

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Основная общеобразовательная школа п. Светлополянск
Верхнекамского района Кировской области.

Утверждаю
Приказ № _____
« ____ » _____ 2025 г.
Директор школы
_____ Желудков В.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ТУРИЗМ

Программа по спортивно-оздоровительному направлению
тип программы или направление

Для обучающихся: *уровня начального общего образования (1-3 классы)*

Срок реализации: *3 года*

Составитель: Герзанич Н.В
п. Светлополянск, 2025

Аннотация

Рабочая программа «Туризм» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного общеобразовательного стандарта начального общего образования. На основе авторской программы В.И.Тыкула «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений) и К.В. Бардина «Азбука туризма».

Направление: спортивно – оздоровительное

Уровень общего образования: начальное общее образование

Программа курса «Туризм» предназначена для обучающихся 1-3-х классов начальной школы. Рассчитана на 3 года обучения: 1 часа в неделю. Количество часов по программе – 101 час.

Используемый УМК:

1) К. В. Бардин «Азбука туризма» (О технике пешеходных путешествий) - Пособие для учителей, руководителей туристских походов со школьниками; издание 2-е исправленное, дополненное; Москва, Просвещение 2011 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа «Туризм» составлена на основе **нормативных документов:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (редакция от 27.06.2018г).
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (в редакции Приказа Минобрнауки России от 31.12.2015г № 1576)
3. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.08.2017 года N 09 – 1672 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального стандарта общего образования»/
4. Основная образовательная программа начального общего образования МКОУ АГО
5. Рабочая программа «Туризм» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного общеобразовательного стандарта начального общего образования. На основе авторской программы В.И.Тыкула «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений) и К.В. Бардина «Азбука туризма».

Направление: спортивно – оздоровительное

Уровень общего образования: начальное общее образование

Программа курса «Туризм» предназначена для обучающихся 1-3-х классов начальной школы. Рассчитана на 3 года обучения: 1 час в неделю. Количество часов по программе – 101 час.

Туризм и краеведение являются одним из приоритетных направлений в воспитательной работе. Это дело не новое, но новизна состоит в том, что имеет более широкую педагогическую идею в плане воспитания духовности, физической выносливости, уважения и любви к природе своей Родины.

Туризм - это не только средство физического и прикладного воспитания. Велика роль туризма в идейно-политическом и военно-патриотическом воспитании учащихся. Он воспитывает у подрастающего поколения чувство патриотизма, бережного отношения к природному и культурному наследию родного края, совершенствованию нравственного и физического воспитания личности.

Походы и занятия спортивным ориентированием на незнакомой местности позволяют школьникам изучать процессы и результаты взаимодействия природы и общества.

Широкая доступность, красота природы края, способствуют популярности, как школьного туризма, так и спортивного ориентирования. Занятия в кружке содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу, участвовать в городских соревнованиях по спортивному ориентированию, экологических акциях и пропагандировать экологическую культуру среди местного населения.

Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений.

Нельзя недооценивать и то, что детскому и особенно подростковому возрасту свойственно стремление к новизне, необычности, к приключениям и романтике. Туризм - прекрасное средство, которое естественным путём удовлетворяет и такие, не всегда учитываемые взрослыми потребности ребят. Нужно помнить и о том, что в походе ребята раскрываются совсем с иной стороны, чем в школе. В этом отношении поход особенно ценен для учителя, так как позволяет глубже понять натуру каждого из ребят и найти свой подход к нему. Контакты, которые устанавливаются между взрослыми и ребятами в походе, как правило, гораздо более глубокие и душевные, чем в школе. Они способствуют настоящему взаимопониманию и установлению отношений сотрудничества, что потом переносится в школу.

Разнообразные формы и методы позволяют вовлечь в процесс реализации программы широкий круг учащихся и учителей. Это позволяет создать своеобразную и благоприятную атмосферу общения, воспитания, коммуникативных связей и отношений.

Школьный туризм с элементами спортивного ориентирования позволяет учащимся достичь успехов не только в усвоении программы данного курса, но и развить свой умственный, интеллектуальный и физический потенциал. Занятия дают возможность проникнуться любовью к своей малой родине, бережно относиться к природе, пропагандировать экологическую культуру и вести активный образ жизни, познавая окружающий мир. Между туризмом и краеведением полный практический контакт и единство целей, при которых в условиях родного края туристы часто становятся краеведами, а краеведы туристами. Туризм в большой степени способствует познавательному исследовательскому краеведению, а краеведение обращается к туризму как одной из весьма популярных и педагогически ценных форм. Достигнутые успехи в соревнованиях помогут ребятам быстрее определиться с выбором будущей профессии, а совместные походы и экскурсии научат их коммуникабельности и человечности. Работа подтверждает на практике, что цели и задачи выполняются учащимися с интересом, об этом говорят призовые места и грамоты, полученные на соревнованиях по туризму и спортивному ориентированию как в командном, так и личном зачётах.

Методы работы

1. Поисково - исследовательский метод (самостоятельная работа с выполнением различных заданий, выбор самостоятельной темы для оформления проекта, реферата, отчета о проделанной работе в походах и на экскурсиях)

2. Метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах и экскурсиях

3. Метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качество усвоения комплексной программы, роста динамики спортивных показателей

4. Метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

Формы работы

1. Проведение соревнований по спортивному ориентированию.

2. Участие в туристических слётах.

3. Участие в военно-спортивных играх.

4. Проведение конференций, викторин, спортивных эстафет по охране природы

Этапы и сроки реализации

1. Подготовительно-организационный - сентябрь.

2. Основной (теоретический и практический) - сентябрь - май.

3. Заключительный (итоговый туристический слёт, летние походы, водные походы, жизнь в палаточных лагерях) - июнь, июль.

Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение комплексной программы, прирост спортивных достижений, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах, экологических акциях.

Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива, заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, воспитание физически здоровых, нравственно мыслящих и образованных патриотов страны.

Цель и задачи курса внеурочной деятельности

Цель:

Формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

Задачи.

1. В области образования:

- расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу по окружающему миру, математике, литературе и физической подготовки;
- приобретение умений и навыков в работе с картой, компасом;
- приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;
- обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

2. В области воспитания:

- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;
- формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;
- гуманное отношение к окружающему миру;
- умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости.

3. В области физической подготовки:

- физическое совершенствование (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);
- выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в туристических слётах, соревнованиях и походах.

Комплексная программа полностью соответствует нормативным требованиям по комплектованию объединений (учебных групп) спортивного профиля, уровню достижений обучаемых к концу каждого учебного года. Можно начинать заниматься с любого возраста предложенных классов. Зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Личностные результаты отражаются в индивидуальных, качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям физической культурой и спортом, двигательной деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве, в эффективной подготовке и результативной сдаче норм ВФСК ГТО.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении в познавательной и предметно-практической деятельности знаний и умений, приобретенных на базе освоения содержания предмета «Физическая культура» в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальных способностей, которые потребуются **как в рамках образовательного процесса, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.**

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное,

эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

– выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

– выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты характеризуют умения и опыт обучающихся, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура» и проявляются в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой. Формирование представлений, понятий, методов и приемов в области физической культуры и спорта.

Одновременно обучающиеся должны приобрести следующие знания, умения и навыки

1 год обучения:

- порядок организации и правила поведения в походах и на соревнованиях;
- вопросы туризма и экологии;
- основы топографии и ориентирования;
- основные исторические и географические сведения о родном крае;
- различные способы ориентирования на местности.

уметь:

- передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;
- преодолевать вместе естественные препятствия на пути;
- ориентироваться по компасу и карте в походе и на соревновании по спортивному

ориентированию;

2 год обучения:

Знать:

- порядок организации, подготовки и проведения экскурсии и похода;
- способы преодоления различных естественных препятствий;
- способы организации и проведения поисково-спасательных работ;

Уметь:

- передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;
- преодолевать вместе естественные препятствия на пути;
- ориентироваться по компасу и карте в походе и на соревновании по спортивному

ориентированию;

- организовать походный быт и оказывать элементарную медицинскую помощь;
- передвигаться по дорогам, тропам и пересечённой местности в составе группы;
- владеть приёмами самостраховки, преодолевать различные естественные или искусственные препятствия;
- организовать походный быт и оказывать элементарную медицинскую помощь;
- передвигаться по дорогам, тропам и пересечённой местности в составе группы;
- уметь правильно применять туристские узлы;

3 год обучения

Знать:

- умение ориентироваться по местным признакам и звёздам;
- опасные и ядовитые растения края, иметь представление о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;

Уметь:

- владеть приёмами самостраховки, преодолевать различные естественные или искусственные препятствия;
- проводить поисково-спасательные работы;
- уметь ориентироваться по карте и компасу, а также местным признакам и участвовать в туристических слётах, соревнованиях по спортивному ориентированию и походах.
- оформлять отчёт и задания, выполненные в походах и на экскурсиях;
- организовать походный быт и распределять продукты на весь поход или слёт;
- оказывать доврачебную помощь и правильно транспортировать пострадавшего

Уровни освоения программы:

Первый уровень результатов — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной про-социальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов — получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без которых немислимо существование гражданина и гражданского общества.

Конечным результатом обучения считается умение организовать и пройти весь путь похода, не нарушив инструктажа, используя маршрутный лист, компас, карту, способы ориентирования на местности, в чрезвычайной ситуации помочь товарищу оказав первую медицинскую помощь. Это предполагает определенную прочность знаний и умение применять их на практике.

Формы контроля

Применяемые методы педагогического контроля и наблюдения, позволяют контролировать и корректировать работу программы на всём её протяжении и реализации. Это дает возможность отслеживать динамику роста знаний, умений и навыков, позволяет строить для каждого ребенка его индивидуальный путь развития. На основе полученной информации педагог вносит соответствующие коррективы в учебный процесс. Контроль эффективности осуществляется при выполнении диагностических заданий и упражнений, с помощью тестов, фронтальных и индивидуальных опросов,

наблюдений. Контрольные испытания проводятся в торжественной соревновательной обстановке.

Раздел 3. Содержание курса внеурочной деятельности 1 класс

№	Тема занятий	Содержание	Кол-во часов	Форма проведения	Вид деятельности
Раздел 1. Введение			5		
1.	Организация и комплектование группы.	Вводное занятие. Деление на группы, знакомство с друг другом.	1	беседа	Познавательная
2.	Знакомство с понятием «Туризм»	Что такое туризм, где и для чего он нужен.	1	беседа	Познавательная
3.	История развития туризма в России	Взаимовыручка и поддержка товарища по походу. Значение, режим и особенности организации питания туристов в сложном спортивном походе.	1	лекция	Познавательная
4.	Техника безопасности, пожарная безопасность в походе.	Знакомство с техникой безопасности в походе.	1	просмотр фильма	Познавательная
5.	Правила поведения в походе.	Правила разведения костра и приспособления для приготовления пищи. Экологическая культура в пути и на месте стоянки. Денежные нормы питания туристов.	1	беседа	Познавательная
Раздел 2. Туристское снаряжение			8		
6.	Укладка рюкзака	Закупка, расфасовка и продуктов питания. Правила раскладки продуктов по рюкзакам.	1	презентация	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
7.	Разведение костра	Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре.	1	экскурсия	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
8.	Разбивка лагеря	Что такое привал и	1	лекция	Познавательная

		бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Планирование и разведка места бивака, вынужденная остановка на ночлег. Типовая планировка территории бивака, элементы комфорта на туристском биваке. Учет ветра, солнечной экспозиции, наличия вредной растительности, насекомых, сырости грунта.			
9.	Состав аптечки	Назначение ремаптечки, обязанности реммастера до и во время похода.	1	беседа	Познавательная
10.	Оказание первой помощи при кровотечении	Знакомство с правилами оказания первой помощи при кровотечении	1	презентация	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
11.	Оказание первой помощи при вывихе	Применение знаний правил оказания первой помощи при кровотечении	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
12.	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах	Применение знаний правил оказания первой помощи при тепловом и солнечном ударах	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
13.	Знакомство с туристическим снаряжением	Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске. Перечень основных предметов	1	Просмотр фильма	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная

		личного и группового снаряжения туриста, требования к каждому предмету.			
Раздел 3. План и карта			4		
14.	Знакомство с картой	Виды и свойства карт. Километровая сетка, копирование карт. Масштаб карты (численный, именованный и линейный).	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
15.	Изучение условных знаков	Знание условных знаков спортивной карты и умение по ним читать карту.	1	беседа	Познавательная
16.	Составление плана и изготовление карты	Умение определять расстояние на карте. Перевод полученного результата в масштаб карты. Задачи на вычисление пройденного пути по времени и скорости движения на разных участках местности (по карте).	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
17.	Знакомство с компасом	Ориентирование с помощью карты и компаса. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками.	1	лекция	Познавательная
Раздел 4. Ориентирование			6		
18.	Ориентирование по солнцу	Пользование линейным и числовыми масштабами...	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
19.	Ориентирование по местным природным признакам	Отыскание на карте типичных форм рельефа, определение крутизны склонов по шкале заложений, составление характеристик	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная

		участков местности по картам			
20.	Ориентирование по компасу	Знакомство с ориентированием по компасу, основными правилами.	1	лекция	Познавательная
21.	Приёмы ориентирования карты по компасу.	Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
22.	Определение расстояний и работа с компасом.	Составление легенд, заданных на картах маршрутов. Сравнение и оценка результатов. Обратная задача.	1	беседа	Познавательная
23.	Определение расстояний и работа с компасом.	Сравнение и оценка результатов. Разбор случаев удачного и неудачного действия проводников на маршрутах (из практики походов кружковцев).	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
	Раздел 5. Краеведение		5		
24.	Краеведение. История Верхнекамского района, его культурное наследие.	История Верхнекамского района. Рабочий посёлок Светлополянск и его окрестности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. История заселения и освоения территории.	1	лекция	Познавательная
25.	Посёлок Светлополянск и его окрестности.	Географические особенности п. Светлополянск и его окрестностей. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества.	1	экскурсия	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
26.	Выполнение краеведческих	Практические работы с картами	1	практикум	Туристско-краеведческая

	заданий.	атласа Кировской области. Краеведческие наблюдения, используя данные современных космических технологий, сбор и оформление краеведческого материала.			деятельность, спортивно-оздоровительная
27.	Сигналы бедствия.	Знакомство с сигналами бедствия в походе	1	беседа	Познавательная
28.	Географические особенности Верхнекамского района	Географическое положение, рельеф и климат Верхнекамского района.	1	беседа	Познавательная
Раздел 6. Закрепление			5		
29.	Закрепление навыка чтения условных знаков.	Практические занятия. Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Ориентирование карты по компасу. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
30.	Закрепление навыка чтения условных знаков.	Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка).	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
31.	Туристская песня.	Знакомство и разучивание песен	1	практикум	Познавательная
32.	Физическая подготовка (техника бега ориентировщика).	Туристская техника и спортивное ориентирование. Правила по комплексу туристских соревнований. Особенности	1	беседа	Туристско-краеведческая деятельность, спортивно-оздоровительная

		технической подготовки к различным видам соревнований.			
33.	Игры на местности. Техника и практика движения в сложном пешеходном путешествии.	Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и самостраховка. Игры на местности.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, спортивно-оздоровительная

2 класс

№	Тема занятий	Содержание	Кол-во часов	Форма проведения	Вид деятельности
Раздел 1. Ориентирование и карты			5		
1.	Вводный инструктаж. Правила поведения в походе.	Техника безопасности в походе и правила поведения	1	беседа	Познавательная
2.	Ориентирование по компасу.	Компас и его устройство. Работа с компасом и картой.	1	беседа	Познавательная
3.	Ориентирование по компасу.	Определение по компасу азимута. Движение по азимуту. Использование данных современных космических технологий при ориентировании на местности.	1	лекция	Познавательная
4.	Изучение карты Верхнекамского района.	Знакомство с картой Верхнекамского района.	1	просмотр фильма	Познавательная
5.	Изучение карты Верхнекамского района.	Беседа по карте района, обсуждение достопримечательностей района, географического положения.	1	беседа	Познавательная
Раздел 2. Маршрутный лист			3		
6.	Выбор места похода.	П. Светлополянск и его окрестности.	1	презентация	Туристско-краеведческая

		Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий.			деятельность, познавательная
7.	Составление маршрутного листа.	Основные правила составления маршрутного листа. Проведение экскурсии.	1	экскурсия	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
8.	Составление маршрутного листа.	Составление маршрутного листа по местам прошлой экскурсии	1	лекция	Познавательная
Раздел 3. Поход			4		
9.	Правила поведения в осеннем лесу.	Беседа по правилам поведения в лесу.	1	беседа	Познавательная
10.	Поход в осенний лес	Игры на лесной местности. Развитие умения разбивать лагерь, разводить костер.	1	презентация	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
11.	Анализ похода.	Анализ похода в лес.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
12.	Сочинение стихов, рассказов, сказок о походе.	Конкурс на самый лучший стих про поход	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
Раздел 4. Условные знаки			7		
13.	Изучение условных знаков.	Знакомство с условными знаками, через фильм, просмотри ситуаций нарушения чтения условных знаков.	1	Просмотр фильма	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
14.	Изучение условных знаков.	Чтение условных знаков на карте	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
15.	Правила поведения в зимнем лесу. Подготовка к походу.	Знание условных знаков спортивной карты и умение по ним читать карту.	1	беседа	Познавательная
16.	Поход. Встреча Нового года в лесу.	Правила безопасности в походе, поход.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
17.	Анализ зимнего похода.	Анализ результатов похода	1	лекция	Познавательная

18.	Конкурс рисунков, сочинений зимнего похода.	Составление и конкурс рисунков на тему «Поход»	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
19.	Закрепление навыка чтения условных знаков.	Отыскание на карте типичных форм рельефа, определение крутизны склонов по шкале заложений, составление характеристик участков местности по картам	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
Раздел 5. Туристическое снаряжение			7		
20.	Работа с туристическим снаряжением.	Одежда и обувь туриста в дальнем походе, типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на ляжках, изготовление непромокаемого вкладыша). Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, рукавицы, свитер, сменная обувь, белье, носки).	1	лекция	Познавательная
21.	Работа с туристическим снаряжением.	Типы лыж, какие лыжи и крепления пригодны для похода, установка и подгонка креплений, смоление и смазывание лыж; предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка).	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
22.	Аптечка. Оказание первой помощи.	Знакомство с аптечкой, с правилами оказания первой помощи.	1	беседа	Познавательная
23.	Аптечка. Оказание первой помощи.	Оказание первой помощи и	1	практикум	Туристско-краеведческая

		составление своей аптечки.			деятельность, познавательная
24.	Сигналы бедствия.	Рассказ и заучивание сигналов бедствия.	1	лекция	Познавательная
25.	Подготовка к зимнему походу на лыжах.	Географические особенности п. Светлополянск и его окрестностей. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества.	1	экскурсия	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
26.	Поход на лыжах.	Практические работы с картами атласа Кировской области. Краеведческие наблюдения, используя данные современных космических технологий, сбор и оформление краеведческого материала.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, спортивно-оздоровительная
Раздел 6. Физическая подготовка			8		
27.	Игры на местности. Техника и практика движения в сложном пешеходном путешествии.	Страховка и само страховка. Игры на местности.	1	беседа	Познавательная
28.	Физическая подготовка (техника бега ориентировщика).	Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и само страховка. Игры на местности.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
29.	Физическая подготовка (техника бега ориентировщика).	Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и само страховка. Игры на местности.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
30.	Выбор маршрута водного похода. Изучение местности.	Географическое положение, рельеф и климат Верхнекамского района.	1	беседа	Познавательная

31.	Составление маршрута. Определение стоянок.	Составление маршрута с указанием стоянок	1	практикум	Познавательная
32.	Изучение достопримечательностей маршрута.	История Верхнекамского района. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. История заселения и освоения территории.	1	беседа	Туристско-краеведческая деятельность, спортивно-оздоровительная
33.	Подготовка к водному походу на байдарках. Инструктаж.	Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и самостраховка. Игры на местности.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, спортивно-оздоровительная
34.	Водный поход на байдарках	Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и самостраховка. Игры на местности.	1	беседа	Туристско-краеведческая деятельность, спортивно-оздоровительная

3 класс

№	Тема занятий	Содержание	Кол-во часов	Форма проведения	Вид деятельности
Раздел 1. Ориентирование и карты			5		
1.	Вводный инструктаж. Правила поведения в походе.	Техника безопасности в походе и правила поведения	1	беседа	Познавательная
2.	Ориентирование по компасу.	Компас и его устройство. Работа с компасом и картой.	1	беседа	Познавательная
3.	Работа на школьной площадке с компасом и картой.	Определение по компасу азимута. Движение по азимуту. Использование данных современных космических технологий при ориентировании на местности.	1	практикум	Познавательная
4.	Содержание	Знакомство с	1	просмотр	Познавательная

	походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему.	аптечкой и ее составление		презентации	я
5.	Нормы нагрузок в путешествии.	Выполнение норм нагрузок в походе	1	практикум	Познавательная
Раздел 2. Масштаб			2		
6.	Знакомство с топографической картой и топографическими знаками..	Знакомство с топографической картой и топографическими знаками.	1	беседа	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
7.	Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт	Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейным и числовыми масштабами.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
8.	Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт	Перевод полученного результата в масштаб карты. Обратная задача.	1	практикум	Познавательная
Раздел 3. Ориентирование на местности			4		
9.	Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам.	Определение сторон горизонта по Солнцу. Ориентирование по Луне. Две Медведицы. Положение Полярной звезды. Ориентирование по местным признакам в лесу и степи.. Компас и его устройство. Работа с компасом и картой. Определение по компасу азимута.	1	Презентация, практикум	
10.	Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка).	Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка).	1	поход	Познавательная
11.	Ориентирование по компасу.	Ориентирование карты по компасу. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния.	1	беседа	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная

12.	Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.	Нахождение контрольных пунктов по карте и на местности на время. Глазомерная оценка расстояний до предметов.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
Раздел 4. Туристическое снаряжение			4		
13.	Узлы и их назначение. Вязка узлов.	Узлы. Назначение узлов.	1	просмотр фильма	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
14.	Грудная обвязка и страховочная система.	Вязка узлов. Грудная обвязка и страховочная система.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
15.	Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом.	Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом.	1	беседа, инструктаж.	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
16.	Различные виды переправ. Страховка.	Различные виды переправ и их наведение. Страховка и самостраховка. Игры на местности.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
Раздел 5. Краеведение			11		
17.	Географическое положение, рельеф и климат Верхнекамского района.	Географическое положение, рельеф и климат Верхнекамского района. Географические особенности п. Светлополянск и его окрестностей.	1	лекция	Познавательная
18.	История заселения и освоения территории.	История заселения и освоения территории.	1	беседа	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
19.	Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества.	Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества.	1	презентация	Познавательная
20.	Практические работы с картами атласа Кировской области.	Практические работы с картами атласа Кировской области. Отыскание на карте	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная

		типичных форм рельефа, определение крутизны склонов по шкале заложений, составление характеристик участков местности по картам			
21.	Охрана природы. Сохранение природного единства в зонах отдыха и туризма.	Охрана природы. Сохранение природного единства в зонах отдыха и туризма.	1	беседы	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
22.	Подготовка к зимнему походу на лыжах.	Правила техники безопасности, закрепление знаний о сборе рюкзака.	1	беседа	Познавательная
23.	Поход на лыжах.	Контрольно-туристский маршрут, командная и индивидуальная техника.	1	практикум	Познавательная
24.	Посёлок Светлополянск и его окрестности.	История Верхнекамского района. П. Светлополянск и его окрестности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий.	1	экскурсия	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
25.	Выполнение краеведческих заданий.	Краеведческие наблюдения, используя данные современных космических технологий, сбор и оформление краеведческого материала. Охрана природы. Краеведческая работа в походе. Ведение полевого дневника.	1	практическая работа	Познавательная
26.	Игры на местности. Техника и практика движения в походе.	Контрольно-туристский маршрут, командная и индивидуальная техника.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
27.	Игры на местности. Техника и практика движения в походе.	Различные виды переправ и их наведение. Страховка и самостраховка. Игры	1	практикум	Познавательная

		на местности			
	Раздел 6. Туристическое снаряжение		2		беседа
28.	Работа с туристическим снаряжением.	Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Типы палаток, как подготовить палатку к походу (конструкция стоек, колышки, веревки, амортизаторы, тенты, полог, подстилка, проклеивание швов).	1	презентация	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
29.	Работа с туристическим снаряжением.	Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Обязанности старосты по палатке.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, спортивно-оздоровительная
	Раздел 7. Подготовка к походу		5		
30.	Выбор маршрута водного похода. Изучение местности.	Изучение местности, выбор реки, проведение инструктажа.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
31.	Составление маршрута. Определение стоянок.	Составление маршрута	1	практикум	Познавательная
32.	Изучение достопримечательностей маршрута.	Игры на местности. Знакомство и изучение достопримечательностей пути.	1	беседа	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
33.	Подготовка к водному походу на байдарках. Инструктаж.	Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и самостраховка.	1	практикум	Туристско-краеведческая деятельность, познавательная
34.	Водный поход на байдарках по Чусовой.	Поход, закрепление правил поведения в походе, умения разбивать лагерь, разводить костер.	1	беседа	Познавательная

Раздел 4. Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Название темы	Общее количество часов	В том числе	
			теория	практика
	Раздел 1. Введение	5	5	
1.	Организация и комплектование группы.	1	1	
2.	Знакомство с понятием «Туризм»	1	1	
3.	История развития туризма в России	1	1	
4.	Техника безопасности, пожарная безопасность в походе.	1	1	
5.	Правила поведения в походе.	1	1	
	Раздел 2. Туристское снаряжение	8	4	4
6.	Укладка рюкзака	1	1	
7.	Разведение костра	1		1
8.	Разбивка лагеря	1	1	
9.	Состав аптечки	1	1	
10.	Оказание первой помощи при кровотечении	1		1
11.	Оказание первой помощи при вывихе	1		1
12.	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах	1		1
13.	Знакомство с туристическим снаряжением	1	1	
	Раздел 3. План и карта	4	2	2
14.	Знакомство с картой	1		1
15.	Изучение условных знаков	1	1	
16.	Составление плана и изготовление карты	1		1
17.	Знакомство с компасом	1	1	
	Раздел 4. Ориентирование	6	3	3
18.	Ориентирование по солнцу	1	1	
19.	Ориентирование по местным природным признакам	1		1
20.	Ориентирование по компасу	1	1	
21.	Приёмы ориентирования карты по компасу.	1		1
22.	Определение расстояний и работа с компасом.	1	1	
23.	Определение расстояний и работа с компасом.	1		1
	Раздел 5. Краеведение	5	3	2
24.	Краеведение. История Верхнекамского района, его культурное наследие.	1	1	
25.	Посёлок Светлополянск и его окрестности.	1		1
26.	Выполнение краеведческих заданий.	1		1
27.	Сигналы бедствия.	1	1	
28.	Географические особенности Светлополянск района	1	1	
	Раздел 6. Закрепление	5	1	4
29.	Закрепление навыка чтения условных знаков.	1	1	
30.	Закрепление навыка чтения условных знаков.	1		1
31.	Туристская песня.	1		1
32.	Физическая подготовка (техника бега ориентировщика).	1		1
33.	Игры на местности. Техника и практика	1		1

	движения в сложном пешеходном путешествии.			
	Итого:	33	16	17

**Тематическое планирование
2 класс**

№ п/ п	Название темы	Общее количество часов	В том числе	
			теория	практика
	Раздел 1. Ориентирование и карты	5	3	2
1.	Вводный инструктаж. Правила поведения в походе.	1	1	
2.	Ориентирование по компасу.	1		1
3.	Ориентирование по компасу.	1		1
4.	Изучение карты Верхнекамского района.	1	1	
5.	Изучение карты Верхнекамского района.	1	1	
	Раздел 2. Маршрутный лист	3	2	1
6.	Выбор места похода.	1	1	
7.	Составление маршрутного листа.	1		1
8.	Составление маршрутного листа.	1	1	
	Раздел 3. Поход	4	2	2
9.	Правила поведения в осеннем лесу.	1	1	
10.	Поход в осенний лес	1	1	
11.	Анализ похода.	1		1
12.	Сочинение стихов, рассказов, сказок о походе.	1		1
	Раздел 4. Условные знаки	7	3	4
13.	Изучение условных знаков.	1	1	
14.	Изучение условных знаков.	1		1
15.	Правила поведения в зимнем лесу. Подготовка к походу.	1	1	
16.	Поход. Встреча Нового года в лесу.	1		1
17.	Анализ зимнего похода.	1	1	
18.	Конкурс рисунков, сочинений зимнего похода.	1		1
19.	Закрепление навыка чтения условных знаков.	1		1
	Раздел 5. Туристическое снаряжение	7	3	4
20.	Работа с туристическим снаряжением.	1	1	
21.	Работа с туристическим снаряжением.	1		1
22.	Аптечка. Оказание первой помощи.	1	1	
23.	Аптечка. Оказание первой помощи.	1		1
24.	Сигналы бедствия.	1	1	
25.	Подготовка к зимнему походу на лыжах.	1		1
26.	Поход на лыжах.	1		1
	Раздел 6. Физическая подготовка	8	3	5
27.	Игры на местности. Техника и практика движения в сложном пешеходном путешествии.	1	1	
28.	Физическая подготовка (техника бега ориентировщика).	1		1

29.	Физическая подготовка (техника бега ориентировщика).	1		1
30.	Выбор маршрута водного похода. Изучение местности.	1	1	
31.	Составление маршрута. Определение стоянок.	1		1
32.	Изучение достопримечательностей маршрута.	1	1	
33.	Подготовка к водному походу на байдарках. Инструктаж.	1		1
34.	Водный поход на байдарках.	1		1
	Итого:	34	16	17

**Тематическое планирование
3 класс**

№ п/п	Название темы	Общее количество часов	В том числе	
			теория	практика
	Раздел 1. Ориентирование и карты	5	3	2
1.	Вводный инструктаж. Правила поведения в походе.	1	1	
2.	Ориентирование по компасу.	1	1	
3.	Работа на школьной площадке с компасом и картой.	1		1
4.	Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему.	1	1	
5.	Нормы нагрузок в путешествии.	1		1
	Раздел 2. Масштаб	3	1	2
6.	Знакомство с топографической картой и топографическими знаками.	1	1	
7.	Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт	1		1
8.	Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт	1		1
	Раздел 3. Ориентирование на местности	4	2	2
9.	Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам.	1	1	1
10.	Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка).	1		1
11.	Ориентирование по компасу.	1	1	
12.	Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.	1		1
	Раздел 4. Туристическое снаряжение	4	2	2
13.	Узлы и их назначение. Вязка узлов.	1	1	
14.	Грудная обвязка и страховочная система.	1		1
15.	Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом.	1	1	
16.	Различные виды переправ. Страховка.	1		1
	Раздел 5. Краеведение	11	6	5

17.	Географическое положение, рельеф и климат Верхнекамского района.	1	1	
18.	История заселения и освоения территории.	1	1	
	Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества.	1	1	
19.	Практические работы с картами атласа Кировской области.	1		1
20.	Охрана природы. Сохранение природного единства в зонах отдыха и туризма.	1	1	
21.	Подготовка к зимнему походу на лыжах.	1	1	
	Поход на лыжах.	1		1
22.	Посёлок Светлополянск и его окрестности.	1		1
23.	Выполнение краеведческих заданий.	1		1
24.	Игры на местности. Техника и практика движения в походе.	1		1
25.	Игры на местности. Техника и практика движения в походе.	1	1	
	Раздел 6. Туристическое снаряжение	2	1	1
26.	Работа с туристическим снаряжением.	1	1	
27.	Работа с туристическим снаряжением.	1		1
	Раздел 7. Подготовка к походу	4	1	3
28.	Выбор маршрута водного похода. Изучение местности.	1		1
29.	Составление маршрута. Определение стоянок.	1		1
33.	Изучение достопримечательностей маршрута.	1	1	
34.	Подготовка к водному походу на байдарках. Инструктаж.	1		1
	Итого:	34	16	17