

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОМСКОЙ ОБЛАСТИ  
казенное общеобразовательное учреждение Омской области  
«Петропавловская адаптивная школа-интернат»

Принята на заседании  
Педагогического совета  
от «06» 06 2023 г.  
Протокол № 8

Утверждаю  
директор школы – интернат  
Л.Н. Астапович  
Приказ №  
«06» 2023г.



**Адаптированная**  
**дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**  
**туристско – краеведческой направленности «Школа безопасности туриста».**  
Уровень сложности - стартовый  
Возраст обучающихся – 9 -14 лет  
Срок реализации - 3 года  
Форма реализации: очная

Автор-составитель:  
Мачульский Андрей Викторович,  
педагог дополнительного образования

Муромцево.  
2023

## Содержание

Пояснительная записка .....	3
Планируемые результаты.....	8
Контрольно – оценочные средства.....	11
Содержание разделов программы.....	12
Календарный учебный график.....	31
Ожидаемые результаты.....	32
Контрольно – оценочные средства.....	35
Календарно – тематическое планирование.....	39
Список литературы.....	51

## **Пояснительная записка**

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско – краеведческое **направленности** «Школа безопасности туриста» составлена в соответствии с

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приказом Мин просвещения России от 09.11.2018 № 196 (ред. от 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;
- Уставом казенного общеобразовательного учреждения Омской области «Петропавловская адаптивная школа-интернат».

### **Актуальность программы.**

Получение образования детьми с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) является одним из основных условий эффективной социализации, полноценного участия в жизни общества и самореализации в различных видах профессиональной и социальной деятельности. В настоящее время сфера человеческой деятельности в технологическом плане быстро меняется. Новые технологии в современном обществе требуют от человека новых знаний, навыков и умений, в том числе и при решении традиционных задач, возникающих в повседневной жизни. Адаптация к быстро меняющимся условиям внешнего мира представляет определенную сложность у любого человека, но особенно это характерно для учащихся адаптивной школы.

Программа направлена на воспитание и разностороннее развитие ребёнка, расширение знаний у детей о природных и погодных условиях, расширение его кругозора, наблюдательности, совершенствование естественных видов движений и обогащения ориентироваться в пространстве, развитие координационных способностей и выносливости, как основу физической подготовки ребенка.

Обучение по данной программе способствует формированию гармонично развитой личности, обладает нравственной, эстетической, познавательной ценностью, помогают развивать память, мышление, физические способности.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности туриста» имеет **туристско – краеведческую направленность**.

### **Новизна программы**

Новизной дополнительной образовательной программы можно считать организацию жизнедеятельности подростковых коллективов как творческих, исследовательских команд, где каждый из школьников занимается своим проектом, и в тоже время работает на общий результат группы. Программа «Школа безопасности туриста» направлена на формирование привычки здорового образа жизни, профилактики правонарушений среди несовершеннолетних, самореализацию в социально приемлемых видах деятельности и адаптацию в окружающем мире и микросоциуме.

В КОУ «Петропавловская школа-интернат» нет предмета «Школа безопасности, поэтому разработанная программа признана восполнить этот пробел.

**Отличительной особенностью** адаптированной дополнительной общеразвивающей программы туристско – краеведческой направленности «Школа безопасности туриста» в том,

что она разработана с учетом специфики усвоения знаний, умений и навыков обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в:

- адаптации содержания программного материала для освоения ребенком с интеллектуальными нарушениями направленной на раскрытие жизненными и социальными компетенциями;
- «пошаговом» предъявлении материала;
- осуществлении индивидуального подхода в работе с обучающимися с нарушением интеллекта при выполнении практических заданий;
- использовании адекватных возможностям и потребностям обучающихся современных технологий, методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающихся, так и компенсации индивидуальных недостатков развития.

В процессе деятельности развивается:

- Волевые качества (терпение, умение доводить работу до конца);
- Общая и мелкая моторика, что оказывает положительное влияние на речевые зоны коры головного мозга;
- Сенсорное восприятие, глазомер;
- Творческие способности и эстетический вкус;
- Способствует формированию добрых чувств к сверстникам, и даёт возможность выразить эти чувства в совместной практической деятельности;
- Влияет на формирование самостоятельности, уверенности в себе, повышение самооценки;
- Способствует овладению навыками культуры труда и добросовестности, что особенно важно для обучения в школе.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) «Школа безопасности туриста» представляет возможность усвоить, познакомиться, закрепить системы жизненно-необходимых практических навыков и умений, обеспечивающих их адекватное поведение в реальной жизни.

#### **Адресат программы**

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско – краеведческой направленности «Школа безопасности туриста» рассчитана на детей в возрасте от 9 -14 лет с интеллектуальными нарушениями (1 вариант), обучающиеся в КОУ «Петропавловская школа - интернат» в 5,6,7 классах и рассчитана на три года обучения.

**Характеристика целевой группы:** Дети подросткового возраста 9-14 лет, имеющие легкую умственную отсталость (1 вариант) КОУ «Петропавловская школа-интернат», достаточно смыслены, хотя они более подвержены чувству беспомощности и разочарования, что дополнительно усложняет их социальное и когнитивное развитие. В результате учащиеся в доступной форме получают представления о том, что безопасность окружающего мира, пространства – необходимое условие существования каждого человека, взрослого и ребенка. Результативность освоения учащимися содержания занятий по программе «Школа безопасности туриста» оценивается не только по приобретенным детьми вербальными знаниями, сколько по усвоению ими приемами элементарной мыслительной деятельности. Основное внимание при этом обращается на доступную степень активности, возможную степень самостоятельности учащихся в различных ситуациях в общественных местах и в природе.

**Цель:** ознакомление обучающихся с интеллектуальными нарушениями (1 вариант) с необходимыми практическими навыками и умениями, обеспечивающих их адекватное поведение в реальной жизни.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- изучить основы краеведения и азбуки туристско бытовых и санитарно гигиенических навыков; организацию туристского быта; приобретение навыков ориентирования на местности;

- обучить основам техники преодоления естественных и искусственных препятствий во время экскурсий на природу, туристских прогулок, походов выходного дня.
- расширить представления об основных видах туризма
- расширить представление о взаимосвязи видов туризма и здоровья человека;

#### **Воспитательные:**

- воспитывать активную позицию, бережное отношение к природе, к живым объектам, к своему здоровью и здоровью окружающих;
- воспитывать нравственные качества: доброту, отзывчивость, умение сопереживать.
- воспитывать коллективизм и дружелюбие.
- воспитывать духовно-нравственные и эстетические качества, формировать активную гражданскую позицию, включающую развитие ответственности за настоящее и будущее своего края

#### **Коррекционно – развивающие:**

- способствовать развитию краеведческих понятий, помогающих сформировать целостный взгляд на окружающий мир, в котором природное и социальное рассматривается в неразрывном единстве;
- формировать здоровый образ жизни, ответственность за свое здоровье, воспитание сознательной дисциплины, бережного отношения к общественной собственности, чувства дружбы, товарищества, единства слова и дела, коллективизма.
- формировать физкультурно-туристские знания, умения и навыки;

#### **Сроки реализации программы**

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско – краеведческой направленности «Школа безопасности туриста» для детей с нарушениями интеллекта рассчитана на три года обучения.

1 год обучения – 72 часа (2 часа в неделю);

2 год обучения – 72 часа (2 часа в неделю);

3 год обучения – 72 часа (2 часа в неделю).

Курс носит практическую направленность и предназначен для обучающихся 5, 6, 7 классов.

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

Особенности набора детей: Особенности набора детей: набор на обучение по программе - свободный, по желанию ребенка, не имеющего противопоказаний по здоровью и с согласия родителей. Комплектация объединения осуществляется по принципу открытости и добровольности, без предварительного отбора по способностям и уровню подготовки.

Состав группы постоянный. В течение года возможен дополнительный прием детей после собеседования на свободные места.

#### **Режим занятий.**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа. Продолжительность занятий по 40 минут, 10 минут - перемена на отдых, физические минутки, релаксацию. В каникулярное время занятия по программе проводятся дистанционно.

#### **Этапы работы по программе.**

1 этап (начальный) – 1 год обучения. Получение начальных туристических навыков.

2 этап (основной) – 2 год обучения. Овладение туристическими навыками.

3 этап (завершающий) – 3 год обучения. Закрепление и совершенствование туристических навыков.

#### **Формы и режим занятий**

Основной формой образовательного процесса является занятие, которое включает в себя часы теории и практики. При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени.

На занятиях используются элементы следующих технологий: личностно-ориентированное обучение, технологии проблемно-диалогического обучения, технология межличностного взаимодействия, технология развивающего обучения, технология опережающего обучения, здоровьесберегающие технологии.

Занятия проводятся в индивидуальной и групповой формах, проводятся как в учебном кабинете, так и на местности. Организация занятий - групповые, индивидуальные и коллективные.

*Коллективные формы* используются при изучении теоретических сведений, оформлении выставок, проведении экскурсий. Групповые формы применяются при проведении практических работ, выполнении творческих, исследовательских заданий. Индивидуальные формы работы применяются при работе с отдельными ребятами, обладающими низким или высоким уровнем развития.

Виды занятий *очной* формы обучения: учебное занятие, индивидуальное занятие, лекции, практические занятия, круглые столы, деловые игры, творческие отчёты, проектные работы, посещение различных мероприятий, совместные праздники, конкурсы, викторины, видеофильмы, тесты, олимпиады, онлайн-конкурсы, диагностики.

Виды занятий *дистанционной* формы обучения: виртуальные экскурсии, чат-занятие, видео уроки, онлайн - выставки творческих и практических работ.

### **Особенности возрастной группы детей, которым адресована программа:**

Характерной особенностью подростков с умственной отсталостью (интеллектуальные нарушения) является незрелость эмоционально-волевой сферы - синдром психического инфантилизма. У них отмечается: преобладание игровых интересов над познавательными; эмоциональная неустойчивость, вспыльчивость, конфликтность либо неадекватная весёлость; неумение контролировать свои действия и поступки, нескритичность, эгоизм.

Дети с инфантильным поведением нередко попадают под влияние сверстников или старших детей с асоциальными установками, бездумно присоединяются к противоправным действиям и поступкам. Инфантильное поведение преодолевается постепенно по мере взросления. Необходимо уделять внимание развитию у них навыков произвольной регуляции, формировать социальную активность, самостоятельность и ответственность.

### **Обучение школьников с умственной отсталостью должно носить коррекционно развивающий характер и строиться с учетом их особенностей.**

- *Учет зоны ближайшего развития*

Должна быть оптимальная степень сложности материала: он не должен быть слишком легким и слишком сложным. Материал должен быть сложен в такой степени, чтобы учащийся мог бы справиться с ним при наличии усилий и некоторой помощи взрослого. Только в этом случае будет достигаться развивающий эффект.

- *Недостаточная способность к самоорганизации*

Нужны четкие и ясные указания относительно последовательности выполнения действий: прочитать, ответить на вопросы, выполнить задания или упражнения, заполнить таблицу, рассмотреть иллюстрацию и пр. Так как объем памяти снижен, инструкция должна быть короткой.

- *Потребность в помощи*

Нужно предусмотреть различные виды помощи: стимулирующую, направляющую, обучающую.

- *Небольшой объем восприятия и памяти*

Материал должен быть ограничен по объему. Необходимо многократное закрепление пройденного материала на предметно-практическом уровне. Должны применяться разнообразные формы закрепления.

- *Недостаточно развитая способность к выделению главного, обобщению*  
Необходима четкая структурированность информации, выделение главных мыслей.
- *Недостаточный уровень развития мышления*

Для улучшения восприятия детей с ОВЗ целесообразно использование наглядных изображений. Использование конкретных примеров способствует конкретизации теоретического материала. Особенно выразительными являются примеры, апеллирующие к личному опыту обучающегося, его наблюдениям.

- *Недостаточная учебная мотивация*

Возможно использование игровых приемов. Создание благоприятного психологического климата во время занятий. Актуализация мотива действия.

- *Слабая способность к переключению и распределению внимания, недостаточный темп деятельности*

Рекомендуется более медленный темп обучения. Возможно уменьшение объема заданий.

- *Истощаемость внимания, повышенная утомляемость.*

Необходима организация внимания учащихся. Важна смена видов деятельности, организация динамических пауз. Увлеченность и положительный настрой

### **Формы и приёмы работы на занятиях со школьниками данной категории**

№	Особенности в психическом статусе ребёнка с умственной отсталостью	Выбор форм, методов, приёмов.
1.	Преобладание более простых мыслительных операций (аналогия, сравнение)	Операции анализа, сравнения, обобщения умозаключений.
2.	Преобладание механической памяти над логической, непосредственного запоминания – над опосредованным.	Работас алгоритмами, памятками.
3.	Ограниченность словарного запаса, замедление овладения грамматическим строем речи, дефекты произношения	Расширение словарного запаса, контролирование произношения.
4.	Преобладание игровых мотивов, стремление к получению удовольствия, дезадаптивность побуждений и интересов.	Занимательные приёмы, игровые моменты, элементы соревнования, наглядность.

### **Кадровое обеспечение программы**

Педагог, работающий по данной программе, должен иметь педагогическое образование, а также обладать необходимыми знаниями по детской психологии.

## Планируемые результаты программы

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско – краеведческой направленности «Школа безопасности туриста» обучающиеся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальные нарушения) приобретут совокупность знаний, умений, навыков, личностных качеств и компетенций.

В результате освоения программы «Школа безопасности туриста» обучающийся научится:

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах, готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи, классифицировать средства оказания первой помощи;

Обучающийся получит возможность научиться:

- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

Результаты освоения данного курса оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее — частное — конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностным результатами.

### Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;



- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

### **Предметные результаты:**

#### **Знать:**

- основы туристической подготовки, технику безопасности при проведении туристических походов, занятий, топографию и способы ориентирования, историю родного края и его особенности, основы гигиены и основные приемы оказания первой доврачебной помощи, предупреждение спортивных травм.
- историю туризма, кто такой турист, виды туризма, профессии в сфере туризма, формы туристических путешествий, устройство компаса, реквизиты туриста, личное снаряжение туриста, правила поведения в лесу, правила безопасности на прогулке и экскурсиях, перечень должностных обязанностей в походе.
- что такое топографическая подготовка юного туриста, правила ориентирования на местности, понятие о карте: масштаб, условные обозначения, устройство компаса и пользование им, ориентирование по карте, движение по азимуту, виды соревнований по спортивному ориентированию.
- последовательность техники выполнения, туристические узлы по назначению, историю возникновения узлов, классификацию узлов, технику вязания узлов, положительные и отрицательные качества узлов, области применения узлов.

#### **Уметь:**

- выбирать место для бивуака, привала, устанавливать палатку, разводить костер, читать и изображать топографические знаки, ориентироваться по карте и компасу, измерять расстояние на карте и на местности, определять ориентиры движения, собирать краеведческий материал, выполнять краеведческие задания на маршруте, изучать интересные места родного края, подбирать состав медицинской аптечки для похода.
- уметь разбивать лагерь, знать устройство компаса, пользоваться правилами поведения в лесу, правильно собирать рюкзак.
- собирать туристское снаряжение, различать личное и групповое снаряжение, различать виды рюкзаков и палаток, выполнять подготовку к снаряжению в поход, укладывать рюкзак, собирать специальное снаряжение, комплектовать ремонтный набор, самостоятельное изготовление и ремонт снаряжений, измерять расстояния на карте и на местности с помощью различных измерительных инструментов, определять пройденные расстояния по времени движения, ориентироваться в походе с помощью топографических карт, измерять средний шаг, пользоваться глазомерным способом измерения расстояния, определять пройденное расстояние.
- называть узлы, его назначение, показывать, рассказывать о внешнем виде узла, рассказывать о его применении, демонстрировать приемы вязки узлов по элементам.

### **Коррекционно - развивающие результаты:**

- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- делать выводы в результате совместной работы;
- самостоятельно выполнять практические и творческие задания;
- ориентироваться в рисунках, схемах, таблицах, представленных в учебных пособиях;

- выполнять задания по аналогии;
- уметь организовать свое рабочее место;
- учиться работать по предложенному педагогом плану;

### **Оценка достижения воспитанниками с умственной отсталостью планируемых результатов освоения программы.**

В качестве оценочных процедур используются следующие методы оценки образовательных результатов по программе: наблюдение, тестирование, проверочные практические работы, анализ достижений

*Система оценки образовательных и личностных результатов:*

- наблюдение (на каждом занятии)
- тестирование и практические работы (промежуточная и итоговая аттестация)
- организация и участие в конкурсах разного уровня.

### **Критерии оценки образовательной деятельности обучающихся**

- оценивание педагогом деятельности детей;
- оценивание родителями, педагогом работ детей через просмотры;
- взаимооценка деятельности обучающихся объединения.

**Контроль** за знаниями и умениями, полученными обучающимися на занятиях, осуществляется в виде:

- проверки знаний на каждом занятии (в форме групповой или индивидуальной беседы);
- контрольного теоретического теста или практических проверочных работ в конце изучения темы;
- в конце всего курса - защита творческой работы.

Для отслеживания результатов обучения применяется система проверочных работ по каждой теме.

Проверочная работа может быть организована:

- в виде *самостоятельной практической работы*, в которой проверяется знания и навыки работы обучающихся по определенной теме программы;

**Итоговое занятие** проводится в форме защиты творческой работы, не подразумевающей выставление отметок за знания и умения.

### **Контрольно – оценочные средства**

В качестве оценочных процедур используются следующие методы оценки образовательных результатов по программе: наблюдение, тестирование, анализ достижений (по результатам работы в творческой тетради)

Личностные и метапредметные результаты оцениваются преимущественно посредством педагогического наблюдения, а так же через анализ индивидуальной творческой тетради, анализ поведения в игровых ситуациях, анализ посещения занятий.

Начальная аттестация (анкетирование, тестирование, опрос) для оценки имеющихся знаний; тематическая аттестация (тестирование, опрос) проводится после прохождения основных тем модуля с целью проверки усвояемости материала и его закрепления в конце каждой четверти; в виде защиты проектов каждого участника группы по выбранной индивидуально теме (отчёта о проделанной работе в виде презентаций, проектов, коллекций, фотовыставки).

Комплексная оценка образовательных результатов осуществляется 3 раза в год: 1 этап – сентябрь (входной контроль); 2 этап – декабрь (промежуточный контроль), 3 этап – май (итоговый контроль) посредством экспертной оценки по следующим параметрам: личностные, метапредметные, профильные действия учащегося. Результат указывается в баллах. Баллы распределяются по 3 уровням: высокий, средний, низкий.

Сведения заносятся в таблицу.

Текущий контроль осуществляется в течение учебного года и предназначен для оценки образовательных результатов учащихся по освоению тем и модулей программы.

Входной контроль предназначен для определения базовых способностей обучающегося к освоению программы и представлен в данной программе в виде индивидуальной творческой работе

Промежуточный контроль предназначен для оценки образовательных результатов после завершения определенного этапа обучения по программе и представлен в виде дидактических игр и индивидуального творческого задания.

Итоговый контроль предназначен для оценки образовательных результатов после завершения обучения по программе и представлен в данной программе в виде коллективной творческой работы.

### Содержание программы (1 год)

№ п/п	Тема модулей	Кол-во часов		
		Всего часов	теория	практика
1.	I модуль: "Азбука туристско – бытовых навыков туриста".	16 ч	8 ч	8 ч
2.	II модуль: «Топографическая подготовка юного туриста».	18 ч	9 ч	9 ч
3.	III модуль: « Я и мое здоровье».	20 ч	10 ч	10 ч
4.	IV модуль: «Основы краеведения».	18 ч	9 ч	9 ч
	<b>Всего часов</b>	<b>72 часа</b>	<b>36ч</b>	<b>36ч</b>

### Содержание программы (2 год)

№ п/п	Тема модулей	Кол-во часов		
		Всего час	теория	практика
1.	I модуль: "Азбука туристско – бытовых навыков туриста".	16 ч	8 ч	8 ч
2.	II модуль: «Топографическая подготовка юного туриста».	18 ч	9 ч	9 ч
3.	III модуль: « Я и мое здоровье».	20 ч	10 ч	10 ч
4.	IV модуль: «Основы краеведения».	18 ч	9 ч	9 ч
	<b>Всего часов</b>	<b>72 ч</b>	<b>36 ч</b>	<b>36ч</b>

### Содержание программы (3 год)

№ п/п	Тема модулей	Кол-во часов		
		Всего часов	теория	практика
1.	I модуль: "Азбука туристско – бытовых навыков туриста".	16 ч	8 ч	8 ч
2.	II модуль: «Топографическая подготовка юного туриста».	18 ч	9 ч	9 ч
3.	III модуль: « Я и мое здоровье».	20 ч	10 ч	10 ч
4.	IV модуль: «Основы краеведения».	18 ч	9 ч	9 ч
	<b>Всего часов</b>	<b>72 ч</b>	<b>36 ч</b>	<b>36 ч</b>

## Содержание разделов программы 1 модуль «"Азбука туристско – бытовых навыков туриста"».

**Цель:** познакомить с основными навыками туриста.

**Задачи:**

**Образовательная:**

- познакомить с историей туризма, видами туризма,
- познакомить с профессиями в сфере туризма
- познакомить с современными формами туристической деятельности,
- познакомить с навыками овладения туристических должностей.

**Коррекционно - развивающие:**

- развивать умение логически излагать свои мысли,
- развивать умение выделять главное в изучаемом материале,
- развивать познавательный интерес.

**Воспитательные:**

- Воспитывать силу воли, стойкости.
- Формирование у учащихся здорового образа жизни;
- Формирование положительной мотивации, развитие чувства любви к родному краю;
- Развитие ответственности, сплоченности коллектива

### Содержание учебного плана (1 год)

**1,2. Туризм - познание, отдых, спорт.**

**Теория: (1ч)** цели и значение занятий туризмом. Правила поведения и техники безопасности во время занятий.

**Практика (1ч)** Нормы поведения в лесу, у водоемах. Правила передвижения по дорогам.

**3,4. Прогулка на свежем воздухе: « Кто такой турист»?(2ч)**

**Теория: (1ч)** беседа, рассказ, лекция, диалог. Изучение понятия «турист», его функции. Рассуждение на тему: «Кто такой турист»,

**Практика: (2ч)** Просмотр презентации «Кто такой турист?», рассказ о туристе, рисунки.

**5,6 Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Снаряжение туриста. Рюкзак туриста».**

**Теория: (1ч)** Как можно узнать туриста? Без чего турист не может обойтись? Личное снаряжение юного туриста для туристической прогулки, экскурсии (рюкзак, обувь, одежда, личная посуда, компас, фонарь, карта, аптечка.). Обсуждение необходимости каждого предмета. Как правильно собрать рюкзак, что в него положить, выдвижение своих предложений.

**Практика: (1ч)** Закрепление пройденного материала с помощью практического повторения.

**7,8. Практическое занятие на свежем воздухе: «Установка палатки. Страховка туриста».**

**Теория: (1ч)** Страховка и самостраховка. Страхочные обвязки. Правила преодоление лесных завалов. Переправа по кочкам. Спуск с крутого склона при помощи веревки.

**Практика: (1ч)** Переправа по бревну. Овладение навыками пользования групповым снаряжением. Отработка навыков преодоления препятствий

**9,10 . Экскурсия – прогулка: « Чем полезны и интересны походы, экскурсии».**

**Теория: (1ч)** Функции, классификации экскурсии. Цели экскурсии, походов, путешествия. Экскурсия, как составная часть путешествия. Функции экскурсии. Цели и задачи экскурсионного процесса. Классификация экскурсий (обзорная экскурсия, тематические экскурсии, экскурсии для детей и взрослых, экскурсии по городу и загород, комплексные экскурсии, экскурсии выходного дня, индивидуальные экскурсии, однодневные экскурсии).

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации « Чем полезны и интересны путешествия»

**11,12 Чем полезны и интересны путешествия. Реквизиты туриста.**

**Теория: (0,5 ч)** Функции, классификации путешествий.

**Практика: (0,5 ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Полезные и интересные путешествия».

**Теория: (0,5 ч)** Как можно узнать туриста. Без чего турист не может обойтись. Личное снаряжение юного туриста для туристической прогулки.

**Практика: (0,5 ч)** Практическое занятие: « Как правильно собрать рюкзак.

**13, 14. Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Разбивка лагеря».**

**Теория: (1ч)** Бивак на туристической прогулке. Охрана природы при организации лагеря. Устройство и оборудование лагеря. Выбор места на площадке для установки палатки. Беседа о построении защиты от ветра, дождя. Типы костров и их характеристика. Правила обращения с опасными инструментами и специальным снаряжением. Правила гигиены туриста. Распределение группового снаряжения

**Практика: (1ч)** Знакомство с типами костров. Туристическая одежда и обувь. Этика туриста.

**15.16 Практическое занятие на свежем воздухе: « Правила поведения в лесу»**

**Теория: (1ч)** Сохранение природы. Опасные непредвиденные ситуации. Изучение правил поведения в лесу.

**Практика: (1ч)** Создание буклета «Люби природу - она одарит тебя». Закрепление на практике правил поведения с помощью ситуативных ситуаций «Не ломай ветки.....», «Не обдирай и не царапай кору.....», «Громкие звуки пугают местных жителей.....», «Не жги сухую траву», «Ходи по тропинкам, чтобы не навредить насекомым.....».

#### Содержание учебного плана (2 год)

**1-2. Правила организации туристических походов.**

**Теория: (1ч)** Подготовка к туристическому походу, групповой список, личный список.

**Практика (1ч)** Уметь предвидеть опасные ситуации, умение их предотвращать или преодолевать.

**3-4. Практическое занятие на свежем воздухе: «Правила поведения «юных туристов». Должностные обязанности участников группы в походе».**

**Теория: (1ч)** Знать описание должностей в походе (руководитель группы, медик, направляющий, заведующий питанием)

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Юные туристы в походе».

**5-6, 7-8. Практическое занятие на свежем воздухе: « Подготовка к выходу на природу. Знакомство с туристическим снаряжением. Требования, ремонт, уход».**

**Теория: (2ч)** рассказ и показ личного снаряжения туриста, правила сбора, безопасность снаряжения туриста, объём, вес, простота, многофункциональность, комфортность, гигиеничность, эстетичность.

**Практика: (2ч)** перечень (личного, группового, специального) снаряжения, знать перечень предметов туристических снаряжений (палатка, компас, котелок, спальный мешок).

**9-10. Экскурсия в лес с элементами практического занятия. Туристические узлы.**

**Теория: (1ч)** История возникновения узлов, их классификация, положительные и отрицательные качества узлов, область применения узлов, способы, методы, приемы, значение туристических узлов.

**Практика: (1ч)** Практическое применение, последовательность техники вязания, классификация техники вязания, применение узлов в повседневной жизни.

**11-12. Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Наблюдение за погодой в походе».**

**Теория: (1ч)** Познакомить с понятием погода, какие бывают элементы погоды, с помощью чего они измеряются, каким образом составляется прогноз погоды, элементы погоды (температура воздуха, осадки, облачность, давление, направление и сила ветра).

**Практика: (1ч)**

**11-12. Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Костры. Виды костров и их т разведение».**

**Теория: (1ч)** Понятие костра, требование выбора места для размещения его на биваке,

**Практика: (1ч)** Подготовка кострища, снятие дерна.

**13-14. Туристическая группа на прогулке (экскурсия): « Правила безопасности на прогулке и экскурсии».**

**Теория:** направляющий, замыкающий в туристической группе. Организация привалов.

**15-16. Разучивание туристических песен.**

**Теория: (1ч)** Разучивание туристических песен.

**Практика: (1ч)** Прослушивание песен: «Песни у костра».

### Содержание учебного плана (3 год).

**1-2. Вводное занятие. Составление буклета: « Азбука туриста».**

**Теория: (1ч)** Закрепление понятий «турист», «поход», «привал»;

**Практика (1ч)** Просмотр видеоролика с последующим обсуждением «Умение проявлять заботу о чистоте окружающей среды».

**3-4. Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Разведение костра. Виды костров».**

**Теория: (1ч)** Укладка растопки для разведения костра шалашом и колодцем.

**Практика: (1ч):** Практическое занятие « Разведение костра».

**5-6, 7-8. Условные знаки спортивных карт: масштабные, линейные, внемасштабные, знаки обозначения дистанции по спортивному ориентированию.**

**Теория: (2ч)** Приемы чтения карт, классификация по цвету и виду, знание условных знаков.

**Практика: (2ч)** Просмотр мультимедийной презентации с последующим обсуждением: «Условные знаки спортивных карт: масштабные, линейные, внемасштабные, знаки обозначения дистанции по спортивному ориентированию».

**9-10. Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Организация бивака и охрана природы».**

**Теория: (1ч)** Оборудование укрытий из подручных средств (ветки, лапник, жерди, веревка), выбор место для костра, соблюдение правил техники безопасности при организации бивачных мест, соблюдению санитарно-гигиенических норм при приготовлении пищи в природных условиях.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации с последующим обсуждением: «Организация бивака и охрана природы».

**11-12. Практическое занятие: «Туристическое снаряжение. Личное снаряжение туриста»**

**Теория: (1ч)** Общие требования к туристскому снаряжению: безопасность эксплуатации, прочность. Минимальный вес и объем, простота в использовании, многофункциональность, комфортность, гигиеничность, эстетичность.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации с последующим обсуждением: «Туристическое снаряжение. Личное снаряжение туриста».

**11-12. Практическое занятие на свежем воздухе: « Групповое снаряжение туриста. Специальное снаряжение туриста».**

**Теория: (1ч)** Основные понятия группового и специального снаряжения, укладка рюкзака, составление индивидуального списка снаряжения с учетом веса рюкзака и комфортности передвижения.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации с последующим обсуждением: «Групповое снаряжение туриста. Специальное снаряжение туриста»

#### **13-14. Питьевой режим на туристической прогулке.**

**Теория: (1 ч)**

**Практика: (1 ч)** Просмотр мультимедийной презентации с последующим обсуждением: «Питьевой режим на туристической прогулке»

#### **15-16. Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Через движение познаю природу».**

**Теория: (1ч)** Представлений детей о природе родного края, природа – источник первых конкретных знаний о родном крае (объекты живой и неживой природы, растительность леса, дикие животные, птицы), названия лекарственных растений родного края, зависимость жизнедеятельности обитателей леса от изменений в природе.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации с последующим обсуждением: «Через движение познаю природу».

### **Планируемые результаты**

#### **Модуль «Азбука туристко – бытовых навыков туриста"»**

Учащиеся должны знать:

- историю туризма, кто такой турист;
- виды туризма;
- профессии в сфере туризма;
- формы туристических путешествий;
- устройство компаса;
- реквизиты туриста.
- личное снаряжение туриста;
- правила поведения в лесу;
- правила безопасности на прогулке и экскурсиях.
- перечень должностных обязанностей в походе.

Учащиеся должны уметь:

- уметь разбивать лагерь;
- знать устройство компаса;
- пользоваться правилами поведения в лесу;

правильно собирать рюкзак.



## **«II модуль: «Топографическая подготовка юного туриста ». (1 год)**

**Цель:** Познакомить детей с топографическими знаками, ориентированием на местности.

**Задачи:**

**Образовательная:**

- научить ориентироваться на местности, в предметно – пространственном окружении,
- научить различать простейшие схемы, изученные топографические знаки.
- познакомить со значением топографии и ориентированием на местности.

**Коррекционно – развивающая:**

- развивать общую культуру личности путём приобщения к занятиям спортивным туризмом;
- формировать техническую и тактическую подготовку;
- совершенствовать двигательные умения и навыки;
- способствовать развитию физических способностей

**Воспитательная:**

- воспитание волевых качеств: целеустремленности и настойчивости;
- привитие культуры общения в коллективе, взаимоуважения и толерантности;
- воспитание чувства ответственности за свои действия, дисциплинированности, взаимопомощи.

### **«Топографическая подготовка юного туриста» (1 год)**

**1 - 2. Вводное занятие. Что такое топографические знаки? Понятие о топографической карте.**

**Теория: (0,5ч)** беседа, рассказ, лекция, диалог. Изучение понятия «топография», «ориентирование», его функции. Рассуждение на тему: «Значение топографии и ориентирования для туристов».

**Практика: (0,5 ч)**

**3-4, 5-6. Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Условные знаки».**

**Теория: (2 ч).** Условные знаки, изолинии, линии движения, значки. Виды условных знаков (площадные, точечные линейные). Знакомство с изображением местности. Способы изображения на схемах и планах.

**Практика (2ч)** Что значит ориентироваться на местности? Условные знаки. Ориентирование по горизонту. Изучение понятие «карта», принцип ее действия, правил

**7-8 . Наблюдение в природе. Что такое горизонт. Способы определения сторон горизонта.**

**Теория: (1ч)** Что такое горизонт. Север, запад, восток – расположение на карте. Определение сторон горизонта по восходу и закату.

**Практика: (1ч)** Изучение способов определения горизонта на практике.

**9-10. Карта географическая и топографическая. Что такое масштаб?**

**Теория: (1ч)** Что такое план местности. Понятие о географических картах. Понятие о топографических картах

**Практика: (1ч)** Составление простого плана местности по описанию.

**11-12. Практическое занятие: « Знакомство с компасом. Компас и его устройство».**

**Теория:** Изучение понятие «компас», принцип его действия, правила пользования компасом.

**Практика:** Закрепление правил пользования компасом с помощью выполнения заданий (определение сторон света).

**13-14. Экскурсия в лес с элементами практического занятия : «Что такое ориентирование. Ориентирование по местным предметам»**

**Теория: (1ч)** Как проводить ориентирование по местным предметам. Польза данного навыка. Ориентирование по компасу. Ориентирование без компаса. Ориентирование с помощью солнца, луны и звезд.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Ориентирование по местным признакам»

**15-16 . Практическое занятие : «Как ориентироваться по карте на местности».**

**Теория: (1ч)** Этапы ориентирования. Виды ориентирования на местности по карте. Последовательность ориентирования. Классификация знаков.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Как ориентироваться по карте на местности».

**17-18. Схема маршрута. Пользование картой в походе.**

**Теория: (1ч)** Описание маршрута на местности. Составление схемы маршрута движения. Составление описания маршрута. Применение принадлежностей и оборудования.

**Практика: (1ч)** Применять на практике умения пользоваться на практике компасом линейкой, бумагой. Практическая работа на местности.

**«Топографическая подготовка юного туриста» (2 год)**

**1-2. Карта географическая и топографическая.**

**Теория. (1ч)** Свойства карт, правила пользования в повседневной жизни, распознавание объектов по условным знакам

**Практика. (1ч)** Практические умения и навыки при работе с картой, картографическая грамотность. Определение и измерение по карте расстояний, направлений. Воспроизведение названий и описание внешних признаков. Определение географического положения объекта на карте

**3-4. 5-6. Практическое занятие на свежем воздухе: «Туристическая группа. Туристические должности в группе».**

**Теория. (3ч)** Знакомство с обязанностями, требования и их выполнение, критерии выполнения туристических обязанностей в походе.

**Практика (1 ч).** Просмотр мультимедийной презентации «Туристические должности в походе».

**7-8, 9-10 Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «План местности. Простейшие условные знаки».**

**Теория. (3ч).** Познакомить с понятием план местности, роль условных знаков, знание о масштабе и его видах. Представления об условных знаках, понятие условные знаки, разновидности топографических знаков.

**Практика. (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации: «Условно топографические знаки в походе», обсуждение.

**11-12. Техника ориентирования в походах.**

**Теория: (1ч)** Ориентирование в походе с помощью топографической карты. Ориентирование в походе при использовании схем участков маршрута. Ориентирование при отсутствии видимости. Ориентирование по легенде (подробному описанию пути). Особенности ориентирования в различных природных условиях. Ориентирование при использовании карты, определение точки стояния (местонахождения) и выбор пути движения. Определение сторон горизонта по местным предметам, объектам, созданным природой, людьми, по растительности. Порядок действий в случае потери ориентировки.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Ориентирование в походах»

**13-14. Практическое занятие: « Способы ориентирования».**

**Теория. (1ч)** Определение сторон горизонта по местным признакам, виды компасов.

**Практика. (1ч).** Просмотр мультимедийной презентации «Способы ориентирования».

**15-16. Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Ориентирование по местным предметам».**

**Теория. (1ч)** Определение понятий, ориентирование. Повторение понятий «горизонт», «линия горизонта»

**Практика. (1ч)** Умение работать с источниками информации, умение вести диалог, работа измерительными приборами, моделирование ситуаций

**17-18. Практическое занятие на свежем воздухе: «Спортивное ориентирование на местности».**

**Теория. (1ч)** Порядок организации и правила поведения в походах, основы топографии и ориентирования.

**Практика. (1ч)** Умение ориентироваться по местным признакам, уметь передвигаться по дорогам и тропинкам в составе группы, преодолевать препятствия на пути, ориентироваться по карте, компасу, спортивному ориентированию.

**«Топографическая подготовка юного туриста» (3 год)**

**1 - 2. Вводное занятие. Безопасное поведение и действия при потере ориентировки в лесу.**

**Теория: (1 ч)** беседа, рассказ, лекция, диалог. Рассуждение на тему: « Нужно ли уметь ориентироваться в лесу».

**«Практика: (1 ч).** Просмотр мультимедийной презентации «Безопасное поведение и действия при потере ориентировки в лесу»

**3-4, 5-6. Практическое занятие: «Условно топографические знаки».**

**Теория: (2 ч).** Условные знаки, изолинии, линии движения, значки. Виды условных знаков (площадные, точечные линейные). Знакомство с изображением местности. Способы изображения на схемах и планах.

**Практика (2ч)** Что значит ориентироваться на местности? Условно топографические знаки.

**7-8 . Виды туристического ориентирования.**

**Теория: (1ч)** Что такое ориентирование. Север, запад, восток – расположение на карте. Определение сторон горизонта по восходу и закату.

**Практика: (1ч)** Изучение способов определения ориентирования на практике.

**9-10. Практическое занятие: « Движения по обозначенным маршрутам».**

**Теория: (1ч)** Что такое маршрут.

**Практика: (1ч)** Составление маршрута плана по описанию.

**11-12. Ориентирование в заданном направлении. Ориентирование по выбору.**

**Теория:** Основные этапы ориентирования в заданном направлении.

**Практика:** Закрепление правил пользования компасом для ориентирования в заданном направлении.

**13-14. Практическое занятие: « Ориентирование по местным предметам. Чтобы не заблудиться в лесу».**

**Теория: (1ч)** Алгоритм действий. Как проводить ориентирование по местным предметам. Польза данного навыка. Ориентирование по компасу. Ориентирование без компаса. Ориентирование с помощью солнца, луны и звезд.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Ориентирование по местным признакам»

**15-16 . Экскурсия: «Ориентирование по карте на местности».**

**Теория: (1ч)** Этапы ориентирования. Виды ориентирования на местности по карте. Последовательность ориентирования. Классификация знаков.

**Практика: (1ч.)** Просмотр мультимедийной презентации «Как ориентироваться по карте на местности».

**17-18. Практическое занятие: « Экскурсия в лес с элементами практического занятия : «Изучение маршрута. Пользование картой в походе».**

**Теория: (1ч)** Описание маршрута на местности. Составление схемы маршрута движения. Составление описания маршрута. Применение принадлежностей и оборудования.

**Практика: (1ч)** Применять на практике умения пользоваться на практике компасом линейкой, бумагой. Практическая работа на местности.

**Планируемые результаты**  
**Модуль «Топографическая подготовка юного туриста».**

**Учащиеся должны знать:**

- Что такое топографическая подготовка юного туриста;
- Правила ориентирования на местности.
- Понятие о карте: масштаб, условные обозначения.
- Устройство компаса и пользование им.
- Ориентирование по карте.
- Движение по азимуту.
- Виды соревнований по спортивному ориентированию.
- Глазомерная съемка.

**Учащиеся должны уметь:**

- Собирать туристское снаряжение.
- Различать личное и групповое снаряжение.
- Различать виды рюкзаков и палаток.
- Выполнять подготовку к снаряжению в поход.
- Укладывать рюкзак.
- Собирать специальное снаряжение.
- Комплектовать ремонтный набор.
- Самостоятельное изготовление и ремонт снаряжений.
- Измерять расстояния на карте и на местности с помощью различных измерительных инструментов.
- Определять пройденные расстояния по времени движения.
- Ориентироваться в походе с помощью топографических карт.
- Измерять средний шаг, пользоваться глазомерным способом измерения расстояния.
- Определять пройденное расстояние.

### **III модуль: «Я и мое здоровье».**

**Цель:** Формирование социальных и жизненных навыков, обеспечивающих умственное и физическое здоровье.

**Задачи:**

**Образовательная:**

- познакомить с понятием «я и мое здоровье», «основы гигиены», «первая доврачебная помощь»
- научить основам гигиены и первой доврачебной помощи
- способствовать формированию и развитию умений и навыков по выполнению и соблюдению правил личной гигиены.

**Коррекционно – развивающая;**

- прививать навыки здорового образа жизни;
- развивать гигиенические навыки, способствовать развитию речи учащихся;

**Воспитательная:**

- Способствовать формированию и развитию эстетических качеств личности;
- воспитание волевых качеств: целеустремленности и настойчивости;
- привитие культуры общения в коллективе, взаимоуважения и толерантности;
- воспитание чувства ответственности за свои действия, дисциплинированности, взаимопомощи.

#### **Модуль: «Я и мое здоровье». (1 год)**

**1-2. Вводное занятие. Правила, которые ты должен соблюдать.**

**Теория: (1ч)** Беседа, диалог.

**Практика: (1 ч)** Просмотр видеоролика «Правила, которые ты должен соблюдать», «Эти правила нужны, эти правила важны!»

**3-4. Гигиена туриста. Правила личной гигиены туриста.**

**Теория: (1ч)** Что такое гигиена. Правила личной гигиены, виды закаливания. Значение правил личной гигиены.

**Практика: (1ч)** Использование наглядного материала. Практические упражнения. Работа в парах.

**5-6. 7-8 Гигиена одежды и обуви. Роль закаливания. Влияние тепла и холода.**

**Теория: (2ч)** Требование к гигиене одежды и обуви. Значение роли закаливания. Влияние тепла и холода в погодных условиях.

**Практика: (2ч)** Выполнение и соблюдение правил личной гигиены, гигиенических навыков.

**9-10. Что такое закаливание. Закаливание водой, воздухом, солнцем.**

**Теория: (1ч)** Значение систематических занятий физкультурой и спортом для укрепления здоровья. Отработка простейших умений и навыков при закаливании организма водой и солнцем. Основные принципы закаливания (постепенность, систематичность, сочетание различных средств и способов закаливания, правильная дозировка процедур, самоконтроль). Закаливание водой. Обливание. Душ. Купание и плавание. Контрастное закаливание. Польза закаливания организма.

**Практика: (1ч).** Просмотр мультимедийной презентации « Закаливание водой, воздухом, солнцем»

**11-12 . Профилактика простудных заболеваний.**

**Теория: (1ч)** Сохранение и укрепление здоровья. Общее представление о гриппе.. Причины возникновения, возбудители, симптомах заболевания. Знать особенности профилактики простудных заболеваний.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Профилактика простудных заболеваний».

**13-14. Практическое занятие: «Индивидуальная аптечка. Походно - медицинская аптечка».**

**Теория: (1ч)** Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств. Хранение, транспортировка, пополнение походной аптечки. Наименование медикаментов, перечень и назначение лекарств (обеззараживающие вещества, перевязочные материалы, болеутоляющие и жаропонижающие вещества, медикаменты при растяжениях, аллергии, насморке, обезболивающие, отравлении). Хранение, пополнение походной аптечки.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Что такое индивидуальная аптечка».

### **15-16, 17-18. Лекарственные растения. Необычные растения.**

**Теория: (2ч)** История пользования лекарственными растениями. Представление о лекарственных растениях. Польза лекарственных растений. Правила сбора и сушки лекарственных растений. Применение в жизни лекарственных растений (ромашка, тысячелистник, мать и мачеха)

**Практика: (2ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Лекарственные растения».

### **19. Практическое занятие: «Что такое первая медицинская помощь? Основные приемы оказания первой доврачебной помощи».**

**Теория: (0,5 ч)** Знать основные приемы оказания медицинской помощи для предотвращения дополнительных травм и облегчения страдания до оказания квалифицированной медицинской помощи.

**Практика: (0,5 ч)** Уметь пользоваться дезинфицирующими средствами, веществами спиртовым двухпроцентным раствором (йодом), однопроцентным спиртовым раствором бриллиантового зеленого (зеленкой), водным раствором марганцовокислого калия (марганцовка), перекись водорода.

### **20. Комплексное занятие: «Виды и классификация несчастных случаев. Как помочь себе при травмах».**

**Теория: (0,5 ч).** Правила наложения резинового жгута. Наложение повязок на руку, ногу. Переломы. Носовое кровотечение. Знать правила наложения повязок на верхние конечности: кисть, локтевой и плечевой суставы. Перевязочный материал применяемый для повязок. Марлевые (плоские) бинты и их характеристики. Эластичный бинт и его характеристик Индивидуальный перевязочный пакет и его характеристика. Основные правила наложения повязок. Перевязочные средства. Характеристики перевязочных средств.

**Практика (0,5ч) Практикум: «Как помочь себе при травмах».** Накладывание жгута, знать особенности наложения жгута. Отработка практических навыков наложения повязок на верхнюю конечность. Отработка практических навыков наложения повязок на нижнюю конечность. Первая медицинская помощь при переломах. Транспортная иммобилизация. Правила и способы транспортировки.

### **«Я и мое здоровье». (2 год)**

#### **1-2 . Туризм как средство оздоровления.**

**Теория: (1 ч)** История туризма, знакомство с понятием двигательный режим, радостные переживания (эмоциональность), любопытная полезная информация (познавательность), яркие впечатления (восприятие).

**Практика: (1 ч)** Просмотр мультимедийной презентации: «Туризм как средство оздоровления».

#### **3-4. Общие гигиенические требования в походе.**

**Теория: (1 ч)** Гигиенические требования в походе. Гигиена обуви и одежды. Умывание, купание, закаливание в походе. Защита окружающей среды от загрязнения (умывание, мытье посуды, утилизация бытовых отходов).

**Практика: (1 ч).** Просмотр мультимедийной презентации: «Гигиенические требования в походе».

#### **5-6 . Правила личной гигиены и предотвращение опасностей в лесу.**

**Теория: (1 ч).** Основные правила личной гигиены, соблюдение правил личной гигиены.

**Практика: (1 ч).** Просмотр мультимедийной презентации: «Правила личной гигиены и предотвращение опасностей в лесу».

#### **7-8. Питание туристической группы. Составление меню для похода.**

**Теория: (1 ч)** Значение правильного питания в походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. **Практика (1 ч)** Составление меню и списка продуктов для 1-2 дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Просмотр мультимедийной презентации «Приготовление пищи на костре».

#### **9-10 . Хранение продуктов. Распределение продуктов для похода.**

**Теория: (1 ч).** Режим и рациональное питание, упаковка, хранение, транспортировка продуктов, основы обработки пищевых продуктов. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

**Практика: (1 ч).** Просмотр мультимедийной презентации: « Питание группы в туристических условиях ».

#### **11-12.. Обязанности дежурного в походе.**

**Теория: (1 ч)** Знать группы обязанностей (постоянные, временные, дежурные).

**Практика:(1ч).** Просмотр мультимедийной презентации с последующим объяснением: «Обязанности дежурного в походе»

#### **13-14. Первая медицинская помощь. Оказание первой доврачебной помощи.**

**Теория: (1 ч)** Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных травмах (переломы, кровотечения), тепловом и солнечном ударе, ожогах, укусах насекомых и пресмыкающихся.

**Практика:(1ч).** Комплектование медицинской аптечки. Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему: определение травмы, практическое оказание помощи. Переноска пострадавшего.

#### **15-16. Оказание первой помощи при порезе, укусе насекомых.**

**Теория: (1 ч)** Медицинская аптечка. Ее комплектование, хранение, транспортировка. Перечень и назначение лекарственных препаратов. Личная аптечка туриста.

**Практика:(1ч)** Просмотр мультимедийной презентации с последующим объяснением: «Оказание первой помощи при порезе, укусе насекомых»

#### **17-18, 19-20. Комплекс физических упражнений в походе.**

**Практика (4 ч).** Медленный бег, упражнения на восстановления дыхания, упражнения на осанку.

### **«Я и мое здоровье». (3 год)**

#### **1-2. Вводное занятие. Режим дня как основа жизни человека.**

**Теория: (1ч)** Беседа, диалог о знании основных режимных моментах в течение дня, соблюдение режима дня, выполнение действий, соответствующие режиму дня (зарядка, умывание, еда, прогулка, принятие ванны и т. д.)

**Практика: (1 ч)** Просмотр видеоролика: «Режим дня как основа жизни человека».

#### **3-4. Корзина питания. Рациональное питание.**

**Теория: (1ч)** Что такое питание. Значение рационального питания, знания о здоровых принципах питания, укрепляющие организм.

**Практика: (1ч).** Использование наглядного материала: «Рациональное питание», раздаточный материал (на каждый стол) “Примерный суточный набор продуктов для детей и подростков”, “Таблица калорийности блюд”, “Таблица суточной потребности в калориях”.

#### **5-6. 7-8. Как укрепить свой иммунитет.**

**Теория: (2ч)** Сведения об иммунитете, видах иммунитета, инфекционных заболеваниях, аллергии,

**Практика: (2ч)** Презентация “Видимая и невидимая защита в организме».

#### **9-10. Вредные привычки их последствия.**

**Теория: (1ч)** Значение систематических занятий физкультурой и спортом для укрепления здоровья. Отработка простейших умений и навыков при закаливании организма водой и солнцем. Основные принципы закаливания (постепенность, систематичность, сочетание различных средств и способов закаливания, правильная дозировка процедур, самоконтроль). Закаливание водой. Обливание. Душ. Купание и плавание. Контрастное закаливание. Польза закаливания организма.

**Практика: (1ч).** Просмотр мультимедийной презентации «Вредные привычки».

#### **11-12 . Профилактика простудных заболеваний.**

**Теория: (1ч)** Сохранение и укрепление здоровья. Общее представление о гриппе. Причины возникновения, возбудителей, симптомах заболевания. Знать особенности профилактики простудных заболеваний.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Профилактика простудных заболеваний».

#### **13-14. Гигиена туриста и первая доврачебная помощь.**

**Теория: (1ч)** Знания по правилам оказания первой медицинской помощи; Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Гигиена туриста и первая доврачебная помощь».

#### **15-16, 17-18. Лекарственные растения. Необычные растения.**

**Теория: (2ч)** История пользования лекарственными растениями. Представление о лекарственных растениях. Польза лекарственных растений. Правила сбора и сушки лекарственных растений. Применение в жизни лекарственных растений.

**Практика: (2ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Лекарственные растения».

#### **19 – 20. Основы оказания первой доврачебной помощи. Первая доврачебная помощь.**

**Теория: (0,5 ч)** Приемы оказания доврачебной помощи. Понятие о травмах и объеме первой помощи. Раны и кровотечение. Травматический шок. Синдром длительного сдавливания. Правила наложения повязок при ранении и кровотечении. Закрытые травмы. Повреждение головы и лица. Повреждение груди. Повреждение органов брюшной полости. Повреждение позвоночника. Повреждение конечностей. Электротравма. Ожоги. Обморожение. Искусственное дыхание и наружный массаж сердца. Знать основные приемы оказания медицинской помощи для предотвращения дополнительных травм и облегчения страдания до оказания квалифицированной медицинской помощи.

**Практика: (0,5 ч)** Первая помощь при травмах, при травматическом шоке, при синдроме длительного сдавливания, при электротравме, ожоге и обморожении. Искусственное дыхание и наружный массаж сердца. Просмотр фото- и видеоматериалов..

**Теория: (0,5 ч)** Знать основные приемы оказания медицинской помощи для предотвращения дополнительных травм и облегчения страдания до оказания квалифицированной медицинской помощи.



## **Планируемые результаты Модуль: «Я и мое здоровье».**

### **Учащиеся должны знать:**

- понятие гигиена;
- основные приемы соблюдения зож;
- значение водных процедур;
- влияние на организм вредных привычек;
- что такое «привычка», «вредная привычка»;
- основные принципы закаливания;
- состав походной аптечки;
- наименование медикаментов, назначение лекарств;
- лекарственные препараты и их свойства;
- приемы транспортировки пострадавшего.
- основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

### **Учащиеся должны уметь:**

- Соблюдать правила личной гигиены.
- Пользоваться индивидуальными средствами защиты.
- Оказывать первую медицинскую помощь.
- Накладывать жгут.
- Накладывать повязку на руку, ногу.

Измерять температуру, пульс, давление.

#### **IV модуль: « Основы краеведения».**

**Цель:** Формирование интереса обучающихся к культурному наследию историческому прошлому и настоящему.

**Задачи:**

**Образовательная:**

- Изучить основные понятия краеведения.

**Коррекционно – развивающая:**

- развивать общую культуру личности путём приобщения к занятиям краеведения;
- развивать устойчивые навыки, необходимые в проведении спортивных походах;
- прививать устойчивый интерес к занятию туризмом, спортивным походам и спорту
- совершенствовать координацию двигательных движений, умений и навыков;
- формировать основные знания по технике вязания узлов, устойчивые навыки, необходимые в спортивных походах.
- способствовать развитию физических способностей.

**Воспитательная:**

- прививать устойчивый интерес к занятиям по краеведению
- воспитание волевых качеств: целеустремленности и настойчивости;
- привитие культуры общения в коллективе, взаимоуважения и толерантности;

воспитание чувства ответственности за свои действия, дисциплинированности, взаимопомощи, повысить интерес к изучению малой Родины

## **«Основы краеведения». (1 год)**

### **1-2. Что изучает краеведение.**

**Теория: (1ч)** История возникновения краеведения. Виды краеведения.

**Практика: (1ч).** Просмотр презентации «Что изучает краеведение», «Знакомство с краеведением».

### **3-4. Мой край на карте.**

**Теория: (1ч)** История родного края. Что такое родина. Большая Родина. Малая Родина. Достопримечательности родного края. Происхождение термина Сибирь.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Достопримечательности нашего района».

### **5-6. Экскурсия в лес: «Растительный мир нашего края».**

**Теория: (1ч)** Беседа «Растительный мир нашего края». Растения – живущие существа. Характерные признаки растений. Разновидность деревьев. Значение живых организмов в природе и жизни человека. Формы охраны растительного края.

**Практика: (1ч)** Дидактический материал «Расскажи о дереве». Чтение произведения: «Рассказы о русском лесе».

### **7-8. Животный мир нашего края.**

**Теория: (1ч)** Беседа «Животный мир нашего края». Разновидность животных. Значение живых организмов в природе и жизни человека. Формы охраны животных. Животные, занесенные в Красную книгу.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Большереченский зоопарк».

### **9-10. Природные заповедные места нашего края.**

**Теория: (1ч)** Знакомство с заповедниками, памятниками природы. Знакомство с понятиями «опасная зона», «запретная зона», «заповедник», «смешанные леса». «хвойные леса».

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Заповедные места Омской области».

### **11.12. Практическое занятие: «Красная книга – важная книга».**

**Теория:** История возникновения «Красной книги», Правила поведения на природе. Причины занесения животных и растений в «Красную книгу».

**Практика:** Просмотр мультимедийной презентации «Красная книга – важная книга».

### **13.14. Охраняемые животные и растения нашего края**

**Теория:** Охраняемая природная территория. Сохранение, восстановление охраняемых животных и растений. Охрана редких, исчезающих или нуждающихся в особой охране видов животных и растений.

**Практика:** Просмотр мультимедийной презентации «Охраняемые животные и растения нашего края».

### **15-16. Туристические возможности нашего района.**

**Теория:** объяснить значение туристических возможностей нашего района.

**Практика:** Просмотр презентации «В краю пяти озер».

### **17-18. Учебная экскурсия: « В гости к речке «Шайтанка». Реки, озера и другие водные богатства.**

**Теория:** Познакомить с разнообразием озер, рек, частями водоемов родного края.

**Практика:** Уметь различать водоемы, рассказывать о водоеме по схеме, формулировать выводы из изученного материала.

## **«Основы краеведения». (2 год)**

### **1-2. Краеведение в туристических походах.**

**Теория (1ч).** Природные богатства родного края, культурно – познавательный туризм, спортивный туризм, лечебный туризм, экологический туризм.

**Практика (1ч).** Просмотр мультимедийной презентации «Интересные факты о краеведении нашего поселка».

### **3-4. Изучение и охрана природы.**

**Теория (1ч).** Воздействие человека на природу. Охрана природы. Отношение между природой и человеком.

**Практика (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации: « Интересные факты, о заказниках Муромцевского района».

### **5-6. Природное наследие.**

**Теория (1ч).** Отношение между природой и человеком, негативное воздействие человека на живые организмы, загрязнение воздуха, загрязнение воды, почвы, истребление животных.

**Практика (1ч).** Просмотр мультимедийной презентации: « Как человек может повлиять на уголок природы?».

### **7-8. Родной край его природа. Экскурсия по родному краю.**

**Теория (1ч).** Связь неживой и живой природы, многообразие природы родного края, условия, влияющие на сохранение здоровья и жизни человека и природы, способы сохранения окружающей природы. Правила поведения в природе.

**Практика (1ч).** Просмотр мультимедийной презентации: « Заповедники и заказники родного края».

### **9-10. Охрана природы.**

**Теория (1ч).** Бережное отношение к природе, природа Омской области, разнообразие природы родного края.

**Практика (1ч).** Создание памятки: « Культура общения и охрана природы»

### **11-12. Ресурсы растительного и животного мира. Роль живых организмов в жизни человека.**

**Теория (1ч).** Заповедники, заказники. Растения, обогащающие воздух кислородом, растительность, влияющая на климат увлажнения воздуха. Защита деревьев и кустарников. Что дают человеку животные.

**Практика (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации: « Роль живых организмов в жизни человека».

### **13-14, 15-16. Полезные ископаемые и их применение.**

**Теория (2ч).** Полезные ископаемые, разнообразие полезных ископаемых, основные свойства полезных ископаемых их применение, виды и способы добычи полезных ископаемых, характеристика полезных ископаемых (жидкие , твердые, газообразные).

**Практика (2ч).** Работа учебным комплектом « Полезные ископаемые» (глина, песок, гранит, каменный уголь, железная руда, известняк). Просмотр фильма « Полезные ископаемые, польза разнообразие», « Богатства земных кладовых».

### **17-18. Экологические катастрофы.**

**Теория (1ч).** Природные причины экологических катастроф (вулканы, землетрясения). Последствия экологических катастроф и меры их предупреждения. Последствия воздействия человека на природу.

**Практика: (1ч)** Беседа с просмотром презентаций «Экологические катастрофы», «Планета в опасности», «На пороге экологической катастрофы».

### **«Основы краеведения». (3 год)**

#### **1 -2. Экскурсия.**

**Теория: (1ч)** Что такое экскурсия, история возникновения. Виды экскурсий.

**Практика: (1ч).** Просмотр презентации « Виды экскурсий», «Зачем ходят в экскурсию».

#### **3-4. Мой край на карте.**

**Теория: (1ч).** История родного края. Что такое родина. Большая Родина. Малая Родина. Достопримечательности родного края. Происхождение термина Сибирь.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Достопримечательности Муромцевского района».

#### **5-6. Экскурсия в лес: «Растительный мир нашего края».**

**Теория: (1ч).** Беседа «Растительный мир нашего края». Растения – живущие существа. Характерные признаки растений. Разновидность деревьев. Значение живых организмов в природе и жизни человека. Формы охраны растительного края.

**Практика: (1ч).** Дидактический материал «Расскажи о дереве». Чтение произведения: « Рассказы о русском лесе».

#### **7-8. Животный мир нашего края.**

**Теория: (1ч)** Беседа «Животный мир нашего края». Разновидность животных. Значение живых организмов в природе и жизни человека. Формы охраны животных. Животные, занесенные в Красную книгу.

**Практика: (1ч).** Просмотр мультимедийной презентации « Большереченский зоопарк».

#### **9-10. Экскурсия в лес: «Экология леса и здоровья человека».**

**Теория: (1ч)** представления и знаний об особенностях и главных чертах природы России, взаимосвязь компонентов природы, на примерах влияния лесов, важность лесных ресурсов в жизни людей в их различных аспектах;

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Экология и здоровье человека».

#### **11.12. Способы сохранения окружающей природы.**

**Теория:** Формирование первичных представлений о сохранении окружающей природы, человек - часть природы, что он должен беречь, охранять и защищать ее, что в природе все взаимосвязано, что жизнь человека на Земле во многом зависит от окружающей среде, умения правильно вести себя в природе.

**Практика:** Просмотр мультимедийной презентации «Способы сохранения окружающей природы».

#### **13.14. Практическое занятие: «Экологические правила поведения на природе».**

**Теория: (1ч)** Охраняемая природная территория. Сохранение, восстановление охраняемых животных и растений. Охрана редких, исчезающих или нуждающихся в особой охране видов животных и растений.

**Практика: (1ч)** Просмотр мультимедийной презентации «Экологические правила поведения на природе».

#### **15-16. Туристические возможности нашего района.**

**Теория: (1ч)** объяснить значение туристических возможностей нашего района.

**Практика: (1ч)** Просмотр презентации « По тропинкам пяти озер»

#### **17-18. Реки, озера Муромцевского района.**

**Теория: (1ч)** Познакомить с разнообразием озер, рек, частями водоемов родного края.

**Практика: (1ч)** Уметь различать водоемы, рассказывать о водоеме по схеме, формулировать выводы из изученного материала.

**Планируемые результаты**  
**Модуль: « Основы краеведения ».**

**Учащиеся должны знать:**

- история возникновения краеведения. Виды краеведения, историю краеведения.
- история родного края, что такое родина, большая Родина, малая Родина, достопримечательности родного края.
- характерные признаки растений, разновидность деревьев, значение живых организмов в природе и жизни человека, формы охраны растительного края.
- значение живых организмов в природе и жизни человека
- историю возникновения «Красной книги», правила поведения на природе, причины занесения животных и растений в «Красную книгу».

**Учащиеся должны уметь:**

- различать разновидность животных, назначение живых организмов в природе и жизни человека, формы охраны животных, животных, занесенных в Красную книгу.

различать разновидность растений, назначение растений, занесенных в Красную книгу.

### Календарно-учебный график (1 год)

часы	Разделы программы										
		сен	окт	нояб	дек	янв	февр	март	апр	май	
16	1.Модуль: «Азбука туристко – бытовых навыков туриста»	10	6								
16	2. Модуль: «Топографическая подготовка юного туриста			8	8						
20	3.Модуль: «Я и мое здоровье».					6	8	6			
20	4.Модуль: «Основы краеведения ».								10	10	
72		10	6	8	8	6	8	6	10	10	

### Календарно-учебный график (2 год)

часы	Разделы программы										
		сен	окт	нояб	дек	янв	февр	март	апр	май	
16	1.Модуль: «Азбука туристко – бытовых навыков туриста»	10	6								
16	2. Модуль: «Топографическая подготовка юного туриста			8	8						
20	3.Модуль: «Я и мое здоровье».					6	8	6			
20	4.Модуль: «Основы краеведения ».								10	10	
72		10	6	8	8	6	8	6	10	10	

### Календарно-учебный график (3 год)

часы	Разделы программы										
		сен	окт	нояб	дек	янв	февр	март	апр	май	
16	1.Модуль: «Азбука туристко – бытовых навыков туриста»	10	6								
16	2. Модуль: «Топографическая подготовка юного туриста			8	8						
20	3.Модуль: «Я и мое здоровье».					6	8	6			
20	4.Модуль: «Основы краеведения ».								10	10	
72		10	6	8	8	6	8	6	10	10	

## Ожидаемые результаты

После года обучения по адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе туристско – краеведческой «Школа безопасности туриста», обучающиеся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальные нарушения) наберут достаточный уровень общих знаний по программе

### **Знать:**

основы туристической подготовки, технику безопасности при проведении туристических походов, занятий, топографию и способы ориентирования, историю родного края и его особенности, основы гигиены и основные приемы оказания первой доврачебной помощи, предупреждение спортивных травм.

историю туризма, кто такой турист, виды туризма, профессии в сфере туризма, формы туристических путешествий, устройство компаса, реквизиты туриста, личное снаряжение туриста, правила поведения в лесу, правила безопасности на прогулке и экскурсиях, перечень должностных обязанностей в походе.

что такое топографическая подготовка юного туриста, правила ориентирования на местности, понятие о карте: масштаб, условные обозначения, устройство компаса и пользование им, ориентирование по карте, движение по азимуту, виды соревнований по спортивному ориентированию.

последовательность техники выполнения, туристические узлы по назначению, историю возникновения узлов, классификацию узлов, технику вязания узлов, положительные и отрицательные качества узлов, области применения узлов.

### **Уметь:**

выбирать место для бивуака, привала, устанавливать палатку, разводить костер, читать и изображать топографические знаки, ориентироваться по карте и компасу, измерять расстояние на карте и на местности, определять ориентиры движения, собирать краеведческий материал, выполнять краеведческие задания на маршруте, изучать интересные места родного края, подбирать состав медицинской аптечки для похода.

уметь разбивать лагерь, знать устройство компаса, пользоваться правилами поведения в лесу, правильно собирать рюкзак.

собирать туристское снаряжение, различать личное и групповое снаряжение, различать виды рюкзаков и палаток, выполнять подготовку к снаряжению в поход, укладывать рюкзак, собирать специальное снаряжение, комплектовать ремонтный набор, самостоятельное изготовление и ремонт снаряжений, измерять расстояния на карте и на местности с помощью различных измерительных инструментов, определять пройденные расстояния по времени движения, ориентироваться в походе с помощью топографических карт, измерять средний шаг, пользоваться глазомерным способом измерения расстояния, определять пройденное расстояние.

различать разновидность животных, назначение живых организмов в природе и жизни человека, формы охраны животных, животных, занесенных в Красную книгу.

различать разновидность растений, назначение растений, занесенных в Красную книгу.

### **Формы аттестации/контроля**

Непременным методическим условием при выборе форм является возможность проверить тот результат, который хочет получить педагог. Форма аттестации также должна учитывать возраст ребенка, уровень его подготовки и его индивидуальные особенности.

Оценка эффективности работы:

Входящий контроль – определение уровня знаний, умений, навыков в виде бесед, практических работ, викторин, игр, собеседование, тестирование, наблюдение.

Промежуточный контроль: коллективный анализ каждой выполненной работы и самоанализ; проверка знаний, умений, навыков в ходе беседы, практические работы



Итоговый контроль: тестирование, презентации творческих и исследовательских работ, участие в выставках и мероприятиях, участие в интеллектуальные состязания, конкурсы, олимпиады, конференции, итоговые занятия

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

- журнал посещаемости,
- материалы анкетирования и тестирования,
- дипломы, грамоты,
- готовые творческие работы,
- аналитическая справка,
- результаты участия в конкурсах.

Критерии оценки результативности.

Отследить уровень усвоения обучающимися содержания программы можно по следующим показателям: умение выполнить работу по образцу; умение анализировать; стабильность практических достижений обучающихся.

Показателями устойчивости интереса к деятельности, коллективу являются: текущая и перспективная сохранность контингента; наполняемость, положительные мотивы посещения занятий; осознание социальной значимости и нужности деятельности для себя.

Уровень воспитательных воздействий проявляется в характере отношений между педагогом и обучающимися, между членами коллектива, в том или ином состоянии микроклимата в группе, в культуре поведения обучающихся.

Критериями оценки *результативности обучения* являются: уровень развития речи, уровень развития памяти, уровень эмоционального развития, глубина эстетического восприятия, а также результаты участия воспитанников в конкурсах.

Приобретённые детьми знания, умения и навыки оцениваются по трем позициям: *высокий, средний и низкий* уровень усвоения.

Низкий уровень: удовлетворительное владение теоретической информацией по темам курса, умение пользоваться литературой при подготовке сообщений, элементарные представления об исследовательской деятельности, пассивное участие в семинарах.

Средний уровень: достаточно хорошее владение теоретической информацией по курсу, умение систематизировать и подбирать необходимую литературу, проводить исследования и опросы, иметь представление о учебно – исследовательской деятельности, участие в конкурсах, организации и проведении мероприятий.

Высокий уровень: свободное владение теоретической информацией по курсу, умение анализировать литературные источники и данные исследований и опросов, выявлять причины, подбирать методы исследования, проводить учебно – исследовательскую деятельность, активно принимать участие в мероприятиях, конкурсах, применять полученную информацию на практике.

Критерии оценивания предметных результатов

Оценка предметных результатов проводится с помощью устных ответов и тестового контроля, направленных на определение уровня освоения темы учащимися.

Критериями оценивания являются:

соответствие достигнутых предметных, личностных результатов обучающихся требованиям к результатам освоения адаптированной общеобразовательной программы;

динамика результатов предметной обученности, формирования базовых учебных действий.

*Оценка устных ответов*

Устный опрос учащихся является одним из методов учета знаний, умений и навыков по природоведению. При оценке устных ответов принимается во внимание: а) правильность ответа по содержанию, свидетельствующая об осознанности усвоения

изученного материала; б) полнота ответа; в) умение практически применять свои знания; г) последовательность изложения и речевое оформление ответа.

«5» баллов если ученик обнаруживает понимание материала, может с помощью учителя или самостоятельно обосновать, сформулировать ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки, которые сам исправляет.

«4» балла если ученик дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки ответа на «5», но допускает неточности в подтверждении правил примерами и исправляет их с помощью учителя; допускает некоторые ошибки в речи; при работе над текстом или разборе предложения допускает 1–2 ошибки, которые исправляет при помощи учителя.

«3» балла если ученик обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал недостаточно полно и последовательно, допускает ряд ошибок в речи, затрудняется самостоятельно подтвердить правила примерами и делает это с помощью учителя, нуждается в постоянной помощи учителя.

«2» балла если ученик обнаруживает незнание большой или наиболее существенной части изученного материала, допускает ошибки в формулировке правил, искажающие их смысл; в работе с текстом допускает грубые ошибки, не использует помощь учителя.

«1» балл за устные ответы не ставится.

**Мониторинг образовательных результатов обучающихся:  
1.Критерии сформированности предметных планируемых результатов.**

Уровни усвоения		
Высокий (повышенный) 3 балла	Средний (базовый) 2 балла	Низкий 1 балл
Различать особенности профессий туризма		
Различает особенности профессий туризма.	Допускает ошибки в определении различий особенности профессий туризма.	Не определяет различие особенностей профессий туризма.
Объяснять особенности туристической деятельности		
Знает и называет особенности туристической деятельности	Знает особенности туристической деятельности, но затрудняется в названии и составлении нюансных особенностях	Знает, но не называет особенности туристической деятельности
Правила техники безопасности при работе с туристическим инвентарём		
Знает правила безопасного труда при работе с инвентарем.	Пользуется инвентарем, но допускает несущественные ошибки при соблюдении правил безопасного труда.	Пользуется инвентарем, но допускает ошибки при соблюдении правил безопасного труда.

**2.Критерии сформированности метапредметных планируемых результатов  
Методы оценки – проводится проектная методика З.Королева: «Умеете ли вы работать в группе?», наблюдение и экспертная оценка тематических мероприятий, занятий.**

Уровни усвоения		
Высокий (повышенный) 3 балла	Средний (базовый) 2 балла	Низкий 1 балл
Уметь определять цели деятельности, ставить задачи и составлять планы деятельности.		
Самостоятельно освоил способы решения проблем поискового характера.	Частично, с помощью педагога, освоил способы решения проблем поискового характера.	Не освоил способы решения проблем поискового характера.
Самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность		
Самостоятельно планирует, контролирует деятельность в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	С помощью педагога планирует, контролирует деятельность в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Не может самостоятельно планировать, контролировать деятельность в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

		реализации.
Определять наиболее эффективные способы решения проблемы		
Самостоятельно определяет наиболее эффективные способы решения проблемы.	С помощью педагога определяет наиболее эффективные способы решения проблемы.	Не определяет наиболее эффективные способы решения проблемы.
Формировать способности сравнивать, анализировать, обобщать и переносить информацию		
Сформированы способности сравнивать, анализировать, обобщать и переносить информацию.	Частично сформированы способности сравнивать, анализировать, обобщать и переносить информацию.	Не сформированы способности сравнивать, анализировать, обобщать и переносить информацию.
Формировать умения и готовность вести диалог, излагать свое мнение, отношение		
Легко и свободно вступает в диалог, умеет слушать и слышать, полно и точно выражает свои мысли, высказывая и обосновывая свою точку зрения, участвует в коллективном обсуждении.	Умеет слушать и вступать в диалог, но не полно и неточно выражает свои мысли, участвует в коллективном обсуждении	Является пассивным участником диалога, с трудом формулирует свои мысли, неохотно участвует в коллективном обсуждении
Осваивать способы ведения коллективной творческой работы; умение договариваться, распределить функции, осуществлять взаимный контроль.		
Способен самостоятельно осваивать способы ведения коллективной творческой работы; умение договариваться, распределить функции, осуществлять взаимный контроль.	Частично освоил способы ведения коллективной творческой работы; умение договариваться, распределить функции, осуществлять взаимный контроль.	Не способен осваивать способы ведения коллективной творческой работы; умение договариваться, распределить функции, осуществлять взаимный контроль.

**Критерии сформированности личностных планируемых результатов  
методы оценки - мотивация достижения успеха и избегания неудач  
А.Мехрабиана, 16-ти факторный личностный опросник Кеттелла. Блок  
коммуникативных свойств, методика В.П.Пряденина «Воля».**

Уровни усвоения		
Высокий (повышенный) 3 балла	Средний (базовый) 2 балла	Низкий 1 балл
Готовность к саморазвитию и личностному самоопределению		
Внимательно слушает других, не перебивает; при работе в группе не идет на конфликт – умело договаривается с	Не всегда внимательно слушает других, иногда перебивает; при работе в группе не идет на конфликт – не пытается	Не внимательно слушает других, часто перебивает; при работе в группе часто идет на конфликт,

товарищами в процессе совместной деятельности; работает в команде на общий результат;	договориться с товарищами в процессе совместной деятельности; работает в команде больше на себя, а не на общий результат;	не проявляет выдержки и терпения; не работает на общий результат;
<b>Готовность к обучению и целенаправленной познавательной деятельности</b>		
Стремится проявлять творческие способности, с интересом выполняет творческие задания. Проявляет оригинальность и самостоятельность при выполнении заданий.	Недостаточно активен, выполняет творческие задания под контролем педагога, однако может проявить себя как творческую личность. Часто требуется помощь педагога.	Часто пассивен, не стремится проявить творческие способности. Нередко отказывается от выполнения творческих заданий

#### **Сводные листы с критериями оценки образовательных ресурсов**

№ п/п	Ф.И.О. обучающегося	Количество баллов		
		«3»	«2»	«1»
	Данилов Роман			

Определение уровней достижений обучающихся выявляется путем суммирования баллов по каждому объекту мониторинга.

Высокий (от 33 – 23 баллов), Средний от (22 - 12 баллов), Низкий (от 0 до 11 баллов)

Изучение АДОП **туристско – краеведческой направленности** «Школа безопасности туриста» направлено на формирование следующих *базовых учебных действий*:

*Личностные учебные действия*

- активно включаться в общепользную социальную деятельность;
- осуществлять действия самоконтроля за свои поступки в школе, в обществе, в природе;
- уважительно и бережно относиться к труду работников школы, школьному имуществу;
- проявлять самостоятельность при выполнении заданий;
- оказывать помощь сверстникам и взрослым;
- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
- проявлять бережное отношение к культурно-историческому наследию родного края и страны.

*Коммуникативные учебные действия*

- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

*Регулятивные учебные действия*

- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;

осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;  
осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;  
осуществлять действия самоконтроля в процессе деятельности;  
адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

*Познавательные учебные действия*

дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;  
использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале при установлении аналогии между частями слова, частями речи, в работе с предложением;  
использовать в деятельности межпредметные знания для формирования грамматико-орфографических умений, для решения коммуникативно-речевых практических задач. Диагностика БУДов проводится в соответствии с «Программой формирования базовых учебных действий», реализуемой в образовательной организации.

Формы подведения итогов реализации программы.

Итоговые выставки творческих работ;

Участие в конкурсах исследовательских и проектных работ разных уровней;

Презентация итогов работы.

**Календарно-тематическое планирование**  
**1.Модуль: «Азбука туристско – бытовых навыков туриста» (1 год)**

№	Название модуля, темы	Количество часов			Оборудование	дата	дата
		всего	теория	практика			
1- 2	Введение: Туризм - познание, отдых, спорт.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	05.09	06.09
3- 4	Круглый стол: « Кто такие туристы?».	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	12.09	13.09
5-6	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: « Снаряжение туриста».	2	1	1	Рюкзак, палатки, компасы, туристические коврики.	19.09	20.09
7-8	Практическое занятие на свежем воздухе: «Страховка туриста».	2	1	1	Туристические коврики, страховочные веревки.	26.09	27.09
9-10	Экскурсия – прогулка: «Чем полезны и интересны походы, экскурсии».	2	1	1	Туристические коврики.	03.10	04.10
11-12	Чем полезны и интересны путешествия. Реквизиты туриста.	2	1	1	Рюкзак, палатки, компасы, туристические коврики.	10.10	11.10
13-14	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Разбивка лагеря»	2	1	1	Рюкзак, палатки, компасы, туристические коврики.	17.10	18.10
15-16	Практическое занятие на свежем воздухе: «Правила поведения в лесу».	2	1	1	Палатки, туристические коврики.	24.10	25.10
	<b>Итого:</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>			

## 2.Модуль «Топографическая подготовка юного туриста». (1 год)

№		Количество часов			оборудование	дата	дата
		всего	теория	практика			
1-2	Вводное занятие. Что такое топографические знаки? Понятие о топографической карте.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	14.11	8.11
3-4 5-6	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Условные знаки».	4	2	2	Туристическое снаряжение.	21.11	15.11
7-8	Наблюдение в природе. «Что такое горизонт. Способы определения сторон горизонта».	2	1	1	Туристическое снаряжение, таблички сторон горизонта, компасы, рабочие листы.	28.11	22.11
9-10	Карта географическая и топографическая. Что такое масштаб?	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	05.12	29.11
11-12	Практическое занятие: «Знакомство с компасом. Компас и его устройство».	2	1	1	Компасы, наглядный материал «Строение компаса», карточки, задания по теме: «Компас».	12.12	06.12
13-14	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Что такое ориентирование. Ориентирование по местным предметам».	2	1	1	Туристическое снаряжение.	19.12	13.12
15-16	Практическое занятие: «Как ориентироваться по карте на местности».	2	1	1	Туристическое снаряжение.	26.12	20.12
17-18	Практическое занятие на свежем воздухе: «Схема маршрута. Пользование картой в походе».	2	1	1	Туристическое снаряжение.	26.12	27.12
	<b>Итого:</b>	<b>18</b>	<b>9</b>	<b>9</b>			



### 3.Модуль « Я и мое здоровье» (1 год).

№		Количество часов			оборудование	дата	дата
		всего	теория	практика			
1 – 2	Вводное занятие. Правила, которые ты должен соблюдать.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	16.01	10.01
3-4	Гигиена туриста. Правила личной гигиены туриста.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран,	23.01	17.01
5-6	Гигиена одежды и обуви. Роль закаливания. Влияние тепла и холода.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	30.01	24.01
7-8	Что такое закаливание. Закаливание водой, воздухом, солнцем.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран,	06.02	31.01
9-10	Профилактика простудных заболеваний.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	13.02	07.02
11-12	Практическое занятие: «Индивидуальная аптечка. Походно - медицинская аптечка».	4	2	2	Мультимедийный проектор, экран,	20.02	14.02
13-14						27.02	21.02
15-16	Лекарственные растения. Необычные растения.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	06.03	28.02
17-18	Практическое занятие: «Что такое первая медицинская помощь? Основные приемы оказания первой доврачебной помощи».	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	13.03	07.03
						13.03	07.03
19-20	Виды и классификация несчастных случаев. Как помочь себе при травмах.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	20.03 20.03	14.03 14.03
	<b>Итого:</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>10</b>			

#### 4.Модуль «Основы краеведения». (1год)

№		Количество часов			оборудование	дата	дата
		всего	теория	практика			
1-2	Что такое краеведение.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	27.03	28.03
3-4	Мой край на карте.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	03.04	04.04
5-6	Экскурсия в лес: «Растительный мир нашего края»	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	10.04	11.04
7-8	Животный мир нашего края.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	17.04	18.04
9-10	Природные заповедные места нашего края.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	24.04	25.04
11-12	Что такое Красная книга? «Красная книга – важная книга».	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран. «Красная Книга».	01.05	02.05
13-14	Охраняемые животные и растения нашего края.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	08.05	09.05
13-14	История родного поселка.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	15.05	16.05
15-16	Туристические возможности нашего района.	2		2	Мультимедийный проектор, экран	22.05	23.05
17-18	Реки, озёра и другие водные богатства.  Учебная экскурсия: « В гости к речке «Шайтанка».	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран. Туристические коврики.	29.05	30.05
	<b>Итого:</b>	<b>18</b>	<b>6</b>	<b>12</b>			

**Календарно-тематическое планирование**  
**1.Модуль: «Азбука туристско – бытовых навыков туриста» (2 год)**

№	Название модуля, темы	Количество часов			оборудование	дата	
		всего	теория	п р а к т и к а			
1- 2	Правила организации туристических походов.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	04.09	07.09
3- 4	Практическое занятие на свежем воздухе: «Правила поведения «Юных туристов». Должностные обязанности участников группы в походе».	2	1	1	Туристические снаряжения. Перечень должностных обязанностей в походе.	11.09	14.09
5-6 7-8	Практическое занятие на свежем воздухе: «Подготовка к выходу на природу. Знакомство с туристическим снаряжением. Требования, ремонт, уход».	2	1	1	Рюкзак, палатки, компасы, туристические коврики.	18.09	21.09
9-10	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Туристические узлы».	2	1	1	Туристические снаряжения, схемы с названиями и назначением туристических узлов.	25.09	28.09
11	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Наблюдение за погодой».	2	1	1	Инструкция: « Экскурсия в лес». Памятка: «Наблюдение за погодой».	02.10	05.10
12	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Костры. Виды костров и их разведение».	1		1	Туристические снаряжения. Схемы «Типы костров».	09.10	12.10
13-14	Туристическая группа на прогулке. Правила безопасности на прогулке и экскурсии.	2	1	1	Туристические снаряжения. Буклеты: «Правила безопасности на прогулке».	16.10	19.10

15-16	Разучивание туристических песен.	2	1	1	Тексты туристических песен.	23.10	26.10
	<b>Итого:</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>			

## 2.Модуль «Топографическая подготовка юного туриста». (2 год)

№		Количество часов			оборудование	дата	
		всего	теория	практика			
1-2	Карта географическая и топографическая	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	13.11	09.11
3-4 5-6	Практическое занятие на свежем воздухе: «Туристическая группа. Туристические должности в группе».	4	2	2	Туристические снаряжения	20.11	16.11
7-8	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «План местности».	2	1	1	Туристические снаряжения	27.11	23.11
9-10	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Простейшие условные знаки».	2	1	1	Туристические снаряжения	04.12	30.11
11-12	Техника ориентирования в походах.	2	1	1	Туристические снаряжения	11.12	07.12
13-14	Практическое занятие: «Способы ориентирования».	2	1	1	Туристические снаряжения	18.12	14.12
15-16	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Ориентирование по местным предметам».	2	1	1	Туристические снаряжения	26.12	21.12
	<b>Итого</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>			

### 3.Модуль « Я и мое здоровье» (2 год)

№		Количество часов			оборудование	дата	
		всего	теория	практика			
1 – 2	Туризм – как средство оздоровления.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	15.01	11.01
3-4	Общие гигиенические требования в походе.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	22.01	18.01
5-6	Правила личной гигиены и предотвращения опасностей в лесу.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран, компасы	29.01	01.02
7-8	Питание туристической группы. Составление меню для похода.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	05.02	08.02
9-10	Хранение продуктов. Распределение продуктов для похода.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	12.02	15.02
11-12	Обязанности дежурного в походе.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	19.02	22.02
13-14	Первая медицинская помощь. Оказание первой доврачебной помощи.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	26.02	29.02
15 -16	Оказание первой помощи при порезе.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	04.03	07.03
17 -18 19-20	Оказание первой помощи при укусе насекомых. Комплекс физических упражнений в походе.	4	2	2	Мультимедийный проектор, экран.	11.03 18.03	14.03 21.03
	<b>Итого:</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>10</b>			

#### 4.Модуль «Основы краеведения». (2год)

№		Количество часов			оборудование	дата	
		всего	теория	практика			
1-2	Краеведение в туристических походах.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран,	08.04	04.04
3-4	Изучение и охрана природы	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран,	15.04	11.04
5-6 7-8	Природное наследие. Родной край его природа.	4	2	2	Мультимедийный проектор, экран.	22.04	18.04
9-10	Охрана природы.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран,	29.04	25.04
11-12	Ресурсы растительного и животного мира. Роль живых организмов в жизни человека.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	06.05	03.05
13-14 15-16	Полезные ископаемые и их применение. Экскурсия по родному краю.	4	1	3	Мультимедийный проектор, экран, коллекция полезных ископаемых	13.05 20.05	10.05 17.05
17-18	Экологические катастрофы.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	27.05	24.05
	<b>Итого:</b>	<b>18</b>	<b>7</b>	<b>11</b>			

**Календарно-тематическое планирование**  
**1. Модуль: «Азбука туристско – бытовых навыков туриста» (3 год)**

№	Название модуля, темы	Количество часов			оборудование	дата
		всего	теория	практика		
1- 2	Вводное занятие. Составление буклета «Азбука здоровья»	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	
3- 4	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Разведение костра».	2	1	1	Туристические снаряжения.	
5-6 7-8	Условные знаки спортивных карт: масштабные, линейные, внесмасштабные, знаки обозначения дистанции по спортивному ориентированию.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	
9-10	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Организация бивака и охрана природы».	2	1	1	Туристические снаряжения.	
11	Практическое занятие: «Туристическое снаряжение. Личное снаряжение».	1	0,5	0,5	Туристические снаряжения.	
12	Практическое занятие на свежем воздухе: «Групповое снаряжение. Специальное снаряжение туриста».	1	0,5	0,5	Туристические снаряжения.	
13 -14	Питьевой режим на туристической прогулке.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	
15-16	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Через движение познаю природу».	2	1	1	Туристические снаряжения.	
	<b>Итого:</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>		

## 2.Модуль «Топографическая подготовка юного туриста». (3 год)

№		Количество часов			оборудование	дата
		всего	теория	практика		
1-2	Вводное занятие. Безопасное поведение при потери ориентировки.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	
3-4 5-6	Практическое занятие: «Условные топографические знаки»	4	2	2	Туристические снаряжения	
7-8	Виды туристического ориентирования.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	
9-10	Практическое занятие: «Движение по обозначенному маршруту».	2	1	1	Туристические снаряжения.	
11-12	Ориентирование в заданном направлении. Ориентирование по выбору.	2	1	1	Туристические снаряжения.	
13-14	Практическое занятие: «Ориентирование по местным признакам. Чтобы не заблудиться в лесу».	2	1	1	Туристические снаряжения, компасы	
15-16	Экскурсия: « Ориентирование по карте на местности»	2	1	1	Туристические снаряжения, компасы.	
17-18	Экскурсия в лес с элементами практического занятия: «Изучение маршрута. Пользование картой в походе».	2	1	1	Туристические снаряжения, карта поселка, карта маршрута.	
	<b>Итого:</b>	<b>18</b>	<b>9</b>	<b>9</b>		



### 3.Модуль « Я и мое здоровье» (3 год)

№		Количество часов			оборудование	дата
		всего	теория	практика		
1 – 2	Вводное занятие. Режим дня как основа жизни человека.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	
3-4	Корзина питания. Рациональное питание.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран,	
5-6 7-8	Как укрепить свой иммунитет.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран,	
9-10	Вредные привычки и их последствия.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	
11-12	Профилактика простудных заболеваний	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран,	
13-14	Гигиена туриста и первая доврачебная помощь	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	
15 -16 17 -18	Лекарственные растения. Польза лекарственных растений.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран.	
19-20	Основы оказания первой доврачебной помощи. Первая доврачебная помощь.	4	2	2	Мультимедийный проектор, экран.	
	<b>Итого:</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>10</b>		

#### 4.Модуль «Основы краеведения». (3 год)

№		Количество часов			оборудование	дата
		всего	теория	практика		
1-2	Экскурсия.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран,	
3-4	Мой край на карте.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран	
5-6 7-8	Экскурсия в лес: «Растительный мир нашего края». Животный мир нашего края.	4	2	2	Туристические снаряжения.	
9-10	Экскурсия в лес: «Экология леса и здоровье человека».	2	1	1	Туристические снаряжения	
11-12	Способы сохранения окружающей природы	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран,	
13-14 15-16	Практическое занятие: «Экологические правила поведения на природе». Туристические возможности нашего района.	4	1	3	Туристические снаряжения. Мультимедийный проектор, экран	
17-18	Реки, озера Муромцевского района.	2	1	1	Мультимедийный проектор, экран,	
	<b>Итого:</b>	<b>18</b>	<b>6</b>	<b>12</b>		

## Список литературы

### Для педагога:

#### Литература:

1. Антропов К., Расторуев М., «Узлы», ЦДЮТ РФ, М. 1994 г.
2. Кодыш Э.Н., «Соревнования туристов», «Физкультура и спорт», М. 1990 г.
3. Ликов С.Ю., «Школа морехода», «Просвещение», М. 1972 г.
4. Расторуев М., Ситникова С, «Карабинные узлы», «КРОУ ЛИМИТЕД» РФ М. 1994 г.
5. «Энциклопедия туризма», «Профиздат», М. 1978
6. Балабанов И.В. Узлы. <http://www.kis.ru/~nterm/knots/knots.html>. «УЗЛЫ»: Москва; ISBN 5901049276.
7. Захаров П.П., Степанко Т.В. Школа альпинизма. Начальная подготовка: Учеб. издание. - М.: Физкультура и спорт, 1989.
8. Кальман Г.В. Узлы. Техника вязания и применение. - М.: ООО "ВСВ-Сфинкс", 1997.
9. Попов А.А. «Вязание узлов, предназначенных для страховки», 2011.
10. Верба И.А., Голицын С.М., Куликов В.М., Рябов Е.Г., - «Туризм в школе» - М., ФиС., 1983 г
11. Коробейников Н.К., Михеев А.А., Николенко И.Г., - «Физическое воспитание» - Изд-во «высшая школа» - М., 1989 г.
12. Кравченко И.А., Малеева И.А., «Памятка руководителю похода» - областная
13. Детская экскурсионно-туристская станция, г. Брянск – 1963 г.
14. Куликов В.М., Ротштейн Л.М., - «Школа туристских вожаков» - М., 1997 г.
15. Резанова Е.А., Антонова И. П., Резанов А.А., - «Биология человека в таблицах, рисунках и схемах» - М., 1998 г.

### Для обучающихся:

1. Большаник, П.В. География туризма [Текст]: Учебное пособие / П.В. Большаник. - М.: Альфа-М, 2016. - 304 с.
2. Соболев, С.В. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «Дистанции – пешеходные» [Текст]: монография / С.В. Соболев, Н.В. Соболева, С.К. Рябинина. – Красноярск: Сиб. федер. ун-т, 2014. – 134 с.
3. Трухачев, А.В. Туризм. Введение в туризм [Текст]: учебник / А.В. Трухачев, И.В. Таранова. – Ставрополь: АГРУС Ставропольского гос. аграрного ун-та, 2013. – 396 с.

### **Интернет – ресурсы:**

1. <http://www.bibliotekar.ru/7-ovoschi/index.htm>
2. <http://www.bibliotekar.ru/spravochnik-26/index.htm>
3. <http://www.bibliotekar.ru/domovodstvo-2/index.htm>
4. <http://www.bibliotekar.ru/spravochnik-25/index.htm>
5. <http://www.hloroplast.com/index/index.html>
6. <http://www.bibliolink.ru/publ/43>
7. <http://garden4u.ru/zashhita-rastenij-i-eko-pomoshniki/zashhita-rasteniy-ot-vrediteley-ibolezney-v-eko-zemledelii.html>

