

Управление образования Администрации муниципального образования  
«Муниципального округа Кезский район Удмуртской Республики»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Кезская средняя общеобразовательная школа №1»

РАССМОТРЕНО  
на заседании Методического совета  
Протокол № 10 от 29.04.2022



УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 88 от 31.05.2022  
Директор МБОУ «Кезской СОШ №1»  
*[Signature]* С.Н.Жигалова

ПРИНЯТО  
на заседании Методического совета  
Протокол №10 от 29.04.2022

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности

**«Мы - туристы»**

для детей 10 - 12 лет

срок реализации – 1 год

Составитель:  
Спешилова Ирина Алексеевна,  
педагог дополнительного образования

## Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

### 1.1 Пояснительная записка

Нормативные документы, регламентирующие организацию образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
4. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 22 сентября 2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»»;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утвержденная Постановлением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р);
7. Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года №699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике»
8. Распоряжение Правительства УР от 01.08.2022 г. № 842-р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей по реализации Концепции развития дополнительного образования детей в УР до 2030 года»
9. Устава учреждения ««Кезская средняя общеобразовательная школа №1», Локального акта учреждения «Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе».

**Направленность программы:** туристско-краеведческая.

**Уровень программы:** программа одноуровневая, стартовой(ознокоммительной).

**Актуальность программы:** Спорт и туризм относятся к тем видам деятельности, воспитательный потенциал которых практически неисчерпаем. Почти все проблемы, связанные с воспитанием, можно решать средствами спорта и туризма. Воспитывающее влияние инструктора по туризму на ребенка потенциально значительно сильнее, чем влияние, например, школьного учителя. Большой воспитательный потенциал спорта и туризма во многом связан со свободным выбором ребенком этих видов деятельности и, соответственно, более высокой его мотивацией; с преобладанием в них привлекательных для ребенка подвижных занятий, с межвозрастным характером общения детей в туристских группах и т.п.

В основу содержания данной программы легла программа Константинов, Ю. С. Туризм и краеведение : образовательные программы для системы дополнительного образования детей / Под ред. Ю. С. Константинова, А. Г. Маслова. - Москва : Советский спорт, 2005. - 324 с, которая предполагает формирование у детей физической подготовки, навыков и умений безопасного нахождения в природной среде во время походов. Данная программа подразумевает теоретическую и практическую подготовку. Социальный заказ – требование современного общества, после опроса прошлого года, запрос родителей и детей.

**Отличительные особенности программы:** основу содержания данной программы легла программа Константинов, Ю. С. Туризм и краеведение : образовательные программы для системы дополнительного образования детей / Под ред. Ю. С. Константинова, А. Г. Маслова. - Москва : Советский спорт, 2005. - 324 с, которая предполагает формирование у детей физической подго-

товки, навыков и умений безопасного нахождения в природной среде во время походов. Обычно программы дополнительного образования рассчитаны на большее количество занятий. Данная программа составлена с учетом того, что дети занимаются в спортивных секциях, поэтому имеют достаточную общую физическую подготовку.

**Новизна:** программа сочетает в себе различные методы и приемы работы - теоретические, практические и творческие, применяется метод взаимопроверки в качестве контроля. Были введены корректировки в программу: программа рассчитана на детей, не имеющих опыта в туристско-краеведческой деятельности.

**Педагогическая целесообразность:** Подготовка обучающихся к соревнованиям по туризму, к участию в походах требует овладения как теоретическим, так и практическим материалом. Поскольку обучающиеся имеют базовые знания, упор делается на формирование практических умений. Достижение результатов невозможно без тесного сотрудничества группы, поэтому применяются деление детей на микро-группы и взаимопроверка во время контроля освоения материала.

Туризм и краеведение в системе образования являются традиционным и эффективным средством обучения и воспитания детей и молодёжи. Туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность за общее дело; учит бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, сил, имущества; формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности учащихся.

**Адресат программы:** Предлагаемая программа подготовки юных туристов рассчитана для учащихся 10-12 лет, посещающих спортивные секции и детей, не имеющих ограничений по состоянию здоровья. Принцип набора на курс – свободный. Группы формируются с учётом интересов и потребностей детей, что выявляется в ходе предварительного собеседования.

Допускается возможность комплектования разновозрастных смешанных групп (без ограничений по половому признаку). В группе от 8 до 16 человек.

**Практическая значимость для целевой группы** - занятие туризмом учит самостоятельности и самоорганизации, формирует бытовые навыки, способствует усвоению навыков общения и взаимодействия в коллективе. Путешествия позволяют долгое время находиться в природной среде, ненавязчиво познавать ее. Также создаются условия для изучения культуры и традиций населения своей территории. В условиях, когда возросла опасность природных и техногенных чрезвычайных ситуаций, занятия туризмом позволяют подготовить обучающихся к рациональным действиям в условиях экстремальных ситуаций.

**Преимственность программы.** В процессе освоения программы, расширяются и дополняются представления и знания обучающихся, дополняя или выходя за рамки школьных предметов. Часто, опережая школьную программу, изучают элементы предметов:

- физики (применение простых механизмов в полевых условиях),
- черчения (масштаб, симметрия, асимметрия, работа с картой),
- окружающего мира (изучают особенности природных объектов и биоформ),
- истории (история родного края)
- краеведения (природоохранное поведение человека),
- математики и экономики (расчет скорости, расстояния, азимута, времени).
- экологии (экологическая оценка, изучение правил природоохранного поведения).

Расширяется опыт работы с инструментами ручного труда, который дети получили в процессе жизнедеятельности, закрепляется и совершенствуется на занятиях в объединении. Обучающиеся по Программе учатся находить, извлекать, хранить и систематизировать информацию, планировать свою деятельность. – образовательная программа школ предусматривает в своем содержании такие учебные предметы как Основы безопасности жизнедеятельности, Краеведение, География родного края, История родного края. На этих занятиях обучающиеся получают достаточно много теоретического материала. Занятие туризмом позволяет добавить практики,

позволяет увидеть своими глазами особенности природы и культурного наследия территории, на которой проживают учащиеся.

**Объем и срок освоения программы:** Объем программы 68 часов в год (9 месяцев), 2 академических часа в неделю. (1 академический час = 40 мин.)

**Особенности реализации образовательного процесса, формы организации образовательного процесса** – формой организации детского коллектива является кружок, для удобства работы в группу будут набираться дети одного возраста а, при проведении занятий будет использоваться деление на микрогруппы, работа в парах, при организации и проведении походов планируется привлечение родителей. Виды занятий: теоретические и практические занятия, соревнования, веселые старты, походы, «мозговой штурм».

Содержание программы разработано с учетом его вариативности в соответствии с образовательными потребностями и уровнем подготовки обучающихся. Наличие вариативности предполагает возможность обеспечения индивидуального темпа освоения учебного материала. Вариативность содержания представлена через:

- практические задания по темам программы разного уровня сложности с учетом индивидуальных способностей и интересов конкретного подростка;
- выбор оптимальных технологий, методик, приемов обучения исходя из уровня обученности в данной области знаний;
- степени общего развития и культуры, а так же с учетом особенностей психического склада личности (память, умение регулировать свою эмоциональную сферу), особенности характера, темперамента, восприятия информации.

**Формы обучения:** очная

**Режим занятий:** число занятий в неделю – 2 академических часа (1 ак.час - 40 мин.)  
2 раза в неделю, общая часовая нагрузка- 68 часов/год.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы** – создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития личности в процессе туристско-краеведческой деятельности.

**Задачи:**

### Личностные

- получение навыков спортивной этики и дисциплины, уважения к своему коллективу;
- укрепление здоровья, развитие выносливости, соблюдение личной и общественной гигиены;
- формирование правильных психологических установок на достижение поставленной цели.

### Предметные

- формирование и совершенствование у обучающихся туристских знаний и умений;
- дополнительное образование по дисциплинам: ОБЖ, топография и картография, география, краеведение, экология, история;
- достижение результатов в соревнованиях на районном уровне.

### Метапредметные

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять анализ и контроль своей деятельности;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество.

### 1.3 Содержание программы Учебный план

№№ n/n	Наименование тем и разделов	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b><i>Основы туристской подготовки</i></b>	<b>31</b>	<b>7</b>	<b>24</b>	
1.1	Личное туристское снаряжение	2	1	1	Наблюдение
1.2	Групповое туристское снаряжение	4	1	3	Наблюдение, взаимопроверка
1.3	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	2	1	1	Схема размещения объектов на биваке
1.4	Питание в туристском походе	2		2	Создание меню
1.5	Техника и тактика в туристическом походе	2	1	1	Вязка узлов на время.
1.6	Туристские должности в группе	4	1	3	Зачет
1.7	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	6	1	5	Контроль прохождения препятствий.
1.8	Подготовка к походу, путешествию	2		2	Отчет
1.9	Поход выходного дня	5		5	Наблюдение
1.10	Итоги туристического путешествия	2	1	1	Творческая работа
<b>2</b>	<b><i>Краеведение</i></b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	
2.1	Изучение района путешествия	4	2	2	Доклады и сообщения
2.2	Лекарственные, съедобные и ядовитые растения нашей местности	2	1	1	Наблюдение
2.3	Съедобные и ядовитые грибы нашей местности	2	1	1	Тест
<b>3</b>	<b><i>Топография и ориентирование</i></b>	<b>21</b>	<b>5</b>	<b>16</b>	
3.1	Работа с топографической картой.	2	1	1	Наблюдение
3.2	Компас. Работа с компасом.	4	1	3	Взаимопроверка
3.3	Измерение расстояний.	4	1	3	Наблюдение
3.4	Способы ориентирования.	4	1	3	Тест
3.5	Поход выходного дня.	5		5	Наблюдение
3.6	Итоги туристического путешествия	2	1	1	Творческая работа
<b>4</b>	<b><i>Основы гигиены и первая доврачебная помощь</i></b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	
4.1	Профилактика травматизма и заболеваний	2	1	1	Отчет
4.2	Медицинская аптечка	2	1	1	Наблюдение
4.3	Оказание медицинской самопомощи	2		2	Тестирование
<b>5</b>	<b><i>Заключительное занятие</i></b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
	<b>ИТОГО за период обучения</b>	<b>68</b>	<b>18</b>	<b>50</b>	

Содержание учебного плана

## **Раздел 1. «Основы туристской подготовки»**

### **1.1. Личное и групповое туристское снаряжение**

*Теория:* Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила укладки рюкзака. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу.

### **1.2. Групповое снаряжение.**

Требования к групповому туристскому снаряжению. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

*Практика:* Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением. Ремонт личного и группового снаряжения.

### **1.3. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги**

*Теория:* Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.). Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Правила купания.

*Практические занятия:* Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов по карте. Развешивание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра. Создание схемы размещения объектов на биваке.

### **1.4. Питание в туристском походе**

*Теория:* Организация питания в 2-3-дневном походе. Питьевой режим на маршруте.

*Практика:* Составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

### **1.5. Техника и тактика в туристическом походе**

*Теория:* Дисциплина в походе и на занятиях — основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Правила поведения в незнакомом населенном пункте.

*Практика:* Вязание узлов.

### **1.6. Туристские должности в группе**

*Теория:* Должности в группе постоянные и временные.

Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе. Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д. Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды).

*Практика:* Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

### **1.7. Правила движения в походе, преодоление препятствий**

*Теория:* Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий.

*Практика:* Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли

кустарников, завалы, по заболоченной местности. Спуск и подъем с самостраховкой, преодоление водоема по тонкому льду, преодоление реки вброд.

### **1.8. Подготовка к походу, путешествию**

*Практика:* Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода. Изучение района похода по картам. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения.

### **1.9. Поход выходного дня (5 ч)**

*Теория:* Основная цель тренировочных походов – приспособление к походным условиям, закрепление и систематизация знаний и умений, полученных учащимися на занятиях кружка. Формирование выносливости..

### **1.10. Итоги туристического путешествия**

*Теория:* Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы.

*Практика:* Составление отчета о походе. Обработка собранных материалов. Ремонт и сдача инвентаря. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеofilmа, коллекций и пособий.

## **Раздел 2. «Краеведение»**

### **2.1. Изучение района путешествия**

*Теория:* Сбор краеведческого материала о районе летнего похода: изучение литературы, карт, знакомство с историей, климатом, рельефом, флорой, фауной и т.д.

*Практика:* Подготовка и заслушивание докладов по району предстоящего похода.

### **2.2. Лекарственные, съедобные и ядовитые растения нашей местности**

*Теория:* Знакомство с растениями нашей местности, их названием и свойствами.

*Практика:* Определение растений по картинкам, гербариям, описанию.

### **2.3. Съедобные и ядовитые грибы нашей местности**

*Теория:* Знакомство с грибами нашей местности, их названием и свойствами.

*Практика:* Определение грибов по картинкам, описанию.

## **Раздел 3. «Топография и ориентирование»**

### **3.1. Работа с топографической картой**

*Теория:* Роли топографии и топографических карт для туристов. Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

*Практика:* Определение координат точки на карте. Чтение топографических знаков, определение высоты и крутизны склона, выявление взаимного расположения объектов на карте.

### **3.2. Компас, работа с компасом.**

*Теория:* Компас. Типы компасов. Правила обращения с компасом. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.

*Практика:* Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки» и т.п.).

### **3.3. Измерение расстояний**

*Теория:* Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица перевода шагов в метры. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

*Практика:* Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба ниткой. Оценка пройденных

расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

### **3.4. Способы ориентирования**

*Теория:* Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Ориентирование по местным признакам. Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути). Протокол движения.

*Практика:* Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде. Определение времени по солнцу и компасу, определение сторон горизонта по солнцу и часам. Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

### **3.5. Поход выходного дня (5 ч)**

*Теория:* Основная цель тренировочных походов – приспособление к походным условиям, закрепление и систематизация знаний и умений, полученных учащимися на занятиях кружка. Формирование выносливости..

### **3.6. Итоги туристического путешествия**

*Теория:* Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы.  
*Практические занятия* Составление отчета о походе. Обработка собранных материалов. Ремонт и сдача инвентаря. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеофильма, коллекций и пособий

## **Раздел 4. «Основы гигиены и первая доврачебная помощь»**

### **4.1. Профилактика травматизма и заболеваний**

*Теория:* Понятие о гигиене. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур. Гигиена обуви и одежды. Закаливание воздухом, солнцем, водой. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

*Практика:* Разучивание комплекса гимнастических упражнений. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними. Создание режима гигиенических мероприятий в походе.

### **4.2. Медицинская аптечка**

*Теория:* Состав медицинской аптечки. Названия препаратов медицинской аптечки и назначение. Правила использования лекарственных, дезинфицирующих и перевязочных средств.

*Практика:* Действия группы в случае получения травмы одним из участников - оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, практическое оказание помощи, транспортировка).

### **4.3. Оказание медицинской самопомощи**

*Практика:* Отработка приемов медицинской самопомощи в различных ситуациях: порез царапина, заноза, ожег, мозоль, обморожение, укус насекомого или собаки, носовое кровотечение, соринка в глазу.

## **Раздел 5. «Заключительное занятие»**

Подведение итогов года

### **1.4. Планируемые результаты реализации программы**

*Планируемые результаты к концу первого года обучения:*

### Личностные:

- получат навыки спортивной этики и дисциплины, научатся уважать свой коллектив;
- укрепят здоровье, научатся развивать выносливость, будут соблюдать личную и общественную гигиену;
- сформируют правильные психологические установки на достижение поставленной цели.

### Предметные:

- сформируют и усовершенствуют туристские знания и умения;
- получат дополнительное образование по дисциплинам: ОБЖ, топография и картография, география, краеведение, экология, история;
- достигнут результатов в соревнованиях на районном уровне.

### Метапредметные:

- будут самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- смогут соотносить свои действия с планируемыми результатами и осуществлять анализ и контроль своей деятельности;
- создадут, применят и преобразуют знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- организуют учебное сотрудничество.

## **Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»**

### **2.1 Календарный учебный график**

№ п/п	Месяц	Число	Номер темы	Кол-во часов	Место проведения	Контроль
1	Сентябрь	05.09.2023	1.1	2	спортзал	ВК
2	Сентябрь	12.09.2023	1.2	2	спортзал	
3	Сентябрь	19.09.2023	1.2	2	спортзал	
4	Октябрь	03.10.2023	1.3	2	спортзал	
5	Октябрь	10.10.2023	1.4	2	спортзал	
6	Октябрь	17.10.2023	1.5	2	спортзал	
7	Октябрь	24.10.2023	1.6	2	спортзал	
8	Ноябрь	07.11.2023	1.6	2	спортзал	ПК
9	Ноябрь	14.11.2023	1.7	2	спортзал	
10	Ноябрь	21.11.2023	1.7	2	спортзал	
11	Ноябрь	28.11.2023	1.7	2	спортзал	
12	Декабрь	05.12.2023	1.8	2	спортзал	
13	Декабрь	12.12.2023	1.9	5	поход	
14	Декабрь	19.12.2023	1.10	2	кабинет №32	
15	Декабрь	26.12.2023	2.1	2	кабинет №32	
16	Январь	16.01.2024	2.1	2	кабинет №32	
17	Январь	23.01.2024	2.2	2	кабинет №32	
18	Январь	30.01.2024	2.3	2	кабинет №32	ПК
19	Февраль	06.02.2024	3.1	2	спортзал	
20	Февраль	13.02.2024	3.2	2	спортзал	

21	Февраль	20.02.2024	3.2	2	спортзал	
22	Февраль	27.02.2024	3.3	2	спортзал	
23	Март	05.03.2024	3.3	2	спортзал	
24	Март	12.03.2024	3.4	2	спортзал	
25	Март	19.03.2024	3.4	2	спортзал	ПК
26	Апрель	02.04.2024	3.5	5	поход	
27	Апрель	09.04.2024	3.6	2	кабинет №32	
28	Апрель	16.04.2024	4.1	2	спортзал	
29	Апрель	23.04.2024	4.2	2	спортзал	
30	Май	14.05.2024	4.3	2	спортзал	ИК
31	Май	21.05.2024	5	2	спортзал	

## 2.2 Условия реализации программы

**Кадровое обеспечение:** при реализации данной программы участвует педагог, прошедший подготовку инструктора детско-юношеского туризма.

**Материально-техническое обеспечение:**

1.	Веревка основная (d = 12 мм), длина 40 м	4 шт.
2.	Веревка вспомогательная (d = 8 мм), длина 60 м	2 шт.
3.	Медаптечка	1 набор
4.	Ремнабор	1 набор
5.	Часы	2 шт.
6.	Компас	10 шт.
7.	Карабины с муфтами	20 шт.
8.	Палатки с тентами	4 шт.
9.	Костровое хозяйство	1 комплект
10.	Тент для кухни	1 шт.
11.	Варочная посуда	1 комплект
12.	Топор	1 шт.
13.	Пила	1 шт.
14.	Фонарь электрический	5 шт.
15.	Система страховочная	6 шт.
16.	Репшнур $d = 10$ мм, длина 3 м	12 шт.
17.	Кольцо из репшнура $d = 6$ мм	12 шт.
18.	Противогаз	10 шт.
19.	Общевойсковой защитный комплект (ОЗК)	1 шт.
20.	Рукавицы (перчатки) брезентовые	10 пар
21.	Жумары	6 шт.
22.	Инвары	6 шт.

**Информационные ресурсы:**

<http://www.kadis.ru/texts/index.phtml?id=40197>

Глобальный этический кодекс туризма /Одобрен на Генеральной ассамблее Всемирной туристской организации в Сантьяго (Чили) 1 октября 1999 г.

<https://maps.vlasenko.net/soviet-military-topographic-map/map100k.html>

Топографические карты крупного масштаба

## 2.3 Формы аттестации/контроля

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** дневник наблюдений, журнал посещаемости, маршрутный лист, материал анкетирования, тестирования и опросов, творческая работа.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** защита работ, конкурс, соревнование.

#### 2.4 Оценочные материалы

Раздел программы	Методы диагностики	Описание
Основы туристской подготовки	Входной контроль	Включает перечень вопросов на которые необходимо ответить
	Наблюдение	Определяются цели и задачи наблюдения. Фиксируются результаты развития (ответственность в принятии решений)
	Взаимопроверка	Обучающиеся осуществляют проверку выполненной товарищами работы по критериям, предложенным педагогом. Позволяет сформировать самооценку и критическое отношение к результатам своей деятельности.
	Схема размещения объектов на биваке	На листе бумаги обучающиеся размещают объекты бивуака в соответствии с требованиями. Производится контроль усвоения теоретического материала.
	Создание меню	Обучающиеся создают меню на 1 день. Производится контроль усвоения теоретического материала.
	Вязка узлов на время.	Обучающиеся производят практическую вязку узлов из веревок и демонстрируют их. Производится контроль усвоения теоретического материала.
	Зачет	Включает перечень вопросов на которые необходимо ответить
	Контроль прохождения препятствий.	Практическая организация прохождения препятствий с организацией перил, самостраховки, командной страховки. Производится контроль овладения практическими навыками.
	Отчет	Обучающиеся создают маршрут путешествия, список необходимого группового и индивидуально снаряжения, производя разделение должностей в походе.
	Творческая работа	На основе собранных в походе материалов оформляется презентационная работа (плакат, буклет, электронная презентация).
Краеведение	Доклады и сообщения	На основе изучения материалов электронных и бумажных носителей обучающиеся готовят небольшие сообщения в группах.
	Наблюдение	Определяются цели и задачи наблюдения. Фиксируются результаты развития (ответственность в принятии решений)
	Тест	Включает перечень вопросов на которые необходимо ответить

Топография и ориентирование	Наблюдение	Определяются цели и задачи наблюдения. Фиксируются результаты развития (ответственность в принятии решений)
	Взаимопроверка	Обучающиеся осуществляют проверку выполненной товарищами работы по критериям, предложенным педагогом. Позволяет сформировать самооценку и критическое отношение к результатам своей деятельности.
	Тест	Включает перечень вопросов на которые необходимо ответить
	Творческая работа	На основе собранных в походе материалов оформляется презентационная работа (плакат, буклет, электронная презентация).
Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Взаимопроверка	Обучающиеся осуществляют проверку выполненной товарищами работы по критериям, предложенным педагогом. Позволяет сформировать самооценку и критическое отношение к результатам своей деятельности.
	Наблюдение	Определяются цели и задачи наблюдения. Фиксируются результаты развития (ответственность в принятии решений)
	Тестирование	Включает перечень вопросов на которые необходимо ответить

## 2.5 Методические материалы

**Особенности организации образовательного процесса:** Обучение должно способствовать умению к самостоятельной организации туристско-краеведческой деятельности, а так же должно быть направлено на духовно-нравственное, интеллектуальное и творческое развитие детей через игровую деятельность. Организация учебно-воспитательного процесса должна способствовать формированию и развитию у детей творческих способностей, организаторских и коммуникативных навыков, лидерских качеств.

**Методы обучения и воспитания:** Занятия в учебном кабинете состоят из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает беседы, рассказы, которые способствуют эффективному усвоению туристско-краеведческих знаний. Практическая часть занятий предполагает учебно-деятельностную игру учащихся, выполнение практических упражнений по изучаемой теме. При проведении занятий применяются технологии проблемного и диалогового обучения, поисково-исследовательские и игровые технологии, проводится рефлексия.

При проведении практических занятий применяются образовательные технологии личностно-ориентированного и игрового обучения, педагогики сотрудничества. Вне сетки часов происходит участие в походах, в туристских слетах, краеведческих конкурсах, проектной деятельности.

**Педагогические технологии:** Программа ориентирована на сотрудничество педагога с учащимися, родителями на создание ситуации успешности, поддержки, взаимопомощи в преодолении трудностей – на все то, что способствует самовыражению ребенка. Технология сотрудничества используется при организации тренировочного процесса, для обеспечения совместной деятельности обучающихся по усвоению материала в малых группах сотрудничества. Технология проектной деятельности используется при создании маршрутов походов и плана размещения объектов на бивуаке. Игровые технологии используются через организацию соревнований между малыми группами в правильности и скорости выполнения заданий, например, вязка узлов, организация переправ, преодоление препятствий. Проблемное обучение – обучающимся предлагает-

ся проблемная задача, которая может быть решена путем исследования или проведения эксперимента.

**Алгоритм учебного занятия:** организационный момент, выявление целей и задач, подготовка оборудования, теория (актуализация знаний или объяснение нового), практическая часть, подведение итогов.

#### Дидактические материалы

Разделы	Темы	Учебно-методические, наглядные, дидактические материалы, материально-техническое оснащение	Литература																																																
1. Основы туристской подготовки	1.1	- лекция «История развития туризма в России».	- Кодыш Э.Н. Соревнования туристов: Пешеходный туризм.- М.: Физкультура и спорт, 1990.- 175 с., ил. - Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания: Изд. 2-е, испр., доп. И перераб. - М.: Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2001.-496 с., ил. - Чеурин Г.С. Самоспасение без снаряжения.- М.: ЗАО Издательство «Русский журнал», 2001.-194 с. - Выживание в экстремальной ситуации.																																																
	1.2	<table border="1"> <tr> <td>18.</td> <td>Веревка основная (d = 12 мм), длина 40 м</td> <td>4 шт.</td> </tr> <tr> <td>19.</td> <td>Веревка вспомогательная (d = 8 мм), длина 60 м</td> <td>2 шт.</td> </tr> <tr> <td>20.</td> <td>Медаптечка</td> <td>1 набор</td> </tr> <tr> <td>21.</td> <td>Ремнабор</td> <td>1 набор</td> </tr> <tr> <td>22.</td> <td>Часы</td> <td>2 шт.</td> </tr> <tr> <td>23.</td> <td>Компас</td> <td>10 шт.</td> </tr> <tr> <td>24.</td> <td>Карабины с муфтами</td> <td>20 шт.</td> </tr> <tr> <td>25.</td> <td>Палатки с тентами</td> <td>4 шт.</td> </tr> <tr> <td>26.</td> <td>Костровое хозяйство</td> <td>1 комплект</td> </tr> <tr> <td>27.</td> <td>Тент для кухни</td> <td>1 шт.</td> </tr> <tr> <td>28.</td> <td>Варочная посуда</td> <td>1 комплект</td> </tr> <tr> <td>29.</td> <td>Топор</td> <td>1 шт.</td> </tr> <tr> <td>30.</td> <td>Пила</td> <td>1 шт.</td> </tr> <tr> <td>31.</td> <td>Фонарь электрический</td> <td>5 шт.</td> </tr> <tr> <td>32.</td> <td>Система страховочная</td> <td>6 шт.</td> </tr> <tr> <td>33.</td> <td>Решпнур d = 10</td> <td>12 шт.</td> </tr> </table>	18.	Веревка основная (d = 12 мм), длина 40 м	4 шт.	19.	Веревка вспомогательная (d = 8 мм), длина 60 м	2 шт.	20.	Медаптечка	1 набор	21.	Ремнабор	1 набор	22.	Часы	2 шт.	23.	Компас	10 шт.	24.	Карабины с муфтами	20 шт.	25.	Палатки с тентами	4 шт.	26.	Костровое хозяйство	1 комплект	27.	Тент для кухни	1 шт.	28.	Варочная посуда	1 комплект	29.	Топор	1 шт.	30.	Пила	1 шт.	31.	Фонарь электрический	5 шт.	32.	Система страховочная	6 шт.	33.	Решпнур d = 10	12 шт.	- Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания: Изд. 2-е, испр., доп. И перераб. - М.: Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2001.-496 с., ил. - Чеурин Г.С. Самоспасение без снаряжения.- М.: ЗАО Издательство «Русский журнал», 2001.-194 с. - Выживание в экстремальной ситуации. - Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: Учеб. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб.- М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.- 320 с.: ил. - Шойгу С.К. Азбука безопасности. М., 2003.- 32 с.
18.	Веревка основная (d = 12 мм), длина 40 м	4 шт.																																																	
19.	Веревка вспомогательная (d = 8 мм), длина 60 м	2 шт.																																																	
20.	Медаптечка	1 набор																																																	
21.	Ремнабор	1 набор																																																	
22.	Часы	2 шт.																																																	
23.	Компас	10 шт.																																																	
24.	Карабины с муфтами	20 шт.																																																	
25.	Палатки с тентами	4 шт.																																																	
26.	Костровое хозяйство	1 комплект																																																	
27.	Тент для кухни	1 шт.																																																	
28.	Варочная посуда	1 комплект																																																	
29.	Топор	1 шт.																																																	
30.	Пила	1 шт.																																																	
31.	Фонарь электрический	5 шт.																																																	
32.	Система страховочная	6 шт.																																																	
33.	Решпнур d = 10	12 шт.																																																	

		мм, длина 3 м	
		34. Кольцо из репшура $d = 6$ мм	12 шт.
		18 Противогаз	10 шт.
		19 Общевойсковой защитный комплект (ОЗК)	1 шт.
		20 Рукавицы (перчатки) брезентовые	10 пар
		21 Жумары	6 шт.
		22 Инвары	6 шт.
	1.3-1.11	- Учебно-методические пособия: 1. «Составление меню и списка продуктов». 2. «Фасовка и упаковка продуктов». 3. «Приготовление пищи на костре». 4. Контрольная работа — составление меню на 1 день Автор-составитель С.Н.Жигалова - Лекция «Туристские слеты и соревнования».	- Усыкин Г.С. В классе, в парке, в лесу. Игры и соревнования юных туристов. М.: ЦДЮТ и К, 2001, 28 с. - Шибаев А.С. Переправа (программированные задания для контроля и закрепления знаний). М., 1996.-24 с., илл. - Туристская игротка (игры, конкурсы, викторины). Выпуск третий. - М.: ЦДЮТ и К РФ, 2001.64 с.
2. Топография и ориентирование	2.1-2.6	- Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту; - Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка); - Упражнения на нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка).	- Соколов И.А. Топографическая карта и местность. Изд. 2-е, перераб. И доп. М., ДОСААФ, 1975. - Ривкин Е.Ю. Организация туристической работы со школьниками: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2001. – 80 с. - Куприн А.М. Занимательно об ориентировании: Пособие для учащихся.- М.: Просвещение, - 96 с., ил.
3. Краеведение	3.1-3.4	- карта своего края. - Краеведческая викторина.	- Государственные символы Удмуртской Республики.- Ижевск: Удмуртия, 1994.- 40 с. - Памятники Отечества. Полное описание России. Удмуртия. Москва., 1995. - Сафиуллин А.З. Основы географического краеведения в сельской школе. М., «Просвещение», 1976. - Методика историко-краеведческой работы в школе: Пособие для учителей.- М.: Просвещение, 1982.- 223 с. - Иванова М.Г. Истоки удмуртского народа: Учебное пособие.-

			Ижевск: Удмуртия, 1994.- 192 с. - Памятники истории и культуры Удмуртии: Каталог.- Ижевск: Удмуртия, 1990.- 156 с. - Путеводитель. / Материалы ЦГА с 1713 по 1985 гг./ Ижевск, 1990. - Ефремов А.Д. Край удмуртский – сторона родная. Удмуртия в вопросах и ответах.- Ижевск: Удмуртия, 1980.- 232 с. - По родному краю: исторические и культурные достопримечательности Удмуртии.- Устинов: Удмуртия, 1987.- 200 с.
4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь	4.1-4.3	Наглядные схемы и таблицы: - Помощь при различных травмах; - Тепловой и солнечный удар, ожоги; - Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током; - Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца; - Респираторные и простудные заболевания; - Укусы насекомых и пресмыкающихся; - Пищевые отравления и желудочные заболевания; - Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.	- Макарова Л.С., Харитонова Н.П., Ходыкина Л.А., Шиянов В.И. Лекарственные растения Удмуртии. – Ижевск: Удмуртия, 1984.- 124 с. - Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл.: Учеб. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб.- М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001. - Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: Учеб. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб.- М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.- 320 с.: ил.
5. Общая и специальная физическая подготовка	5.1-5.4	Наглядные схемы и таблицы: - Кровеносная система. Сердце и сосуды; - Дыхание и газообмен; - Органы пищеварения и обмен веществ; - Нервная система — центральная и периферическая;	- Афонькин С.Ю. Анатомия человека – СПб.: «БКК», 2006. – 96 с., ил.

## 2.6. Рабочая программа воспитания и календарный план воспитательной работы

**Характеристика объединения.** Деятельность объединения «Мы туристы» имеет туристско-краеведческую направленность. Количество обучающихся составляет 12-15 человек. Обучающиеся имеют возрастную категорию от 10 до 12 лет.

Формы работы – индивидуальные и групповые.

**Цель:** создание эмоционально-комфортных условий для развития личности каждого ребенка, удовлетворение его культурных потребностей

### Задачи воспитания:

- развивать навыки эмоциональной отзывчивости;
- развивать эмпатию;

- развивать организационно-волевые, ориентационные, поведенческие качества.

Результат воспитания:

- владеет способами совместной деятельности в группе, приемами действий в ситуациях общения; старается находить компромиссы

- в общении проявляет эмпатию, эмоционально отзывчив

3. Работа с коллективом обучающихся.

- формирование практических умений по организации психологии общения;

- обучение умениям и навыкам самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;

- воспитание сознательного отношения к труду, к природе.

#### 4. Работа с родителями

Цель: организация тесного взаимодействия родителей с образовательным учреждением, установление единой педагогической позиции.

Задачи:

- привлечение родителей к сотрудничеству, предоставить им возможность стать активными участниками деятельности детского объединения.

- организация совместного творчества детей и родителей.

- распространение новостей и пропаганда идей, связанных с развитием инновационных процессов в дополнительном образовании;

Решение поставленных задач реализуется через следующие формы работы:

- родительские собрания;

- участие родителей в работе детского объединения;

- демонстрация результата труда учащихся среди родителей.

#### План работы с родителями.

##### 1.Организационное собрание (сентябрь):

- Знакомство с особенностями организации образовательного процесса в детском объединении, с содержанием и особенностями образовательной программы.

- Обсуждение плана воспитательных мероприятий на учебный год;

- Создание благоприятных условий для работы детского коллектива

##### 2.Итоговое собрание (май):

- Подведение итогов работы детского объединения (результаты освоения образовательной программы учащимися, результативность участия детского объединения в конкурсах различного уровня).

**Результат воспитания:** участие в школьных, районных и республиканских соревнованиях.

#### *Календарный план воспитательной работы*

№ п/п	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения	Примечание
1	Формирование группы	Привлечение внимания учащихся и их родителей к деятельности	01.09.2023-15.09.2023	
2	Участие в районных зимних и весенних соревнованиях «Школа безопасности»	Выявление лучших участников соревнований	Положение о соревнованиях	
3	Ежемесячные соревнования среди учащихся	Выявление знаний учащихся по правилам выживания	Ежемесячно сентябрь-май	

## Список литературы Литература для педагогов

### 4. Ориентирование

\* Кодыш Э.Н. Соревнования туристов: Пешеходный туризм.- М.: Физкультура и спорт, 1990.- 175 с., ил.

### 5. Педагогика и психология

\* Ривкин Е.Ю. Организация туристической работы со школьниками: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2001. – 80 с.

### 6. Игротека

\* Усыкин Г.С. В классе, в парке, в лесу. Игры и соревнования юных туристов. М.: ЦДЮТ и К, 2001, 28 с.

\* Шибаев А.С. Переправа (программированные задания для контроля и закрепления знаний). М., 1996.-24 с., илл.

\* Туристская игротека (игры, конкурсы, викторины). Выпуск третий. - М.: ЦДЮТ и К РФ, 2001.64 с.

\*«Методический конструктор дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»// АОУ УР Региональный образовательный Центр одаренных детей, Региональный модельный центр дополнительного образования детей в Удмуртской Республике. – Ижевск, 2023 – 17с.

### 7. ОБЖ

\* Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания: Изд. 2-е, испр., доп. И перераб. - М.: Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2001.-496 с., ил.

\* Чеурин Г.С. Самоспасение без снаряжения.- М.: ЗАО Издательство «Русский журнал», 2001.-194 с.

\* Выживание в экстремальной ситуации.

\* Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: Учеб. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб.- М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.- 320 с.: ил.

Азбука безопасности. М., 2003.- 32 с.

\* Практические рекомендации школьникам и студентам по защите при чрезвычайных ситуациях. Ижевск. 2001.-32 с.

### 8. Литература по краеведению

\* Государственные символы Удмуртской Республики.- Ижевск: Удмуртия, 1994.- 40 с.

\* Памятники Отечества. Полное описание России. Удмуртия. Москва., 1995.

\* Иванова М.Г. Истоки удмуртского народа: Учебное пособие.- Ижевск: Удмуртия, 1994.- 192 с.

\* Памятники истории и культуры Удмуртии: Каталог.- Ижевск: Удмуртия, 1990.- 156 с.

\* Путеводитель. / Материалы ЦГА с 1713 по 1985 гг./ Ижевск, 1990.

\* Русских Б.И. Кезский район. Страницы биографии.- Ижевск: Удмуртия, 1999.- 260 с.

\* Книга памяти. Т. 5 / Составители Н.В. Чиркова, Б.И. Русских, Ф.П. Максимова.- Ижевск: Удмуртия, 1994.- 460 с.

\* Книга памяти. Т.8. Дополнительный. Ижевск: Удмуртия, 1996.- 236 с.

## Литература для учащихся

1. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании: Пособие для учащихся.- М.: Просвещение, - 96 с., ил.

2. География Удмуртии: Учебное пособие для общеобразовательной школы. – Ижевск: Удмуртия, 1999.-240 с.

3. Владыкин В.Е., Христолюбова Л.С. Этнография удмуртов: Учебное пособие по краеведению.- Ижевск: Удмуртия, 1997.- 248 с.

4. Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл.: Учеб. для общеобразовательных

учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб.- М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.

5. Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: Учеб. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб.- М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2001.- 320 с.: ил.

## Приложения

### 1. Проверочный тест

1. Соберись в поход. Перед вами вещи:

рюкзак, коврик, свитер, носки, кеды, кружка, ложка, вилка, хлеб, топор, стакан, подушка, нож, полиэтиленовая упаковка, пачка сахара, торт, миска, компас, спальник, свеча, аптечка.

Уложите в рюкзак 15 необходимых вещей для похода выходного дня без ночлега

2. Какой тип костра наиболее удобен для приготовления пищи?

- а) шалаш    б) нодья    в) таежный    г) звездный

3. Вы забыли дома чай. Чем его можно заменить?

- а) листья черной смородины  
б) листья березы  
в) листья толокнянки  
г) листья лабазника

4. Какая каша быстрее варится на костре?

- а) манная    б) рисовая    в) гречневая    г) перловая

Медицинская помощь.

5. Если у Вас болит голова, то надо принять:

- а) капли в нос    б) *анальгин*    в) активированный уголь

6. Если у Вас температура + 38 °, то надо принять:

- а) *аспирин*    б) нош-па    в) бисептол

7. Если Вы порезали палец, то надо принять следующие меры:

- а) наложить жгут    б) *смазать йодом, перебинтовать*    в) смазать жиром

8. Если у Вас мозоль на пятке, то надо принять следующие меры:

- а) наложить бактерицидный лейкопластырь  
б) дать аспирин  
в) положить тугую давящую повязку

9. Если у Вас тепловой солнечный удар, то надо принять следующие меры:

- а) согреть, дать горячее питье  
б) дать лекарство  
в) уложить в тень, охладить

10. Перед вами стоят три сухостойные деревья: сосна, береза, осина.

Какое из них вы завалите для костра?

- а) *сосну*    б) березу    в) осину

11. Какая посуда используется для приготовления пищи?

- а) *котлы*    б) цинковые ведра    в) эмалированное ведро

12. Назовите основные документы туристской группы на маршруте:

- а) *маршрутный лист*  
б) журнал учета знаний  
в) ведомость

13. При укладке рюкзака вещи, необходимые в первую очередь, должны быть:

- а) внизу    б) *наверху*    в) на себе

### 2. Тестирование по теме:

**«Распределение обязанностей в туристической группе. Обязанности каждого по должности».**

1. Он проводит закупку продуктов перед походом, пополняет их в походе, контролирует транспортировку и расходование продуктов в походе, если необходимо, консультирует дежурных по приготовлению пищи. Назовите должность.

А. Завхоз по питанию

Б. Завхоз по снаряжению

В. Командир

2. На эту должность назначается один из самых опытных и авторитетных ребят, волевой, беспристрастный, требовательный к себе и окружающим. Он является первым помощником руководителя, и все вопросы походной жизни находятся под его контролем. Назовите должность.

А. Завхоз

Б. Политрук

В. Командир

3. Он отвечает за денежные средства группы, собирает деньги на поход, ведет учет расходования денег, участвует в приобретении билетов на проезд, составлении отчета о расходовании денежных средств группы. Назовите должность.

А. Завхоз

Б. Казначей

В. Краевед

4. Он работает в тесном контакте с руководителем. Он составляет список группового снаряжения, распределяет его среди участников похода, в походе следит за его состоянием, руководит его своевременным ремонтом, организует обработку снаряжения после похода и сдачу. Назовите должность.

А. Завхоз по питанию

Б. Завхоз по снаряжению

В. Командир

5. Он комплектует и хранит у себя ремнабор, руководит всеми ремонтными работами снаряжения и инвентаря в походе. Назовите должность.

А. Завхоз по питанию

Б. Завхоз по снаряжению

В. Ремонтный мастер

6. Он осуществляет фотосъемку и вместе с казначеем отвечает за изготовление фотографий, готовит фотоматериалы к отчетной выставке.

Назовите должность.

А. Командир

Б. Завхоз по снаряжению

В. Фотограф

7. Он отвечает за краеведческую работу группы в походе, ведет записи бесед с интересными людьми, дневник похода. Назовите должность.

А. Командир

Б. Краевед

В. Фотограф

8. Он приобретает, хранит и пополняет аптечку, следит за выполнением санитарных правил, в случае необходимости оказывает первую помощь. Назовите должность.

А. Завхоз по питанию

Б. Командир

В. Санитар

9. Он отвечает за физическую разминку утром, хранит спортивный инвентарь в походе, организует активный отдых в походе. Назовите должность.

А. Завхоз по снаряжению

Б. Командир

В. Физорг

10. Он вместе с командиром группы составляет схему маршрута, приобретает карты, руководит работами по топографической съемке, хранит карты, планшеты, инструменты. Назовите должность.

А. Завхоз по снаряжению

Б. старший проводник (штурман)

В. Краевед

### 3. Тестирование по теме:

#### Лекарственные и ядовитые растения Удмуртии

1. Какое растение, согласно народной медицине, следует использовать для заживления ран:
  - а) бруснику
  - б) алоэ +
  - в) ромашку
2. Отвар и настой ягод какого растения применяется как дезинфицирующее средство:
  - а) клюквы
  - б) калины
  - в) брусники +
3. Какое растение является традиционным средством от кашля:
  - а) ромашка
  - б) шиповник
  - в) мать-и-мачеха +
4. Плоды какого растения являются ценным поливитаминным средством:
  - а) облепихи
  - б) малины
  - в) шиповника +
5. Какое лекарственное растение помогает остановить кровотечение при небольшой ране:
  - а) подорожник +
  - б) листья малины
  - в) ромашка
6. В конце лета в хвойном лесу можно встретить эту чёрно-синюю ягоду между крупными листьями:
  - а) вороний глаз б) черника в) ежевика
7. Содержит млечный сок, который может вызвать ожог на коже:
  - а) молочай
  - б) чистотел
  - в) одуванчик
8. Кустарник с ярко-красными ягодами, которые похожи на облепиху:
  - а) вороний глаз
  - б) бузина
  - в) волчье лыко
9. Лекарственное растение с белыми нежными цветами, но его красные ягоды ядовиты.
  - а) смородина
  - б) ландыш
  - в) клюква
10. Это растение вызывает тяжелые отравления у людей, а для животных оно безопасно
  - а) дурман
  - б) белладонна
  - в) борщевик

#### 4. Тест по теме «Ориентирование на местности»

1. Воображаемая линия, где небо будто сходится с землёй, называется:
  - А) линия горизонта Б) горизонт
  - В) ориентирование Г) природа
2. Север, юг, запад, восток – эти стороны горизонта называются:
  - А) главные Б) основные
  - В) промежуточные Г) важные
3. На какой стороне горизонта встаёт Солнце?
  - А) на юг Б) на запад

- В) на север    Г) на восток
4. Какая сторона горизонта будет противоположной юго-западу?  
 А) север    Б) юго-восток  
 В) северо-восток    Г) северо-запад
5. Что будет справа от тебя, если ты станешь лицом на юг?  
 А) север    Б) юг  
 В) запад    Г) восток
6. Для чего нужен компас?  
 А) Для нахождения горизонта.  
 Б) Для определения сторон горизонта  
 В) Для определения линии горизонта
7. Куда должна указывать красная стрелка компаса?  
 А) на восток            Б) на юг  
 В) на запад            Г) на север
8. Ветви деревьев длиннее и гуще:  
 А) с северной стороны  
 Б) с восточной стороны  
 В) с западной стороны  
 Г) с южной стороны
9. Трава вокруг деревьев зелёная и свежая:  
 А) с северной стороны  
 Б) с южной стороны  
 В) с западной стороны  
 Г) с восточной стороны
9. Муравьи строят муравейники:  
 А) с западной стороны деревьев.  
 Б) с северной стороны деревьев.  
 В) с южной стороны деревьев.  
 Г) с восточной стороны деревьев.
10. Если нет компаса и солнца на небе, то идти нужно:  
 А) к линии горизонта  
 Б) по природным ориентирам  
 В) в разные стороны
11. Напиши 3 способа определения сторон горизонта:  
 1. ....  
 2. ....  
 3. ....
12. В какую сторону нужно выходить из леса, если заходил в него, двигаясь на север?  
 А) на восток            Б) на юг  
 В) на запад            Г) на север

**5.Тест "Оказание первой помощи"**

1. При попадании в глаза щелочного раствора:

Выберите один ответ:

1. необходимо промыть глаза проточной водой в большом количестве
2. создать пострадавшему покой
3. необходимо промыть глаза мыльным раствором

2. Какова первая помощь при наличии признаков термического ожога второй степени (покраснение и отек кожи, образование на месте ожога пузырей, наполненных жидкостью, сильная боль)?

Выберите один ответ:

1. Полить ожоговую поверхность холодной водой, накрыть стерильной салфеткой и туго забинтовать
2. Вскрыть пузыри, очистить ожоговую поверхность от остатков одежды, накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод, поить пострадавшего водой
3. Пузыри не вскрывать, остатки одежды с обожженной поверхности не удалять, рану накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод и поить пострадавшего водой

3. Какие предпринять меры при подозрении на отравление?

Выберите один или несколько ответов:

1. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком, оказывая помощь при необходимости (например, при исчезновении признаков жизни приступить к сердечно-легочной реанимации)
2. прекратить поступление ядовитого вещества в организм ребенка (вынести его из загазованной зоны, удалить жало насекомого, стереть ядовитое вещество с поверхности кожи и т. д.)
3. удалить поступивший яд (например, вызвать рвоту)

4. При ушибах и растяжениях на поврежденное место накладывается:

Выберите один ответ:

1. тепло
2. холод
3. свободная повязка

Признаки переохлаждения

Выберите один или несколько ответов:

1. посинение или побледнение губ
2. нет пульса у лодыжек
3. потеря чувствительности
4. нарушение сознания: заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение
5. озноб и дрожь
6. снижение температуры тела

5. Что делать, если получил ожог пламенем, кипятком или паром?

Выберите один или несколько ответов:

1. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим охлаждать место ожога холодной проточной водой не менее 20 минут
2. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком
3. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим приложить холодный предмет к месту ожога, предварительно обернув его куском ткани.

### **Контрольно-измерительные материалы**

#### **Диагностические материалы к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**

1. Форма наблюдений. Социальные и эмоциональные навыки. Имя ребенка

Возраст \_\_\_\_ Дата записи \_\_\_\_\_

Фамилия наблюдателя

- Хорошо ладит с другими детьми \_\_\_\_\_
- Хорошо ладит со взрослыми \_\_\_\_\_
- Способен делиться \_\_\_\_\_

- Способен соблюдать очередность \_\_\_\_\_
- Способен выражать гнев приемлемыми способами \_\_\_\_\_
- Имеет близких друзей (одного или более) \_\_\_\_\_
- Убирает за собой рабочее (учебное) место \_\_\_\_\_
- Участвует в групповых играх \_\_\_\_\_
- Работает в группе (паре) сверстников \_\_\_\_\_
- Называет свою фамилию, имя, отчество \_\_\_\_\_
- В разговоре смотрит на собеседника \_\_\_\_\_
- Бережно и аккуратно относится к своим вещам \_\_\_\_\_
- Бережно и аккуратно относится к чужим вещам \_\_\_\_\_
- Выглядит довольным большую часть времени \_\_\_\_\_
- Редко вторгается в деятельность других \_\_\_\_\_
- Доволен своими достижениями \_\_\_\_\_
- Не боится приобретать новый опыт \_\_\_\_\_

### Исследование мотивации прихода в объединение

Тестирование проводится в начале и в конце года. Детям предлагается выбрать несколько вариантов ответов на вопросы:

1) Почему ты ходишь в кружок?

2) Что тебе интересно в кружке?

- мне интересно то, чему там учат

- занятия

- хочу больше знать

- праздники

- занятия проводят увлекательно и интересно

- экскурсии

- пообщаться с друзьями

- конкурсы и викторины

- нравится учитель

- мероприятия на каникулах

- заставляют родители

- потому что бесплатно

### Личностные результаты

Показатели (оцениваемые качества)	Критерии	Методы диагностики
<b>1. Организационно-волевые качества</b>		
1.1 Терпение	Способность переносить нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности	Наблюдение за умением выполнить задание вовремя и до итогового результата
1.2 Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Наблюдение за умением твердо отстоять свою позицию, контролировать свое поведение

1.3 Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки	Наблюдение за умением контролировать эмоции, дисциплиной, отсутствием страха перед трудностями
<b>2.Ориентационные качества</b>		
2.1 Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	Анкетирование
2.2 Интерес к занятиям в детском объединении	Осознанное участие в освоении образовательной программы	Анкетирование, наблюдение за участием в жизнедеятельности объединения
<b>3.Поведенческие качества:</b>		
3.1 Конфликтность	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации	Наблюдение, метод незаконченного предложения, наблюдение за умением принять точку зрения собеседника, самооценкой и т.д

**Лист оценки уровня воспитанности** (оценка: *высшая, средняя, удовлетворительная*)

ФИО	..... год обучения								
	Ситуации наблюдения								
	На занятиях			На массовых мероприятиях			С товарищами		
	сентябрь	январь	май	сентябрь	январь	май	сентябрь	январь	май