

Управление образования Администрации Николаевского муниципального района  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования детей  
центр детского (юношеского) технического творчества (МБОУ ДОД ЦДЮТТ)  
г.Николаевска-на-Амуре

Согласовано на заседании  
Педагогического совета  
Протокол №1 от 03.09.2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ДОД ЦДЮТТ  
 Л.С.Никитина  
Приказ №89а-лс от 16.09.2024



## Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Основы туризма»

Базовый уровень

Направленность: Туристско-краеведческая

Возраст обучающихся 7-14 лет  
Срок реализации: 1 год  
Составитель: педагог  
дополнительного образования  
Тучина Елена Игоревна

г.Николаевск-на-Амуре  
2024г.

## Пояснительная записка

Туристско - краеведческая деятельность детей и подростков является одним из сильных воспитательных инструментов, поскольку в умелых руках работает на формирование социально - востребованных качеств гражданина России - самостоятельности, ответственности, навыков взаимодействия с другими, воли, нравственных установок. Туристские походы с детьми по родной земле это ничто иное, как средство воспитания чувства патриотизма, которое формируется через эмоциональные и физические переживания.

Для качественной подготовки юных туристов к путешествиям, для усиления мотивации и увеличения охвата этой деятельностью детей и получения ими новых, а также закрепления имеющихся навыков, организаторами туристско - краеведческой деятельности (в субъектах и на федеральном уровне) организуются и проводятся слёты юных туристов-краеведов.

Региональный центр детско - юношеского туризма разработал дополнительную общеобразовательную программу «Основы туризма» с целью подготовки обучающихся к участию в походы, а также для подготовки к испытанию по выбору «Туристский поход» Всероссийского комплекса ГТО, и участию в виде программы «Контрольный туристский маршрут» на муниципальных и региональных слётах юных туристов-краеведов. В методических рекомендациях к этой программе, будут подробно описаны методы и технологии преподавания, а также формы организации учебного занятия.

Разработанная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы туризма» имеет стартовый уровень и рассчитана на 216 часов.

Программа состоит из 4 блоков: основы туристской подготовки, топография и ориентирование, краеведение, основы гигиены и первая доврачебная помощь.

По окончании обучения проводится итоговая аттестация учащихся.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско - краеведческой направленности «Основы туризма» создаёт условия для удовлетворения познавательного интереса учащихся, социальной адаптации детей и направлена на привлечение детей к систематическим занятиям туризмом.

Содержание программы направлено на получение учащимися знаний и элементарных навыков по основам активных форм туристско-краеведческой деятельности, необходимых для участия в туристских походах и слётах юных туристов - краеведов.

Программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами и локальными актами:

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

Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);

СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

Распоряжение Министерства образования и науки Хабаровского края от 26.09.2019 г. № 131 об утверждении методических рекомендаций «Правила персонализированного финансирования дополнительного образования детей в городском округе, муниципальном районе Хабаровского края»;

Устав МБОУ ДОД ЦДЮТТ;

Положение о дополнительной общеразвивающей программе в МБОУ ДОД ЦДЮТТ;

Активные формы туристско - краеведческой деятельности - участие детей в походах и слётах являются одним из наиболее специфических видов деятельности, в котором сочетаются умственные и физические нагрузки, становясь универсальным средством формирования мотивации к занятиям туристско-краеведческой деятельностью. В походах создаются необходимые условия для удовлетворения индивидуальных потребностей учащихся как в интеллектуальном, путём активизации познавательной деятельности, так и в нравственном, путём получения социального опыта взаимодействия, развитии.

Программа «Основы туризма» вводит ребенка в удивительный мир творчества, с помощью элементов такого вида художественного творчества как изготовление живых картин из строганных веток.

В ситуации перехода Российской Федерации от индустриального к постиндустриальному информационному обществу нарастают вызовы к системе образования и социализации человека. Реализация программы «Основы туризма» способствует формированию нестандартного, адаптивного мышления, быстрому принятию решения.

#### *Актуальность программы*

На занятиях современного туризма познавательная активность учащихся выходит за рамки собственной образовательной среды в сферу социальных практик. Знания, получаемые учащимися при освоении образовательной программы, можно широко применять в обычной жизни: ориентироваться в городской среде и в лесу, готовить пищу на костре, преодолевать естественные препятствия в природной среде. Тем самым дополнительная общеразвивающая образовательная программа «Основы туризма» отвечает запросам детей и их родителей.

#### *Педагогическая целесообразность программы*

Участие учащихся в туристских походах и слётах юных туристов-краеведов сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира и в первую очередь своей малой родины. Занятия способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, что очень важно для подрастающего поколения.

#### *Отличительные особенности программы*

Программа является модифицированной. За основу взята дополнительная общеобразовательная, общеразвивающая программа «Основы туризма» для учащихся 7-14 лет / Автор - сост. Д.В.Верин – Галицкий. - Хабаровск: КГАОУ ДО РМЦ, 2021. - 16с. В программе сделан акцент именно на обучение навыкам, необходимым юным туристам для совершения туристских походов и обеспечения своей жизнедеятельности. Программа стартового уровня рассчитана на один год обучения. Содержание программы является достаточным для участия в туристском слёте образовательной организации (школы, учреждения дополнительного образования), муниципальном и краевом слётах юных туристов - краеведов. Данная программа может быть использована педагогами средних общеобразовательных организаций для ведения внеурочной деятельности по основам туризма.

### *Адресат программы*

Программа рассчитана на учащихся 7-14 лет. Учащиеся, желающие обучаться по данной программе, принимаются в объединение по письменному заявлению родителей (законных представителей) при условии получения медицинского допуска к занятиям. Учащиеся других возрастных категорий могут быть зачислены в объединение на основании успешного прохождения входной диагностики.

Требований к состоянию здоровья: нет.

Количество учащихся в группе стартового уровня - 12-15 человек.

### Объём и сроки усвоения программы, режим занятий

<b>Продолжительность занятия</b>	<b>Кол-во занятий в неделю</b>	<b>Кол-во часов в неделю</b>	<b>Кол-во недель</b>	<b>Кол-во часов в год</b>
3 часа	2	6	36	216 час.

### *Формы обучения и виды занятий*

групповая (направлена на выполнение задания по мини-группам), фронтальная (обязательна для выполнения работы всего коллектива).

Основной формой обучения является учебное занятие и воспитательные мероприятия:

занятия - игры, праздники, конкурсы, экскурсии в сквер, на природу, музей, беседы, занятие - знакомство, практические занятия, мастер класс,

викторины, презентация, выставка, воспитательные мероприятия.

**Цель программы:** формирование у учащихся знаний и умений по основам туризма, необходимых для участия в туристских походах выходного дня, участия в слётах юных туристов - краеведов.

### **Задачи программы:**

#### **Стартовый уровень**

<b>Предметная:</b> формировать у учащихся начальные знания, необходимые для подготовки и проведения походов.
<b>Метапредметная:</b> научить ориентироваться на местности;
<b>Личностная:</b> привить навыки общения в команде; воспитывать ответственность за порученное дело, умение доводить начатое дело до конца. формировать у учащихся патриотическое сознание, гражданскую ответственность, любовь и уважение к Родине на основе единых патриотических ценностей.

### **Учебный план**

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы контроля аттестации /
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы туристской подготовки	54			
1.1	Введение. Активные формы туристско-краеведческой деятельности и их влияние на развитие личности.	9	9	0	Первичная диагностика
1.2	Туристские походы. Техника безопасности при проведении туристских походов (движение группы в туристском походе, преодоление естественных препятствий, передвижение с использованием общественного транспорта).	3	1	2	Устный опрос
1.3	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Туристский бивак. Виды костров.	12	4	8	Тестирование
1.4	Личное и групповое туристское снаряжение.	15	10	5	Тестирование
1.5	Питание в туристском походе.	9	4	5	Самостоятельная работа
1.6	Движение группы в походе. Преодоление естественных препятствий в походе.	6	2	4	Устный опрос
2	<b>Топография ориентирование</b>	<b>48</b>			
2.1	Понятие о топографической карте. Условные знаки.	12	2	10	Тестирование
2.2	Компас. Работа с компасом. Движение по азимуту.	15	4	11	Устный опрос

2.3	Работа с картой и компасом в реальных условиях. Ориентирование на местности.	21	2	19	Групповая самостоятельная работа
<b>3</b>	<b>Краеведение</b>	<b>42</b>			
3.1	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.	15	6	9	Устный опрос
3.2	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов.	15	5	10	Устный опрос
3.3	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры.	12	2	10	Тестирование
<b>4</b>	<b>Основы гигиены и первая доврачебная помощь</b>	<b>57</b>			
4.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Врачебный контроль, самоконтроль.	18	6	12	Написание реферата
4.2	Походная медицинская аптечка.	12	4	8	Написание теста
4.3	Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний. Изготовление картины «Медведь» из строганных веток.	18	4	14	Устный опрос
4.4	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.	9	2	7	Написание реферата
<b>5</b>	<b>Аттестация учащихся</b>	<b>15</b>			
5.1	Промежуточная аттестация учащихся	6	3	3	Тестирование
5.2	Итоговая аттестация учащихся	9	5	4	Написание самостоятельной работы
<b>ИТОГО:</b>		<b>216</b>	<b>75</b>	<b>141</b>	

## Содержание программы

### 1. Основы туристской подготовки

**1.1. Тема:** «Введение. Активные формы туристско-краеведческой деятельности и их влияние на развитие личности».

**Теория:** Туристско-краеведческая деятельность учащихся. Активные формы туристско-краеведческой деятельности. Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности. Туристские нормативы и значки «Юный путешественник России», «Турист России». Инструктаж по технике безопасности лесу, при розжиге костров. Инструктаж в туристических походах. Первичная диагностика.

**1.2. Тема:** «Туристские походы. Техника безопасности при проведении туристских походов».

**Теория:** Туристские походы. Техника безопасности при проведении туристских походов: движение группы в туристском походе, преодоление естественных препятствий, передвижение с использованием общественного транспорта. Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

**Практика:** Движение группы в походе. Составление плана подготовки похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана-графика движения.

**1.3. Тема:** «Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Туристский бивак. Виды костров».

**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. Виды костров.

**Практика:** Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов в летнее время года. Установка палаток различных видов. Заготовка дров для костра. Разведение костра. Установка тента. Развёртывание и свёртывание лагеря (бивака).

**1.4. Тема:** «Личное и групповое туристское снаряжение».

**Теория:** Понятие о личном и групповом снаряжении. Личное снаряжение для походов выходного дня (ПВД) и степенных походов, требования к нему. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Варочные котлы, их разновидности. Костровое оборудование (таганки, тросики). Топоры. Пилы. Тенты.

**Практика:** Подбор снаряжения для походов выходного дня и степенных походов, пешеходных походов. Доработка и ремонт снаряжения. Отработка навыков использования снаряжения.

**1.5. Тема:** «Питание в туристском походе».

**Теория:** Значение правильного питания в походе. Варианты организации питания в однодневном походе: перекус «на бутербродах» и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в 2-3-дневном походе. Меню. Продуктовая раскладка (список продуктов и их количество). Рецепты походных блюд. Использование для питания дикоросов. Питьевой режим в походе. Питьевая вода в походных условиях: где взять воду, как её подготовить для питья и приготовления пищи.

**Практика:** Составление меню, продуктовой раскладки. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи в полевых условиях. Разжигание и поддержание разных типов костров. Распределение продуктов в соответствии с количеством участников похода для обеспечения порционного питания. Организация места для приготовления пищи. Техника безопасности при приготовлении пищи на костре с использованием туристских газовых горелок.

**1.6. Тема:** «Движение группы в походе. Преодоление естественных препятствий»

**Теория:** Организация движения группы. Виды естественных препятствий: подъёмы, спуски, овраги, болота, водные преграды, завалы. подручные средства для преодоления препятствий. Специальное снаряжение для преодоления естественных препятствий. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий.

**Практика:** Движение группы в походе. Преодоление естественных препятствий без использования подручных средств, с использованием специального снаряжения. Отработка навыков преодоления естественных препятствий.

## **2. Топография и ориентирование**

**2.1. Тема:** «Понятие о топографической карте. Условные знаки»

**Теория:** Топографические карты, их назначение. Условные знаки. Масштаб. Виды масштабов.

**Практика:** Изучение условных знаков топографических карт. Знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков. «Путешествия» по картам.

**2.2. Тема:** «Компас, работа с компасом. Движение по азимуту».

**Теория:** Компас. Типы компасов. Правила обращения с компасом. Определение сторон горизонта по компасу, ориентирование карты по компасу. Азимут на объект. Азимут на карте.

**Практика:** Ориентирование карты по компасу. Определение азимута по карте и его перенос на местность. Движение по азимуту с использованием азимутальных отрезков.

**2.3. Тема:** «Работа с картой и компасом в реальных условиях. Ориентирование на местности».

**Теория:** работа с картами

**Практика:** Практикум по ориентированию на местности в реальных условиях. Соревнования по ориентированию на местности.

## **3. Краеведение**

**3.1. Тема:** «Родной край, его природные особенности, история, известные земляки».

**Теория:** Климат, растительность и животный мир Хабаровского края, его рельеф, реки, озёра, полезные ископаемые. Памятники истории и культуры. Выдающиеся люди края, их вклад в его развитие. Сведения о прошлом края. История города Николаевска - на Амуре. Знакомство со схемой.

**Практика:** Экскурсии: «Николаевск - на Амуре исторический», «Николаевск - на Амуре православный», «Николаевск - на Амуре военный».

**3.2. Тема:** «Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи».

**Теория:** Наиболее интересные места для проведения походов. Памятники истории и культуры, музеи края.

**Практика:** Виртуальные экскурсии по достопримечательностям Хабаровского края. Экскурсии по достопримечательностям Николаевска -на - амуре.

**3.3. Тема:** «Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры».

**Теория:** Охрана природы и памятников культуры

**Практика:** Санитарная уборка биваков и троп во время проведения туристских путешествий.

#### **4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь**

**4.1. Тема:** «Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Врачебный контроль, самоконтроль».

**Теория:** Строение организма человека. Нервная система и её роль в жизнедеятельности организма. Костно - мышечная система, её строение и функции. Сердечно - сосудистая система. Система дыхания и её значение для жизнедеятельности организма. Влияние систематических занятий физической культурой и спортом на укрепление здоровья, развитие физических качеств: силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости. Формирование правильной осанки. Гармоническое телосложение как основа долголетия. Значение и содержание врачебного контроля, и формы работы по врачебному контролю. Значение и содержание самоконтроля спортсмена.

**Практика:** Физические упражнения на развитие силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, на формирование правильной осанки. Измерение пульса, частоты дыхания.

**4.2. Тема:** «Походная медицинская аптечка».

**Теория:** Назначение походной аптечки. Состав походной аптечки. Хранение и транспортировка аптечки в походных условиях.

**Практика:** Сбор походной аптечки. Упаковка, хранение лекарственных средств.

**4.3. Тема:** «Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний».

**Теория:** Понятие о гигиене. Особенности соблюдения гигиенических правил в походных условиях.

**Практика:** Личная гигиена туриста. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за одеждой и обувью.

**4.4. Тема:** «Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи».

**Теория:** Походный травматизм. Помощь при различных травмах. Сердечно-лёгочная реанимация.

**Практика:** Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран. Виды повязок. Оказание первой помощи условно пострадавшему (ссадины, порезы, потёртости, травма головы, перелом предплечья, перелом голени, перелом пальца руки). Сердечно-лёгочная реанимация. Транспортировка пострадавшего.

#### **5. Аттестация учащихся**

**5.1. Тема:** «Промежуточная аттестация».

**Теоретическая и практическая** проверка усвоения учащимися пройденного программного материала.

**5.2. Тема:** «Итоговая аттестация».

**Теоретическая и практическая** проверка усвоения учащимися программного материала за весь учебный курс.

## **Планируемые результаты освоения программы**

### *Предметные:*

#### *Туристско - краеведческая направленность*

- учащиеся научатся использовать личное и групповое туристское снаряжение по назначению;
- будут уметь разбивать туристский лагерь для ночлега в полевых условиях;

### *Метапредметные:*

- учащиеся будут уметь ориентироваться на местности;
- научатся работать с компасом и картой;
- научатся изготавливать картины в технике строганных веток;
- у учащихся будет развито образное мышление и воображение, эстетический вкус, глазомер.

### *Личностные:*

- учащиеся научатся взаимодействовать друг с другом при выполнении различных заданий;
- учащиеся научатся соблюдать режим тренировок и отдыха;
- учащиеся будут знать государственные символы России;
- учащиеся научатся понимать значения слов Родина, Россия, столица России, народ России, семья и др.;
- у учащихся будет развито чувство любви и гордости к нашей стране, городу, своей семье, друзьям;
- учащиеся научатся развивать чувство коллективизма, сплоченности детского коллектива.

### ***Условия реализации программы:***

#### *Материально-техническое обеспечение*

Для успешной реализации данной программы необходимо:

- кабинет;
- оборудование кабинета (доска, столы и стулья, шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий и учебных материалов);
- компьютер, ноутбук, телефон с интернет источниками (для просмотра видео занятий, мультимедийных презентаций).
- маршрутная книга;
- туристическая палатка
- тринога костровая
- стол туристический складной
- набор посуды туристический
- верёвка
- топор
- ножовка
- тент
- аптечка укомплектованная
- книга маршрутных листов
- рация комплект
- туристическая лопатка

## Методическое обеспечение

Материалы методического обеспечения входят в методические рекомендации к ДООП «Основы туризма» данного учебно-методического комплекта и состоят из теоретического и практического блоков туристско-краеведческих мероприятий, направленных на расширение знаний, умений и навыков необходимых для подготовки и проведения походов.

Методические рекомендации представляют собой подборку основных методических разработок автора ДООП «Основы туризма», а также разработок других авторов, обеспечивающих эффективность реализации данной программы. Данная программа предполагает также построение индивидуального образовательного маршрута для каждого учащегося.

## План воспитательной работы

### Стартовый уровень

<b>Патриотическое воспитание.</b>			
№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Вводные беседы	Беседа с обучающимися об истории центра детского творчества, историческом значении здания. 2 сентября. Памятная дата военной истории России. 8 сентября. День воинской славы России. 21 сентября День воинской славы России. Праздник Осени; Участие в конкурсах рисунков, стихов. Игра-викторина «Твои права и обязанности» Викторина «Российские рекорды». Акция «65 добрых дел».	Сентябрь
2.	Посвящение в кружковцы	Мероприятие, посвящение в кружковцы, вручение медалек. Игры на знакомство. «А, ну-ка, мальчишки и девчонки!»; Игра-викторина «Твои права и обязанности» Викторина «Российские рекорды».	Сентябрь
3.	Проведение бесед. День герба и флага	Беседа «История и символ», герб России. Проведение бесед «Я – гражданин России», «Флаг России – флаг мира». Как сберечь планету Земля? Хороших людей больше, чем плохих. О хороших людях в моей жизни.	Октябрь
4.	Проведение бесед.	Беседы «День согласия и примирения», «Терроризм – цель устрашения», 4 ноября. День народного единства. 6 ноября Памятная дата военной истории Отечества. 7 ноября. День воинской славы России. Парад на Красной площади. 11 ноября. Памятная дата мировой военной истории.	Ноябрь

		Первая мировая война. 19 ноября Начало военных действий Советских войск под Сталинградом День ракетных войск и артиллерии. День матери, изготовление сувениров. Почему матери плачут? Об ответственности перед родными людьми. Изготовление мамам сувениров.	
5.	Проведение бесед и экскурсия в музей.	Беседы ко дню памяти погибшим. Экскурсия в музей. 3 декабря Памятная дата России. День Неизвестного солдата. Цикл мероприятий «Спешите делать добро» Оформление кабинета к новому году.	Декабрь
6.	Проведение бесед.	Общественная опасность терроризма и экстремизма. 12 января. 1985 год Памятная дата военной истории России. 27 января. 1944 год. День воинской славы России.	Январь
7.	Проведение бесед.	2 февраля. 1943 год. День воинской славы России. 15 февраля. 1989 год. Памятная дата России. 23 февраля. 1981 год. День защитника отечества. Посещение ветерана О мальчиках и девочках войны.	Февраль
8.	Проведение бесед.	22 марта. 1915 год. Памятная дата военной истории России.	Март
9.	Проведение бесед.	4 апреля. 1945 год. Памятная дата военной истории России. 9 апреля. 1945 год. Памятная дата военной истории России. 13 апреля. 1945 год. День освобождения столицы Австрии Вены советскими войсками. 16 апреля. 1945 год. День начала Берлинской стратегической наступательной операции. 25 апреля. 1945 год. На Эльбени произошла встреча советских и американских войск. День приколов. Рассказы. Какая самая смешная история?	Апрель
10	Проведение бесед.	9 мая. 1945 год. День воинской славы России. 12 мая. 1944 год. День полного освобождения Крыма. 28 мая. 1918 год. День пограничника. Участие в конкурсах рисунков, стихов.	Май
11	Проведение бесед.	Проект «Открываем Россию вместе!». Семь чудес света (изготовление проекта). Проведение бесед. Конкурс рисунков.	В течении года.
Подведение итога			
		Итоговое занятие в каждом учебном году.	В конце года.
<b>Здоровьесберегающее воспитание</b>			

1.	Проведение бесед. Проекты.	Разработка педагогического проекта «Мы за здоровый образ жизни» Ознакомление со свойствами организма «Узнай своё тело»; «Правила личной гигиены»; «Вкусная и здоровая пища»; 7. «Азбука безопасности»;	Сентябрь Ноябрь Май
2.		Мероприятия: выставка, выступление, игра, концерт и другие мероприятия, соответствующие направленности основной дополнительной образовательной программы) Спортивные праздники и соревнования.	Сентябрь Май
3.		«Профилактика COVID-19, гриппа, ОРВИ и других вирусных инфекций»;	Сентябрь Ноябрь Декабрь Январь
<b>Духовно – нравственное воспитание</b>			
1.	Мероприятия	Соревнования, походы, экскурсии.	В течение года.
2.	Проведение тренингов.	1.Тренинг Понимаете ли вы других людей? 2.Тренинг Вы меня ещё узнаете. 3.Тренинг Добро должно быть с кулаками? 4.ТренингГоворящие инициалы. 5.Тренинг Вы и ваше окружение. 6.Тренинг «Коммуникабельны ли вы?»	Сентябрь Декабрь Май
<b>Коммуникация и сотрудничество.</b>			
<b>Социализация.</b>			
1.	Проведение бесед.	Для чего нужна речь. Речь – важнейшее средство общения. «Школа речевого этикета». Различные формы приветствия и прощания в зависимости от ситуации. Различные формы выражения извинения.	Сентябрь Ноябрь
2.	Проведение бесед.	«Для чего необходимо лечить зубы». Диагностика ценностных ориентаций членов детского коллектива Как дети умеют общаться со сверстниками, проведение анкетирования «Как я умею ладить с людьми».	Декабрь Февраль
3.	Проведение бесед.	Упражнение "Тот как я себя вижу", коммуникативное упражнение "Верю - не верю», Внешний вид, как мы должны выглядеть.	Март Апрель Май
<b>Интеллектуальная активность.</b>			
1.	Проведение игр.	Игры: 1. «Шифровальщики». (coolreferat. Com> Игра как форма...досуга подростков), <a href="http://www.kindergeni.ru/holiday.htm">http://www.kindergeni.ru/holiday.htm</a>	В течение года

		<p>2.«Карлики и великаны», «Фанты».  <a href="http://www.kindergenii.ru/holiday.htm">http://www.kindergenii.ru/holiday.htm</a></p> <p>3. «Шарик», «Колечко», «Кто он?», «Картина», «Цепочка».  <a href="http://www.littleone.ru/articles/7-16/gamesmlsch/411/">http://www.littleone.ru/articles/7-16/gamesmlsch/411/</a></p> <p>4. «Определения», «Переписываем стихи», «Четверо на диване», «Срочная инвентаризация», «Мозаика».  <a href="http://www.vampodarok.com/konkursi/intellektualnye">http://www.vampodarok.com/konkursi/intellektualnye</a>  <a href="http://www.lanterna.ru/doc/pedagogical_detachment/game/games_team/">http://www.lanterna.ru/doc/pedagogical_detachment/game/games_team/</a></p>	
2.	Проведение анкетирования и тренингов.	<p>Проведение тренинга «Поменяйтесь местами» Интернет ресурсы <a href="http://www.nvppl.ru/show_articles_134.htm">www.nvppl.ru/show_articles_134.htm</a>.</p> <p>Тестирование «Какой ты человек», «Выявление индивидуальности».  <a href="http://tests.kulichki.com/testcharacter.html">http://tests.kulichki.com/testcharacter.html</a></p> <p>Анкетирование. «Добро должно быть с кулаками?»  <a href="http://kurasovka.narod.ru/anket.htm">http://kurasovka.narod.ru/anket.htm</a></p> <p>Анкетирование. «Вы меня ещё узнаете».  <a href="http://kurasovka.narod.ru/anket.htm">http://kurasovka.narod.ru/anket.htm</a></p>	В течении года
<b>Экономическая активность.</b>			
	Проведение уборки.	<p>1. «Эта вредная лень!» (беседа), проект.</p> <p>2. Уборка помещения.</p> <p>3. Шефская работа с младшими членами группы.</p>	октябрь декабрь февраль

*Содержание плана воспитательной работы:*

*Гражданско - патриотическое воспитание:*

1. Изучение тем, связанных с патриотическим воспитанием обучающихся на занятиях;

2. Организация выставок, конкурсов на патриотическую тематику;

4. Посещение музеев, выставок, экскурсий по историческим местам;

5. Проведение диспутов, бесед, встреч;

6. Участие в мероприятиях.

*Культурологическое воспитание:*

1. Итоговое занятие в каждом учебном году.

*Здоровьесберегающее воспитание:*

1. Спортивные праздники и соревнования;

2. Разработка педагогического проекта «Безопасность здоровья человека»

3. ознакомление со свойствами организма «Узнай своё тело»;

4. «Правила личной гигиены»;

5. «Вкусная и здоровая пища»;

6. «Профилактика COVID-19, гриппа, ОРВИ и других вирусных инфекций»;

7. «Азбука безопасности»;

*Духовно – нравственное воспитание:*

1. Мероприятие, посвященное Дню Матери;

2. Разработка и реализации проекта «75-лет Победы»;

3. Творческое занятие «Самара - город трудовой и военной славы»;
4. Конкурс рисунков, газет, плакатов, посвященных знаменательным датам;
5. Совместный просмотр художественных и документальных фильмов («Завтра была война», «В бой идут одни старики», «А зори здесь тихие», «Остров» и др.) и их дальнейшее обсуждение.

Мероприятие: выставка, выступление, игра, театрализованное представление, концерт и другие мероприятия, соответствующие направленности основной дополнительной общеобразовательной программы.

Проведение тренингов (Понимаете ли вы других людей, Вы меня ещё узнаете, Добро должно быть с кулаками, Говорящие инициалы, Вы и ваше окружение, «Коммуникабельны ли вы?»).

## **Список литературы**

### *Литература для педагога*

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. - М., 2006.
2. Добарина И.А., Жигарев О.Л. Основы школьного туризма: Методическое пособие для учителей и студентов. - Новосибирск: Издательство НГПУ, 1998.
3. Жихарев А.М. Собираемся в поход. - Ярославль: Академия развития, 2004.
4. Завгорудько В.Н. Выжить в тайге обязан. - Хабаровск: Приамурское географическое общество, 2001.
5. Ильин А.А. Энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях. - М.: Эксмо, 2003.
6. Ильин А.А. Учебник выживания в экстремальных ситуациях. - М.: Яуза, 2001.
7. Ильин А.А. Первые действия в экстремальной ситуации. - М.: Эксмо, 2003.
8. Ильин А.А. Школа выживания в природных условиях. - М.: Эксмо, 2002. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. - М., ЦДЮТиК, 2002.
9. Константинов Ю.С. Туристская игротка. - М.: Гуманитарный издательский центр, 2000.
10. Крайнева И.Н. Узлы. Простые, забавные, сложные. - СПб.: Кристалл, 1997.
11. Куликов В.М. Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков. - М.: АСТ, 1997.
12. Литвинов Е.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. - М.: АСТ, 1997.
13. Некляев С.Э. Поведение учащихся в экстремальных условиях природы. - М.: Владос, 2003.
14. Регламент по виду «Спортивный туризм». - М., 2019.
15. Усыскин Г.С. В классе, в парке, в лесу. - М.: ЦДЮТиЭ, 2001.

### **Литература для учащихся**

1. Колесникова Л.В. Спортивное ориентирование. Рабочая тетрадь юного ориентировщика. — М.: ЦДЮТур МО РФ, 2002.
2. Новиков А.Л. Учебно-познавательные игры с элементами топографии. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 2002.
3. Огородников Б.И., Моисеенков А.Л, Приймак Е.С. Сборник задач и упражнений по спортивному ориентированию. - М.: ФиС, 1980.
4. Правила соревнований по спортивному ориентированию. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 2002.

5. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994.
6. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.: Профиздат, 1990.
7. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / [А.Т.Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев, Э.Н. Аюбов]; под ред. А.Т. Смирнова. - М., 2007.
8. Регламент по виду спорта «Спортивный туризм». - М., 2019.

### **Интернет ресурс**

1. Туристско-краеведческая деятельность учащихся <https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/>
2. Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности <https://nsportal.ru/npo-spo/obrazovanie-i->
3. Туристские нормативы и значки «Юный путешественник России», «Турист России» <https://monrt.rtyva.ru/index.php/ru/>
4. Туристские походы. Техника безопасности при проведении туристских походов: движение группы в туристском походе, преодоление естественных препятствий <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe->
5. Привалы и ночлеги в походе <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe>
6. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий <https://www.vtourisme.com/informatisionnyj/>
7. Выбор места для привала и ночлега (бивака) <https://multiurok.ru/index.php/files/organizatsi>
8. Основные требования к месту привала и бивака. Виды костров <https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti->
9. Понятие о личном и групповом снаряжении <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe>
10. Личное снаряжение для походов выходного дня [https://www.vprohod.ru/page/equipment\\_pvd](https://www.vprohod.ru/page/equipment_pvd)
11. Групповое снаряжение, требования к нему <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe>
12. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки <https://novasport.ru/poleznoe/vse-o>
13. Костровое оборудование (таганки, тросики). Топоры. Пилы. Тенты <https://sport-marafon.ru/article/kak->
14. Значение правильного питания в походе. Варианты организации питания в однодневном походе: перекус «на бутербродах» и с приготовлением горячих блюд <https://nsportal.ru/npo-spo/obrazovanie-i>
15. Продуктовая раскладка (список продуктов и их количество) <https://alpindustria.ru/articles/pitanie>
16. Питьевая вода в походных условиях: где взять воду, как её подготовить для питья и приготовления пищи <https://sport-marafon.ru/article/gde>
17. Организация движения группы <https://belaya-klukva.ru/stati/>
18. подручные средства для преодоления препятствий <https://www.maam.ru/>
19. Топографические карты, их назначение <https://ru.wikipedia.org/wiki/>
20. Условные знаки. Масштаб. Виды масштабов <https://nsportal.ru/shkola/geografiya/library/>
21. Изучение условных знаков топографических карт <https://studfile.net/preview/>
22. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков. «Путешествия» по картам <https://studme.org/186910/>
23. Компас. Типы компасов <https://wika.tutoronline.ru/>
24. Правила обращения с компасом <https://83.mchs.gov.ru/deyatelnost/press>

25. Ориентирование карты по компасу <https://nsportal.ru/>
26. Азимут на объект. Азимут на карте <https://wika.tutoronline.ru/geografiya/class/6/>
27. Движение по азимуту с использованием азимутальных отрезков <https://dzen.ru/a/>

### Календарно учебный график

№	Дата	Наименование темы	Количество часов			Форма проведения занятий	Форма контроля	Примечания
			всего	теория	практика			
		<b>1.1 Введение. Активные формы туристско-краеведческой деятельности и их влияние на развитие личности.</b>	<b>9 часов</b>			<b>Беседа-диалог</b>	<b>Устный опрос</b>	
1	неделя	Туристско-краеведческая деятельность учащихся.	3	3	-			Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/rasznoe/library/">https://nsportal.ru/shkola/rasznoe/library/</a>
		Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности.	3	3	-			Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/npo-spo/obrazovanie-i-">https://nsportal.ru/npo-spo/obrazovanie-i-</a>
2	неделя	Туристские нормативы и значки «Юный путешественник России», «Турист России».	3	3	-	<b>Поход</b>	<b>Устный опрос</b>	Интернет ресурс <a href="https://monrt.rtyva.ru/index.php/ru/">https://monrt.rtyva.ru/index.php/ru/</a>
		<b>1.2. «Туристские походы. Техника безопасности при проведении туристских походов»</b>	<b>3 часа</b>					
		Туристские походы. Техника безопасности при проведении туристских походов: движение группы в туристском походе, преодоление естественных препятствий.	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-">https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-</a>
3	неделя	<b>1.3 Тема: «Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Туристский бивак. Виды костров»</b>	<b>12 часов</b>			<b>Просмотр видео</b>		<b>Тест</b>
		Привалы и ночлеги в походе.	3	1	2			Интернет ресурс

								<a href="https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe">https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe</a>
		Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://www.vtourisme.com/informatcionnyj/">https://www.vtourisme.com/informatcionnyj/</a>
4 неделя		Выбор места для привала и ночлега (бивака).	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://multiurok.ru/index.php/files/organizatsi">https://multiurok.ru/index.php/files/organizatsi</a>
		Основные требования к месту привала и бивака. Виды костров.	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-">https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-</a>
5 неделя		<b>1.4Тема: «Личное и групповое туристское снаряжение»</b>	<b>15 часов</b>			<b>Беседа-диалог</b>		<b>Тест</b>
		Понятие о личном и групповом снаряжении.	3	3	-			Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe">https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe</a>
		Личное снаряжение для походов выходного дня	3	3	-			Интернет ресурс <a href="https://www.vpohod.ru/page/equipment_pvd">https://www.vpohod.ru/page/equipment_pvd</a>
6 неделя		Групповое снаряжение, требования к нему.	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe">https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe</a>
		Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.	3	2	1			Интернет ресурс <a href="https://novasport.ru/poleznoe/vse-o">https://novasport.ru/poleznoe/vse-o</a>
7 неделя		Костровое оборудование (таганки, тросики). Топоры. Пилы. Тенты.	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://sport-marafon.ru/article/kak-">https://sport-marafon.ru/article/kak-</a>
		<b>1.5.Тема: «Питание в туристском походе»</b>	<b>9 часов</b>					<b>Самостоятельная работа</b>
		Значение правильного питания в походе. Варианты организации питания в однодневном походе:	3	2	1			Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/npo-spo/obrazovanie-i">https://nsportal.ru/npo-spo/obrazovanie-i</a>

		перекус «на бутербродах» и с приготовлением горячих блюд.				<b>Беседа</b>		
8 неделя		Продуктовая раскладка (список продуктов и их количество).	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://alpindustria.ru/articles/pitanie">https://alpindustria.ru/articles/pitanie</a>
		Питьевая вода в походных условиях: где взять воду, как её подготовить для питья и приготовления пищи.	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://sport-marafon.ru/article/gde">https://sport-marafon.ru/article/gde</a>
9 неделя		<b>1.6. Тема: «Движение группы в походе. Преодоление естественных препятствий»</b>	<b>6 часов</b>			<b>Поход</b>		<b>Устный опрос</b>
		Организация движения группы.	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://belaya-klukva.ru/stati/">https://belaya-klukva.ru/stati/</a>
		Подручные средства для преодоления препятствий.	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://www.maam.ru/">https://www.maam.ru/</a>
10 неделя		<b>2.1 Тема: «Понятие о топографической карте. Условные знаки»</b>	<b>12 часов</b>			<b>Просмотр видео</b>	<b>Тест</b>	
		Топографические карты, их назначение.	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://ru.wikipedia.org/wiki/Топографическая_карта">https://ru.wikipedia.org/wiki/Топографическая_карта</a>
		Условные знаки. Масштаб. Виды масштабов	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/geografiya/library/">https://nsportal.ru/shkola/geografiya/library/</a>
11 неделя		Изучение условных знаков топографических карт.	3	-	3			Интернет ресурс <a href="https://studfile.net/preview/">https://studfile.net/preview/</a>
		Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков. «Путешествия» по картам.	3	-	3			Интернет ресурс <a href="https://studme.org/186910/">https://studme.org/186910/</a>
12 неделя		<b>2.2. Тема: «Компас, работа с компасом. Движение по азимуту»</b>	<b>15 часов</b>			<b>Беседа-диалог</b>	<b>Устный опрос</b>	
		Компас. Типы компасов.	3	1	2			Интернет ресурс

								<a href="https://wika.tutoronline.ru/">https://wika.tutoronline.ru/</a> Интернет ресурс <a href="https://83.mchs.gov.ru/deyatelnost/press">https://83.mchs.gov.ru/deyatelnost/press</a>
		Правила обращения с компасом.	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
13 неделя		Ориентирование карты по компасу.	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://wika.tutoronline.ru/geografiya/class/6/">https://wika.tutoronline.ru/geografiya/class/6/</a>
		Азимут на объект. Азимут на карте	3	1	2			Интернет ресурс <a href="https://dzen.ru/a/">https://dzen.ru/a/</a>
14 неделя		Движение по азимуту с использованием азимутальных отрезков.	3	-	3			Интернет ресурс <a href="https://dzen.ru/a/">https://dzen.ru/a/</a>
		<b>2.3 Тема: «Работа с картой и компасом в реальных условиях. Ориентирование на местности»</b>	<b>21 час</b>			<b>Беседа - диалог</b>	<b>Групповая самостоятельная работа</b>	
		Работа с картами	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/geografiya">https://nsportal.ru/shkola/geografiya</a>	
15 неделя		Работа с компасом в реальных условиях	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/geografiya">https://nsportal.ru/shkola/geografiya</a>	
		Ориентирование на местности	3		3	Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/osnovy">https://nsportal.ru/shkola/osnovy</a>		
16 неделя		Практикум по ориентированию на местности	3		3		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/geografiya">https://nsportal.ru/shkola/geografiya</a>	
		Ориентирование карты по компасу	3		3		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/raznoe/">https://nsportal.ru/shkola/raznoe/</a>	
17 неделя		Определение сторон горизонта по компасу	3	-	3		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/osnovy">https://nsportal.ru/shkola/osnovy</a>	
		Соревнования по ориентированию на местности.	3		3		Интернет ресурс <a href="https://ru.wikipedia.org/wiki/Спортивное_ориентирование">https://ru.wikipedia.org/wiki/Спортивное_ориентирование</a>	
18 неделя		<b>3.1.Тема: «Родной край, его природные особенности, история, известные земляки»</b>	<b>15 часов</b>			<b>экскурсия</b>	<b>Устный опрос</b>	

		Климат, растительность и животный мир Хабаровского края.	3	3	-		Интернет ресурс <a href="https://old.bigenc.ru/geography/text/">https://old.bigenc.ru/geography/text/</a>
		Памятники истории и культуры.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://www.consultant.ru/document">https://www.consultant.ru/document</a>
19 неделя		Выдающиеся люди края, их вклад в его развитие.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://www.woman.ru/news/eti">https://www.woman.ru/news/eti</a>
		История города Николаевска -на -Амуре .	3	1	2		Интернет ресурс <a href="http://muzey-pugachjov.ru/виды-города-николаевска.html">http://muzey-pugachjov.ru/виды-города-николаевска.html</a>
20 неделя		Экскурсии: «Николаевск-на Амуре исторический», «Николаевск-на Амуре православный», «Николаевск-на Амуре военный». Изготовление картины «Олень» из строганных веток.	3	-	3		Экскурсия в музей.
		<b>3.2 Тема: «Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи</b>	<b>15 часов</b>			<b>Виртуальная экскурсия</b>	<b>Устный опрос</b>
		Наиболее интересные места для проведения походов. Изготовление картины «Олень» из строганных веток.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://dzen.ru/a/ZRZZflrR8x1erVBD">https://dzen.ru/a/ZRZZflrR8x1erVBD</a>
21 неделя		Памятники истории и культуры	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://travel.yandex.ru/journal/yunesko-v-rossii/">https://travel.yandex.ru/journal/yunesko-v-rossii/</a>
		Музеи края	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://www.culture.ru/museums/">https://www.culture.ru/museums/</a>
22 неделя		Виртуальные экскурсии по достопр Хабаровского края.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://artmuseum27.ru/virtualnye">https://artmuseum27.ru/virtualnye</a>
		Экскурсии по достопримечательностям Николаевска-на –Амуре.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://школьныйтуризмроссии.рф">https://школьныйтуризмроссии.рф</a>

		<b>3.3 Тема: «Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры»</b>	<b>12 часов</b>			<b>беседа</b>	<b>Написание теста</b>
23 неделя		Санитарная уборка биваков и троп во время проведения туристских путешествий.	3	-	3		Интернет ресурс <a href="https://sudact.ru/law/postanovlenie">https://sudact.ru/law/postanovlenie</a>
		Охрана памятников культуры	3		3		Интернет ресурс <a href="https://ru.wikipedia.org/wiki/">https://ru.wikipedia.org/wiki/</a>
24 неделя		Общественно-полезная работа в путешествии	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://infourok.ru/prezentaciya">https://infourok.ru/prezentaciya</a>
		Охрана природы	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://ru.wikipedia.org/wiki/">https://ru.wikipedia.org/wiki/</a>
		<b>4.1 Тема: «Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Врачебный контроль, самоконтроль»</b>	<b>18 часов</b>			<b>Беседа-диалог, просмотр видео</b>	<b>Написание реферата</b>
25 неделя		Строение организма человека.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://ru.wikipedia.org/wiki/Нормальная_анатомия_человека">https://ru.wikipedia.org/wiki/Нормальная анатомия человека</a>
		Нервная система и её роль в жизнедеятельности организма. Костно-мышечная система, её строение и функции. Сердечно-сосудистая система. Система дыхания и её значение для жизнедеятельности организма.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://foxford.ru/wiki/biologiya/">https://foxford.ru/wiki/biologiya/</a>
26 неделя		Влияние систематических занятий физической культурой и спортом на укрепление здоровья, развитие физических качеств: силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости. Формирование правильной осанки.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/">https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/</a>
		Значение и содержание врачебного	3	1	2		Интернет ресурс

		контроля, и формы работы по врачебному контролю.					<a href="http://www.psu.ru/files/docs/science">http://www.psu.ru/files/docs/science</a>
27 неделя		Измерение пульса, частоты дыхания.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/npo">https://nsportal.ru/npo</a>
		Физические упражнения на развитие силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, на формирование правильной осанки.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-</a>
		<b>4.2 Тема: «Походная медицинская аптечка»</b>	<b>12 часов</b>			<b>Беседа-диалог</b>	<b>Написание теста</b>
28 неделя		Назначение походной аптечки.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://75.mchs.gov.ru/deyatelnost/press">https://75.mchs.gov.ru/deyatelnost/press</a>
		Состав походной аптечки.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://75.mchs.gov.ru/deyatelnost/">https://75.mchs.gov.ru/deyatelnost/</a>
29 неделя		Сбор походной аптечки.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://75.mchs.gov.ru/deyatelnost/">https://75.mchs.gov.ru/deyatelnost/</a>
		Упаковка, хранение лекарственных средств.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/npo">https://nsportal.ru/npo</a>
		<b>4.3 «Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний»</b>	<b>18 часов</b>			<b>Беседа-диалог</b>	<b>Устный опрос</b>
30 неделя		Понятие о гигиене.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://ru.wikipedia.org/wiki/">https://ru.wikipedia.org/wiki/</a>
		Особенности соблюдения гигиенических правил в походных условиях	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://sport-marafon.ru/article/chistyuy-turist">https://sport-marafon.ru/article/chistyuy-turist</a>
31 неделя		Личная гигиена туриста	3		3		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/shkola/">https://nsportal.ru/shkola/</a>
		Профилактика заболеваний	3		3		Интернет ресурс <a href="https://genetico.ru/stati/profilaktika-">https://genetico.ru/stati/profilaktika-</a>
32 неделя		Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://turclub-pik.ru/blog/gigiena-v-pohode/">https://turclub-pik.ru/blog/gigiena-v-pohode/</a>
		Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://turclub-pik.ru/blog/gigiena-v-">https://turclub-pik.ru/blog/gigiena-v-</a>

		одеждой и обувью. Изготовление картины «Медведь» из строганных веток.					pohode/
		<b>4.4 Тема: «Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи»</b>	<b>9 часов</b>			<b>Просмотр видео</b>	<b>Написание реферата</b>
33	неделя	Походный травматизм	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://naturehike-">https://naturehike-</a>
		Помощь при различных травмах.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://29.mchs.gov.ru/deyatelnost/">https://29.mchs.gov.ru/deyatelnost/</a>
34	неделя	Сердечно-лёгочная реанимация. Изготовление картины «Медведь» из строганных веток.	3		3	<b>Беседа</b>	Интернет ресурс <a href="http://ugzep.ru/priroda-eto-ya/2-">http://ugzep.ru/priroda-eto-ya/2-</a>
		<b>5.1 Тема: «Промежуточная аттестация»</b>	<b>6 часов</b>				<b>Тест</b>
		Проверка усвоения учащимися пройденного программного материала.	3	2	1		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/npo-">https://nsportal.ru/npo-</a>
35	неделя	Проверка усвоения учащимися пройденного программного материала.	3	1	2	<b>Беседа</b>	Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/npo-spo/obrazovanie-i-">https://nsportal.ru/npo-spo/obrazovanie-i-</a>
		<b>5.2 Тема: «Итоговая аттестация»</b>	<b>9 часов</b>				<b>Написание самостоятельной работы</b>
		проверка усвоения учащимися программного материала за весь учебный курс.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/obshchepedagogicheskie-">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/obshchepedagogicheskie-</a>
36	неделя	проверка усвоения учащимися программного материала за весь учебный курс.	3	1	2		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/obshchepedagogicheskie-">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/obshchepedagogicheskie-</a>
		проверка усвоения учащимися программного материала за весь учебный курс.	3	3	-		Интернет ресурс <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/obshchepedagogicheskie-">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/obshchepedagogicheskie-</a>
		<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>75</b>	<b>141</b>		