение (2,7,11,18,25)
4. Накладка шины на тазобедренный сустав
5. Узлы «Контрольный» и «Академический»

№6

1. Нарисовать топографические знаки: овраг, пашня, каменная пирамида
2. На рисунках отличить лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 3 -5 растений
3. Краеведение (8,13, 15, 17, 20)
4. Остановка кровотечения жгутом. Объяснить последовательность
5. Узлы «Стремя» и «Схватывающий»

№7

1. Нарисовать топографические знаки: высоковольтная линия, яма, хвойный лес с просекой
2. На рисунках отличить лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 3 -5 растений
3. Краеведение (1,5,10,22,30)
4. Транспортировка пострадавшего на пересеченном рельефе на руках, с помощью простейших средств
5. Узлы «Встречный» и «Проводник»

№8

1. Нарисовать топографические знаки: овраг, группы кустарников и луг, исчезающая тропинка
2. На рисунках отличить лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 3 -5 растений
3. Краеведение (4,9,16,23,29)
4. Оказание первой помощи при укусах животных, змей и насекомых
5. Узлы «Брамшкотовый» и «Удавка»

№9

1. Нарисовать топографические знаки: труднопроходимое болото, родник, сплошные заросли кустарников
2. На рисунках отличить лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 3 -5 растений
3. Краеведение (3,7,12,19,26)
4. Ожоги (бытовой, химический), оказание первой помощи
5. Узлы «Двойной проводник» и «Контрольный»

№10

1. Нарисовать топографические знаки: непреодолимое болото, опора линии электропередач, отдельно стоящее дерево

2. На рисунках отличить лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 3 -5 растений

3. Краеведение (4,8, 12, 28, 30)

4. Вывих кистевого сустава. Оказание первой помощи

5. Узлы «Прямой» и «Австрийский проводник»

3.3.Тематический контроль по курсу «Туристско-краеведческая подготовка» (3-й год обучения)

Оценивается уровень туристского мастерства, выполнение разрядов по спортивным походам и туристскому многоборью и результаты участия в республиканских туристско-краеведческих соревнованиях.

В конце учебного года учащиеся 3-го года обучения оформляют рефераты, творческие работы, мини-проекты с последующей защитой:

- составляют с помощью топографических знаков карту местности;
- организуют навес, укрытие из подручных средств на время ;
- устанавливают палатки на время;
- составляют меню из набора продуктов; меры предосторожности при разведении огня;
- собирают и составляют гербарии из съедобных и несъедобных растений;
- защищают творческие исследовательские работы по краеведению.

Вопросы по краеведению:

1. Какой город Дагестана был первым центром Дагестанской области?
2. Какую площадь занимает территория Дагестана (население в количестве)?
3. Почему Каспийское море называют озером?
4. Название какого залива Каспийского моря с туркменского переводится как «Черная пасть»?
5. Как переводится Дагестан?
6. Кто написал песню (стихи) «Журавли»?
7. Через какой перевал построена дорога между Буйнакском и Махачкалой (почему так назвали)?
8. Назовите самый древний город Дагестана (сколько ему лет)?
9. Назовите города Дагестана , расположенные на берегу Каспия?
10. Какая гора является самой высокой в Дагестане (его высота в метрах)?
11. Назовите самую большую транзитную реку в Дагестане и его длину?
12. Что такое рюкзак?
13. Назовите самый высокий бархан в Евро-Азии.
14. Назовите Имамов Дагестана.
15. Назовите Дагестанца летчика-космонавта, дважды побывавшего в космосе.
16. Перечислите граничащие с Дагестаном Республики.
17. Самое крупное озеро (водохранилище) в Дагестане.
18. Когда была образована Дагестанская область с центром в Темир-хан-Шуре?

19. Кто 13 ноября 1920 года от имени правительства РСФСР объявил автономию Дагестана?

20. Где была расстреляна группа Уллубия Буйнакского?

21. Кто из титанов Дагестанского спорта в начале века одолел непобедимого борца И.Поддубного?

22. Знаменитый советский фехтовальщик на саблях, трёхкратный олимпийский чемпион, дважды серебряный и один раз бронзовый призёр Олимпийских игр в 1968—1980 годах родом из Махачкалы.

23. Кто такие уздени?

24. Как называется первоначальная форма родового строя, определяющая родство по материнской линии?

25. В каком провинциальном городе России было определено место жительства для Шамиля?

26. Кто стал вторым имамом Дагестана и когда?

27. Где находится гора Эльбрус?

28. Кто написал слова из стихотворения «В полдневный жар в долине Дагестана, свинцом в груди лежал, недвижим Я»?

29. В Избербаше можно увидеть образованный изгибами гребня горы профиль этого русского поэта. Назовите его.

30. Под чьим командованием в 1942 году в Махачкале был сформирован добровольческий кавалерийский эскадрон?

Ответы на вопросы по краеведению

1. Буйнакск (Темир-хан Шура)
2. 50,3 тыс.кв.км, более 2 млн.400тыс.человек
3. Нет выхода в океан
4. Кара-богаз-гол
5. Страна гор
6. Расул Гамзатов
7. Атлыбоюнский
8. Дербент
9. Махачкала, Каспийск, Дербент, Избербаш, Дагестанские огни
10. Базар-дюзю, 4466м
11. Терек – 599км, по Дагестану – 155км
12. Заплечный мешок
13. Бархан Сарыкум
14. Газимухаммед, Гамзат бек, имам Шамиль, Мухаммед Хаджи, НажмудинГоцинский
15. Муса Манаров
16. Азербайджан, Грузия, Чечня, Ставрополь, Калмыкия
17. Чиркейское водохранилище
18. 1860год
19. И.В.Сталин
20. На станции Темиргое
21. Али-Клыч
22. Владимир Назлымов
23. Свободные горцы

24. Матриархат
25. Калуга
26. Гамзат - бек, 1832г.
27. Эльбрус с карачаево-балкарского можно перевести как «гора, вокруг которой кружится ветер». Эльбрус находится в Боковом хребте Большого Кавказа в 10 километрах к северу от Главного Кавказского хребта на границах республик Кабардино-Балкарии и Карачаево-Черкесии на юге России.
28. М.Ю.Лермонтов
29. Пушкин-тау.
30. Кара-Караев

(высшую оценку получают учащиеся за развернутый полный ответ)

4.Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1.Рекомендуемый перечень учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря

№ п/п	Наименование	Количество единиц
1.	Палатки туристские	Комплект
2.	Тенты для палаток (нижние)	Комплект
3.	Тенты для палаток (верхние)	Комплект
4.	Тент хозяйственный	1шт.
5.	Колышки для палаток	Комплект
6.	Коврик туристский 180х60х0,8	20шт.
7.	Стойки для палаток	Комплект
8.	Спальник СО3	12шт.
9.	Спальный мешок ЭКСПЕДИЦИЯ	1шт.
10.	Карабин «Большой автомат» с байонетноймуфтой	34шт.
11.	Карабин «Косой автомат» с байонетной муфтой	8шт.
12.	Карабин дюралевый РИНГ трапеция	21шт.
13.	Карабин туристский	Комплект
14.	Компас для ориентирования	Комплект
15.	Секундомер электронный	2шт.
16.	Зажим ручной «Жумар» под левую руку	2шт.
17.	Зажим ручной «Жумар» под правую руку	8 шт.
18.	Спусковое устройство «Восьмерка рогатая» (дюраль)	14шт.
19.	Аптечка медицинская в упаковке	Комплект
20.	Ремонтный набор в упаковке	Комплект
21.	Грудная обвязка «Высота 001»	15шт.
22.	Грудная обвязка «Модифицированная»	2шт.
23.	Веревка «Высота 10» статическая д.10мм	500м
24.	Веревка основная (40м)	2шт.
25.	Веревка основная (30м)	1 шт.
26.	Веревка вспомогательная (60м)	2шт.
27.	Спусковое устройство «Стопор»	1шт.

28.	Страховочно-спусковое устройство «Корзинка»	4шт.
29.	Система страховочная	Комплект
30.	Блок-ролик двойной дюраль с подшипником	4шт.
31.	Репшнуры (длина 2-3м, диаметр 6-8мм)	Комплект
32.	Ролик двойной	2шт.
33.	Поясная беседка «Стандарт»	1шт.
34.	Поясная беседка «Спелео Стандарт» 2	1шт.
35.	Посуда для приготовления пищи(ножи, терка, консервный нож и т.п.)	Комплект
36.	Каны (котлы) туристские	2 комплекта
37.	Горелка газовая квадратная	1шт.
38.	Баллон газовый (резьбовой,230г)	4шт.
39.	Топор в чехле	2шт.
40.	Пила двуручная в чехле	2шт.
41.	Рукавицы костровые (брезентовые)	Комплект
42.	Рулетка 15-20 м	1шт.
43.	Лопата саперная в чехле	1шт.
44.	Компьютер	1шт.
45.	Учебные плакаты «Туристские узлы»	Комплект
46.	Условные знаки спортивных карт	Комплект
47.	Карты спортивные, планы местности, карты своей местности	Комплект
48.	Условные знаки топографических карт	Комплект
49.	Учебный видеоматериал (растительность Дагестана, животный мир, насекомые т.д.)	Комплект
50.	Чертежные принадлежности	Комплект

Групповое снаряжение для участия в соревнованиях:

- топор в чехле - 1шт.
- нож – 1шт.
- палатки, подстилки или спальники на команду – 1 комплект
- тент (не менее 3х2м) - 1шт.
- котелки или варочная посуда – 1комплект
- непромокаемые мешки (не менее 60л.)
- фляги с водой – 2-3 шт.
- спички в непромокаемой упаковке
- хворост для разведения костра и костровое снаряжение
- лист бумаги
- блокнот с ручкой (у капитана)
- часы – 3шт.
- компас – 2шт.
- медицинская аптечка – 1 комплект
- ремонтный набор
- продукты питания на 2 дня
- страховочно-спусковое устройство (восьмерка, гри-гри, десантер и т.д.) -3шт.
- веревка основная (диаметр не менее 10мм) длина 40м – 2шт.

- веревка вспомогательная (диаметр не менее 10мм) длина 60м – 1шт.
- зажим (жумар, шант) -2 – 8шт.
- цифровой фотоаппарат – 1шт.

Личное снаряжение

- рюкзак для туриста - 1 шт.
- спальный мешок - 1шт.
- сапоги резиновые - 1 пара
- фляжка или емкость для питьевой воды - 1-1,5л
- система страховочная (верх+низ) – 1 комплект
- карабины – 3шт.
- репшнуры для блокировки системы диаметром не менее 10мм, длиной 3м -1шт.
- кольцо из репшнура диаметром не менее 8мм – 2шт.
- рукавицы брезентовые – 1 пара
- каска (специальная) с номером – 1шт.
- костюм теплый – 1шт.
- штормовой костюм – 1шт.
- шапка теплая – 1шт.
- ботинки, кроссовки или кеды – 2 пары
- единая форма с названием команды и населенного пункта, из которого она приехала – 1 комплект
- туалетные принадлежности – 1 набор
- накидка от дождя – 4шт.
- фонарь на 10час. Работы – 3шт.
- столовые принадлежности – (тарелка, кружка, ложка, нож складной) – по 1 шт.

Состав ремонтного набора:

- булавки – 10шт.
- иглы швейные (малые и большие) – 5шт.
- изолента – 1 катушка
- набор ниток простых и капроновых
- наждачная бумага – 5дм
- ножницы – 1шт.
- набор заплаток (брезентовых и капроновых)
- плоскогубцы – 1шт.
- проволока медная – 2м
- резинка бельевая – 5м
- тесьма – 2м
- универсальный клей – 1 тюбик
- шило – 1шт.

Комплектность медицинской аптечки:

- бинты стерильные (индивидуальные пакеты) -2шт.
- бинты нестерильные - 2шт.
- вата медицинская - 1упаковка
- лейкопластырь - 1 рулон

- ножницы - 1шт.
- настойка йода - 1флакон
- нашатырный спирт - 1флакон
- обезболивающее средство (анальгин, пенталгин, баралгин и т.п.) – 10 таб.
- сердечное средство (валокордин, кордиамин) - 1 упаковка
- жгут резиновый - 1шт.
- стаканчик пластмассовый - 1шт.
- косынка - 1шт.
- булавки английские - 10шт.
- марганцовокислый калий - 1 упаковка
- аспирин, парацетамол - 10таблеток
- энтеросептол, левомицетин - 10таблеток
- синтомициновая эмульсия - 1 флакон
- сода питьевая - 1 упаковка
- борный спирт - 1 флакон
- бриллиантовая зелень - 1 флакон
- пипетка - 1шт.
- Тонометр - 1шт.

4.2. Методическое обеспечение программы.

Исходя из целей и задач, сформулированных в программе, используются следующие методы и формы работы:

- поисково-исследовательский метод (самостоятельная работа вопитанников с выполнением различных заданий на экскурсиях и в походах, выбор самостоятельной темы с дальнейшим оформлением рефератов, проектов и т.д);

- метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, экскурсиях;

- метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качества усвоения комплексной программы, роста динамики спортивных показателей;

- метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

Основные педагогические идеи и принципы:

- гуманизация образования;
- осуществление целостного подхода к воспитанию;
- соответствие содержания возрастным особенностям учащихся;
- деятельностный подход в обучении;
- формирование социально приемлемых интересов и потребностей учащихся и т. д.

Для реализации комплексной программы могут использоваться разнообразные формы работы: проведение соревнований и матчевых встреч по туризму, ориентированию, топографии, военно-спортивных игр, краеведческо-экскурсионных мероприятий (экскурсии, конференции, краеведческие ралли, слеты, викторины). Проведение походов, начиная от однодневных, и далее - до сложных спортивных маршрутов; организация полевых туристско-оздоровительных лагерей. Рекомендуемая нагрузка при различных формах проведения занятий:

- теоретические занятия в помещении до 2-х часов;
- практические занятия в помещении до 3-х часов;

- практические занятия на местности, экскурсии до 4-х часов;
- тренировки на местности до 6 часов;
- однодневные походы, участие в однодневных соревнованиях до 8 часов;
- многодневные походы до 48 часов.

При списании учебных часов, при проведении тренировок, походов необходимо указывать в журнале тему, которая изучается или осваивается. Например, при проведении однодневного похода из 6-8 походных часов маршевая нагрузка (движение) занимает в первых походах 3-4 часа, организация питания - до 1 часа, отдых и обработка запланированной темы до 3 часов. Время отдыха может быть использовано для различных игр, практических занятий, а также для сообщений краеведческого характера.

Рекомендуется с первого похода поручать участникам группы готовить небольшие краеведческие сообщения. Руководитель может дополнять и углублять эти сообщения.

Для походов, тренировок, длительных экскурсий лучше использовать выходные дни. Двухдневные и более продолжительные "походы желательно планировать на период каникул, получив разрешение на их проведение в администрации образовательного учреждения. Обязательно получить согласие родителей на участие ребенка в походе.

План занятий необходимо строить так, чтобы перед учащимися всегда стояла ближайшая и доступная им цель: экскурсия к интересному объекту, поход, участие в соревнованиях.

При планировании работы педагогу необходимо использовать все виды межпредметных связей: опорные, сопутствующие, перспективные, а также соотноситься со школьными курсами по географии, биологии, истории и т. д.

Для определения результативности работы проводятся зачеты (контрольные срезы) по итогам полугодия, учебного года, после изучения крупных тем, с целью проверки усвоения теоретического и практического курса программы.

В процессе обучения предусматриваются аттестации, теоретические зачеты, зачетные соревнования и многодневные походы в конце года. Осваивая разделы, включенные в программу «Туристско-краеведческая подготовка», во время теоретических и практических занятий, на соревнованиях, в походах, в конце обучения ребенок сможет осознанно выбрать подходящую специализацию и, используя широкий комплекс полученных знаний и навыков, продолжить свое развитие в одном из специализированных объединений.

4.3. Информационное обеспечение программы

Список литературы по разделам программы:

1. Вводное занятие

1.1.Единая Всероссийская спортивная классификация (ЕВСК), комментарии туристско-спортивного Союза России (ТССР).

1.2.Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.

1.3.Энциклопедия туриста. / Под ред. Е. Тамм — М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.

1.4.Туризм в школе. — М.: Физкультура и спорт, 1983.

1.5. Бардин К. – Азбука туризма. – М.,Просвещение,1981.

2. Туристическая техника.

2.1.ЗЛ.Берман. Юный турист. - М.: Физкультура и спорт, 1977.

2.2.Волков Н. Спортивные походы в горах. - М.: Физкультура и спорт,1974.

2.3.Организация и проведение слетов и соревнований по пешеходному туризму: Методические рекомендации. — М.: ЦРИБ «Турист», 1983.

2.4.И. В. Балабанов. Узлы. - М., 2001 г.

2.5.Ю. С. Константинов Туристские слеты и соревнования учащихся. - М., 2003

2.6. Скрягин Л.Н.-Морские узлы – 3-е изд.,доп.- М.,Транспорт,1994.

3. Подготовка и проведение похода, организация бивака, приготовление пищи, туристская группа в походе, обеспечение безопасности

3.1.Евтушенко А.Организация, подготовка и проведение походов выходного дня: Методическая разработка.

3.2.Попчиковский В. Организация и проведение туристских походов. М. Профиздат, 1987.

3.3.Питание в туристском путешествии. — М.: Профиздат, 1987.

3.4.0рганизация и проведение спортивного туристского похода. - М.Турист, 1986.

3.5.Остапец А. На маршруте туристы-следопыты. — М.: Просвещение, 1987.

4. Топография и ориентирование.

4.1.Тыкул В. Спортивное ориентирование. - М.: Просвещение, 1990. **4.2.**Спортивное ориентирование: Правила соревнований, ЕВСК.

4.3.Туризм и спортивное ориентирование: Учебник для институтов и техникумов физической культуры. / Сост. В.И. Ганапольский. — М.: Физкультура и спорт, 1987.

4.4.Меньчуков А. В мире ориентиров. — М.: Недра, 1986.

4.5.Д. Атаев, К. Гаджиев. «Путеводитель по Дагестану» - Махачкала, Дагкнигоиздат, 1969 г.

4.6.Апостовалова Н.А.,Тузовский Е.В. – Пособие по спортивному ориентированию «В мире ориентирования».

4.7. Иванов Е.И.- Начальная подготовка ориентировщика. – М.,Физкультура и спорт,1985.

4.8. Куликов В.М., Константинов Ю.С.- Топография и ориентирование в туристском путешествии.- М.,ЦДЮТур МО РФ,2001.

4.9. Фесенко Т.Е. – Книга молодого ориентировщика- М.,1997.

4.10.Воронов Ю.С., Николин М.В., Малахова Г.Ю. – Методика обучения юных ориентировщиков тактическим действиям и навыкам, Смоленско,1998г.

5. Краеведение.

5.1. Справочник путешественника и краеведа. / Под ред. С. Обручева. Т. 1-2. - М.: Государственное издательство географической литературы, 1950.

5.2.Работа кружка юных туристов в школе: Методические рекомендации. — М.: Турист, 1989.

5.3.Жучкевич В. Общая топонимика. — Минск: Высшая школа, 1968.

5.4.Воронцов А. и др. Охрана природы. - М.: Агропромиздат, 1989. 6.4.Астанин Л., Благосклонов К. Н. Охрана природы. - М.: Колос, 1978.

5.5.Краеведение. / Под ред. А.В. Даринского. - М.: Просвещение, 1987.

5.6. Немец Ф. Ключ к определению минералов и пород. - М.: Недра,1982.

5.7.Юньев И. - Краеведение и туризм. - М.: Знание, 1974.

5.8.Путрик Ю., Свешников В.В. Туризм глазами географа. — М.: Мысль,1986.

5.9.Б. Гаджиев - Тропа дагестанского краеведа. - Мах-ла, Дагучпедгиз, 1994 г.

6. Зеленая аптека.

6.1.Медицинский справочник тренера. — М.: Физкультура и спорт, 1981.

6.2.Гигиена и самоконтроль туриста: Методические рекомендации. - М.: Турист, 1980.

6.3.Шальков Ю. -Здоровье туриста. — М.: Физкультура и спорт, 1987г.

6.4.Стрижев А. -Туристу о природе. — М.: Профиздат, 1986.

6.5.В. М. Буянов - Первая медицинская помощь. - М., Медицина, 1987 г.

6.6. Штюрмер Ю.А. – Профилактика туристского травматизма. Методические рекомендации « Как не стать жертвой несчастного случая».- М.1992г.

7. Туризм и самодеятельная песня.

7.1.Крайман М.И.-У туристского костра. Сборник песен, М.1997.

7.2. Куликов В.М.-Походная туристская игротека.- Сб.2.,М.,1994.

4.4. Исходными документами для составления общеобразовательной общеразвивающей программы «Туристско-краеведческая подготовка» являются:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; гл.10 ст. 75

2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р)

3. Приказ Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

4. Письмо Минобрнауки РФ от 14 декабря 2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»; (ссылка на ст.34, часть 1 п.7 ФЗ № 273)

5. Письмо МОиН РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

6. СанПин 2.4.3172-14: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утверждённый постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 года № 41.

7. Приказ Минтруда и социальной защиты РФ «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» от 08.09.2015 №613н.

8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2019г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

9. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).

10. Письмо Министерства образования России от 9 июня 1994 г. №59-М «Об организации туристско-краеведческой и экскурсионной работы с учащимися»;

11. Приказ Министерства образования РСФСР от 13 июля 1992 г. № 293 «Об утверждении нормативных документов по туристско-краеведческой деятельности».

12. Локальные нормативные акты:

- Устав МБУ ДО «Дворец детского творчества г.Буйнакск»;
- Положение о правилах приема, перевода и отчисления учащихся.

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по УР
Саидова З.А.

Приложение 1 к протоколу №1
заседания МС от 13.09.2024г.

Календарный учебный график
клуба «Туристско-краеведческая подготовка»
(углубленный уровень) 1 год.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
	1. Вводное занятие -2 часа							
1.	**сентябрь понед-ник среда пятница**	18	**15-40 17-15**	Беседа, объяснение с применением ИКТ. Повторение	2	Повторение материала 1-го года обучения. Введение в программу «Туристско-краеведческая подготовка» 1 года обучения. Из истории развития туризма и краеведения.	Учебный кабинет ДДТ	Тестирование, ответы на вопросы Устный опрос
	2. Туристическая техника - 58 часов							
2.	сентябрь	20		Объяснение с практическим закреплением	2	Знакомство с туртехникой. Виды вязок узлов. Техника безопасности	Учебный кабинет	Практические задания
3.	сентябрь	23		Объяснение с практическим закреплением	2	Туртехника. Виды узлов. Вязка узлов: удавка, встречная восьмерка,	Учебный кабинет	Практическое задание
4.	сентябрь	25		Повторение с практическим закреплением	2	Вязка узлов: удавка, встречная восьмерка, Закрепление	Тренировочная площадка ДДТ	Индивидуальная оценка практической деятельности
5.	сентябрь	27		Объяснение с практическим закреплением	2	Вязка узлов: топовый, ткацкий	Учебный кабинет	Практическое задание. Наблюдение
	сентябрь	30		Объяснение с	2	Вязка узлов: топовый, ткацкий.	Тренировоч	Практическое

6.				практическим закреплением		Закрепление. Вязка узлов: «контрольный», «прямой»	ная площадка ДДТ	задание. Наблюдение
7.	октябрь	2		Объяснение с практическим закреплением	2	Вязка узлов: стремя через бревно, штык	Учебный кабинет	Практическое задание. Наблюдение
8.	**октябрь**			Самостоятельная работа.	2	Вязка узлов. Повторение видов узлов 1-го года обучения	Тренировочная площадка ДДТ	Индивидуальная оценка практической деятельности
9.	октябрь	7		Самостоятельная работа.	2	Вязка узлов. Повторение видов узлов 2-го года обучения	Тренировочная площадка ДДТ	Индивидуальная оценка практической деятельности
10.	октябрь	9		Объяснение с практическим закреплением	2	Грудная обвязка и страховочная система	Учебный кабинет	Практическое задание. Наблюдение
11.	октябрь	11		Объяснение с практическим закреплением	2	Подъем и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение.	Тренировочная площадка ДДТ	Практическое задание. Наблюдение
12.	октябрь	14		Практическая работа	2	Страховка и самостраховка. Подъем и спуск по веревке спортивным способом со «схватывающим» узлом	Тренировочная площадка ДДТ	Индивидуальная оценка практической деятельности
13.	октябрь	16		Беседа-объяснение	2	Правила по комплексу туристских соревнований. Особенности технико-тактической подготовки	Учебный кабинет	Устный опрос
14.	октябрь	18		Обобщающее занятие	2	Контрольно-туристский маршрут. Командная и индивидуальная техника	Тренировочная площадка ДДТ	Практическое задание

15.	октябрь	21		Объяснение с практическим закреплением	2	Основные меры предосторожности при движении по осыпям, травянистым склонам. Транспортировка пострадавшего.	Тренировочная площадка ДДТ	Практическое задание
16.	октябрь	23		Беседа-объяснение	2	Основные меры безопасности в условиях плохой видимости, грозы, ветра при выборе мест для бивака	Учебный кабинет	Устный опрос
17.	октябрь	25		Закрепление	2	Действия в аварийной ситуации. Транспортировка пострадавшего	Тренировочная площадка ДДТ	оценка практической деятельности
18.	октябрь	28		Тренировка.	2	Отработка действий в аварийной ситуации	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Практическое задание Индивидуальная оценка практической деятельности
19.	октябрь	30		Беседа-объяснение	2	Значение правильной организации питания. Калорийность пищи. Примерный набор продуктов для похода	Учебный кабинет	Самостоятельное выполнение
20.	ноябрь	8		Беседа	2	Режим питания в походе. Упаковка и транспортировка продуктов. Составление меню и раскладок	Учебный кабинет	Устный опрос
21.	**ноябрь**	11		Самостоятельная работа	2	Приготовление пищи в походных условиях. Водно-солевой режим. Техника безопасности	Учебный кабинет	Творческое задание составление походного меню
22.	ноябрь	13		Повторение	2	Топографические знаки. Виды ориентирования. Работа с картой. Определение расстояния по масштабу	Тренировочная площадка ДДТ	Соревнование, тестирование
23.	ноябрь	15		Объяснение с практическим закреплением	2	Изображение рельефа и его элементов на картах-схемах	Учебный кабинет	Практическое выполнение

24.	ноябрь	18		Самостоятельная работа	2	Чтение карт-схем и работа с ними	Учебный кабинет	Анализ практической работы
25.	ноябрь	20		Самостоятельная работа	2	Рельеф и его элементы. Работа на местности	Городской парк	Анализ практической работы
26.	ноябрь	22		Объяснение с практическим закреплением	2	Компас. Работа с компасом на местности	Тренировочная площадка ДДТ	Самостоятельное выполнение. Анализ
27-28.	ноябрь	25 27		Тренировка	4	Работа с компасом и картами-схемами на местности	Городской парк	Ориентирование местности по компасу
29-30.	Ноябрь **декабрь**	29 2		Соревнование	4	Прохождение трассы ориентирования на время	В черте города	Самостоятельное выполнение. Анализ
	3. Организация бивака – 8 часов							
31	**декабрь**	4		Объяснение с применением ИКТ	**2**	Приспособления для приготовления пищи. Примерный набор продуктов для похода. Калорийность пищи. Упаковка и транспортировка продуктов	кабинет	Творческое задание составление походного меню
32-34.		6 9 11		**Экскурсия** Маршевая нагрузка-2ч. Организация питания – 1ч. различные игры, практические занятия, сообщения по краеведению-1ч.	**6**	Режим питания в походе. Составление меню и раскладок Приготовление пищи в походных условиях. Водно-солевой режим	В черте города «Кавалер-батарея»	Краткие сообщения по наблюдениям
	4. Топография и ориентирование -18 часов							
35		13		Объяснение с применением ИКТ	**2**	Масштаб карты (линейный, числовой). Умение определять расстояние на карте	кабинет	Практическое задание

36		16		Объяснение с практическим закреплением	**2**	Работа с картой. Определение расстояния по масштабу	кабинет	Практическое выполнение
37		18		Объяснение с практическим закреплением	**2**	Топографические условные знаки	кабинет	Практическое задание
38		20		Самостоятельная работа	**2**	Закрепление топографических знаков	кабинет	Самостоятельное выполнение
39		23		Объяснение с практическим закреплением	**2**	Компас и его устройство. Азимут	Кабинет, тренировочная площадка	Практическое задание
40-43		25 27 30 31		Самостоятельная работа	**8**	Ориентирование местности по компасу	Тренировочная площадка ДДТ	Самостоятельное выполнение
	5. Краеведение - 16 часов							
44-45	**январь**	10 13		экскурсия Маршевая нагрузка-2ч, сообщения об исторических местах города2ч.	**4**	Охрана природы. Географические особенности города и его окрестностей	В черте города «Историко-краеведческий музей»	Практическое задание
46		15		Объяснение с применением ИКТ	**2**	Краеведческая работа в походе. Как организовать краеведческие наблюдения. Сбор и оформление краеведческого Оборудование для краеведческой работы. Полевой дневник туриста-краеведа	кабинет	Беседа, практическое задание
47-48		17 20		Экскурсия Маршевая нагрузка-2ч, изучение исторического материала-2ч.	**4**	Сбор краеведческого материала	Достопримечательности города	практическое задание
49-		22		Самостоятельная	**6**	Оформление краеведческого	кабинет	Полевой дневник

51		24 27		работа		материала		туриста-краеведа
	6. Из истории развития туризма и краеведения -2 часа							
52		29		Беседа, объяснение с применением ИКТ	**2**	Сведения о первых путешествиях. Развитие туристско-экскурсионного дела в Буйнакске, Буйнакском районе. Создание первых туристских клубов. Роль Б.И.Гаджиева в создании туризма и краеведения в г.Буйнакске	кабинет	викторина
	7. Доврачебная медицинская помощь – 12 часов							
53.		31		Беседа, объяснение с применением ИКТ	**2**	Нормы нагрузок в путешествии. Врачебный контроль. Самоконтроль в походе. Нормы и правила личной гигиены	Учебный кабинет	Устный опрос
54.	февраль	3		Объяснение с практическим закреплением	**2**	Признаки заболеваний и травм. Первая доврачебная помощь в походе. Примерный состав медицинской аптечки	Учебный кабинет	Тестирование, устный опрос
55		**5**		Самостоятельная работа	**2**	Оказание первой помощи при различных травмах и транспортировка пострадавшего	Тренировочная площадка ДДТ	Ситуационные задания, зачет
56		7		Беседа, объяснение с применением ИКТ	**2**	Самоконтроль. Приемы самоконтроля. Подгонка обуви. Предотвращение потертостей, мозолей.	кабинет	Устный опрос
57		10		Объяснение с практическим закреплением	**2**	Первая помощь при повреждениях кожи. Первая помощь при растяжениях мышц, вывихе сустава, переломах	кабинет	Практическое задание
58		12		Объяснение с практическим	**2**	Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах	кабинет	Практическое задание

				закреплением		растениями. Самостоятельная работа. Оказание первой помощи		
	8. Зеленая аптека – 8 часов							
59		14		Беседа, объяснение с применением ИКТ	**2**	Лекарственные и опасные растения республики Дагестан.	Учебный кабинет	викторина
60 61.		17 19	.	**Экскурсия** Маршевая нагрузка-2ч, сбор растений -1ч	**4**	Использование и применение полезных и съедобных растений. Сбор растений	Близлежащие окрестности города, село	Практическое задание
62.		24		Самостоятельная работа	**2**	Распознание и применение 12-15 растений	Учебный кабинет	Викторина, тестирование
	9. Туристская группа в походе – 6 часов							
63		26		Беседа, объяснение с применением ИКТ	**2**	Обеспечение безопасности, опасности в однодневном походе (при движении, пересечении дорог, связанные с растениями, ядовитыми насекомыми, пресмыкающимися, связанные с рельефом и плохой погодой)	кабинет, тренировочная площадка на территории ДДТ	Устный опрос по карточкам
64-65	февраль **март**	28 3		ПВД	**4**	Правила разведения костра. Обеспечение правил безопасности. Состав минимальной аптечки для однодневного ПВД. Умение накладывать простейшую повязку на ногу, руку. Транспортировка пострадавшего	тренировочная площадка на территории ДДТ	Практическое задание
	10. ПВД (походы выходного дня) – 84 часа							

66.		5		ПВД. Повторение и закрепление изученного материала	**2**	Организация и подготовка. ПВД (3х8ч.). Подготовка к многодневным походам. Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий). Организация питания в походе (знать нормы закладки продуктов на одного человека).	тренировочная площадка на территории ДДТ	Практические задания
67-72		7,10 12,14 17,19		**Поход.** Маршевая нагрузка-3ч. Организация питания – 1ч.различные игры, конкурсы, сообщения по краеведению-4ч.	**12**	Проведение однодневных походов ПВД.	«Беловецкая горка»	зачет
73-78	март **апрель**	21,24 26,28 31 2		**Экскурсия.** Маршевая нагрузка-1ч.,изучение исторического материала-3ч	**12**	Сбор исторического материала	«Музей боевой славы»	Викторина
79-82.		4, 7 9,11		Самостоятельная работа	**8**	Систематизация исторического материала.	кабинет	Викторина
83		14		Подготовка ПВД	**2**	Подготовка, организация однодневных походов ПВД. Организация питания в походе (знать нормы закладки продуктов на одного человека). Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий)	ДДТ	Проверка снаряжения

84-88.		16, 18 21,23 25		**Поход.** Маршевая нагрузка-3ч. Организация питания – 1ч.различные игры, конкурсы, сообщения по краеведению-4ч.	**10**	Проведение однодневных походов ПВД.	«Шамилевские ворота»	Зачет
89-92	апрель **май**	28, 30,2,5,		Товарищеские встречи	**8**	Подготовка к многодневным походам с элементами туртехники: контрольная вязка узлов, прохождение препятствий	тренировочная площадка ДДТ	Соревнования
93		7		Беседа, объяснение с применением ИКТ	**2**	Подведение итогов похода, сдача снаряжения	Кабинет ДДТ	Беседа, обобщение
94-96		12,14 16		Подготовка ПВД	**6**	Подготовка, организация однодневных походов ПВД. Организация питания в походе (знать нормы закладки продуктов на одного человека). Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий)	ДДТ	Проверка снаряжения
97-103	**июнь**	19,21 23,26, 28,30, 2		**Поход.** Маршевая нагрузка-4ч. Организация питания – 1ч.различные игры, конкурсы, сбор гербария,сообщения по краеведению-3ч	**14**	Проведение однодневных походов ПВД.	«Сулакский каньон»	зачет

104 107		4,6,9,11		Самостоятельная работа	**8**	Оформление гербария	кабинет	Оценка работ учащихся
108.		13		Обобщающее занятие	**2**	Подведение итогов года	Кабинет ДДТ	Проведение срезов ЗУН
				ИТОГО:	**216 ч.**			

Календарный учебный график – составляется в соответствии с расписанием занятий, утвержденным на учебный год для каждой учебной группы.

Праздничные выходные в 2024 году : 15 сентября; 4-6 ноября.

в 2025 году: 1-8 января; 23-24 февраля; 8,9 марта; 1 мая; 9 мая; 12 июня.

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по УР
Саидова З.А.

Приложение 1 к протоколу №1
заседания МС от 13.09.2024г.

Календарный учебный график
клуба «Туристско-краеведческая подготовка»
(углубленный уровень) 3 гр.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
	1.Вводное занятие -4 часа							
1.	**Сентябрь вторник четверг воскресенье**	14	**14.00-14.45 14.50-15.35 15.40-16.25 16.30-17.15**	Беседа. Повторение	4	Повторение курса 2-го года обучения: основные понятия. Введение в программу 3-го года обучения. Из истории развития туризма и альпинизма. Развитие туристско-экскурсионного дела на Северном Кавказе и в России. Создание первых туристических клубов	Учебный кабинет ДДТ	Тестирование, ответы на вопросы Устный опрос
	II. Туристическая техника – 56часов							
2.	сентябрь	17		Практика-повторение	4	Вязка узлов. Повторение видов узлов 1-го года обучения	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Индивидуальная оценка практической деятельности
3.	сентябрь	19		Практика-повторение	4	Вязка узлов. Повторение видов узлов 2-го года обучения	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Индивидуальная оценка практической деятельности
4.	сентябрь	21	**14.00-14.45 14.50-15.35 15.40-16.25**	Объяснение с практическим закреплением	4	Вязка узлов. Узлы и их назначение. Грудная обвязка и страховочная система. Подъем и спуск спортивным способом. Приемы	Учебный кабинет Тренировочная	Практические задания

			16.30-17.15			обращения с веревкой.	площадка ДДТ	
5.	сентябрь	24		Объяснение с практическим закреплением	4	Туртехника. Виды узлов. Вязка узлов: удавка, встречная восьмерка, топовый, ткацкий	Учебный кабинет	Практическое задание
6.	сентябрь	26		Повторение - практика	4	Вязка узлов: удавка, встречная восьмерка,	Учебный кабинет	Практическое задание
7.	сентябрь	28		Закрепление - практика	4	Вязка узлов: удавка, встречная восьмерка, топовый, ткацкий	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Индивидуальная оценка практической деятельности
8.	**октябрь**	1		Объяснение с практическим закреплением	4	Вязка узлов: прямой, брамшкотовый, булинь, стремя, восьмерка, встречный	Учебный кабинет	Практическое задание. Наблюдение
9.	октябрь	3		Практика	4	Продолжение вязки узлов разными способами: двумя и одной рукой	Учебный кабинет	Практическое задание. Наблюдение
10.	октябрь	5		Самостоятельная работа	4	Продолжение вязки узлов разными способами: двумя и одной рукой	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Индивидуальная оценка практической деятельности. Зачет.
11.	октябрь	8		Объяснение с практическим закреплением	4	Различные виды переправ и их наведение. Способы и приемы страховки и самостраховки.	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Практическое задание. Наблюдение
12.	октябрь	10	**14.00-14.45 14.50-15.35 15.40-16.25 16.30-17.15**	Повторение - практика	4	Подъем по веревке спортивным способом со»схватывающим» узлом. Спуск спортивным способом.	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Практическое задание. Наблюдение
13.	октябрь	12		Самостоятельная работа.	4	Различные виды переправ и их наведение. Способы и приемы страховки и самостраховки. Спуск спортивным способом	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Индивидуальная оценка практической деятельности. Зачет.

14.	октябрь	15		Объяснение с практическим закреплением	4	Правила по комплексу туристических соревнований. Особенности технико-тактической подготовки к различным видам туристских соревнований	Учебный кабинет. Тренировочная площадка на территории ДДТ	Тестирование, устный опрос
15.	октябрь	17		Обобщающее занятие	4	Контрольно-туристский маршрут, командная и индивидуальная техника	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Тестирование, практическое задание. Зачет.
	III.Обеспечение безопасности при передвижении по различным формам рельефа – 16 часов							
16.	октябрь	19		Объяснение с практическим закреплением	4	Основные меры предосторожности при движении по осыпям, травянистым склонам. Транспортировка пострадавшего.	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Ситуационные задания
17.	октябрь	22	**14.00-14.45 14.50-15.35 15.40-16.25 16.30-17.15**	Повторение - практика	4	Основные меры безопасности в условиях плохой видимости, грозы, ветра при выборе мест для бивака. Установка бивака	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Устный опрос, оценка практической деятельности
18.	октябрь	24		Тренировка.	4	Действия в аварийной ситуации. Транспортировка пострадавшего	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Индивидуальная оценка практической деятельности
19.	**октябрь**	26		Закрепление	4	Отработка действий в аварийной ситуации. Транспортировка пострадавшего	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Ситуационные задания. Индивидуальная оценка практической деятельности
	IY.Элементы спасательных работ. Выживание в условиях природной среды. ПСР. – 96ч.							

20.	октябрь	29		Повторение, практика	4	ноябрь	15	Устный опрос. Ситуационные задания
21.	**ноябрь**	7		Объяснение с использование м ИКТ	4	Сигналы бедствия при аварийных ситуациях и знаки международного кода	Учебный кабинет	Устный опрос
22.	ноябрь	9		Объяснение с использование м ИКТ. Практика.	4	Проведение поисково-спасательных и аварийно-спасательных работ в природной среде.	Учебный кабинет	Ситуационные задания
23-24.	ноябрь	12, 14		Практика	8	Преодоление различных природных препятствий с использованием подручных средств и специального снаряжения	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Наблюдение, анализ деятельности
25-29.	Ноябрь	16,19, 21,23, 26		Тренировка	20	Подготовка к участию в соревнованиях по ПСР	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Зачет
30-43.	**декабрь** январь	3,5 7, 10,12, 14,17, 19,21, 24,25, 28,31 9		Соревнования (7х18ч.)	56	Участие в республиканских соревнованиях по ПСР	В соответствии с приказом и положением г.Буйнакск, г.Махачкала МАН РД РЦ ДЮТиК и МиНтуризма	Соревнование
	Y. Топография и ориентирование – 28часов							
44.	**январь**	11		Повторение	4	Топографические знаки. Виды ориентирования. Работа с картой. Изображение рельефа и его элементов на картах-схемах Определение расстояния по масштабу	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Соревнование, тестирование

45.	январь	14		Тренировка.	4	Топографическая маршрутная съемка местности, работа на полигоне	Беловецкая горка	Практическое выполнение. Анализ практической работы
46.	январь	16		Самостоятельная работа	4	Чтение карт-схем и работа с ними	Учебный кабинет	Анализ практической работы
47.	январь	18	**14.00-14.45 14.50-15.35 15.40-16.25 16.30-17.15**	Самостоятельная работа	4	Рельеф и его элементы. Работа на местности	Городской парк	Анализ практической работы
48-49.		21,23		Тренировка	8	Работа с компасом и картами-схемами на местности	Тренировочная площадка на территории ДДТ, городской парк	Самостоятельное выполнение. Анализ
50.	**январь**	25		Самостоятельная работа	4	Прохождение трассы ориентирования на время	В черте города	Ориентирование местности по компасу
51.	январь	28	**14.00-14.45 14.50-15.35 15.40-16.25 16.30-17.15**	Виртуальное путешествие	4	Проблемы охраны природного единства в зонах отдыха и туризма Северного Кавказа	Учебный кабинет	Беседа, устный опрос
52.	январь	30		Самостоятельная работа	4	Республика Дагестан. Географическое положение, рельеф, климат. Практические работы с картами региона. Составление паспорта объекта	Учебный кабинет	Тестирование, викторина, кроссворд . Паспорт объекта. Анализ практической работы.
53.	**Февраль**	1		Виртуальное путешествие	4	Проблемы охраны природного единства в зонах отдыха и туризма	Учебный кабинет	Беседа. Устный опрос

54.	февраль	4		Семинар	4	Участие в краеведческих конференциях (подготовка докладов, рефератов)	В соответствии с приказом и положением г.Буйнакск, г.Махачкала МАН РД РЦ ДЮТиК и МиНтуризма	Подготовка докладов, рефератов
	YII.Доврачебная медицинская помощь -8часов							
55.	февраль	6		Повторение	4	Нормы нагрузок и самоконтроль в походе. Нормы и правила личной гигиены. Признаки заболеваний и травм. Первая доврачебная помощь в походе. Примерный состав медицинской аптечки	Учебный кабинет	Устный опрос, тестирование, ситуационные задания
56.	февраль	8		Самостоятельная работа	4	Оказание первой помощи при различных травмах и транспортировка пострадавшего	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Ситуационные задания, зачет
	YIII. Зеленая аптека – 8 часов							
57.	февраль	11		**Экскурсия** Маршевая нагрузка-2ч, сбор растений - 1ч, обед-1ч.	4	Использование и применение полезных и съедобных растений. Сбор растений	Близлежащие окрестности города, село	Практическое задание
58.	февраль	13		Самостоятельная работа	4	Составление гербария лекарственных растений. Распознание и применение 20-25 растений	Учебный кабинет	Практическое задание. Викторина, тестирование
	IX. Основы фотодела – 8 часов							

59.		15	**14.00-14.45 14.50-15.35 15.40-16.25 16.30-17.15**	Практика	4	Съемка различных ландшафтов и жанровых снимков	Съемка на природе	Наблюдение, устный опрос
60.	**февраль**	18		Самостоятельная работа	4	Подготовка конкурсного материала	Городской конкурс	Конкурс фотографий
	X. Самодеятельная песня – 8 часов							
61.	февраль	20		Практика – разучивание песен	4	Разучивание и исполнение туристических песен	Учебный кабинет	Оценка исполнения
62.	февраль	22		Конкурс	4	Исполнение туристских песен	Городской конкурс	Конкурс туристской песни
	XI. ПВД (походы выходного дня) – 116часов							
63.	февраль	25	**14.00-14.45 14.50-15.35 15.40-16.25 16.30-17.15**	Подготовка ПВД. Повторение и закрепление изученного материала	4	Организация и подготовка. ПВД . Подготовка к многодневным походам. Заявочная и маршрутная книжки. Порядок их заполнения. Отметки на маршруте. Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий). Организация питания в походе (знать нормы закладки продуктов на одного человека).	тренировочная площадка на территории ДДТ	Практические задания Проверка снаряжения
64-65	февраль	27, 29		Походы выходного дня Маршевая нагрузка-6ч. Организация питания – 1ч.	8	Выполнение походов выходного дня	Сулакское водохранилище сел. Ахатлы.	Краеведческие сообщения. Зачет.

				Туристские навыки, сообщения по краеведению-1ч.				
66.	**Март**	3		Подведение итогов похода, анализ.	4	Сдача снаряжения. Систематизация исторического материала.	ДДТ	Подготовить краткое краеведческое сообщение
67-68.	март	5,7		Походы выходного дня Маршевая нагрузка-6ч. Организация питания – 1ч. Туристские навыки, сообщения по краеведению-1ч.	8	Выполнение походов выходного дня	Ущелье Маркова	Краеведческие сообщения. Зачет.
69.	март	10		Подведение итогов похода, анализ.	4	Сдача снаряжения. Систематизация исторического материала.	ДДТ	Подготовить краткое краеведческое сообщение
70-71.	март	12, 14		Походы выходного дня. Маршевая нагрузка-6ч. Организация питания – 1ч. Туристские навыки, сообщения по	8	Выполнение походов выходного дня	Гергебиль, гидроэлектростанция	Краеведческие сообщения. Зачет.

				краеведению-1ч.				
72.		17	**14.00-14.45 14.50-15.35 15.40-16.25 16.30-17.15**	Подведение итогов похода, анализ.	4	Сдача снаряжения. Систематизация исторического материала.	ДДТ	Подготовить краткое краеведческое сообщение
73.	**март**	19		ПВД. Выполнение обязательных походов третьего года обучения по РД.	4	Организация и подготовка. ПВД (3х12ч.). Подготовка к многодневным походам. Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий). Организация питания в походе (знать нормы закладки продуктов на одного человека). Заявочная и маршрутная книжки. Порядок их заполнения. Отметки на маршруте		
74-75.	март	21,24		ПВД	8	Проведение ПВД	г.Дербент, крепость Нарын-Кала	краткое краеведческое сообщение. Анализ
76.	**апрель**	2		Подведение итогов походов, анализ.	4	Сдача снаряжения. Систематизация исторического материала.	ДДТ	Подготовить краткое краеведческое сообщение. Анализ
77-78.	апрель	5,7	**14.00-14.45 14.50-15.35 15.40-16.25 16.30-17.15**	ПВД	8	Проведение ПВД	Хучнинский водопад	Полевой дневник туриста-краеведа.
79.	**апрель**	10		Подведение итогов походов, анализ.	4	Сдача снаряжения. Систематизация исторического материала.	ДДТ	Подготовить краткое краеведческое сообщение. Анализ
80-81.	апрель	12, 14		ПВД	8	Проведение ПВД	сел. Хунзах	Полевой дневник туриста-краеведа.

82.	апрель	17		Подведение итогов походов, анализ.	4	Сдача снаряжения. Систематизация исторического материала.	ДДТ	краеведческое сообщение. Анализ
83-91.	апрель май	19, 21 24,26, 26,28,31 2,5,		Соревнования по Минобр (согласовано с МЧС)	36	КТМ-контрольно-туристский маршрут (3х12ч.)	По положению	Соревнования. Зачет
	XII. Проведение трехдневного зачетного похода-64часа							
92-94.	май	7, 12, 14,		Товарищеские встречи	12	Подготовка к многодневным походам с элементами туртехники: контрольная вязка узлов, прохождение препятствий	тренировочная площадка на территории ДДТ	Соревнования
95.		16		Городские соревнования	4	Подготовка к многодневным походам - Прохождение по азимуту	Городской парк	Проверка снаряжения
96-107.	Май июнь	19, 21,23 26,28 30, 2,4,6, 9,11, 13		Поход(3х16ч.) Маршевая нагрузка-24ч.	48	Проведение трехдневного зачетного похода Викторина, соревнования, фото-конкурс, краеведческие сообщения. Организация питания – 6ч. Сон-16ч. сообщения по краеведению-2ч	Верхний Каранай – Пик Ю.А.Гагарина	Зачет. Полевой дневник туриста-краеведа.
	XIII. Подведение итогов года -4 часа							
108.	июнь	16	**14.00-14.45 14.50-15.35 15.40-16.25 16.30-17.15**	Обобщающее занятие	4	Подведение итогов похода, сдача снаряжения. Подведение итогов года	Кабинет ДДТ	Анализ деятельности за учебный год
				ИТОГО:	**432ч.**			

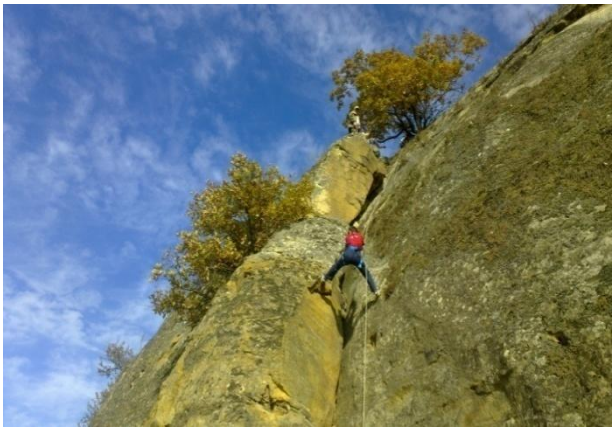
Календарный учебный график – составляется в соответствии с расписанием занятий, утвержденным на учебный год для каждой учебной группы.

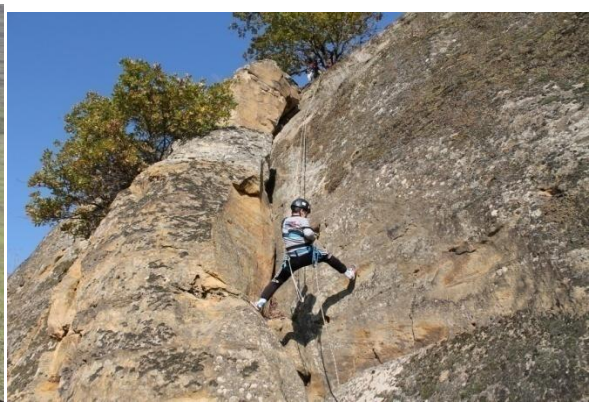
Праздничные выходные в 2024 году : 15 сентября; 4-6 ноября.

в 2025 году: 1-8 января; 23-24 февраля; 8,9 марта; 1 мая; 9 мая; 12 июня.

Приложение

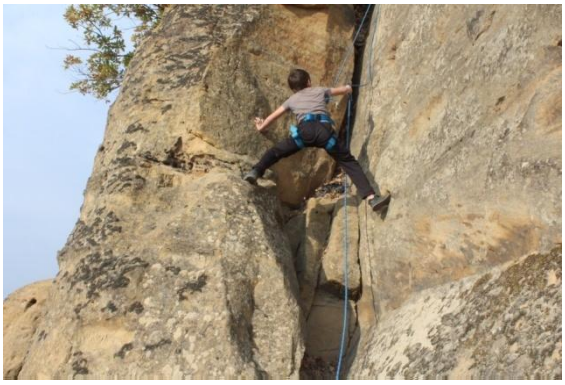
Реализация программы





МЯЧ

ИХ СОРЕВНОВАНИИ
ЕЗОПАСНОСТИ»
РЕГИОНАЛЬНОГО ПОЛЕВ
«ЮНЫЙ СПАСАТ



VENTO