

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования «Центр детского творчества»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 57b2ca29ad01fd02c10ab74eb8d6f7dc
Сертификат: Баженова Елена Викторовна
Действителен: с 01.08.2024г. по 25.10.2024г.

Приложение к ДОП
«Пешеходный туризм»,
приказ МАОУ ДО ЦДТ
от 09.01.2024 № 002
УТВЕРЖДЕНА
приказом МАОУ ДО ЦДТ
от 09.10.2024 № 278

Рабочая программа
«Пешеходный туризм»
на 2024-2025 учебный год

Автор программы:
Климов М.А., педагог
дополнительного образования
МАОУ ДО ЦДТ

Пояснительная записка

Образовательные технологии: игровая, рефлексия, диагностическая.

Учебно-материальное обеспечение:

а) материально-техническое: учебный кабинет, комплект учебной мебели, учебная настенная доска, раздевалка, медицинская аптечка, маты, скакалки из веревки, помещение для хранения туристического инвентаря, туристическое снаряжение и оборудование: котлы, палатки и коврики туристические, тенты размером 4х6 и 3х2, складное ведро на 10 л, рукавицы, каски, спусковые устройства восьмерка, кошки ВЦСПС, ледорубы, скальные крючья: вертикальные, горизонтальные, система страховочная petzi, карабины «bventa» и «Манарагу-У», веревка диаметром 10, 8, 6 мм, жумар, блок-ролики, лопата, пила, рюкзаки, компасы, страховочная обвязка верхняя.

б) учебно-методическое: - информационно-коммуникационные технологии: компьютерные программы PowerPoint, Microsoft Word, цифровые методические материалы. учебно-методическая литература:

1. Бабушкин Г.Д., Яковлев Б.П. Психолого-педагогические особенности подготовки спортсменов к соревновательной деятельности. – М.: Лань, 2021. – 348 с.
2. Багдасарян В.Э., Орлов И.Б., Попов А.Д. История туризма. Учебное пособие. – М.: ИНФРА-М, 2019. – 190 с.
3. Баранцев С.А. Возрастная биомеханика основных видов движений школьников. – М.: Советский спорт, 2020. – 304 с.
4. Бгатов А.П. Безопасность в туризме. Учебное пособие. – М.: Форум, 2019. – 175 с.
5. Виленский М.Я., Торочкова Т.Ю., Туревский И.М. Физическая культура. 5-7 класс. – М.: Просвещение, 2022. – 255 с.
6. Горшков А.Г., Волобуев А.Л., Еремин М.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту. Учебник. – М.: Кнорус, 2021. – 318 с.
7. Иванов А.А. История российского туризма (IX-XX вв.). Учебное пособие. – М.: Форум, 2020. – 320 с.
8. Киселев П.А., Киселева С.Б. Картотека подвижных игр и игровых заданий учителя физической культуры. От игры к спорту. ФГОС. – Волгоград: Учитель, 2020. – 279 с.
9. Кожевникова Н.В., Белгородцева Э.И. Педагогическая и спортивная этика. - М.: Лань, 2021. – 224 с.
10. Корольков А.Н. Межпредметные аспекты школьного физического воспитания. Учебное пособие для СПО. – М.: Лань, 2022. – 160 с.
11. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Учебник. ФГОС. - М.: Кнорус, 2019. – 256 с.
12. Филоненко Н.В., Кулькова И.В. Физическая культура. Современные тенденции и традиции. Учебно-методическое пособие. – М.: Советский спорт, 2021. – 272 с.
13. <http://www.norma-pb.ru/biblioteka/> (05.09.24)
14. <http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual> (05.09.24)
15. http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie_CHS/item/7263173/ (05.09.24)
16. <http://mid-us.ru/> (05.09.24)

Объем образовательного процесса

Год обучения	Название объединения	Количество часов		Количество занятий в неделю	Длительность занятия	Количество учащихся в объединении
		Учебный год	Неделя			
1	1АО	64	2	1	2ч (2*45 мин, перерыв 10 мин)	15-20

Календарный учебный план

Год обучения	Название объединения	Количество учебных недель в учебном году	Учебный период		Продолжительность каникул	
			Дата начала	Дата окончания	Дата начала	Дата окончания
1	1АО	33	01.10.2024 09.01.2025	29.12.2024 28.05.2024	30.12.2024	08.01.2025

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Всего часов	В том числе		Объединение	Примерная дата проведения	Фактическая дата проведения	Деятельность учащихся
			Теория	Практика				
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	2	2	-	1АО	02.10		Организационные вопросы. Режим занятий. Виды туризма. Знакомство с оборудованием и кабинетом
1. Родной край								
2.	История родного края	2	2	-	1АО	09.10		Обсуждение истории края, памятные исторические места
3.	Краеведческая работа в походе	2	-	2	1АО	16.10		Подготовка докладов, сообщений о достопримечательных местах края
2. Организация и подготовка похода								
4.	Культура поведения туриста	2	2	-	1АО	23.10		Правила организации и проведения туристских путешествий
5.	Определение цели похода	2	-	2	1АО	30.10		Разработка плана-графика похода
6.	Распределение обязанностей в походе	2	2	-	1АО	06.11		Обсуждение ролей и обязанностей в походе
7.	Снаряжение в походе	2	-	2	1АО	13.11		Подбор и подготовка личного снаряжения и группового снаряжения. Разбор аптечки. Укладка рюкзака.
8.	Личные качества и навыки туриста	2	-	2	1АО	20.11		Определение необходимых качеств необходимых в походе. Навыки, которым

								должен обладать участник похода
9.	Питание в походе	2	2	-	1АО	27.11		Расчет питания, подбор и заготовка продуктов.
10.	Гигиена в походе	2	-	2	1АО	04.12		Составление правил гигиены в походе
3. Поход								
11.	Меры безопасности	2	-	2	1АО	11.12		Изучение мер безопасности
12.	План подготовки к путешествию	2	-	2	1АО	18.12		Плана-графика похода. Составление чек-листа
13.	Промежуточная аттестация	2	-	2	1АО	25.12		Поход
14.	Движение в походе	2	-	2	1АО	15.01		Правила и режим пешего движения, Движение цепочкой
15.	Туристский быт	2	-	2	1АО	22.01		Планировка лагеря. Развертывание и свертывание бивака
16.	Требования к месту привала	2	-	2	1АО	29.01		Выбор стоянки для бивака согласно требованиям к месту привала
17.	Палатка и тент	2	-	2	1АО	05.02		Тренировка установки палатки и создания укрытия из тента
18.	Противопожарные меры	2	-	2	1АО	12.02		Создание костровища с учетом правил противопожарной безопасности
19.	Костры	2	-	2	1АО	19.02		Разведение разных типов костров с соблюдением противопожарных мер. Соревнование на разведение костров
20.	Питание в походе	2	-	2	1АО	26.02		Планирование меню и продуктовой корзины на трехдневный поход
21.	Фильтр для воды	2	-	2	1АО	05.03		Выбор источника воды для питья. Создание походного фильтра для воды
22.	Походный дневник	2	-	2	1АО	12.03		Ведение дневниковых записей. Составление описания маршрута и интересных объектов. Фотографирование на заданную тему. Сбор экспонатов
23.	Проверка знаний и	2	-	2	1АО	19.03		Анкета для разбора

	умений							похода. Анализ пройденного маршрута. Предоставление походного дневника
24.	Проверка знаний и умений	2	-	2	1АО	26.03		
4. Ориентирование								
25.	Способы ориентирования в пространстве без карты и компаса	2	2	-	1АО	02.04		Составление перечня способов ориентирования в пространстве.
26.	Компас и азимут	2	-	2	1АО	09.04		Знакомство с компасом. Определение азимута и движение по нему
27.	Карты местности	2	-	2	1АО	16.04		Определение азимута как угла на карте. Сличение карты с местностью
5. Топографическая подготовка								
28.	Карта географическая и топографическая	2	2	-	1АО	23.04		Изучение составляющих карт. Сравнение Географической и топографической карты
29.	Топографические знаки	2	-	2	1АО	30.04		Зарисовка топографических знаков
30.	Пользование картой (схемой) в походе	2	-	2	1АО	07.05		Порядок работы с картой (схемой). Чтение, Сличение с местностью, изготовление карты
6. Физическая подготовка								
31.	Физическая подготовка для туриста	2	-	2	1АО	14.05		Изучение Специальных упражнения для соответствующего вида туризма.
32.	Аттестация по итогам ДОП. Итоговое занятие	2	-	2	1АО	21.05		Анкетирование. Подведение итогов, поход
Всего часов за год		64	14	50	1АО			