

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
"Теляковская средняя общеобразовательная школа"  
Ясногорского района Тульской области

«Принято»  
на педагогическом  
совете  
Протокол № 7  
«30 августа 2019 г.

«Согласовано»  
ЗДВР 0877-  
/М. С. Горланова/  
«30 августа 2019 г.

Директор школы И. В. Фокина  
Приказ № 0877 «30 августа» 2019 г.



**Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
«Спортивный туризм»  
(спортивно-оздоровительной направленности)**

Уровень образования (класс): основное общее образование: 5,6 классы  
Количество часов: 68  
Срок реализации: 2 года

Педагог: Ф.И.Есин

### Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивный туризм» для 5-6 классов составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями).
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 года № 189 «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями и дополнениями).
- Основная образовательная программа основного общего образования

Программа внеурочной деятельности «Спортивный туризм» разработана для работы с обучающимися 5-6 класса в соответствии с требованиями ФГОС основного общего образования. Данная программа адресована детям, которые проявляют интерес к спорту и здоровому образу жизни.

Туризм - один из наиболее массовых видов спорта. Тысячи туристов ежегодно выходят на свои маршруты. Люди находят средства и способы хотя бы на неделю вырваться из плена городов и окунуться в чарующий мир первозданной природы.

Но там же и подстерегают опасности, от которых нас отучил комфорт. Не только путешественник, любой человек может оказаться в экстремальной ситуации, например, заблудиться в лесу.

Туризм - это не только спорт. Это образ и стиль жизни. Путешествуя, человек знакомится с родной страной, иногда попадая в условия, близкие к тем, в которых жили наши предки, на практике знакомится с бытом и традициями народов России. И в один прекрасный момент он задумывается о своем месте в жизни. Именно отсюда и начинается патриотизм - с отождествления себя со страной, в которой живешь, с ее культурой и обычаями.

Принято рассматривать не просто туризм, а его отдельные виды. Во всех видах туризма обучение новичка идет по одному и тому же пути: сначала даются определенные базовые знания, общие для всех видов туризма и лишь потом начинается специализация.

Таким образом, в туризме можно выделить несколько разделов, общих для всех видов. Такие как: основные понятия в спортивном туризме, психологическая, морально – нравственная и физическая подготовка юных туристов. На мой взгляд эти разделы, являются обязательными для изучения начинающими туристами. Без знания этих разделов туристской жизни нельзя говорить о подготовленности туриста.

Следует обратить внимание на раздел: организация технологии и экологии туристского быта в полевых условиях. Именно через экологическую возможно достижение основных целей данной программы. Путешествуя, ребенок знакомится с окружающим миром, на практике постигает его законы, и задача руководителя - всеми способами способствовать развитию этого интереса. Ребенок знакомится с культурой, географией, историей родной страны. Через экологическую работу детям прививается бережное отношение к природе. А это и есть решение основной задачи программы - воспитание в детях чувства патриотизма и привитие основных человеческих качеств.

Программа занятий предусматривают обучение ребят основам туризма - сообщение им начальных сведений по организационным вопросам подготовки и проведения походов, элементарных понятии об ориентировании на местности, знаний основ топографии, гигиены туриста, первой помощи при заболеваниях и травмах. Дать учащимся возможность освоить все премудрости спортивного туризма - на всю жизнь привить им страсть к путешествиям, к познанию, к самосовершенствованию.

Одной из главных задач программы спортивного туризма - удовлетворить естественную потребность обучающихся в непосредственном познании мира, своего края; показать, как он прекрасен, воспитать любовь к нему, преданность народу и земле, на которой им посчастливилось родиться, физическое воспитание детей, привитие любви к труду и умения трудиться, приобретение ребятами необходимых навыков.

В ходе занятий особенно важно воспитать у ребят сознание того, что каждый поход необходимо тщательно готовить им самим, дружно, всем вместе. Надо, чтобы они поняли на

собственном опыте: хороший, интересный и полезный поход бывает только у хороших туристов - умелых и трудолюбивых. Поэтому главное внимание руководитель должен уделять практической работе коллектива по подготовке каждого учебно-тренировочного похода.

Подготовка походов включает изучение и разработку маршрута, распределение обязанностей, организационную и хозяйственную подготовку. Маршруты походов должны быть построены так, чтобы группа могла познакомиться с местами славы края, наиболее типичными формами рельефа, рекой, озером. Желательно, чтобы во время походов ребята посетили места добычи полезных ископаемых, побывали на карьере и т. п. Маршруты должны знакомить обучающихся с наиболее характерными по природным условиям уголками области (посещение заповедника, охотхозяйства, биостанции, лесничества и т. п.). В результате походов ребята приобретают знания по охране природы, памятников истории и культуры. Руководитель должен быть готов привести интересные факты, рассказать легенды, связанные с местами, где проходят маршруты.

Практические занятия и учебно-тренировочные походы надо строить так, чтобы ребята научились все делать самостоятельно. Очень важно, чтобы они привыкли быстро, дружно, толково работать на биваке и на препятствиях, не прятались бы за спины товарищей.

Изучение данного курса обеспечивает спортивно – оздоровительное развитие обучающихся, а так же формирование воспитания нравственных чувств и трудолюбия, развитие творческих способностей и формирование основ социально ответственного поведения в обществе. Важным при этом является относительно свободный выбор содержания, форм и методов деятельности (самостоятельности) на основе личностно ориентированного, развивающего образования и принципов деятельностного развития.

Актуальность программы также обусловлена воспитанием молодого поколения в духе патриотизма — это первоочередная задача современного образования. Активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически — вот еще важнейшие задачи современного образования. Туризм позволяет реализовать все эти задачи в полном объеме через путешествия, знакомящие с культурой, историей, природой родной страны. В походе турист имеет возможность вплотную наблюдать жизнь различных экосистем. Занимаясь пешеходным туризмом, ребенок знакомится с природой равнин и среднегорья, путешествуя на байдарках, он вплотную сталкивается с жизнью водоемов и на практике знакомится с некоторыми законами гидродинамики. Отправляясь зимой на лыжах в поход, ребенок получает возможность изучить жизнь экосистем в холодное время года и так далее. Таким образом, многопрофильность программы, связанная с разделами краеведения и экологии, является одним из средств, позволяющих реализовать основные цели программы.

Программа «Спортивный туризм» рассчитана на 68 часов, в каждом классе (5,6 классы) по 34 часа, 1 час в неделю.

**Цель программы:** согласно ФГОС ООО – формирование у обучающихся познавательной, двигательной и коммуникативной активности, укрепление их физического и психоэмоционального здоровья.

**Цель деятельности педагога:** научить обучающихся основам спортивного туризма, овладеть основными умениями спортивного туризма, овладеть умениями социального взаимодействия, проявлять желание и готовность участвовать в деятельности, проявлять нравственные качества и гражданско-патриотические качества.

**Задачи программы и деятельности педагога:**

- изучение основ туристского мастерства;
- освоение основных социальных норм, необходимых для безопасной жизнедеятельности в социальной среде и окружающей природе;
- развитие природных задатков и навыков детей, способствующих их личностному самовыражению в туризме;
- мотивация к укреплению здоровья детей на занятиях туризмом как в помещениях образовательного учреждения, так и в природных условиях;
- освоение технологии здорового образа жизни;
- усвоение норм сохранения и поддержания физического, психического и социального здоровья;

развитие познавательной и творческой активности обучающихся;

- воспитание и развитие коммуникативных и личностных качеств обучающихся в процессе формирования коллектива единомышленников — туристской походной группы;
- развитие рефлексии — способности осознавать и оценивать свои мысли и действия со стороны, соотносить результат своей деятельности и деятельности товарищей с поставленной целью.

**Цель спортивно - оздоровительной деятельности** в рамках ФГОС ООО – достижение образовательных результатов, предусмотренных ФГОС ООО к результатам освоения обучающимися основной образовательной программы основного общего образования в процессе спортивно - оздоровительной деятельности обучающихся. В этом плане программа призвана обеспечить формирование следующих образовательных результатов:

**Личностные:**

- объяснять самому себе свои некоторые черты характера, свои отдельные ближайшие цели саморазвития, наиболее заметные достижения;
- осознавать себя гражданином России и ценной частью многоликого изменяющегося мира;
- вырабатывать в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения, способствующие ненасильственному и равноправному преодолению конфликта;

**Регулятивные:**

- учиться обнаруживать и формулировать учебную проблему;
- работать по составленному плану, использовать наряду с основными и дополнительные средства;

**Познавательные:**

- предполагать, какая информация нужна для решения предметной учебной задачи, состоящей из нескольких шагов;
- сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников;
- выявлять причины и следствия простых явлений;

**Коммуникативные:**

- понимать точку зрения другого;
- отстаивать при необходимости свою точку зрения, аргументируя ее;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.).

Программа предусматривает проведение внеклассных занятий, работу детей в группах, парах, индивидуальную работу.

**Технологии, методики для реализации программы:**

- здоровьесберегающие технологии,
- оценивания результатов деятельности;
- рефлексивные технологии;
- технологии групповой работы.

**Формы контроля:** проведение туристических соревнований, прохождение полосы препятствий, организация походов.

Планируемые результаты обучения определяются на основе конкретизации сложных умений, необходимых для организации походов, прохождении полосы препятствий. Основная часть учебной деятельности в рамках курса основывается на работе малых групп, контроль за достижением планируемых результатов осуществляется непосредственно при выполнении заданий.

**Особенности программы**

Особенностью данной программы является реализация педагогической идеи формирования у школьников подросткового возраста основ спортивного туризма, умениям спортивного туризма, умениям социального взаимодействия, проявлять желание и готовность участвовать в деятельности, проявлять нравственные качества и гражданско-патриотические качества.

В этом качестве программа обеспечивает реализацию следующих принципов:

1. Гуманистический характер школьного образовательного процесса.
2. Непрерывность и преемственность образования как механизма полноты и целостности образования в целом.
3. Развития индивидуальности каждого ребенка в процессе социального самоопределения в системе внеурочной деятельности.

4. Системность организации учебно-воспитательного процесса.

5. Раскрытие способностей и поддержка одаренности детей.

6. Социализация школьников.

#### **Прогнозируемые результаты**

По окончании курса обучающиеся должны обладать определёнными знаниями, умениями и навыками в вопросах туризма, которые можно применять в социальной практике, в туристских походах и путешествиях, в межличностной коммуникации, в быту и обществе, при продолжении образования в основной школе.

Обучающиеся должны **знать**:

— основные этапы истории туризма;

— основные виды туризма;

— сущность и специфические особенности организации походов;

— основные термины, применяемые в туризме;

— основные принципы сохранения здоровья и здорового образа жизни;

— способы передвижения и преодоления естественных и искусственных препятствий в пешеходных походах;

— способы охраны природы в туристском путешествии.

Обучающиеся должны **уметь**:

— общаться с людьми;

— систематизировать и обобщать собранный краеведческий материал, оформлять его и хранить;

— составлять справочную картотеку;

— соблюдать правила личной гигиены;

— овладеть элементарными туристско – бытовыми навыками;

— ориентироваться в пространстве, на местности;

— рисовать планы местности;

— выполнять самостоятельно элементарные комплексы физических упражнений;

— владеть техникой перемещения на местности пешком;

— владеть техническими и тактическими приёмами преодоления естественных и искусственных препятствий.

Обучающиеся должны обладать следующими **качествами**:

— инициативностью;

— аккуратностью;

— коммуникабельностью;

— целеустремлённостью;

— самокритичностью;

— творческой активностью;

— способностью к оказанию взаимопомощи;

— самостоятельностью;

— исполнительностью;

— способностью к взаимодействию в команде;

— физической активностью;

— выносливостью;

— упорством в достижении поставленных целей;

— уважением к старшим, родителям, семейным традициям;

— милосердием, заботой о старших и младших;

— экологической культурой;

— любовью к своей малой родине;

— трудолюбием.

По окончании курса проводится туристическое соревнование, поход.

#### **Формы организации учебного процесса**

Программа предусматривает проведение внеклассных занятий, работы детей в группах, парах, индивидуальная работа, работа. Занятия проводятся 1 раз в неделю в учебном кабинете, в спортивном зале, на пришкольном участке; деятельность включает проведение занятий по укомплектовке рюкзака, установки палатки, соревнований, прохождение полосы препятствий и т.д.

## Содержание курса

### 5 класс

#### **1. Техника безопасности в спортивном туризме**

Основные правила безопасности при проведении походов, соревнований по ориентированию на местности. Соблюдение требований безопасности при выполнении различных видов физических упражнений. Требования безопасности при использовании различных спортивных снарядов, туристского снаряжения. Требования безопасности при тренировках и занятиях на местности.

Значение физической и тактической подготовки для предупреждения безопасности. Утомление, усталость, беспечность, самоуверенность, пренебрежение и другие факторы, являющиеся причинами нарушения правил безопасности, травматизма. Понятия «аварийная ситуация». Алгоритм действий туриста в аварийной ситуации.

*Практическая работа:* ознакомление с правилами соблюдения безопасности в походе.

#### **2. Организация технологии и экологии туристского быта в полевых условиях.**

Законы РФ об охране окружающей среды. Понятия «экологическая обстановка», «экологическое загрязнение», «экологически чистый маршрут, источник, продукт». Туризм и охрана окружающей среды. Туристский бивак. Благоустройство бивака. Самообслуживание в спортивном туризме. Комфорт в туризме и его самостоятельное создание туристами в полевых условиях. Организация отдыха туристов. Оборудование и благоустройство туристского костра. Оборудование места отдыха, приёма пищи. Соблюдение правил охраны природы при организации и проведении соревнований. Обеспечение личной гигиены и техники безопасности туриста-спортсмена. Система должностно-ролевого самоуправления в команде туристов в походе; командир, штурман, повар, санитар, завхоз, журналист и др.

*Практическая работа:* тренинги по освоению опыта спортивного мастерства различных видов туристско-бытовых навыков; соблюдение экологических норм и правил охраны природы при участии в туристских соревнованиях и на тренировках на местности.

#### **3. Виды спортивного туризма.**

История развития туризма в России. Основные виды туризма и их особенности. Становление и развитие государственно-общественной системы детского туризма. Опыт успешной деятельности туристских объединений (команд) обучающихся.

*Практическая работа:* ознакомление учащихся с основными видами туризма и их особенностями.

#### **4. Основные понятия в спортивном туризме.**

Основные понятия в туризме. Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске, непромокаемость. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста, требования к каждому предмету. Выбор снаряжения в зависимости от маршрута. Правила укладки рюкзака. Ремонтный набор, его комплектация. Медицинский контроль, его необходимость при подготовке похода и комплектации группы.

*Практическая работа:* Укладка рюкзака. Демонстрация снаряжения.

#### **5. Организация питания, тренировочный режим и режим отдыха туристов.**

Понятие о правильном и здоровом питании туриста, о режиме дня и о здоровом образе жизни. Утренняя физическая зарядка. Разминка. Устройство туристской палатки, стойки и колышки для палаток. Тент к палатке. Уход за снаряжением и его ремонт.

*Практическая работа:* решение задач по расчёту количества различных продуктов питания исходя из их калорийности, веса и цены; составление меню на двух-трёхдневные полевые тренировочные сборы; приготовление пищи на костре; чистка и мытьё котлов, личной посуды, постановка палатки. Ремонт снаряжения.

#### **6. Психологическая, морально – нравственная и физическая подготовка юных туристов.**

Понятие о психологических тренингах, о диагностике и самоконтроле психического и физического состояния туриста. Составление психолого-педагогического портрета (черты характера, способности, предрасположенность, таланты и психологическая совместимость). Принципы взаимопомощи в команде. Психологический настрой и физическая выносливость туриста. Спортивные травмы и их предупреждение. Лечебные и профилактические свойства витаминов, продуктов питания (ягод и фруктов, мёда, чеснока, лука и пр.). Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятия «спортивная форма», «утомление», «перетренировка».

**Практическая работа:** тренинги и тренировки; диагностика и самоконтроль психического и физического состояния; выполнение комплекса упражнений утренней гимнастики.

#### **7. Основы топографии и ориентирования на местности.**

Особенности изображения рельефа местности на географических картах и на спортивных картах. Условные обозначения различных географических объектов на спортивных картах. Особенности работы с компасом при ориентировании на местности. Определение расстояний и азимутов на местности. Особенности ориентирования и преодоления различных видов местности (горы, речные поймы, болота, лесные завалы и т.п.).

**Практическая работа:** освоение опыта движения по компасу на пересечённой местности; соревнования по туристскому ориентированию на местности (маркированная трасса).

#### **8. Правила преодоления естественных и искусственных препятствий.**

Планирование работы команды на различных этапах похода. Взаимодействие членов туристской команды при преодолении естественных или искусственных препятствий на дистанции. Определение времени (оптимальное время, контрольное время, нормальное время), необходимого для преодоления различных технических этапов.

**Практическая работа:** выполнение расчётов преодоления естественных или искусственных препятствий.

#### **9. Подготовка и проведение туристских слётов и соревнований.**

Преодоление полосы препятствий (личные, командные и лично-командные соревнования), прохождение контрольно-туристского маршрута (личный и командный), прохождение эстафетных дистанций. Подготовка компьютерной презентации результатов участия команды в туристских соревнованиях.

**Практическая работа:** выступление команды туристов на школьном туристском слёте.

#### **10. Подготовка и проведение соревнований, похода.**

Подготовка и проведение квалификационных соревнований по туристскому многоборью, подготовка и проведение спортивного похода в период каникул (зимних и летних).

### **6 класс**

**1. Вводное занятие.** Обеспечение безопасности. Особенности пешеходного туризма.

*Теория:* Цели и значение занятий туризмом и краеведением. Правила поведения и техника безопасности во время занятий. Нормы поведения в горах, в лесу, у водоемов, на болоте. Нормы передвижения по дорогам. Правила обращения с огнем. Правила обращения с опасными инструментами и специальным снаряжением. Правила общения с местными жителями; правила гигиены туриста. Неписанные этические правила туристов: трудовая этика туриста, распределения общественного снаряжения в походе между мальчиками и девочками, отношение к пожилым людям и тимуровская работа, отношение к природе

**2. Краеведение.** Природа родного края. Охрана природы. Виды туризма. Туристские возможности Краснодарского края.

*Теория:* Рельеф и климатические особенности родного края. Животный и растительный мир родного края. История родного края. Краеведческая работа в походе. Правила сбора краеведческого материала. Правила оформления краеведческого материала. Краеведческого материала. Презентация краеведческого материала. Краеведческий отчет туристской группы.

Краеведческие викторины. Подготовка, организация, проведение и анализ силами туристской группы школьной краеведческой олимпиады для учащихся 5-8 классов. Подготовка, организация, проведение и анализ силами туристской группы фотовыставки «Знай родной край».

*Практика.* Знакомство с картой области (края), республики. «Путешествия» по карте. Подготовка и заслушивание докладов кружковцев о природе и достопримечательностях края. Проведение краеведческих викторин.

### **3. Топография. Топографическая подготовка, условные знаки.**

*Теория:* Топографические карты и топографические знаки. Масштаб и легенда карты. Чтение топографических карт. Рисование топонимов. Изображение высоты местности с помощью горизонталей. Определение крутизны склона и его высоты. Измерение расстояния до недоступных предметов. Топографическая съёмка местности.

*Практика:* измерение расстояний на карте и на местности. Создание простейших планов и схем (класса, школьного двора, т.п.).

Спортивный компас. Ориентирование карты по компасу. Снятие азимута. Движение по азимуту. Ориентирование по местным предметам, рельефу. Определение точки стояния.

### **4. Туристские узлы. Подготовка к соревнованиям и отработка навыков туристской техники совместно с родителями**

*Теория:* Узлы и их применение в туризме. Узлы: прямой, проводник, двойной проводник, австрийский проводник, восьмерка, стремя, прусик, булинь, удавка, карабинная удавка, академический, ткацкий, встречный, шкотовый, брамшкотовый, штык, схватывающий, грейпвайн и т.п. Отработка навыков завязывания туристских узлов. Наведение и снятие веревочных перил для преодоления препятствий.

*Практика:* постановка дистанции, мини-соревнования между командами «Мама, папа и я – туристская семья». Участие в личных зачетах по прохождению дистанции.

### **5. Спортивное туристское многоборье.**

*Теория:* Спортивное туристское снаряжение. Страховки и самостраховки. Преодоление препятствий. Траверс склона с альпенштоком. Горизонтальный и вертикальный маятник. Переправа по верёвке с перилами (параллельные перила). Подъём по склону по перилам спортивным способом. Подъём по склону по судейским перилам с самостраховкой. Спуск по склону по судейским перилам с самостраховкой. Навесная переправа. Переправа с самонаведением и снятием перил.

### **6. Спортивное ориентирование.**

*Теория:* Гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды и обуви. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Спортивное снаряжение. Действия участника перед стартом, на старте, на дистанции, на КП, в финишном коридоре, после финиша. Техника ориентирования. Измерение расстояний на местности (шагами, по времени, визуально). Спортивный компас. Приёмы пользования компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Определение точки стояния. Движения по азимуту. Определение и контроль направлений с помощью компаса и карты, по объектам местности. Спортивные карты. Технические приёмы: азимут, линейное ориентирование, точечное ориентирование. Тренировки и соревнования по спортивному ориентированию.

### **7. Туристическая стенгазета.**

*Теория:* Виды газет, работ редакционной коллегии, название газетной рубрики и заголовки, вёрстка, оформление. Выбор названия для туристической газеты: открытый конкурс. Социальные пробы: интервью, репортаж, соцопрос. Создание Совета для выпуска туристской газеты и распределение обязанностей. Выпуск и презентация первого номера газеты, посвящённому Всемирному дню туризма, выпуски номеров, посвящённых экологическим проблемам микрорайона, интересным страницам родной истории, совершенным туристическим походам и экспедициям.

### **8. Природоохранные акции.**

*Теория:* Анкетный опрос школьников, родителей об экологических проблемах микрорайона. Определение круга проблем. Проработка каждой проблемы методом мозгового штурма. Выбор дела. Создание Совета дела. Распределение обязанностей. Подготовка инвентаря и спецодежды. Реализация запланированного дела: проведение природоохранных мероприятий на улицах, в

парке. Фоторепортаж о проведении акции. Анализ работы. Подведение итогов: рассказ об экологических проблемах микрорайона и проведённой акции учащимся младших классов.

**9. Походы выходного дня.**

*Практика:* Совместная, осуществление и последующий анализ походов выходного дня с целью отработки навыков ориентирования, техники пешеходного туризма, сбора краеведческого материала.

**10. Спортивные походы.**

*Практика:* Пешеходный поход. Протяжённость спортивных походов, локальная протяжённость спортивных походов. Принципы комплектования группы и требования к участникам спортивных походов. Ориентирование на маршруте. Хронометраж на маршруте. Краеведение на маршруте. Подведение итогов похода, подготовка фотоотчёта, технического и краеведческого описания маршрута.

### Календарно-тематический план

#### 5 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Универсальные учебные действия
1	<b>Техника безопасности в спортивном туризме</b>	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
1.1	Инструктаж по ТБ	1	
2	<b>Организация технологии и экологии туристического быта в полевых условиях</b>	5	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
2.1	История туризма в России	1	
2.2	Природа России	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
2.3	Экскурсионные объекты России	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять

			контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
2.4	Туристические возможности России	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
2.5	Туризм и охрана окружающей среды	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
<b>3</b>	<b>Виды спортивного туризма</b>	<b>4</b>	
3.1	Виды туризма	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
3.2	Пеший туризм	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
3.3	Основы альпинизма	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
3.4	Водное путешествие	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый

			образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
<b>4</b>	<b>Основные понятия в спортивном туризме</b>	<b>5</b>	
4.1	Подготовка индивидуального снаряжения	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
4.2	Подготовка группового снаряжения	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
4.3	Палатка	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
4.4	Костровое хозяйство	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
4.5	Аптечка	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие

			способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
5	<b>Организация питания, тренировочный режим и режим отдыха туристов</b>	8	
5.1	Правила выбора места под стоянку	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
5.2	Правила обустройства лагеря	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
5.3	Как установить палатку	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
5.4	Как заготавливать дрова	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
5.5	Как разводить костёр	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное

			мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
5.6	Понятие о правильном и здоровом питании	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
5.7	Питание в походе	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
5.8	Как сворачивать лагерь	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
<b>6</b>	<b>Психологическая, морально-нравственная и физическая подготовка юных туристов</b>	<b>4</b>	
6.1	Обязанности членов группы в туристическом походе	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
6.2	Взаимодействие членов группы	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.

6.3	Планирование работы команды	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
6.4	Создание туристического маршрута	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
7	<b>Основы топографии и ориентирования на местности</b>	3	
7.1	Определение сторон горизонта	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
7.2	Ориентирование в лесу и степи	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
7.3	Особенности работы с компасом при ориентировании на местности	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
8	<b>Правила преодоления естественных и искусственных</b>	3	

<b>препятствий</b>			
8.1	Тактика движения в пешем походе	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
8.2	Преодоление естественных препятствий	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
8.3	Верёвки и узлы	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
<b>9</b>	<b>Подготовка и проведение туристических слётов и соревнований</b>	<b>1</b>	
9.1	Подготовка к соревнованию «Школа безопасности»	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
<b>ИТОГО</b>		<b>34</b>	

### 6 класс

№ урока	Тема занятия	Кол час	Универсальные учебные действия
	<b>Введение</b>	2	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль,
1	1.1. Тактика и техника спортивного туризма.	1	
2	1.2. Особенности других видов туризма.	1	
	<b>Туристско-бытовые навыки</b>	5	

	<b>юного туриста</b>		коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
3,4,5,6,7	2.1. Типы костров.	5	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
	<b>Спортивно-оздоровительный туризм</b>	5	
8	3.1. Пешеходный туризм.	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
9,10,11	3.2. Туристские узлы и их применение	3	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
12	3.3. Туристские соревнования	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
	<b>Инструкторская подготовка</b>	3	
13	4.1. Организация и проведение похода.	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к

			общему решению.
14	4.2. Психологические аспекты в организации и проведении похода.	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
15	4.3. Обязанности в группе.	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
	<b>Топография и ориентирование.</b>	4	
16	5.1. Понятие о топографической спортивной карте.	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
17	5.2. Измерение расстояний	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
18	5.3. Ориентирование по местным признакам	1	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
19	5.4. Действия в случае потери ориентирования	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и

			применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
	<b>Основы первой доврачебной помощи</b>	4	
20,21,22,23	6.1. Оказание доврачебной помощи в пешех, лыжных и водных походах.	4	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
	<b>Основы краеведения</b>	4	
24,25	7.1. Природная зона родного края, особенности, использование. Техника безопасности.	2	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
26,27	7.2. Виды туризма в ЯНАО. Природный кодекс туриста.	2	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
	<b>Лыжный туризм</b>	5	
28,29	8.1. Особенности лыжного туризма.	2	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
30,	8.2. Снаряжение для лыжного туризма.	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие

			способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
31,32	8.3. Техника движения по снегу	2	<b>Личностные:</b> установка на безопасный, здоровый образ жизни. <b>Познавательные:</b> проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий. <b>Регулятивные:</b> понимать и применять учебную задачу, сформулированную учителем; осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных.
	<b>Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка</b>	3	
33	9.1. Общая физическая подготовка в оздоровлении организма	1	<b>Личностные:</b> бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию договариваться и приходить к общему решению.
34	9.2. Психолого-педагогическая и врачебно-медицинская диагностика функционального и физического развития и тестирование занимающихся.	1	<b>Личностные:</b> потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам. <b>Познавательные:</b> понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности. <b>Регулятивные:</b> осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> обращаться за помощью; предлагать помощь, и сотрудничество; слушать собеседника.
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	

### Материально-техническое обеспечение

Программа предполагает наличие у команды необходимого личного и группового туристского и специального снаряжения, бивуачного и вспомогательного (хозяйственного, медаптечки и пр.), обзорные карты края, кроки, схемы, топографические и спортивные карты всех масштабов; компасы, веревки, карабины, страховочные системы; основные и вспомогательные веревки, бивуачное и спец. тур. снаряжение.

#### Туристское снаряжение:

1. Рюкзак - 5 шт.
2. Спальный мешок - 15 шт.
3. Турковрики - 15 шт.
4. Штормовой костюм - 15 пар.
5. Рукавицы брезентовые - 15 пар.
6. Тренировочный костюм х. б. – 6 шт.
7. Палатки - 10 шт.
8. Топор, котелки, пила, канистры, примуса, лопата.

9. Аптечка - 2 набора
10. Компас - 6 шт.
11. Веревка основная (40 м) - 3 шт.
12. Веревка вспомогательная (40 м.) - 3 шт.
13. Карабин туристский с муфтой - 20 шт.
14. Фонарь - 4 шт.

Методический материал.

Технические средства обучения

Компьютер; Мультимедиапроектор.

### Список литературы

1. Алексеев А. А. Горообразование и горный рельеф: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 1999.
2. Алексеев А. А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 1998.
3. Балабанов И. В. Классификация маршрутов на горные вершины. — Издание 2-е, перераб. — М., 1998.
4. Балабанов И. В. Узлы. М., 1998
5. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М., ВЛАДОС, 2000.
6. Востоков И. Е. Классификация пешеходных маршрутов: методические рекомендации. — М.: Рекламно-информационное бюро «Турист», 1990.
7. Ганиченко Л. Котелок над костром. — М.: Издательский дом «Вокруг света», 1994.
8. Джулий А. В., Директор Л. Б., Высокогорные перевалы: Дополнения и изменения к Перечню классифицированных перевалов высокогорных районов СССР. — М.: Рекламно-информационное бюро «Турист», 1992.
9. Добарина И. А., Жигарев О. Л. Основы школьного туризма: Методическое пособие для учителей и студентов. — Новосибирск: Издательство Новосибирского государственного педагогического университета, 1998.
10. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение» (сост. В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн.). М., 1982, 2001.
11. Первая помощь в экстремальных ситуациях. М., МВД России, 2000