МУ «ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ НОЖАЙ-ЮРТОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА»

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центра детско-юношеского туризма и краеведения Ножай-Юртовского муниципального района»

Принята
на заседании педагогического совета
от «__26_» ___08__2026__ г.
Протокол №___3_____

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО РайЦДЮТиК Ножай-Юртовского муниципального района»
_____Х.С.Осмаев
Пр._21_ от «__26__» __08_ 2026г.

Осмаев Хасан Сулейманович

Подписано: Осмаев Хасан Сулейманович
DN: cn=Осмаев Хасан Сулейманович, c=RU, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "НОЖАЙ-ЮРТОВСКИЙ РАЙОННЫЙ ЦЕНТР ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И КРАЕВЕДЕНИЯ", email=khasanosmaev@mail.ru
Дата: 2026.09.21 13:33:24 +03'00'

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«ТОПОС»

Направленность программы: туристско-краеведческая
Уровень программы: стартовый

Возраст обучающихся: 10 - 14лет
Срок реализации программы:1 год
Объем программы: 144 часа

_____Кандиев Ибрехим Мовлидович____
Педагог дополнительного образования

с. Ножай-Юрт
2026г

Программа прошла внутреннюю экспертизу рекомендована к реализации в МБУ ДО «Ножай-Юртовский РайЦДЮТиК»

Экспертное заключение (рецензия) № 3 от «26» 08 2026 год

Эксперт М. Ш. Чанкаев (методист)

(ФИО, должность)

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

1.1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ТОПОС» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа составлена согласно:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 N 19 "Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (вместе с "СП 2.4.4283-26. Санитарные правила...") (Зарегистрировано в Минюсте России 02.06.2026 N 86855)

-Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);
- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (в частях, не противоречащих действующему законодательству);
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

1.2. Направленность-туристско-краеведческая.

1.3. Уровень освоения программы – стартовый.

Стартовый уровень-первый год обучения, объем 144 часа. Охватывает круг первоначальных знаний и навыков по туризму и спортивному ориентированию.

Приобретение знаний, умений и навыков по туризму: развитие индивидуальности, коммуникативных способностей, физическое развитие. Углубление и развитие интересов и навыков, расширение спектра специализированных занятий по туризму и ориентированию, формирование устойчивой мотивации к туризму и краеведению, развитие творческих способностей ребенка.

1.4. Актуальность программы - это соответствие основным направлениям социально-экономического развития страны, соответствие государственному социальному заказу запросам родителей и детей.

В настоящее время, под влиянием многочисленных факторов социально - экономического характера, в том числе и недостаточной физической активности, здоровье детей и молодёжи ухудшилось. Благополучие детей неразрывно связано с созданием необходимых условий для их воспитания, обучения и духовного развития. Одним из таких условий может быть занятие спортивным ориентированием как физической культурой, которая имеет воспитательное, обучающее оздоровительное и общекультурное значение, с одной стороны. Также формирует у обучающихся грамотное отношение к себе, к своему телу, развивает образное мышление и зрительную память, содействует воспитанию волевых и моральных качеств, развивает понятие необходимости укрепления здоровья,

самосовершенствования, с другой стороны. Именно на это направлена данная образовательная программа.

1.5. Отличительные особенности программы: Обучающиеся приобретают знания, умения навыки по очень широкому спектру дисциплин: организация туристского быта, работа с туристским снаряжением, спортивное ориентирование, топография, краеведение, экология, основы личной гигиены, оказание первой доврачебной помощи.

1.6. Категория обучающихся:

Возраст детей 10-14 лет.

1.7. Сроки реализации и объем программы – 1 год. Объем программы - 144 часа.

1.8. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Групповые, индивидуальные, коллективные и т.д. Занятия в группах обучения проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Не реже 1 раза в месяц - выезд на местность для практических занятий или соревнований на 8 часов. Выезды на местность для практических занятий и соревнований не менее 2 раза в месяц. Продолжительность выездного занятия в выходной день - 8 часов, в будний день - 4-6 часов. Продолжительность занятий - 40 минут, перерыв 5 минут.

1.9. Цель и задачи программы: Формирование здоровой, всесторонне образованной и развитой личности посредством занятий спортивным ориентированием в условиях современного общества.

Создание психолого-педагогических условий для привлечения учащихся к здоровому образу жизни, постижения учащимися основ спортивного мастерства.

Задачи:

Обучающие:

-создать условия для овладения знаниями, умениями и
-навыками в разных видах ориентирования на местности;
-изучать и совершенствовать основные навыки по спортивному ориентированию,
-привить культуру природопользования,
-уметь квалифицированно оказывать первую медицинскую помощь;
- повысить уровень общей и специальной физической подготовки

Развивающие:

-повышать уровень интеллектуальных возможностей;
-способствовать развитию эстетического вкуса;
-формировать интерес к познанию окружающего мира;
-обеспечить всестороннее физическое развитие, закаливание организма, тренировка силы и выносливости у детей;

Воспитательные:

-воспитание потребности к занятиям физической культурой и спортом;
-формирование качества личности: трудолюбия, внимания, усидчивости, аккуратности, взаимопонимания, взаимопомощи, взаимодействия, бережного отношения к окружающей природе;
-создать условия для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности; воспитать личность ребенка через развитие его познавательной и социальной активности;

1.10.**Планируемые результаты освоения программы**.

Предметные результаты:

при освоении программы, обучающиеся научатся пробегать дистанции заданного направления по спортивному ориентированию, без потери ориентировки, изображать местность в условных знаках, правильно располагая ориентиры относительно друг друга. Обучающиеся смогут выполнить нормативы по бегу и общей физической подготовке (ОФП). Сформируется мотивация к занятиям спортом вообще и спортивным ориентированием, в частности. В итоге второго этапа научатся технически грамотно проходить дистанции средней сложности, предполагающие использование разнообразных

технических приемов работы со спортивной картой и компасом. Выполнить нормативы по ОФП, легкой атлетике, предусмотренные данной программой.

Личностные результаты освоения программы:
Сформируется мотивация к занятиям спортом вообще и спортивным ориентированием, в частности. Обучающиеся станут самостоятельными, целеустремленными, решительными и упорными в достижении целей.
-создаются условия для воспитания экологически грамотной, физически здоровой, нравственной личности;
-вырабатываются организационные качества, умение вести себя в коллективе.
Метапредметные результаты освоение программы:

- познавательный интерес к туризму и краеведению;
- туристское и спортивное мастерство;
- физические качества;
- коммуникативные способности обучающихся;
- интерес обучающихся к туристической деятельности и краеведческому исследованию;
- сформированы умения и навыки информационно-поисковой деятельности;
- сформированы организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- сформировано чувство ответственности за свои действия дисциплинированность, взаимопомощь;
- развиты наставнические умения и навыки.

2.1 Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Количество часов			
		всего	теория	практика	Форма контроля
1	**Правила техники безопасности на занятиях, в походах и на соревнованиях**	2	2	-	опрос
2	**Краеведение**	26	6	20	викторина слет
3	**Туристское снаряжение. Одежда и снаряжение ориентировщика.**	6	2	4	соревнования
4	**Питание в туристском походе.**	4	2	2	конкурс
5	**Элементы топографии и ориентирования на местности. Спортивная карта.**	20	6	14	игра соревнования
6	**Основы гигиены и первая доврачебная помощь**	18	8	10	игра «Айболит»
7	**Основы техники и тактики спортивного ориентирования**	16	6	10	соревнования
8	**Организация туристского быта**	10	2	8	поход

9	**Специальная физическая подготовка**	**26**	**6**	**20**	**тестирования по ОФП**
10	**Наблюдения в туристском походе, основы экологического поведения**	**6**	**2**	**4**	**конкурс**
11	**Психологическая и морально-волевая подготовка.**	**10**	**2**	**8**	**тесты**
	Итого	**144**	**44**	**100**	

1.Содержание первого года обучения

Тема 1. Правила техники безопасности на занятиях, в походах и на соревнованиях по ориентированию и туристскому многоборью.
Теория: Правила поведения на улице во время движения к месту соревнований и к месту сбора туристов перед походом. Безопасность - важнейшее требование к походам. Техника безопасности вовремя учебно - тренировочных занятий.

Тема 2. Краеведение
Теория: Значение и место краеведческой подготовки в общей системе обучения. История города и республики. Памятные исторические места. Знатные люди края.
Практика: «Туристские возможности Ножай-Юртовского района».
«Путешествия по карте». Посещение музеев. Проведение краеведческих викторин. Краеведческая и экскурсионная работа в походах.
Поход.
Тема 3. Туристское снаряжение. Одежда и снаряжение ориентировщика.
Теория: Групповое и личное снаряжение для пеших походов в разных сезонных условиях и требования к нему. Подготовка снаряжения к походу.
Практика: Проведение игры «Что взять с собой в поход».

Тема 4. Питание в туристском походе.
Теория: Подбор продуктов для пешего похода. Режим питания в походе
Практика: Приготовление пищи. Экскурсия в лес.

Тема 5. Элементы топографии и ориентирования на местности.
Теория: Спортивная карта. Карта географическая и топографическая. Основные условные знаки. Ориентирование карты по компасу. Условные знаки топографических карт.
Практика: Рисовка топознаков. Виды масштабов, упражнения с масштабами топокарт. Изображение высоты местности с помощью горизонталей. Определение крутизны склона и его высоты. Измерение расстояний до недоступных предметов.

Тема 6. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.
Теория: Понятие о гигиене. Общие гигиенические требования в походе. Умывание, купание, закаливание. Оказание первой медицинской помощи при ожогах, потертостях, порезах, обморожениях. Способы транспортировки пострадавшего в походных условиях. Состав походной аптечки.
Практика: Игра «Айболит».

Тема 7. Основы техники и тактики спортивного ориентирования.
Теория: Понятие о технике спортивного ориентирования. Правильное держание спортивной карты. Держание компаса. Действия при потере ориентировки и при встрече с соперником. Разновидности карт: топографические, спортивные. Их общие черты и отличия.

Практика: Изучение технических приёмов: грубый азимут, точный азимут, линейное ориентирование, точечное ориентирование. Измерение расстояния на местности (шагами, по времени, визуально).
Развитие глазомера, спортивный компас. Приемы пользования компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Определение точки стояния. Движение по азимуту.

Тема 8. Организация туристского быта.
Теория: Выбор места бивака. Последовательность бивачных работ. Установка и снятие палатки.
Практика: Противопожарные меры и охрана природы при организации лагеря. Распределение обязанностей при организации бивака. Различные типы костров. Сушка одежды и обуви в походе. Хранение продуктов. Приготовление пищи. Использование для питания даров природы. Организация привала в походе. Снятие бивака, уборка места бивака. Экскурсия.

Тема 9. Специальная физическая подготовка
Теория: Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства ориентировщика. Характер и методика развития физических и специальных качеств, необходимых спортсмену - ориентировщику: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы.
Практика: Беговая подготовка с учетом зон интенсивности тренировочных нагрузок: восстановительная, поддерживающая, развивающая.
Развитие специальных качеств:
Упражнения на развитие выносливости: бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности, открытой, закрытой, заболоченной, бег в гору, специальные беговые упражнения.
Упражнения на развитие быстроты: бег с высокого и низкого старта на скорость на короткие и средние дистанции, бег на месте с высоким подниманием бедра, бег с внезапной сменой направления, различные игры и игровые упражнения, выполняемые в быстром темпе.
Упражнения на развитие гибкости: Упражнения на растяжку. Упражнения на развитие ловкости и прыгучести: прыжки (в длину, по кочкам, в высоту, вниз), кувырки, перекаты, упражнения на равновесие, спортивные и подвижные игры.
Упражнения на развитие силы: сгибание разгибание рук в упоре, подтягивание, приседание на двух, и одной ногах, приседания с отягощением, упражнения с предметами.

Тема 10. Наблюдения в туристском походе, основы экологического поведения.
Теория: Виды и способы простейших наблюдений на маршруте. Памятные места района похода, интересные места для совершения экскурсий.
Практика: Способы тушения пожара в лесу. Растения и животные, занесенные в «Красную книгу», а также редкие их виды. Посещение краеведческого музея им. А.Мацаева с. Даттах.

Тема 11. Психологическая и морально-волевая подготовка.
Теория: Задачи и средства морально-волевой подготовки. Психологическая подготовка - одно из средств повышения спортивного мастерства.
Практика: Участие в соревнованиях - необходимое условие для совершенствования и проверки моральных качеств и умения управлять эмоциональной настройкой. Воспитание целеустремлённости, самостоятельности, решительности и смелости, выдержки, настойчивости в достижении цели. Предстартовое состояние: боевая готовности, предстартовое волнение, предстартовая апатия.

3. Формы аттестации и оценочные материалы

Виды контроля: индивидуальный и фронтальный опрос, коллективный и индивидуальный анализ соревнований, тестирование, проведение викторин, соревнований.
Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:
Методы:
-практический;
-игровой;
-соревновательный.
-типы занятий:
-комбинированные;
-закрепление;
-повторение;
формы занятий:
-конкурс;
-игра;
-игра-эстафета;
-поход;
-беседа;
-экскурсия;
-викторина;
-мини - соревнование;
-поход выходного дня;
-учебно-тренировочный сбор;
-соревнование: тренировочное, контрольное.

Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.
-низкий уровень - обучающийся выполняет задания под руководством педагога, без желания участвует в общественно -полезных делах, соревнованиях;
-средний уровень - обучающийся выполняет задания при консультативной помощи педагога, охотно участвует в общественно-полезных делах, соревнованиях, но сам не проявляет инициативы;
-высокий уровень - обучающийся выполняет задания самостоятельно, проявляет творчество и инициативу в организации общественно-полезных дел, мотивирован на победу на соревнованиях, самостоятельно занимается физическим совершенствованием.

4.Комплекс организационно - педагогических условий реализации программы.
4.1. Материально-техническое обеспечение программы.
-Материально - техническое оснащение: диапроектор, видеоплейер или ПК, спортивные и топографические карты, атласы и планы, справочная и методическая литература, комплект туристского оборудования на 15 человек.
-Методические и наглядные пособия: учебные плакаты, набор учебных карт и объёмных моделей рельефа, учебные задания по каждому разделу технико-тактической подготовки, тест-листы для проверки знаний учащихся, макеты местности, комплект оборудования дистанции: контрольные пункты, компостеры.
Для успешной реализации данной программы желательно чтобы каждый учащийся имел спортивный костюм, обувь, удобную для бега в лесу, компас, лыжи, палки, ботинки, планшет для лыжного ориентирования.
4.2. Кадровое обеспечение программы: программа реализуется педагогом дополнительного образования, уровень подготовки педагога соответствует профессиональным стандартам.

4.3. Учебно-методическое обеспечение.

Название учебной темы	Форма занятий	Название и форма методического материала	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса
Правила техники безопасности на занятиях, в походах и на соревнованиях	Групповые занятия, теоретическое обсуждение, практическое использование полученных знаний в соревнованиях, в походах	Тематические разработки по темам, наглядное пособие.	Словесный Наглядный Практический
Краеведение	Групповые занятия, теоретическое обсуждение, практическое использование полученных знаний в форме викторин и экскурсий.	Тематические разработки по темам, наглядное пособие.	Словесный Наглядный Практический
Туристское снаряжение. Одежда и снаряжение ориентировщика.	Групповые занятия, теоретическое обсуждение, практическое использование полученных знаний в соревнованиях, играх, экскурсиях.	Тематические разработки по темам, наглядное пособие.	Словесный Наглядный Практический
Питание в туристском походе.	Групповые занятия, теоретическое обсуждение, практическое использование полученных знаний в соревнованиях , в походах.	Тематические разработки по темам, наглядное пособие.	Словесный Наглядный Практический
Элементы топографии и ориентирования на местности. Спортивная карта.	Групповые занятия, теоретическое обсуждение, практическое использование полученных знаний в виде игр и практических занятий.	Тематические разработки по темам, наглядное пособие.	Словесный Наглядный Практический
Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Групповые занятия, теоретическое обсуждение, практическое использование полученных знаний в форме заданий по карточкам и игр.	Тематические разработки по темам, наглядное пособие.	Словесный Наглядный Практический

Основы техники и тактики спортивного ориентирования	Групповые занятия, теоретическое обсуждение, практическое использование полученных знаний в соревнованиях, играх, экскурсиях.	Тематические разработки по темам, наглядное пособие.	Словесный Наглядный Практический
Организация туристского быта	Групповые занятия, теоретическое обсуждение, практическое использование полученных знаний в соревнованиях, играх, экскурсиях.	Тематические разработки по темам, наглядное пособие.	Словесный Наглядный Практический
Специальная Физическая подготовка	Групповые занятия, теоретическое обсуждение, практическое использование полученных знаний в практических занятиях и в походе	Тематические разработки по темам, наглядное пособие	Словесный Наглядный Практический
Наблюдения в туристском походе, основы экологического поведения	Групповые занятия, теоретическое обсуждение, практическое использование полученных знаний в практических занятиях и в походе	Тематические разработки по темам, наглядное пособие.	Словесный Наглядный Практический
Психологическая и морально-волевая подготовка.	Групповые занятия, теоретическое обсуждение, практическое использование полученных знаний в форме заданий по карточкам и игр.	Тематические разработки по темам, наглядное пособие.	Словесный Наглядный Практический

Список литературы для педагога

1.Абраменкова В. В. Социальная психология детства: развитие отношений ребенка в детской субкультуре. М.: «Модэк», 2000. 416 с.
2.Дрогов И.А. Подготовка инструкторов детско-юношеского туризма: Учебно-методическое пособие. М.: изд-во ФЦДЮТиК, 2004. 131 с.
3.Из истории детского туризма в России (1918-2008 гг.) / Составитель Константинов Ю.С. М.: изд-во ФЦДЮТиК, 2008. 312 с.
4.Казанская В.Г. Подросток. Трудности взросления. СПб.: изд-во Питер Год, 2008. 282 с.

5.Квартальнов В.А. Теория и практика туризма. М.: Финансы и статистика, 2003. 320 с.
6.Константинов Ю. С. Детско-юношеский туризм: Учебно-методическое пособие. 2-е изд. М.: изд-во ФЦДЮТиК, 2008. 600 с.
7.Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся: Учебно - методическое пособие. М.: изд-во ФЦДЮТиК, 2000. 600 с.
8.Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. М.: изд-во ФЦДЮТиК, 2006. 208 с.
9.Критерии эффективности реализации образовательных программ дополнительного образования детей в контексте компетентностного подхода. Учебно-методическое пособие /Под редакцией проф.
Н.Ф.Радионовой, к.п.н. М.Р.Катуновой, И.О.Сеничевой, Е.Л. Якушевой. СПб.: изд-во ГОУ «СПб ГДТЮ», 2005. 104 с.
10.Куприянов Б.В. Организация и методика проведения игр с подростками. Взрослые игры для детей: учеб.-метод. пособие. /Б.В. Куприянов, М.И. Рожков, И.И. Фришман. М.: ВЛАДОС, 2004. 215 с.
11.Мартынов А. И. Психология спорта. М.: СпортАкадеМ-Пресс, 2001. 260 с.
12.Маслов А. Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности»: Учебно-методическое пособие. М.: изд-во ФЦДЮТиК, 2000. 160 с.
13.Остапец А. А.Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. М.: изд-во РМАТ, 2001. 96 с.
14.Программа для системы дополнительного образования детей: Юные туристы-многоборцы. М.: изд-во ФЦДЮТиК, 2007. 60 с.
15.Программа педагога ДО: от разработки до реализации. /Сост. Беспятова Н. К. М: Айрис-пресс, 2003. 176 с.

Для обучающихся:

1.Биржаков М. Б. Введение в туризм. СПб.: Невский фонд, 2001. 192 с.
2.Волошин Н. И. Правовое регулирование туристской деятельности. М.: Советский спорт, 2004. 84 с.
3.Гогунов Е.Н. Интеллектуальные задачи в спортивной практике. Тольятти: изд-во СамГПУ, 2000. 92 с.
4.Гуляев В. Г. Организация туристской деятельности. М.: Нолидж, 2005. 312 с.
5.Захаров П.П. Начальная подготовка альпинистов. Часть 1. Введение. М.: ТВТ Дивизион, 2007. 341 с. (для воспитанников и педагогов)
6.Захаров П.П. Начальная подготовка альпинистов. Часть 2. Методика обучения. М.: ТВТ Дивизион, 2007. 354 с.
7.Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. М.: Физкультура и спорт, 1990. 175 с.
8.Константинов Ю. С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма. М.: Советский спорт, 2009. 392 с.
9.Красников А.А. Проблемы общей теории спортивных соревнований. М.: СпортАкадемПресс, 2003. 324 с.
10.Куликов В.М. Словарь юного туриста. М.: изд-во ФЦДЮТиК, 2008. 76 с.

Новости интернет – ресурса

"Академия детско-юношеского туризма и краеведения" http://madut.narod.ru/new.html
Официальный сайт Министерства молодежной политики, спорта и туризма РФ. http://minstm. gov.ru/
Официальный сайт Областного Центра детско-юношеского туризма и краеведения http://ocdytk.ucoz.ru/
Официальный сайт Туристско-спортивного союза России http ://www.tssr.ru/
Официальный сайт Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения

http ://www.turcentrrf.ru/
Официальный сайт, посвященный спортивному туризму всех видов в Москве и России
http://tmmoscow.ru/
Правила соревнований по спортивному туризму. /Говор В.В., Джулий А.В., Костин С.И. и др. М., 2008. 64 с.

Приложение 1

Календарный учебный график

Предполагаемая дата	Фактическая дата	Время проведения занятия	форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Правила техники безопасности на занятиях, в походах и на соревнованиях-2ч.							
14.09			пр. занятие	2	Правила поведения на улице во время движения к месту соревнований и к месту сбора туристов перед походом. ТБ во время учебно-тренировочных занятий	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	опрос
Краеведение - 24ч.							
			беседа	2	Значение и место краеведческой подготовки в общей системе обучения	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			беседа	2	История города и республики	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			беседа	4	Памятные исторические места. Знатные люди края.	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			слет	6	соревнования туристов, посвященный к Международному Дню Туризма	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	зачет
			практика	2	Туристические возможности Ножай-Юртовского района. «Путешествие по карте»	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			пр. занятие	2	Посещение музеев. Проведение краеведческих викторин	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	викторина

			пр. занятие	2	Краеведческая и экскурсионная работа в походах.	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
				6	Однодневный поход	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	поход
Туристическое снаряжение Одежда и снаряжение ориентировщика-6ч.							
			беседа с показом	2	Групповое и личное снаряжение для пеших походов.	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			пр. занятие	2	Подготовка снаряжения к походу	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	соревн.
				2	Проведение игры «Что взять с собой в поход»	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	игра
Питание в туристском походе - 4ч.							
			Беседа с показом	2	Подбор продуктов для пешего похода. Режим питания в походе	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			пр. занятие	2	Приготовление пищи	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	конкурс
Элементы топографии и ориентирования на местности - 22ч.							
			Работа с картой	4	Географическая и топографическая карта. Основные условные знаки	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			беседа с показом и объясн	2	Ориентирование по компасу. Условные знаки топографических карт.	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	Зачет

				2	Местные предметы и методы изображения их на карте.		

			пр. занятие	4	Рисовка топознаков. Виды масштабов, масштабы топокарт	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			пр. занятие	2	Изображение высоты местности с помощью горизонталей	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			практика	2	Определение крутизны склона и его высоты	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			практика	2	Измерение расстояний до недоступных предметов	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	игра
			Практическое занятие	4	Закрепление навыков на местности	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	соревнования
Основы гигиены и первая доврачебная помощь - 16ч.							
			беседа	2	Понятие о гигиене. Общие гигиенические требования в походе	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			практика ка	2	Оказание первой медицинской помощи при ожогах, порезах, обморожениях	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			практика	2	Способы транспортировки пострадавшего в походных условиях	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			игра	2	Игра «Айболит»	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	игра
			экскурс	8	Посещение национального музея в г.Грозном	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	экскурсия
Основы техники и тактики спортивного ориентирования - 16ч.							
			беседа с показом	2	Понятие о технике спортивного ориентирования.	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			беседа объясн.	2	Действия при потере ориентировки и при встрече с соперником.	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			беседа объясн	2	Разновидности карт: топографические, спортивные.	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			беседа с показом	2	Держание компаса. Общие черты и отличия карт.		

			пр. занятия	4	Изучение технических приемов: грубый азимут, точный азимут, линейное и точечное ориентирование	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			пр. занятия	4	Спортивный компас. Приемы пользования компасом. Определение сторон горизонта по компасу.	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	соревн.

Организация туристского быта - 8ч.							
			беседа объясн.	2	Выбор места бивака. Последовательность бивачных работ	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			Практ.з	2	Противопожарные меры и охрана природы при организац. лагеря. Распределение обязанностей при	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			пр.	2	Различные типы костров. Сушка одежды и обуви в походе. Хранение продуктов.	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			пр.	2	Приготовление пищи. Использование для питания даров природы. Организация привала в походе.	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	поход
Специальная физическая подготовка-24ч.							
			беседа	2	Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства ориентировщика	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			беседа	2	Характер и методика развития физических и специальных качеств т.е.сила, гибкость, ловкость, быстрота и выносливость.	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			пр. занятия	4	Упр-я для развития выносливости: бег в равномерном темпе по равнинной,перес. местн. Специальные беговые упражнения.	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	

			пр. занятия	2	Упр-я на развитие быстроты: бег с высокого и низкого старта на скорость на короткие и средние дистанции, бег с высоким подниманием бедра, челночный бег 3 - 10 м	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
				6	Экскурсия	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	экскурсия
			пр. занятия	4	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»		тестир. по ОФП
			пр. занятия	2	Упр-я на развитие ловкости и прыгучести: пр.в длину, пр.в высоту, подвижные игры	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	
			пр. занятия	2	Упр-я для развития силы: сгибание и разгибание рук в упоре, подтягивание, поднимание туловища	МБОУ «СОШ с.Беной-Ведено»	тестирован

Наблюдения в туристском походе 8 ч.								
					2	Виды и способы простейших наблюдений на маршруте		
					4	Памятные места района		
					2	Способы тушения пожара в лесу. Растения и животные, занесенные в Красную Книгу.		конкурс
Психологическая и морально-волевая подготовка-12ч.								
				беседа	2	Психологическая подготовка- одно из средств повышения спортивного мастерства. Задачи и средства морально-волевой подготовки		
				практ.	4	Участие в соревнованиях - это условие для совершенствования и проверки моральных качеств и умения управлять собой		
				пр. занятие	2	Воспитание целеустремленности, самостоятельности, решительности, выдержки, настойчивости в достижении цели.		
				зачет	4	Предстартовое состояние: боевая готовность, предстартовое волнение и апатия.		тесты

Приложение№ 2

ПРОТОКОЛ
Итоговая аттестация обучающихся

Протокол аттестации обучающихся
Период_____
Объединение_____
Ф.И.О. педагога_____
Форма проведения аттестации_____

№	Ф.И.О. обучающихся	Уровень усвоения программного материала					
		Теория			Практика		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
ИТОГО							