

Управление образования администрации
муниципального образования город Алексин
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Дом детского творчества»

ПРИНЯТА
педагогическим советом
МБУ ДО «ДДТ»
протокол № 1 от «30» августа 2024г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО «ДДТ»
_____ Г.А. Наумова
приказ № 04- ОД от «02» сентября 2024г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
туристско-краеведческой направленности

«Спортивный туризм»
(базовый уровень)

Направленность программы: туристско-краеведческая
Уровень программы: базовый
Возраст обучающихся: 8-17 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
Горелова Арусяк Карапетовна,
педагог дополнительного образования

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.

1. Пояснительная записка.

1.1. Направленность программы. Настоящая дополнительная образовательная (общеразвивающая) программа «Спортивный туризм» (далее – программа) составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 25.05.2015 № 996-р;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;
- Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652-н «Об утверждении профессионального стандарта «педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 468 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (раздел VI «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Письмом Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ) (включая разноуровневые программы)» и других нормативных документов;
- Уставом МБУ ДО «ДДТ»;
- Положением о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе МБУ ДО «ДДТ»

Данная программа имеет туристско-краеведческую направленность и предусматривает базовый уровень обучения, предполагающий использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

1.2. Актуальность программы обусловлена популярностью спортивного туризма в подростковой среде, ежегодным проведением соревнований для обучающихся по спортивному туризму и необходимостью организации грамотной подготовки к участию в них. Введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и включение в него в качестве вида по выбору туристского похода с проверкой туристских навыков для учащихся также мотивирует детей заниматься спортивным туризмом.

1.3 Отличительные особенности программы состоят в том, что она позволяет не только сформировать у детей традиционные туристские навыки, но и подготовить их к участию в новом для спортивного туризма виде деятельности - соревнованиях по туристскому многоборью на пешеходных дистанциях.

1.4. Педагогическая целесообразность программы состоит в неисчерпаемых развивающих, познавательных и воспитательных возможностях туризма. Разнообразие форм спортивно-туристской деятельности способствует развитию ребенка, общему оздоровлению его организма, укреплению физических и духовных сил, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, развивает интерес к истории и культуре родного края, воспитывает патриотизм, повышает творческую активность.

1.5. Адресат программы, условия набора

Комплектование группы осуществляется из детей в возрасте 8-17 лет, допущенных врачом к занятиям в туристском объединении. Наполняемость группы до 15 человек.

1.6. Объем и срок реализации программы.

Объем программы: 216 часов

Срок реализации программы — (1 год)

1.7. Формы обучения – очная.

1.8. Уровень программы – базовый.

1.19. Особенности организации образовательного процесса.

Программа является традиционной и представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение 1 года обучения в одной образовательной организации.

1.10. Организационные формы обучения.

Групповые, аудиторные, занятия на местности, походы. Занятия проводятся как с полным составом объединения, так и по мере роста опыта обучающихся, с малыми группами (2 – 3 человека). Работа по программе строится с учётом близких и дальних перспектив и предусматривает приобретение обучающимися основных знаний о своём крае, технике и практике туризма, ориентирование на местности, ведении краеведческих наблюдений, соблюдение здорового образа жизни, получении навыков проживания в природной среде и т.д.

Основная форма практических занятий - проведение 1- дневных учебно-тренировочных походов, во время проведения туристских мероприятий, экскурсий, а так же на местности (на участке школы, ДДТ, стадионе, парке «Жалка», лесном массиве). В период осенних, весенних, зимних каникул практические навыки отрабатываются в многодневных походах, учебных тренировочных лагерях, на соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях.

1.11. Режим занятий.

Режим занятий 2 раз в неделю по 2 и 4 академических часа. Академический час составляет 45 минут, между ними 10 минут перемена.

2. Цель и задачи программы

2.1. Цель программы: создание дополнительных условий для личностного развития подростков и их позитивной социализации за счет удовлетворения их потребностей в физическом развитии, расширении кругозора, получении практических туристских навыков.

2.2. Задачи программы:

Обучающие - формирование знаний, умений и навыков по основам спортивного туризма и туристско-краеведческой деятельности, в том числе, обучение техническому и тактическому мастерству для участия в соревнованиях на

дистанциях пешеходного туризма, по спортивному ориентированию, поисково-спасательным работам;

Развивающие – содействие правильному физическому развитию учащихся;

привитие интереса к занятиям туризмом и краеведением как активной познавательной, оздоровительной и досуговой деятельности;

содействие развитию гармоничной, многогранной личности, направляемой педагогом в первые годы обучения, и саморазвивающейся личности, стремящейся к постоянному росту, на заключительном этапе;

Воспитательные – воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и инициативы, ответственности, чувства бережного отношения к природе и соблюдения экологических требований; формирование представления о правилах поведения в природе во время соревнований, тренировочных занятий, походов и прогулок; содействие развитию коллектива, созданию обстановки доброжелательности, психологического комфорта, удовлетворению потребности детей в общении.

3. Результативность программы

3.1. Планируемые результаты

После завершения обучения по программе дети должны:

знать:

- правила поведения туристов, правила личной гигиены туриста;
- меры по профилактике основных травм, простейшие способы транспортировки пострадавшего;
- назначение специального личного снаряжения, требования к групповому походному снаряжению;
- название и применение основных и вспомогательных веревок, основной группы узлов, карабинов;
- классификацию технических этапов, последовательность командных действий при работе на этапах;
- основные требования к походным продуктам;
- способы ориентирования на местности, виды карт и их назначение, основные условные знаки топографических и спортивных карт, устройство компаса, понятие «азимут»;
- правила оформления отчета о походе;

уметь:

- надевать и подгонять страховочные системы;
- вязать основные туристские узлы, маркировать веревки, работать с карабинами;
- организовать самостраховку при прохождении технических этапов;
- проходить основные технические этапы в составе команды, использовать специальное групповое снаряжение;
- подбирать снаряжение для похода, укладывать рюкзак; устанавливать палатку;
- составлять простейшее походное меню, разводить костер, приготовить чай;
- отличать ядовитые растения и грибы;
- изготовить носилки из жердей;
- определять масштаб карт, взять азимут на ориентир, обозначить объект местности условными знаками.

Личностные результаты:

- повышение самооценки ребенка;
- формирование установки на здоровый образ жизни посредством участия в туристско-спортивных занятиях и мероприятиях,

- умение принимать во внимание мнение и состояние товарищей по группе, оказывать им помощь, вырабатывать коллективное решение;
- умение владеть собой в трудных ситуациях, принимать правильные решения, оценивать свои и чужие поступки.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью актуализировать и применять в процессе организации туристского похода (участия в соревнованиях) знания, полученные в рамках изучения различных учебных предметов;
- формирование умений планировать и осуществлять совместную деятельность, договариваться о распределении функций и ролей в такой деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих в целях недопущения конфликтов.

4. Воспитательный потенциал программы

Воспитательная работа в рамках программы «Спортивный туризм» направлена на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

В центре воспитательной работы находится личностное развитие обучающихся и их приобщение к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в российском обществе.

Цель воспитательной работы: создание условий для достижения обучающимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого учащегося.

Задачи воспитательной работы:

- развитие общей культуры учащихся через традиционные мероприятия объединения, выявление и работа с одаренными детьми;
- формирование у детей гражданско-патриотического сознания;
- выявление и развитие творческих способностей, обучающихся путем создания творческой атмосферы через организацию кружков, секций; совместной творческой деятельности педагогов, учащихся и родителей;
- создание условий, направленных на формирование нравственной культуры, расширение кругозора, интеллектуальное развитие, на улучшение усвоения учебного материала;
- пропаганда здорового образа жизни, профилактика правонарушений, социально-опасных явлений;
- создание условий для активного и полезного взаимодействия МБУ ДО «ДДТ» и семьи по вопросам воспитания учащихся.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы обучающиеся привлекаются к участию (подготовке, проведению) в мероприятиях города, учреждения, объединения: благотворительных акциях, творческих концертах, выставках, мастер-классах, лекциях, беседах и т.д.; в конкурсных программах различного уровня (по плану воспитательной работы).

В результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к творческим занятиям и уровня

личностных достижений учащихся (победы в конкурсах), привлечение родителей к активному участию в работе объединения.

План воспитательных мероприятий: Приложение 1

5. Содержание программы

5.1. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование тем и разделов	всего	теория	практика	форма контроля
1.	ВВЕДЕНИЕ.	2	2		опрос
1.1.	Информация о работе объединения	1	1		
1.2	Техника безопасности, анкетирование.	1	1		
2.	СПЕЦИАЛЬНАЯ ТУРИСТСКАЯ ПОДГОТОВКА.	96	2	94	
2.1	Личное снаряжение	3	1	2	наблюдение
2.1.1	Специальное личное снаряжение.		1	1	
2.1.2	Знакомство со страховочными системами			1	
2.2.	Узлы.	10		10	зачёт
2.2.1	Узлы для связывания веревок			1	
2.2.2	Узлы петлевые			1	
2.2.3	Узлы для крепления на опоре			1	
2.2.4	Узлы для обвязок			1	
2.2.5	Узлы – проводники			1	
2.2.6	Узлы для веревок разного диаметра			1	
2.2.7	Вспомогательные узлы			1	
2.2.8	Схватывающие узлы			1	
2.2.9	Узлы, используемые в спас. работах			1	
2.2.10	Узлы, не включенные в «Регламент...»			1	
2.3.	Работа с веревками.	3	1	2	опрос
2.3.1	Знакомство с веревками разного		1		

	диаметра				
2.3.2	Муфтование веревок разными способами			2	
2.4.	Работа с карабинами.	2		2	контр. задани е
2.4.1	Работа с карабинами правой рукой			1	
2.4.2	Работа с карабинами левой рукой			1	
2.5	Лично-Командное прохождение дистанции.	32		32	зачёт
2.5.1	Командное прохождение этапа «Подъем»			4	
2.5.2	Командное прохождение этапа «Спуск»			4	
2.5.3	Командное прохождение этапа «Навесная переправа»			4	
2.5.4	Командное прохождение этапа «Параллельные перила»			4	
2.5.5	Командное прохождение этапа «Траверс»			4	
2.5.6	Командное прохождение этапа «Бревно»			4	
2.5.7	Командное прохождение этапа «Маятник»			4	
2.5.8	Командное прохождение длинной дистанции.			4	
2.6.	Соревнования на дистанциях пешеходного туризма.	46		46	зачёт
2.6.1	Спортивное мероприятие посвященное Всемирному дню туризма	4		4	
2.6.2	Соревнования по спортивному туризму среди обучающихся в объединениях ГОУ ДО ТО «ЦКТиЭ»	4		4	
2.6.3	Областной зимний туристский слет	4		4	

2.6.4	Районный этап соревнований «Школа безопасности»	4		4	
2.6.5	Соревнования среди объединения	30		30	
3.	ПОХОДНАЯ ПОДГОТОВКА. ТУРБЫТ.	33	16	17	
3.1.	Групповое снаряжение.	2	1	1	контр. задание
3.1.1	Личное снаряжение			1	
3.1.2	Групповое снаряжение		1		
3.2.	Подготовка к походу.	3	2	1	
3.2.1	Оформление документации		1		
3.2.2	Выбор маршрута		1		
3.3.3	Распределение обязанностей			1	
3.3.	Движение в походе.	1	1		
3.4.	Профилактика опасностей в походе.	3	3		контр. задание
3.4.1	Профилактика природных опасностей		1		
3.4.2	Выбор одежды и обуви		1		
3.4.3	Общая безопасность в походе		1		
3.5.	Организация бивачных работ.	2	1	1	зачёт
3.5.1	Бивачные работы			1	
3.5.2	Выбор места бивака		1		
3.6.	Доврачебная помощь.	6	4	2	зачёт
3.6.1	Состав аптечки		1		
3.6.2	Реанимационные мероприятия		1		
3.6.3	Травмы верхних конечностей			1	
3.6.4	Травмы нижних конечностей			1	

3.6.5	Термические травмы		1		
3.6.6	Различные заболевания		1		
3.7.	Питание в походе.	4	3	1	контр. задани е
3.7.1	Составление меню			1	
3.7.2	Упаковка продуктов		1		
3.7.3	Выбор и фильтрация воды в походе		1		
3.7.4	Зависимость продуктов от категории сложности похода		1		
3.8.	Составление отчета о походе.	2	1	1	зачёт
3.8.1	Дневник похода			1	
3.8.2	Составление отчета		1		
3.9.	Походы.	10		10	
4.	СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ.	29	12	17	
4.1.	Краткие сведения о спортивном ориентировании.	1	1		контр. задани е
4.2.	Топографическая подготовка.	3	1	2	зачёт
4.2.1	Топографические знаки		1		
4.2.2	Карты разного масштаба			1	
4.2.3	Определение сторон горизонта		1		
4.3.	Виды и правила соревнований по спортивному ориентированию.	2	1	1	контр. задани е
4.3.1	Виды соревнований		1		
4.3.2	Правила соревнований		1		
4.4.	План. Карта.	2	1	1	контр.

					задани е
4.4.1	План		1		
4.4.2	Карта			1	
4.5.	Компас.	2	1	1	контр. задани е
4.5.1	Определение сторон горизонта с помощью компаса			1	
4.5.2	История развития компаса		1		
4.6.	Условные знаки.	6	3	3	зачёт
4.6.1	Масштабные знаки		1		
4.6.2	Внемасштабные знаки		1		
4.6.3	Линейные знаки		1		
4.6.4	Точечные знаки			1	
4.6.5	Площадные знаки			1	
4.6.6	Обозначение объектов местности условными знаками			1	
4.7.	Тактико-техническая подготовка.	3	1	2	зачёт
4.7.1	Основные сведения о тактико-технической подготовке		1		
4.7.2	Значения для спортивного мастерства			1	
4.7.3	Упражнения для технической подготовки			1	
4.8.	Азимут. Движение по азимуту.	2	1	1	контр. задани е
4.8.1	Понятие азимута		1		
4.8.2	Азимут на ориентир, движение по азимуту, азимут по карте			1	
4.9.	Чтение карты.	5	2	3	зачёт

4.9.1	Изучение карты		1		
4.9.2	Сличение карты с местностью			1	
4.9.3	Изображение местности по карте			1	
4.9.4	Изображение карты по местности			1	
4.9.5	Буквенно-цифровые характеристики на картах		1		
4.10	Соревнования по ориентированию.	3		3	анализ
5.	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.	32		32	
5.1.	Общеразвивающие упражнения, специальные беговые упражнения.	2			зачёт
5.1.1.	Походный шаг	1		1	
5.1.2	Переход с бега на шаг и с шага на бег	1		1	
5.2.	Тестирование.	2			
5.2.1	Нормы ГТО	1		1	
5.2.2	Тесты по ОФП	1		1	
5.3.	Специальная физическая подготовка	28		28	зачёт
6.	КРАЕВЕДЕНИЕ	21	9	12	
6.1	История Тульского края и г. Алексина		2		
6.2	Моя школа		2		
6.3	Природа и лекарственные растения		3		
6.4	Родословие		2		
6.6	Квест «Знатоки природы Тульского края»			4	
6.7	Экскурсия в краеведческий музей			8	
7	ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ	3	2	1	зачёт
7.1	Промежуточная аттестация		1	1	
7.2	Анализ результатов аттестации		1		
ИТОГО за период обучения:		216	43	173	

5.2. Содержание тем программы

1. ВВЕДЕНИЕ

1.1 Информация о работе объединения.

Теория: Знакомство с программой и ее разделами. Презентация о работе объединения за прошедший период.

1.2. Техника безопасности, анкетирование.

Теория: Техника безопасности при проведении занятий в помещении, на улице, при преодолении естественных препятствий, правила поведения группы при переезде на транспорте, анкетирование.

2. СПЕЦИАЛЬНАЯ ТУРИСТСКАЯ ПОДГОТОВКА

2.1 Личное снаряжение.

2.1.1. Специальное личное снаряжение

Теория: Самостраховка. Рукавицы. Каска. Обувь. Список и применение специального личного снаряжения. Предъявляемые к нему требования.

Практическое занятие: Работа со снаряжением, уход за ним, его ремонт.

2.1.2. Знакомство со страховочными системами

Теория: Виды страховочных систем. Страховочная система.

Практическое занятие: Надевание страховочной системы. Подгонка снаряжения

2.2 Узлы

2.2.1. Узлы для связывания веревок

Группы узлов, их назначение и применение на практике.

Практическое занятие: Вязка узлов и применение их по назначению.

2.2.2. Узлы петлевые

Теория: Назначение и применение петлевых узлов восьмерка, проводник, австрийский, булинь, шкотовый. Знакомство с техникой вязания узлов и ее отработка.

2.2.3. Узлы для крепления на опоре

Теория: Назначение и применение узлов на опоре двойной булинь, баррел (полугрейпвайн удавка) проводник восьмерка, стремя, штык, булинь. Знакомство с техникой вязания узлов и ее отработка.

2.2.4. Узлы для обвязок

Теория: Узлы, применяемые для обвязок встречный, встречная восьмерка, полугрейпвайн, двойной булинь. Знакомство с техникой вязания узлов и ее отработка.

2.2.5. Узлы – проводники

Теория: Виды узлов проводников. Проводник. Проводник восьмерка, двойной проводник, австрийский проводник. Знакомство с техникой вязания узлов и ее отработка.

2.2.6. Узлы для связывания веревок разного диаметра

Теория: Узлы для связывания веревок разного диаметра брамшкотовый, академический, шкотовый их применение на практике. Знакомство с техникой вязания узлов и ее отработка.

2.2.7. Вспомогательные узлы

Теория: Виды вспомогательных узлов. проводник, контрольный, полугрейпвайн, полусхватывающий, стремя. Знакомство с техникой вязания узлов и ее отработка.

2.2.8. Схватывающие узлы

Теория: Виды схватывающих узлов. Узел пруссика, австрийский, бахмана, несимметричный схватывающий. Знакомство с техникой вязания узлов и ее отработка.

2.2.9. Узлы, используемые в спас. работах

Теория: Узлы применяемые для спас. работ бахмана, УИАА. Знакомство с техникой вязания узлов и ее отработка.

2.2.10. Узлы, не включенные в «Регламент...»

Теория: Группы узлов, не включенных в «Регламент...» прямой, ткацкий, академический, бахмана. Их назначение и применение на практике.

2.3 Работа с веревками

2.3.1. Знакомство с веревками разного диаметра

Теория: Основная и вспомогательная верёвки. Название и применение основных и вспомогательных верёвок. Требования к верёвкам.

2.3.2. Муфтование веревок способом «на руки» и «на ноги».

Практическое занятие: Бухтовка и маркировка верёвки способом «на руки». Бухтовка и маркировка верёвки способом «на ноги».

2.4 Работа с карабинами

2.4.1. Работа с карабинами правой рукой

Теория: Виды карабинов, различительные особенности, правила пользования карабинами правой рукой, их назначение и применение.

Практическое занятие: Применение карабинов.

2.4.2. Работа с карабинами левой рукой

Теория: Виды карабинов, различительные особенности, правила пользования карабинами левой рукой, их назначение и применение.

Практическое занятие: Применение карабинов.

2.5 Лично-Командное прохождение дистанции

2.5.1. Командное прохождение этапа «Подъем»

Теория: Правила и последовательность действий при работе на техническом этапе «Подъем». Возможные ошибки и нарушения, их классификация. Правила техники безопасности.

Практическое занятие: Личное прохождение технического этапа. Организация самостраховки при прохождении технических этапов. Отработка скорости работы на этапе.

2.5.2. Командное прохождение этапа «Спуск»

Теория: Правила и последовательность действий при работе на техническом этапе «Спуск». Возможные ошибки и нарушения, их классификация. Правила техники безопасности.

Практическое занятие: Личное прохождение технического этапа. Организация самостраховки при прохождении технических этапов. Отработка скорости работы на этапе.

2.5.3. Командное прохождение этапа «Навесная переправа»

Теория: Правила и последовательность действий при работе на техническом этапе «Навесная переправа». Возможные ошибки и нарушения, их классификация. Правила техники безопасности.

Практическое занятие: Личное прохождение технического этапа. Организация самостраховки при прохождении технических этапов. Отработка скорости работы на этапе.

2.5.4. Командное прохождение этапа «Параллельные перила»

Теория: Правила и последовательность действий при работе на техническом этапе «Параллельные перила». Возможные ошибки и нарушения, их классификация. Правила техники безопасности.

Практическое занятие: Личное прохождение технического этапа. Организация самостраховки при прохождении технических этапов. Отработка скорости работы на этапе.

2.5.5. Командное прохождение этапа «Траверс»

Теория: Правила и последовательность действий при работе на техническом этапе «Траверс». Возможные ошибки и нарушения, их классификация. Правила техники безопасности.

Практическое занятие: Личное прохождение технического этапа. Организация самостраховки при прохождении технических этапов. Отработка скорости работы на этапе.

2.5.6. Командное прохождение этапа «Бревно»

Теория: Правила и последовательность действий при работе на техническом этапе «Бревно». Возможные ошибки и нарушения, их классификация. Правила техники безопасности.

Практическое занятие: Личное прохождение технического этапа. Организация самостраховки при прохождении технических этапов. Отработка скорости работы на этапе.

2.5.7. Командное прохождение этапа «Маятник»

Теория: Правила и последовательность действий при работе на техническом этапе «Маятник». Возможные ошибки и нарушения, их классификация. Правила техники безопасности.

Практическое занятие: Личное прохождение технического этапа. Организация самостраховки при прохождении технических этапов. Отработка скорости работы на этапе.

2.5.8. Командное прохождение длинной дистанции

Теория: Правила и последовательность действий команды при работе на дистанции. Преодоление длинной дистанции. Возможные ошибки и их разбор.

2.6 Командное прохождение дистанции

Теория: Последовательность командных действий при работе на технических этапах. Распределение обязанностей. Работа в связках. Командная страховка и сопровождение. Возможные ошибки и нарушения. Правила техники безопасности. Правила техники безопасности.

Практическое занятие: Командное прохождение технических этапов. Организация командной страховки и самостраховки. Отработка скорости работы на техническом этапе.

2.7 Полигоны по спортивному туризму

Практическое занятие: Отработка техники прохождения этапов дистанции пешеходного туризма.

2.8 Соревнования на дистанции пешеходного туризма

Виды соревнований на дистанции пешеходного туризма.

Практическое занятие: Участие в туристских соревнованиях школы, учреждения дополнительного образования, района в качестве участников.

3. ПОДГОТОВКА К ПОХОДУ. ТУРБЫТ.

3.1 Групповое снаряжение

Теория: Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение. Походная посуда для приготовления пищи. Основная и вспомогательная веревки, скальные крючья, молотки (скальные, ледовые), ледорубы. Назначение и применение специального группового снаряжения и предъявляемые к нему требования.

Практическое занятие: Использование специального группового снаряжения при преодолении естественных препятствий. Уход за групповым снаряжением.

3.2 Подготовка к походу

Теория: Список личного и командного снаряжения. Список вещей для похода. Требования к одежде и обуви. Правила укладки рюкзака. Разработка маршрута. Оформление документации. Распределение обязанностей в группе. Продукты, пригодные для похода. Что такое «раскладка».

Практическое занятие: Укладка рюкзака для похода в соответствие с погодой. Подбор одежды и обуви. Составление меню и раскладки продуктов для похода.

3.3 Движение в походе

Теория: Режим движения и отдыха в походе. Преодоление препятствий в походе. Правила техники безопасности.

Практическое занятие: Отработка навыков преодоления естественных препятствий: зарослей растительности, склонов, подъемов. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

3.4 Профилактика опасностей и травм в походе

Теория: Меры по профилактике травм, заболеваний и опасностей в походе. Личная гигиена. Ядовитые растения, грибы. Простейшие меры гигиены в походе. Правила обращения с топором, ножом. Признание «испорченности» продуктов.

Практическое занятие: Обращение с топором, ножом. Определение продуктов, пришедших в негодность. Отличать ядовитые растения и грибы.

3.5 Организация бивачных работ

Теория: Выбор места для бивуака, костра, установки палатки. Требование к месту для бивуака, костра. Мероприятия при остановке на ночевку. Разведение костра. Типы костров, их назначение. Требования по экологии.

Практическое занятие: Установка палатки, разведение костра.

3.6 Доврачебная помощь

Теория: Как оказать первую медицинскую помощь при ожоге, укусе змеи, переохлаждении, обморожении, тепловом ударе, растяжении, вывихе, пищевом отравлении? Простейшие способы переноски пострадавшего. Транспортировка пострадавшего подручными средствами. Походная аптечка.

Практическое занятие: Наложение повязки, изготовление носилок из жердей и штормовок, переноска пострадавшего. Сбор медицинской аптечки для группы.

3.7 Питание в походе

Теория: Меню. Раскладка. Перекус. Приготовление пищи на костре. Значение правильного питания в походе. Упаковка и хранение продуктов. Основные требования к продуктам, взятым в поход. Как составить меню, как сохранить продукты.

Практическое занятие: Приготовление чая на костре. Составление меню для многодневного похода.

3.8 Составление отчета о походе

Теория: Отчет о походе. Содержание отчета. Как составить описание пути движения. Правила оформления отчета о походе.

Практическое занятие: Описание пути движения. Оформление отчета о походе.

3.9 Походы

Практическое занятие: Совершение пешеходных походов по территории родного края.

4. СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ

4.1 Краткие сведения о спортивном ориентировании

Теория: Что такое ориентирование. Ориентирование как вид спорта. Виды ориентирования. История развития. Виды спортивного ориентирования.

4.2 Топографическая подготовка

Теория: Топографическая карта. Условные знаки. Масштаб. Отличия топографической карты от спортивной. Отличия обозначений условных знаков.

Практическое занятие: Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба.

4.3 Виды и правила соревнований по спортивному ориентированию

Заданный маршрут, ориентирование по выбору, маркированный маршрут. Правила соревнований. Принцип отметки.

Практическое занятие: Тренировка умения делать отметки согласно правилам соревнований.

4.4 План. Карта

Теория: Виды карт и их назначение. Измерение расстояний по карте. Спортивные карты. Масштабы спортивных карт.

Практическое занятие: Определение расстояния по карте, использование масштаба, распознавание карты.

4.5 Компас.

Теория: Методы определения сторон горизонта. Устройство компаса. Как правильно пользоваться компасом? Взятие азимута на ориентир.

Практическое занятие: Определение сторон горизонта, пользование компасом. Взятие азимута на ориентир.

4.6 Условные знаки

Теория: Условные знаки спортивных карт. Классификация условных знаков: масштабные, внес масштабные, линейные, точечные, площадные.

Практическое занятие: Обозначение объектов местности условными знаками.

4.7 Тактико-техническая подготовка

Теория: Основные сведения о тактико-технической подготовке и их значения для роста спортивного мастерства. Значение данных видов подготовки для роста результатов.

Практическое занятие: Упражнения по тактико-технической подготовке.

4.8 Азимут. Движение по азимуту

Теория: Понятие азимута. Азимут на ориентир. Движение по азимуту.

Практическое занятие: Определение азимута на ориентир, азимут по карте. Движение по азимуту.

4.9 Чтение карты

Теория: Воспроизведение карты и сличение с местностью.

Практическое занятие: Сличение карты с местностью и, наоборот, на основании карты, изобразить местность.

4.10 Полигоны по спортивному ориентированию

Практическое занятие: Прохождение учебных дистанций разного вида.

4.11 Соревнования по спортивному ориентированию

Виды соревнований по спортивному ориентированию.

Практическое занятие: Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию по школы, учреждения дополнительного образования, района в качестве участников.

5. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

5.1 Общеразвивающие упражнения, специальные беговые упражнения.

Теория: Походный шаг. Переход с бега на шаг и с шага на бег; Ходьба на пятках, носках, на внешней и внутренней сторонах стоп, в приседе, в полу приседе, выпадами, приставными и с крестным шагом. Бег вперед, назад, влево, вправо, высоко поднимая колени и т. д.; Упражнения для рук и плечевого пояса, для ног, шеи, туловища.

5.5 Тестирование

Практическое занятие: Сдача нормативов.

5.6 Специальная туристская подготовка.

6. КРАЕВЕДЕНИЕ

Теория: Основные сведения об Истории Тульского края и города Алексин, школы, Природа моего края, лекарственные растения, Родословие.

Практическое занятие: Квест «Знатоки природы Тульского края», Экскурсия в Тульской областной краеведческий музей.

7. ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ

Теория: тестирование, анализ результатов аттестации.

Практическое занятие: Промежуточная аттестация (контрольное задание).

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Календарный учебный график

Продолжительность учебного года	с 01.09. по 31.05
Количество учебных недель и дней в учебном году	36 недель (252 дня)
Режим работы (в соответствии с дополнительной)	2 раза в неделю по 2-4 часа

<i>общеобразовательной программой)</i>	
Выходные дни	Праздничные дни, установленные законодательством РФ и свободные дни, в которые не проводятся занятия согласно индивидуального графика работы
Каникулы	Летние – с 01.06. по 31.08

2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

- Кабинет, оборудованный столами и стульями и шкапами для теоретических занятий.

- Спортивный зал для практических занятий и занятий общефизической подготовкой, на одной из стен, лучше при входе в зал, необходимо разместить информационный стенд.

Кроме того, в зале должны быть план эвакуации на случай пожара, инструкция по технике безопасности, набор индивидуальной защиты от пожара, аптечка с набором материалов от ушибов или других травм. Аптечка и средства защиты должны храниться строго в закрывающемся шкафчике или сейфе, во время похода и занятий на местности аптечка должна быть у педагога.

Туристическое снаряжение

Снаряжение в используемое туристском походе подбирается с учетом маршрута и времени проведения похода и делится на личное, групповое и специальное.

Личное снаряжение – это прежде всего хороший рюкзак, спальный мешок носильные вещи и предметы личной гигиены и личного пользования.

Групповое снаряжение – это палатки, костровые принадлежности, котлы, картографические материалы, байдарки и другие предметы коллективного пользования.

Специальное снаряжение – это предметы и личного и группового снаряжения, используемые в специальных целях или вызвана спецификой похода. Это могут быть спасательные жилеты в водном походе; ледорубы и веревки в горном походе и т.д.

Кадровое обеспечение программы: программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным требованиям.

3. Формы аттестации (контроля)

Программой предусмотрено проведение входного контроля, текущего контроля успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся.

Входной контроль осуществляется в начале учебного процесса, направлен на выявление знаний, умений и навыков обучающихся. Он позволяет определить наличный (исходный) уровень знаний и умений, чтобы использовать его как фундамент, ориентироваться на допустимую сложность учебного материала. Входной контроль необходим для сравнения исходного начального уровня обученности с конечным (достигнутым), анализа динамики и эффективности дидактического процесса. Позволяет оценить уровень приобретенных знаний, степень сформированности умений и навыков.

Текущий контроль успеваемости обучающихся осуществляется педагогом дополнительного образования и проводится с целью установления уровня теоретических знаний и практических умений по темам (разделам) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Промежуточная аттестация обучающихся оценивает качество усвоения обучающимися содержания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

программы по окончании каждого года обучения. Промежуточная аттестация обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе проводится педагогом дополнительного образования один раз в конце учебного года и в обязательном порядке включает определение высокого, среднего или низкого уровня обученности (проверка теоретических знаний, практических умений и навыков) и личностного развития.

Результаты участия (победитель, призер) обучающихся Учреждения в очных мероприятиях регионального, всероссийского и международного уровня, а также результаты получения (повышения) обучающимися спортивного разряда в текущем учебном году, могут быть засчитаны, как промежуточная аттестация

Результаты промежуточной аттестации фиксируются в протоколе промежуточной аттестации обучающихся, который является одним из отчетных документов педагога дополнительного образования.

Форма подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы: промежуточная аттестация (итоговое занятие, зачёт, тестирование, опрос), результативность участия в соревнованиях различного уровня.

Способы проверки ЗУН: входящий, текущий, итоговый контроль (наблюдение, беседа, опрос, тестирование, контрольные теоретические и практические задания мини-соревнования и контрольные упражнения по туризму и ориентированию, тестирование уровня физического развития и сдача контрольных нормативов).

Формы диагностики по каждой теме

№ п. п	Наименование раздела	Формы подведения
1.	Введение	Наблюдение, собеседование
2.	Специальная туристская подготовка	Результативность, наблюдение, анкетирование, собеседование, мониторинг, обсуждение типовых ситуаций, самовыражения воспитанников
3.	Подготовка к походу. Турбыт.	Наблюдение, собеседование, анкетирование, обсуждение типовых ситуаций, педагогические поручения, самовыражения воспитанников
4.	Специальная подготовка по спортивному ориентированию	Результативность, наблюдение, анкетирование, собеседование, мониторинг, обсуждение типовых ситуаций, игры на местности, самовыражения воспитанников
5.	Общая физическая подготовка	Анкетирование, наблюдение, результативность, игры на местности, результативность

Формы подведения итогов и результатов по каждой теме

№ п. п	Наименование раздела	Формы подведения
1.	Введение	
2.	Специальная туристская подготовка	Спортивные туристские соревнования
3.	Подготовка к походу. Турбыт.	Туристские походы

4.	Специальная подготовка по спортивному ориентированию	Соревнования по спортивному ориентированию
5.	Общая физическая подготовка	Спортивные и туристские соревнования

4. Оценочные материалы

Критерии оценки знаний, умений, навыков обучающихся

Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

На основании итогов учащиеся распределяются по уровню освоения дополнительных общеразвивающих программ на три уровня: высокий, средний, низкий.

По результатам спортивных мероприятий: высокий (победители, призеры, а также не ниже 10 места на выездных соревнованиях различного уровня), средний (участники выездных соревнований различного уровня), низкий (участники внутри коллективных соревнований).

По результатам теоретической проверки (тесты, задания на карточках): высокий (более 80 % правильных ответов), средний (50 – 80 % правильных ответов), низкий (менее 50 % правильных ответов).

По результатам оценки практических навыков: высокий (самостоятельное выполнение практического задания), средний (выполнение практического задания с подсказками, помощью), низкий (неполное выполнение практического задания).

Распределение по уровню возможно по одному из видов контроля усвоения программы. (Приложение 1)

5. Методическое обеспечение программы

История детско-юношеского туризма в России подтверждает эффективность использования различных формы туристско-краеведческой деятельности с целью развития интеллекта, укрепления здоровья, развития коммуникативных способностей учащихся. Туристские слеты и соревнования предоставляют детям возможность свободного общения со сверстниками, приобретению навыков самостоятельной деятельности, способствуют изучению Родины.

Успешное освоение программы позволяет обеспечить адаптацию ребенка к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни; дает проориентационные знания по профессиям спасателя, пожарного, высотника, что может стать определяющим в выборе обучающимся своей будущей профессии. Кроме того, обучение по данной программе готовит юношей к успешному прохождению службы в рядах вооруженных сил России.

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть, в процессе которой, в основном происходит освоение программного материала. Каждое учебное занятие является звеном системы занятий, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом. Важнейшим требованием современного учебного занятия является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся. Нужно проводить занятия с учетом их состояния здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств. Содержание программы основывается на следующих основных педагогических принципах образования: демократизации, гуманизации, детоцентризма, природосообразности, культуросообразности, педагогики сотрудничества, дифференциации и индивидуализации.

В зависимости от поставленных педагогических задач, занятия могут быть:

- вводное (введение в предмет, постановка учебных цели и задач, инструктаж по ТБ)
- занятия – изучение нового материала;

- занятия – повторение, направленные на закрепление, ранее освоенных навыков;
- комбинированное (сочетающее изучение, повторение, совершенствование ранее освоенных упражнений) – имеют наибольшее распространение в процессе обучения, - контрольное занятие - проводятся после прохождения части программного материала;
- соревнование, поход, экскурсия и т.д.

Основные принципы построения учебного занятия:

- постепенность в развитии природных данных обучающихся;
- строгая последовательность в изучении и овладении танцевальной лексикой и техническими приемами;
- систематичность, регулярность занятий; целенаправленность учебного процесса;
- проявление педагогической гибкости по отношению к обучающимся;
- принцип эмоционально - психологической комфортности; обеспечивающей снятие, по возможности, всех стрессообразующих факторов учебного процесса);
- принцип деятельности (новое знание вводится не в готовом виде, а через самостоятельное открытие);
- принцип интеграции разных видов деятельности (хореографии, музыки, спорта);
- принцип взаимосвязи и взаимопроникновения программных разделов;
- принцип совместной деятельности педагога, обучающегося и родителей
- принцип учета индивидуальных особенностей обучающихся.

Основные методы, используемые в учебно-воспитательном процессе.

1. Демонстрационные: показ; пример; видеоиллюстрация.
2. Вербальные: объяснение; беседа; рассказ; анализ; инструктаж.
3. Практические: упражнение; игра; творческая импровизация; взаимоконтроль; самоконтроль;
4. Стимулирующие: соревнование; конкурс; поощрение, показательные выступления

Структура учебного занятия

Занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной, заключительной.

Подготовительная часть занятия выполняет служебную функцию, так как обеспечивает лишь создание предпосылок для основной учебно-воспитательной работы. Содержание подготовительной части зависит от исходного состояния воспитанников. Эта часть имеет тем большее значение, чем выше степень сложности, интенсивности и травмоопасности предстоящей основной двигательной деятельности. Граница между подготовительной и основной частью занятия условна, поскольку первая как бы переходит во вторую.

Основная часть занятия выполняет главную функцию, так как именно в ней решаются все категории задач. Задачи, и содержание основной части изменяются в широких пределах в зависимости от подготовленности занимающихся, их возраста, пола и физического состояния в данный момент. Структура основной части бывает однородной или комплексной (комбинированной). Однородная структура типична для занятий, где все направленно на реализацию одной главной задачи (разучивание сложного двигательного упражнения или развивающие воздействие на определенные функции организма).

Комплексная структура типична для занятий, в которых решаются в качестве основных несовпадающие задачи. Почти всегда эти задачи решаются в определенной последовательности: обучение технике, развитие скорости, развитие силы, развитие выносливости.

Заключительная часть занятия выполняет функцию организации завершения учебно-воспитательного процесса.

Основная задача заключительной части – постепенное снижение нагрузки, приведение организма к состоянию, близкое к норме. Это достигается постепенным уменьшением интенсивности выполняемых действий, переключением на действия, дающие эффект активного отдыха, использованием дыхательных, релаксационных и других упражнений, способствующих активизации восстановительных процессов. Эти

упражнения имеют и профилактическое значение, поскольку предупреждают функциональные нарушения, которые могут возникать, особенно у малотренированных людей, в случае резкого прекращения двигательной деятельности. Вместе с тем в заключительной части важно подвести итоги занятия, определить насколько удалось решить намеченные задачи, и сориентировать обучающихся на очередные цели. Формы проведения занятий зависят от сложности изучаемой темы, уровня подготовки обучающихся. Это - рассказ, беседа, игра, лекция, практическое занятие, вечер, творческий отчёт о походе, тренировки и др.

Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных пособий, использованием новейших методик. Основными методическими принципами, реализуемыми в программе являются:

- Широкая мотивация – путём опоры на значимые мотивы, создание долговременной программы;
- Повышение информативности – за счёт совмещения в одном занятии различных тем;
- Приобретение нового личностного опыта: специальная работа по созданию условий для его получения в походах, экскурсиях, тренировках;
- Использование групповых факторов для облегчения индивидуальных усилий в освоении новых способов деятельности, знаний и т.д.

Обязательным условием программы является практическое участие обучающихся в подготовке и проведении соревнований, обучении младших школьников. Для проведения занятий предусматривается привлечение опытных судей, инструкторов, спасателей, спортсменов и др. специалистов.

По результатам совершённого похода готовится отчёт на основании современных правил и требований. После каждого года обучения за рамками учебных часов планируется проведение зачётного похода, многодневного туристского мероприятия: похода, слёта, соревнования, что является своеобразным итогом работы объединения.

III. Список литературы **ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПЕДАГОГА**

1. Бардин К.В. Азбука туризма. - М., Просвещение, 1981.
2. Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. - М., Издательский дом «Вокруг света», 1994.
3. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. - М., ЦДЮТур МО РФ, 1995
4. Коструб А.Л. Медицинский справочник туриста. - М., Профиздат, 1997.
5. Кошельков С.Л. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. - М., ЦДЮТур МО РФ, 1997.
6. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии, - М., ЦДЮТур МОПО РФ, 1997.
7. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. -М., Профиздат, 1987.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Маслова А.Г. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности». - М., Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000.
2. Нурмиаа В. Спортивное ориентирование. - М., ФСО РФ, 1997.
3. Огородников В.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. - М., ФиС, 1989.

№ п/п	Направление воспитательной работы	Название мероприятия	Задачи мероприятия	Сроки выполнения
1	Духовно-нравственное	Подготовка поздравлений ко Дню пожилого человека «Будьте счастливы!»	формирует ценностные представления о морали, об основных понятиях этики (добро и зло, истина и ложь, смысл жизни, справедливость, милосердие, проблеме нравственного выбора, достоинство, любовь и др.), о духовных ценностях народов России, об уважительном отношении к традициям, культуре и языку своего народа и др. народов России.	октябрь
2		Познавательная беседа ко Дню толерантности «Учимся быть вместе»		октябрь
3		Подготовка поздравлений ко Дню матери		ноябрь
4		Новогодние посиделки в кругу друзей «Новогодние чудеса»		декабрь
5		Час духовности «Рождественская звезда»		январь
6	Гражданско-патриотическое	Урок памяти, посвященный Дню солидарности в борьбе с терроризмом «Не забудем никогда»	формирование патриотических, ценностных представлений о любви к Отчизне, народам Российской Федерации, к своей малой родине, формирование представлений о ценностях культурно-исторического наследия России, уважительного отношения к национальным героям и культурным представлениям русского народа.	сентябрь
7		Тематическая беседа, посвященная Дню Народного единства		ноябрь
8		Познавательное занятие «Правовая культура для детей»		декабрь
9		Участие в мероприятии, посвященном Дню защитника отечества		февраль
10		Викторина		апрель

		«Космос – это космос!»		
11		Урок памяти, посвещенный Дню Победы		май
12	Здоровье сберегающее	Игра-путешествие «Путь в страну Здоровье»	формирование культуры здорового образа жизни	сентябрь
13		Познавательная игровая программа «Азбука здоровья» по формированию ЗОЖ		январь
14		Беседа «Не будь зависимым!»		апрель

Приложение 2

Диагностический инструментарий

Тестирование туристских знаний, умений и навыков, для группы 1 года обучения средствами этапов без физической нагрузки.

В учебной аудитории организуется 6 станций, на каждой из которых судья оценивает уровень подготовленности школьника по пятибалльной системе. Контрольное время – 30 мин. По истечении контрольного времени тест считается не выполненным. По итогам прохождения всех станций баллы суммируются, определяется общий уровень знаний занимающегося.

Тесты и критерии оценки:

№	Наименование станции	Тест	Критерии оценки
1	Стороны горизонта	Определение сторон горизонта по местным признакам. На станции макеты объектов: - мох с одной стороны дерева - карта звездного неба - солнце и часы - ширина годовых колец - форма и расположение муравейника	За правильное выполнение каждого задания начисляется 1 балл.
2	Лекарственные растения.	Показать и назвать лекарственные растения. - крапива двудомная - облепиха кувшиновидная - черемуха обыкновенная - черника обыкновенная - шалфей лекарственный Необходимо выбрать заданные растения из имеющихся.	За правильное определение каждого растения начисляется 1 балл.
3	Костер	Необходимо сложить и назвать 5 различных видов костров из	За каждый правильно сложенный костер

		дров, имеющихся на станции	начисляется по 1 баллу.
4	Топография	Назвать изображенный топографический знак, общее число знаков – 5.	За каждый верный ответ начисляется по 1 баллу.
5	Туристские узлы	Необходимо связать 5 любых из предложенных узлов: «восьмерка», «двойная восьмерка», «прямой», «булинь», «узел среднего», «узел Пруссика».	За каждый верный ответ начисляется по 1 баллу.
6	Снаряжение	Назвать применение предметов в туристской деятельности. На станции находятся 10 предметов (палатка, спички, туристская веревка, тент, таганок, котел, жумар, карабин, альпеншток, курвиметр). Из них необходимо выбрать 5 и описать применение в туристской деятельности.	За каждый верный ответ начисляется по 1 баллу.
Определение уровня туристских знаний, умений и навыков школьников 7 – 10		Критерии оценки: 28 - 30 баллов – высокий уровень 24 – 27 баллов – средний уровень 18 – 23 балла – удовлетворительный уровень Менее 18 баллов – низкий уровень. Тест считается не выполненным, если превышено контрольное время 30 мин.	