

Министерство образования Псковской области
Государственное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования Псковской области
«ЛИДЕР»

ПРИНЯТА
на заседании малого педагогического
совета

Протокол от «28» августа 2026 г. № 1



УТВЕРЖДАЮ
Врио директора ГАОУ ДО «Лидер»
С.В. Сергеева

_____ 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Школа путешественников»

Направленность: туристско-краеведческая
Возраст обучающихся: 12-17 лет
Срок освоения: 228 часов
Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Фомина Екатерина Николаевна,
педагог дополнительного образования

г. Псков

2026

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

Наименование образовательного учреждения	Государственное автономное образовательное учреждение дополнительного образования Псковской области «Лидер», г. Псков
Наименование программы:	«Школа путешественников»
Цель программы:	Формирование готовности обучающихся 12–17 лет к безопасному участию в пешеходных походах через освоение базовых навыков туризма и бережного отношения к природе.
Направленность:	туристско-краеведческая
Уровень программы:	стартовый (1 год обучения).
Формат обучения:	очная
Срок освоения программы:	228 часов (6 часов в неделю по расписанию) = 38 недель
Возраст обучающихся:	12-17 лет
Количество обучающихся в группе:	20 детей
Описание программы:	программа «Школа путешественников» для детей 12-17 лет представляет собой комплексный курс по пешеходному туризму, сочетающий теоретические занятия и практические выходы на природу, направленный на освоение базовых туристских навыков (ориентирование, техника безопасности, организация походов), изучение природного и культурного наследия родного края, развитие экологического сознания и формирование ценностей здорового образа жизни через игровые формы обучения и творческие задания.
Особенности реализации программы:	Особенности включают практико-ориентированный подход с организацией ежеквартальных учебных походов выходного дня, соревнований, интеграцию со школьными предметами через метапредметные связи, систему наставничества (старшие участники помогают младшим), а также применение цифровых инструментов (мобильные приложения для ориентирования, поэтапном повышении сложности маршрутов в соответствии с возрастными возможностями участников.

1. 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ:

1.1 Пояснительная записка

Нормативная база разработки и реализации дополнительных общеобразовательных программ. Дополнительная общеобразовательная, общеразвивающая программа «Школа путешественников» реализуется в рамках туристско-краеведческой направленности, ориентирована на формирование у обучающихся компетенции в сфере туризма, краеведения, ведения здорового и безопасного образа жизни; патриотическое и гражданское воспитание обучающихся, а также формирование компетенций по перспективным профессиям в сфере туризма, краеведения и безопасности жизнедеятельности.

Данная программа разработана согласно требованиям:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ.
2. Приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
5. Приказ Минпросвещения России от 05.08.2020 № 882/391 (ред. от 22.02.2023) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (есть изменения на 22.02.2023)
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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» // Статья VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.
67. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
8. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
9. Письмо Минобрнауки РФ от 28.08.2015 №АК-2563/05 «О методических рекомендациях»
10. Письмо Министерства Просвещения РФ от 29.09. 2023 N АБ-3935/06 «О методических рекомендациях».
11. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. №3081-р;
12. Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. №3894-р;

1.1.1. Направленность программы

Программа имеет туристско-краеведческую направленность.

1.1.2. Адресат программы

Адресат программы. Программа адресована детям и подросткам 12–17 лет, сформированным в разновозрастные группы до 20 человек. Она ориентирована на начинающих туристов без специальной подготовки, а также на детей, проявляющих интерес

к природе, истории и активному образу жизни. Особое внимание уделяется социализации детей через коллективную деятельность, включая участников из малообеспеченных, многодетных семей и трудной жизненной ситуации. Программа адаптирована для детей основной группы здоровья. Для участников с ограничениями по здоровью предусмотрены индивидуальные маршруты: сокращение дистанций, исключение ночёвок, замена интенсивных активностей на альтернативные задания. Однако программа не предназначена для детей с тяжёлыми заболеваниями (сердечно-сосудистые патологии, опорно-двигательные нарушения), требующими постоянного медицинского контроля.

1.1.3. Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена необходимостью решения современных проблем детского развития: гиподинамией и цифровой зависимости через активный туризм, дефицита практико-ориентированного образования и живого социального взаимодействия, а также растущего запроса на формирование экологического сознания и патриотизма. Программа интегрирует физическое оздоровление, социализацию в группе, прикладное применение школьных знаний (география, биология, ОБЖ), предлагая комплексный ответ на вызовы цифровой эпохи через освоение родного края и формирование навыков XXI века. Программа отвечает запросам общества, системы образования и современных детей, обеспечивая комплексное развитие личности через туристско-краеведческую деятельность.

1.1.4. Уровень освоения программы

Уровень освоения. Базовый. Для детей, не имеющих начальные знания и желающих получить системную подготовку

1.1.5. Срок освоения программы

Программа реализуется в течение учебного года с общим объёмом 228 академических часов: 80 часов теории (изучение основ туризма, краеведения, безопасности) и 148 часов практики (тренировки на местности, подготовка к учебным походам, соревнованиям), с учётом сезонности - осенне-весенние походы и зимние теоретические модули, завершаясь итоговым мероприятием.

1.1.6. Режим занятий и особенности реализации программы.

Данная программа рассчитана на 1 год обучения. Она реализуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

В день (по расписанию): 1 час теории в кабинете + 2 часа практических и теоретических занятий в спортивном зале/на стадионе/парке. Занятия продолжительностью 40 минут с перерывами 10 минут.

1.1.7. Формы обучения и виды занятий

Форма обучения — очная, с использованием ресурсов электронного обучения, при необходимости использование дистанционных технологий.

Основной формой обучения являются теоретические, практические и комбинированные занятия. Использование элементов игры значительно повышает эффект развития специальных физических качеств.

Обучение в объединении очное, групповое.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы: формирование готовности обучающихся 12–17 лет к безопасному участию в пешеходных походах через освоение базовых навыков туризма и бережного отношения к природе.

Задачи программы. Задачей дополнительных общеобразовательных программ, в первую очередь, является обеспечение развития и воспитания детей, их жизненное и профессиональное самоопределение.

Развивающие задачи: расширение и углубление знаний обучающихся, дополняющих общеобразовательную программу по географии, экологии, ОБЖ, физической подготовке; расширение и углубление знаний обучающихся по истории родного края и области.

Обучающие задачи: приобретение умений и навыков в работе с картой и компасом; приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи; обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

Воспитательные задачи: содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей; формирование жизненной самостоятельности и волевых качеств; формирование гуманного отношения к окружающей среде; выработка организаторских навыков, умение вести себя в коллективе.

Физическое совершенствование - развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями.

1.3. Планируемый результат обучения

Личностные результаты:

- 1) ответственное отношение к обучению по программе «Школа путешественников», готовность и способность к саморазвитию и самообразованию;
- 2) знание социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; Метапредметные результаты:

Коммуникативные:

- 1) умение конструктивно взаимодействовать со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми, а также приобретение опыта предупреждения и разрешения конфликтов;
- 2) умение организовывать совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- 3) умение работать индивидуально и в группе, находить общее решение и разрешать конфликты.

Регулятивные:

- 4) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности;
- 5) умение выбирать и принимать адекватные стоящей задаче средства её решения, в том числе и в ситуациях неопределённости;
- 6) умение контролировать результат выполнения поставленной учебной задачи и собственные возможности её решения;

Познавательные:

- 7) умение систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию при подготовке, проведении и по завершении туристско-краеведческих мероприятий;
- 8) умение определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;

Предметные результаты:

- 1) В результате освоения программы обучающиеся должны
 - знать/понимать:
 - правила поведения и технику безопасности в туристском походе;
 - способы и правила организации туристского быта в полевых условиях;
 - перечень группового и личного снаряжения, правила ухода за ним;
 - основы топографии и ориентирования;
 - туристские узлы;
 - условные знаки топографических карт;
 - основные приёмы оказания первой помощи,
 - правила соревнований по спортивному туризму и ориентированию.
 - уметь:**
 - уметь одеваться, обуваться и снаряжаться для похода в зависимости от сезона, длительности похода и способа передвижения;

- выполнять все должностные обязанности в период подготовки и проведения степенного похода;
- ориентироваться на незнакомой местности при помощи карты, компаса, по местным признакам, солнцу, часам;
- делать пешие переходы с грузом, преодолевать естественные препятствия в пути;
- вязать основные узлы, применяемые в туризме;
- выбирать место для привала, оборудовать его для ночлега, ставить палатку, разводить костёр, готовить на нём пищу;
- определять тактику похода, выполнять технику движения;
- выполнять простые краеведческие задания на маршруте, изучать краеведческие объекты;
- уважительно и бережно относиться к природе, уметь предсказать ухудшение или улучшение погоды;
- владеть элементами выживания, условиями автономного существования, выполнять меры безопасности в степенных походах;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

1.4. Формы аттестации

Виды контроля	Сроки проведения	Форма аттестации
Вводный	Октябрь	Тесты
Промежуточный	Декабрь	Сдача нормативов Тесты
Итоговый	Май - июнь	Сдача нормативов Тесты

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

2.1. Учебный план программы

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1. Туристская подготовка (в избранном виде туризма)				
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж.	3	3	-
1.2.	Особенности других видов туризма	9	5	4
1.3.	Личное и групповое туристское снаряжение	12	4	8
1.4.	Организация туристского быта, привалы и ночлеги	12	4	8
1.5.	Питание в туристском походе	12	4	8
1.6.	Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе	15	5	10
1.7.	Практическое применение навыков.	12	4	8
		75	29	46
2. Топография и ориентирование – Основа специальной подготовки туриста-проводника				
2.1.	Топографическая и спортивная карты	24	8	16
2.2.	Изображение горного рельефа на карте	9	3	6
2.3.	Ориентирование в сложных условиях	9	3	6
2.4.	Действия проводника в случае потери ориентировки	9	3	6
2.5.	Практическое применение навыков	15	5	10
		66	22	44
3. Краеведение				

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
3.1.	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	6	2	4
3.2.	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	3	1	2
		9	3	6
4. Обеспечение безопасности				
4.1.	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	6	2	4
4.2.	Техника безопасности при проведении туристских мероприятий	6	2	4
4.3.	Основные приемы по оказанию первой доврачебной помощи, транспортировка пострадавшего	9	3	6
		21	7	14
5. Общая и специальная физическая подготовка				
5.1.	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм	9	3	6
5.2.	Общая физическая подготовка	18	6	12
5.3.	Специальная физическая подготовка	18	6	12
		45	15	30
6. Итоговая аттестация				
6.1.	Итоговая аттестация. Сдача нормативов.	3	1	2
6.2.	Подведение итогов года. Вручение сертификатов.	3	3	-
6.3.	Практическое применение навыков. Участие в УТС	6	-	6
		12	4	8
ИТОГО за период обучения:		228	80	148

2.2. Содержание учебного плана.

1. Туристская подготовка

1.1. Вводное занятие. Инструктаж.

Инструктаж по технике безопасности на занятиях, на тренировках, в походах, на соревнованиях.

1.2. Особенности других видов туризма.

У каждого вида туризма есть свои особенности, которые определяют цели поездки, формат активности, требования к подготовке и организации. Каждый из видов имеет свои особенности, которые определяют его привлекательность для разных групп туристов и требования к организации.

1.3. Личное и групповое туристское снаряжение

Особенности личного и группового снаряжения в избранном виде туризма. Общие Работа с примусом, с малогабаритной печкой. Использование страховочного снаряжения. Использование радиосвязи. Изготовление, усовершенствование и ремонт личного и группового снаряжения.

1.4. Организация туристского быта, привалы и ночлеги

Особенности организации туристского быта, привалов и ночлегов в избранном виде туризма в зависимости от времени года, метеоусловий, района путешествия.

Организация ночлега в населенном пункте: наличие предварительной договоренности, место для ночлега, организация питания, сушки личного и группового снаряжения, взаимоотношения с местными жителями.

Особенности бивака на дневке, полудневке, организация туристской бани, стирка и сушка одежды, ремонт личного и группового снаряжения.

Организация быта в туристском лагере, на слете, соревнованиях. Строительство простейших сооружений: туалетов, столов и навесов, мостков для подхода к воде, мытья посуды и др.

Практические занятия

Выбор места привала, развертывание и свертывание лагеря. Установка палаток в различных условиях. Заготовка дров — работа с пилой и топором. Организация бивака на дневке. Устройство лагеря на слете, соревнованиях, строительство простейших сооружений.

1.5. Питание в туристском походе

Особенности организации питания в избранном виде туризма. Расчет калорийности дневного рациона. Способы увеличения калорийности в категорийном походе. «Карманное» питание. Витамины. Использование сушеных и сублимированных продуктов, высококалорийных питательных смесей.

Зависимость меню от сложности похода и метеоусловий. Простейшие способы очистки и обеззараживания воды. Возможности пополнения продуктов питания в пути. Рыбалка, сбор грибов, ягод.

Организация питания при переезде по железной дороге. Особенности организации питания в населенном пункте (учреждения общепита, кухни, столовые образовательных учреждений, применение кипятильников, электронагревательных приборов). Организация питания судей на туристских соревнованиях.

Практические занятия

Очистка и обеззараживание воды. Организация питания в пути, в населенных пунктах. Приготовление пищи на костре.

1.6. Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе

Переправы через реки. Характеристика равнинных и горных рек. Опасности, возникающие при организации переправ. Определение возможности и способа организации переправы на выбранном участке. Переправа по кладям, бревнам, камням.

Использование переправы по веревке с перилами, навесной переправы.

Движение по снежникам. Оценка состояния снежного покрова. Выбор времени дня для прохождения снежного участка и выбор безопасного пути передвижения. Способы движения: «в лоб», траверсирование, глиссирование. Страховка альпенштоком или ледорубом, выбивание ступенек, положение корпуса при движении, темп, интервал, использование веревочных перил для страховки.

Организация страховки при организации переправ и движении по снежникам.

Практические занятия

Отработка техники движения и преодоления препятствий. Организация наведения переправ.

1.7. Практическое применение навыков

Практические занятия: ремонт туристского инвентаря и снаряжения. Подготовка экспонатов для передачи в школьный музей, предметные кабинеты. Проведение отчетного вечера или выставки по итогам похода, выпуск газеты.

2. Топография и ориентирование – основа специальной подготовки туриста-проводника

2.1. Топографическая и спортивная карта

Виды топографических карт и основные сведения о них. Определение масштаба карты при отсутствии данных. Старение карты, ее генерализация. Чтение карты и составление схем и кроки. Копирование карт и схем. Прокладка и описание маршрута.

Спортивная карта, ее масштаб, условные знаки. Старение карт, изменения, происходящие на местности. Карты с различными формами рельефа. Особенности спортивной карты для зимнего ориентирования.

Практические занятия

Планирование маршрута похода на топографической карте. Копирование карт и схем. Составление схем и кроки. Занятия на местности со спортивными картами разных масштабов. Упражнения на участках карты с отсутствием элементов местности, снятием дорожной сети, рельефа. Игры и упражнения на местности с использованием спортивных карт.

2.2. Изображение горного рельефа на карте

Характеристика местности по рельефу, изображение на топографической карте. Абсолютная и относительная высота точек местности. Отметки высот. Способы изображения рельефа на картах.

Способ горизонталей. Понятие о горизонтали, бергштрихах, высоте сечений рельефа. Подписи горизонталей. Крутизна склонов и заложение. Искажение длины наклонных линий на топографической карте. Микрорельеф. Полугоризонталы и вспомогательные горизонталы. Определение отметок точек. Выражение в горизонталях основных форм горного рельефа. Особые знаки, относящиеся к рельефу, цифровые характеристики рельефа. Построение профиля маршрута. Понятие о генерализации.

Практические занятия.

Коллективное и индивидуальное чтение топографических карт горных районов. Упражнения с топографическими картами. Копирование участков карт. Построение профиля по заданному на карте маршруту. Построение различных форм рельефа из песка, глины, пластилина.

2.3. Ориентирование в сложных условиях

Особенности ориентирования в сложном походе. Предварительный подбор картографического материала, изучение маршрута. Ориентирование на участках при отсутствии крупномасштабных карт. Разведка, маркировка пути движения. Движение при потере видимости. Глазомер в горах. Оценка пройденного пути по времени движения.

Практические занятия

Прохождение маршрута с использованием крупномасштабных карт, азимутальных участков, участков с измерением пройденного расстояния.

2.4. Действия проводника в случае потери ориентировки

Особенности и сложности ориентирования в тундре, тайге, пустыне, горной местности. Особенности ориентирования в ночное время. Основные сложности ориентирования при плохих погодных условиях: дождь, снег, туман.

Качественные характеристики компасов, их выбор для работы, универсальность спортивных жидкостных компасов. Приборы для измерения расстояний – шагомер, дальномеры, использование часов для фиксирования пройденного расстояния по времени.

Основные причины потери ориентировки и возникновения аварийных ситуаций в походе: некачественный картографический материал, неумение ориентироваться, ослабление внимания на простых участках маршрута, уход на параллельную ситуацию и др.

Действия проводника в случае потери ориентировки: остановка группы, анализ пути движения, разведка-поиск, отход к месту предыдущей стоянки. Способы определения точек стояния на карте (привязка).

Практические занятия

Работа с картами различных масштабов; отыскание на картах сходных ситуаций, определение способов привязки, позволяющих отличить одну ситуацию от сходной с ней. Упражнения на местности, способствующие восстановлению ориентировки. Движение в походе в условиях плохой видимости, на участках местности с различной проходимостью, заселенностью, с использованием карт разного масштаба и разной степенью генерализации

2.5. Практическое применение навыков

Содержание соревнований, их командный характер. Длина дистанции, количество этапов. Участники соревнований. Организация старта и финиша. Судейская коллегия данного вида соревнований, обязанности судей. Полигон, построение дистанции. Порядок определения результатов соревнований. Картографическое обеспечение соревнований.

Подготовка и оборудование, организация судейства отдельных этапов. Необходимая документация. Обеспечение безопасности при проведении соревнований: проверка инвентаря и снаряжения, медицинской аптечки, информирование команд о границах полигона и действиях в случае создания аварийной ситуации.

Практические занятия Участие в разработке условий проведения соревнований. Выбор полигона, разработка маршрута на карте и на местности, оборудование этапов. Подготовка документации. Участие в судействе соревнований в составе различных бригад.

3. Краеведение

3.1. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев

Общегеографическая характеристика родного края. Рельеф, гидрография, растительность, климат, их влияние на возможность занятия туризмом. Характеристика промышленности, сельского хозяйства, транспорта, дорожной сети. Население края, его национальный состав.

История края, события, происходившие на его территории. Знаменитые земляки, их роль в истории края. История своего населенного пункта. История своей школы, ее выпускники.

Наиболее интересные места края для проведения походов. Памятники истории и культуры. Природные и другие интересные объекты, их месторасположение и порядок посещения. Краеведческие народные и школьные музеи. Экскурсии на промышленные и сельскохозяйственные предприятия, другие объекты народного хозяйства.

Литература о родном крае.

Практические занятия

Работа со справочной литературой и картографическим материалом по родному краю. Встречи с представителями науки, культуры, промышленности, сельского хозяйства своего населенного пункта. Участие в создании летописи своего населенного пункта, родной школы. Походы и экскурсии по памятным местам. Посещение музеев.

3.2. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры

Техника выполнения краеведческих наблюдений и их фиксация: составление описаний, запись воспоминаний очевидцев событий, сбор образцов для коллекций, видео– и фотосъемка, зарисовки в походе, составление схем участков маршрута, уточнение карты маршрута, метеорологические наблюдения.

Сбор материалов для школьного музея, предметных кабинетов.

Работа среди местного населения: концерты туристской самодеятельности, помощь сельским школам, одиноким и престарелым жителям.

Составление отчетов о проведенных походах и путешествиях.

Практические занятия

Проведение краеведческих наблюдений. Сбор материалов для школьного музея, предметных кабинетов. Приведение в порядок памятников истории и культуры, воинских захоронений. Работа среди местного населения.

4. Обеспечение безопасности

4.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний

Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий. Гигиена одежды и обуви. Закаливание организма — основное средство повышения сопротивляемости простудным заболеваниям.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность.

Меры по профилактике характерных для видов туризма заболеваний. Особенности посещения районов с различными инфекционными заболеваниями (клещевой энцефалит, вирусный гепатит, туляремия и др.) Акклиматизация как средство профилактики горной болезни.

4.2. Техника безопасности при проведении туристских мероприятий

Факторы, влияющие на безопасность группы в походе. Роль руководителя в группе, подчинение его решениям — основа отношений, залог безопасного прохождения маршрута. Персональная, моральная, административная и юридическая ответственность руководителя за безопасность участников. Конфликты в группе, способы их устранения. Разбор несчастных случаев и аварий в туризме.

Основные причины несчастных случаев в походе: нарушение техники и тактики преодоления естественных препятствий, переоценка своих сил и возможностей, несоблюдение установленных правил, резкое ухудшение погодных условий.

Правила поведения на воде, организация купания. Правила пожарной безопасности, работа у костра. Взрывчатые предметы, организация привалов и ночлегов в местах, связанных с боевыми действиями.

Организация поисково-спасательного отряда, проведение поисково-спасательных работ.

Практические занятия

Участие в профилактических работах при подготовке массовых туристских мероприятий. Закрепление навыков безопасного преодоления естественных препятствий.

4.3. Основные приемы оказания первой помощи, транспортировки пострадавшего

Измерение температуры, пульса, артериального давления.

Согревающие процедуры (компрессы, грелки), охлаждающие процедуры (компрессы, пузырь со льдом).

Помощь при переломах, ранах, кровотечениях. Оценка общего состояния пострадавшего, места и характера повреждения. Правила снятия одежды и обуви с пострадавшего. Правила наложения шин.

Травмы конечностей, закрытые и открытые переломы длинных костей, растяжения и разрывы связочного аппарата, вывихи суставов.

Травмы области живота, повреждение органов брюшной полости, повреждение таза и органов, расположенных в тазу.

Травмы головы и туловища. Закрытые и открытые повреждения черепа и головного мозга, повреждения позвоночника и спинного мозга, повреждения лица и шеи, перелом ключицы, повреждения грудной клетки, переломы ребер.

Иммобилизация пострадавшего. Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление средств транспортировки.

Практические занятия

Разучивание приемов оказания первой доврачебной помощи пострадавшему, приемов транспортировки.

5. Общая и специальная физическая подготовка

5.1. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм

Значение и содержание врачебного контроля и самоконтроля при занятиях туризмом. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Объективные данные: частота пульса, вес, динамометрия, спирометрия. Субъективные и объективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение, оценка изменений частоты пульса. Понятие о «спортивной форме», утомлении, об остром и хроническом состоянии при перетренировке. Принципы восстановительной терапии, меры предупреждения переутомления. Дневник самоконтроля.

Порядок осуществления врачебного контроля.

Практические занятия

Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.

5.2. Общая физическая подготовка

Практические занятия

Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения с предметами. Элементы акробатики.

Упражнения на равновесие, выполняемые на гимнастическом бревне, скамейке. Переправа по бревну через овраг, ручей, канаву, переправа по качающемуся бревну. Подъем по гимнастической лестнице, стенке, в том числе без помощи ног. Подъем по крутым склонам оврагов, берегам ручьев.

Элементы скалолазания.

Игры: баскетбол, футбол, гандбол — со специальными заданиями. Эстафеты с применением сложных двигательных заданий, требующих координации движений.

Плавание различными способами.

Легкая атлетика.

5.3. Специальная физическая подготовка

Практические занятия

Упражнения на развитие физических качеств, необходимых для специальной подготовки.

Ориентирование.

Движение по азимуту по открытой и закрытой местности. Измерение расстояний на местности во время бега по дорогам, тропам, просекам, по лесу различной проходимости, склонам различной крутизны. Движение без помощи компаса по солнцу. Бег «в мешок». Бег с выходом на линейные и площадные ориентиры. Бег с выходом в заданную точку со строгим контролем направления и расстояния.

Выбор пути и движение с учетом рельефа местности, проходимости растительности, почвенного покрова. Движение по маркированной трассе с фиксацией основных встречающихся ориентиров. Выход на контрольные пункты и уход с них в заранее выбранном направлении.

Лыжная подготовка

Движение на лыжах по равнинной и пересеченной местности. Спуск на лыжах по склону в высокой, средней и низкой стойке. Подъем обычным шагом, способами «елочка» и «лесенка». Торможение «плугом» и «полуплугом». Вынужденная остановка падением. Повороты в движении переступанием, из положения «плуга» и «полуплуга». Тропление лыжни на открытой местности и в лесу. Движение по заснеженным и обледенелым склонам на лыжах. Меры страховки и самозадержания.

Туристская техника

Движение по ровной, по сильно пересеченной местности, по лесу через кустарники и завалы, движение по заболоченной местности, движение по дорогам, тропам и без троп. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями. Прохождение различных этапов соревнований по технике туризма: спуски и подъемы, траверс склонов, переправы и т.д.

Игры с различными элементами туристской техники.

Упражнения на развитие выносливости, быстроты, силы.

6. Итоговая аттестация.

6.1. Итоговая аттестация. Сдача нормативов.

Прохождение итогового тестирования и сдача нормативов по возрасту.

6.2. Подведение итогов года.

Вручение сертификатов об обучении, награждение отличившихся обучающихся.

6.3. Практическое применение навыков. Участие в УТС

Итоговая аттестация проводится в два этапа. Первый этап - тестирование. Второй этап – участие в учебно-тренировочных сборах проводимых ГАОУ ДО «Лидер», где учащиеся применяют знания, умения, навыки, полученные в течении учебного года. Участие в учебно-тренировочных сборах является обязательным условием для завершения программы, перевода на другой год обучения и получения сертификата об обучении.

3. РАЗДЕЛ О ВОСПИТАНИИ

3.1. Цель, задачи и целевые ориентиры воспитания обучающихся.

В воспитательной работе туристско-краеведческого объединения участие в мероприятиях ГАОУ ДО «Лидер» это **ключевой инструмент социализации, формирования патриотизма и командного духа** подростков 12–17 лет. В этом возрасте общение со сверстниками и признание в коллективе становятся главными стимулами развития. Участие в ключевых делах организации способствует формированию чувства общности, преемственности поколений и верности традициям объединения.

Цель: создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Задачи:

Предметные:

- содействие в организации единого образовательного пространства, разумно сочетающего внешние и внутренние условия воспитания учащегося;
- предоставление возможности каждому ребёнку участия в деятельности творческих и спортивных объединений различной направленности;
- развитие системы отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствование развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции.

Личностные:

- способствование умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формирование социально значимых ценностей и социально адекватных приемов поведения;
- содействие в формировании сознательного отношения обучающихся к своей жизни, здоровью, а также к жизни и здоровью окружающих людей;
- развитие компетенций, включающих знания, умения, навыки, способы деятельности, развитие универсальных способностей и форм мышления, необходимых для успешного осуществления не только учебной, но и предпрофессиональной и в дальнейшем профессиональной деятельности.

Метапредметные:

- развитие воспитательного потенциала, поддержка социальных инициатив и достижений обучающихся через традиционные мероприятия, выявление и работа с одаренными детьми;
- содействие в активном и полезном взаимодействии учреждения и семьи по вопросам воспитания обучающихся.
- совершенствование системы воспитательной работы, используя современные инновационные технологии в дополнительном образовании.

3.2. Формы и методы воспитания:

Работа в объединении:

- применение на занятии интерактивных форм работы обучающихся: интеллектуальных игр, дискуссий, групповой работы;
- включение в занятие игровых процедур;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся.

На индивидуальном уровне:

- индивидуальная помощь ребенку в освоении навыков подготовки и анализа соревновательной деятельности;
- наблюдение за поведением ребенка в ситуациях подготовки и проведения соревнований;
- при необходимости коррекция поведения ребенка через частные беседы с ним.

Профориентация:

- циклы профориентационных часов общения;
- экскурсии на предприятия и в учреждения спортивной направленности;
- встречи с профессиональными спортсменами-ориентировщиками, судьями, организаторами соревнований.

Работа с родителями:

- педагогическое просвещение родителей (родительские собрания, индивидуальные консультации);
- взаимодействие с родителями посредством сайта учреждения и социальных сетей;
- индивидуальное консультирование по вопросам развития ребенка;
- привлечение родителей к организации соревнований и походов.

3.3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Уровень интеграции обучающегося в воспитательную систему организации оценивается по степени его активности и инициативности при подготовке и проведении ключевых дел (от пассивного наблюдателя до организатора/лидера проекта)

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	Знакомство с традициями коллектива	Сентябрь	Беседа.	Создание родительских и детских чатов для новых групп. Фотоотчет. Заметка на странице VK ГАОУ ДО Лидер

2.	Областной конкурс походов «От малых троп к большой дороге» среди обучающихся Псковской области ГАОУ ДО «Лидер»	Сентябрь	Поход ко Дню Туризма	Фотоотчет. Заметка на странице VK ГАОУ ДО Лидер
3.	Областные соревнования по спортивному ориентированию среди обучающихся «Золотая осень» ГАОУ ДО «Лидер»	Октябрь	Соревнования	Протокол Фотоотчет. Заметка на странице VK ГАОУ ДО Лидер
4.	Беседа «Порядок действий при возникновении ЧС, террористической угрозы»	Октябрь	Беседа	Протокол/конспект Фотоотчет. Заметка на странице VK ГАОУ ДО Лидер
5.	Посещение пожарно-спасательной службы г.Псков	Октябрь	Экскурсия	Фотоотчет. Заметка на странице VK ГАОУ ДО Лидер
6.	Работа с родителями	Сентябрь Январь Май	Родительское собрание	Протоколы родительских собраний
7.	Посещение библиотеки (Центр детского чтения) г.Псков	Ноябрь	экскурсия	Заметка на странице VK ГАОУ ДО Лидер
8.	Участие во Всероссийском конкурсе краеведческих исследовательских и проектных работ "Отечество" ГАОУ ДО «Лидер»	Декабрь	Конкурс	Протокол Фотоотчет. Заметка на странице VK ГАОУ ДО Лидер
9.	Областные соревнования по спортивному ориентированию среди обучающихся «Победный май» ГАОУ ДО «Лидер»	Май	Соревнования	Протокол Фотоотчет. Заметка на странице VK ГАОУ ДО Лидер
10.	Мероприятие, посвященное Дню защиты детей	Июнь	Мероприятие	Фотоотчет. Заметка на странице VK ГАОУ ДО Лидер

4. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

4.1. Календарный учебный график

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
01.09.2026	03.06.2027	38	76	228	2 раза в неделю по 3 часа

Календарный учебный график учебных групп (приложение 1)

4.2. Методические материалы

С целью эффективности реализации программы целесообразно использовать такие методы и технологии:

- информационно-развивающие (лекции, рассказы, беседы, просмотр художественных и документальных видеофильмов, книг, демонстрация способов деятельности педагога);
- практически-прикладные (освоение умений и навыков по принципу «делай как я»);
- проблемно-поисковые (учащиеся самостоятельно ищут решение поставленных перед ними задач);
- творческие (развивающие игры, моделирование ситуаций, участие в досуговых программах, создание фотогазет, сценариев и пр.);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, анализ участия в соревнованиях, анализ действия на выездах и в походах, тестирование и пр.)
- информационно-телекоммуникационные системы

Дидактические материалы:

1. Литература по темам занятий.
2. Фото и видеоархив.
3. Наглядные пособия по темам занятий (плакаты, стенды, макеты, электронные презентации, атласы).
4. Подборка дидактических и диагностических материалов (игры, вопросы к викторинам, ребусы, кроссворды, карточки, текстовые задания, темы контрольных и самостоятельных работ, творческих заданий и пр.)

4.3. Оценочные материалы

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

№	Раздел программы	Формы подведения итогов
1.	Туристская подготовка	Подготовка к участию в туристских слётах и соревнованиях, в учебно-тренировочных маршрутах по разным видам туризма.
2.	Топография и ориентирование	Прохождение контрольно-туристского маршрута.
3.	Краеведение	Тестирование. Выполнение природоохранной, краеведческой деятельности на маршруте.
4.	Обеспечение безопасности	Тестирование. Участие в тренингах на психологическую совместимость.
5.	Общая и специальная физическая подготовка	Выполнение нормативов общей физической подготовки. Выполнение функциональных проб. Участие в УТС

4.4. Материально-техническое обеспечение и кадровое обеспечение

Материально – техническое обеспечение кабинета

- стол ученический;
- стулья;
- доска аудиторная;
- компьютер;
- проектор;
- экран.

Материально – техническое обеспечение для обучающихся

- простые карандаши;
- цветные карандаши;
- ластик;
- бумага формата А4;
- ручки;
- тетради;
- линейка.

Туристское оборудование и снаряжение

Групповое (бивуачное):

- палатка (одноместная);
- тент;
- рюкзак туристический;
- медицинская аптечка.

Костровое:

- 1 котелок;
- поварешка;
- фляжка для питьевой воды;

Комплект для спортивного ориентирования:

- компас;
- планшетка;
- фонарик;
- часы;
- топографические карты местности;
- карандаш;
- линейка;
- транспортир;
- листы ватмана.

Личное снаряжение:

- рюкзак туристический;
- спальник;
- одежда;
- обувь;
- посуда.

Спортивный инвентарь:

- мячи волейбольный;
- футбольный;
- скакалки;
- секундомер.

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее профессиональное образование и опыт работы в туристско-краеведческой деятельности. Педагогический состав своевременно проходит курсы повышения квалификации по профилю деятельности и первой помощи.

5. БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273 «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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 2 июня 2026 года № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации редакция от 01.03.2026 № 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»
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р» (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»/ поправки от 30.04.2026 №1020-р)
- Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. №3081-р;
- Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. №3894-р;

Литература для педагога:

1. Из истории детского туризма в России (1918 – 2008 гг.) / Автор-составитель Константинов Ю.С. – М.: ФЦДЮТиК, 2008 – 312 с.
2. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков / Под. ред. Губаненкова С.М. – СПб.: Издательский дом «Петрополис», 2007. – 278 с.
3. Подготовка судей по спортивному туризму. Учебно-методическое пособие. Автор составитель Ю.С. Константинов – М.: ФЦДЮТиК, 2008 – 292 с.
4. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. — М., Профиздат, 1987.
5. Спортивный туризм в системе образования / Под редакцией Губаненков С.М. – СПб.: Издательский дом «Петрополис», 2008 – 196 с.
6. Филиппов В.В., Белоликов К.Ю., Егорова Л.И. Организация и проведение пешеходных, водных и лыжных походов со школьниками. Учебно-методическое пособие – СПб.: Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2005 – 66 с.
7. Золотарева А.В. Взаимосвязь внеурочной деятельности и дополнительного образования детей – [Электронный ресурс] <https://interactive-plus.ru/e-articles/142/Action142-10549.pdf>;
8. Козлова Ю.В. Ярошенко В.В. В поход с классом. М.: «ТЦ Сфера» – <http://nkosterev.narod.ru/met/vpoxod/vpoxod.html>;
9. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков / Под ред. С.М. Губаненкова. – СПб.: Петрополис, 2007;
10. Образовательность и безопасность в детском туризме / Под ред. С.М. Губаненкова. – СПб.: Петрополис, 2013;

Информационное обеспечение программы

Информационное обеспечение реализуется через участие в интернет - конкурсах, выставках, размещение информации о деятельности сайте ГАОУ ДО «Лидер», также использование на занятиях презентаций и видео-пособий:

- Презентация «Ориентирование на местности» <http://prdsdnt.griban.ru/fild/21-oridntirovanid-na-mdstnosti.html>
- Презентации по краеведению -<http://prdzdntacia.ucoz.ru/load/kradvdgdnid/27-1-2>
- презентация «Мертвые города» -<http://goroga-prizraki.narog.ru/goroga.html>
- Презентация «Ориентирование на местности» <http://prdsdnt.griban.ru/fild/21-oridntirovanid-na-mdstnosti.html>
- Видео Россия –<http://gorogarossii.blogspot.com/>
- Туриготека (практические рекомендации для организации викторин, игр, КВН, разнообразные игровые программы, спортивно-туристические конкурсы) <http://bank.59209.drusitd.ru/p50aa1.html>
- Презентация Основы туризма <http://bank.59209.drusitd.ru/p50aa1.html>

Календарный учебный график (группа 1 и 2)

Календарный учебный график
на 2026-2027 учебный год

№ п/п	Месяц	Дата	Уч. неделя	Форма занятия	Кол- во часов	Раздел/Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1. Туристская подготовка								
1	Сентябрь	01.09	1	Лекция	3	Вводное занятие. Инструктаж.	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
2		03.09	1	Лекция	3	Особенности других видов туризма	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
3		08.09	2	Лекция, Практика	3	Особенности других видов туризма	ГАОУ ДО Лидер	Практикум
4		10.09	2	Практика	3	Особенности других видов туризма	ГАОУ ДО Лидер	Наблюдение
5		15.09	3	Лекция	3	Личное и групповое туристское снаряжение	ГАОУ ДО Лидер	Практикум
6		17.09	3	Лекция Практика	3	Личное и групповое туристское снаряжение	ГАОУ ДО Лидер	Беседа, опрос
7		22.09	4	Практика	3	Личное и групповое туристское снаряжение	ГАОУ ДО Лидер	Беседа, опрос
8		24.09	4	Практика	3	Личное и групповое туристское снаряжение	ГАОУ ДО Лидер	Беседа, опрос
9		29.09	5	Лекция	3	Организация туристского быта, привалы и ночлеги	ГАОУ ДО Лидер	Практикум
10	Октябрь	01.10	5	Лекция Практика	3	Организация туристского быта, привалы и ночлеги	ГАОУ ДО Лидер	Наблюдение
11		06.10	6	Тестирование	3	Входная диагностика. Организация туристского быта, привалы и ночлеги	ГАОУ ДО Лидер	Опрос
12		08.10	6	Практика	3	Организация туристского быта, привалы и ночлеги	По назначению	Наблюдение
13		13.10	7	Лекция	3	Питание в туристском походе	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
14		15.10	7	Лекция	3	Питание в туристском походе	ГАОУ ДО Лидер	Опрос
15		20.10	8	Практика	3	Питание в туристском походе	ГАОУ ДО Лидер	Беседа

16		22.10	8	Практика	3	Питание в туристском походе	ГАОУ ДО Лидер	Наблюдение
17		27.10	9	Лекция	3	Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
18		29.10	9	Лекция	3	Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе	ГАОУ ДО Лидер	Опрос
19		03.11	10	Практика	3	Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
20	Ноябрь	05.11	10	Практика	3	Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе	По назначению	Наблюдение
21		10.11	11	Практика	3	Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе	По назначению	Наблюдение
22		12.11	11	Лекция	3	Практическое применение навыков	ГАОУ ДО Лидер	Опрос
23		17.11	12	Лекция Практика	3	Практическое применение навыков	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
24		19.11	12	Практика	3	Практическое применение навыков	По назначению	Наблюдение
25		24.11	13	Практика	3	Практическое применение навыков	По назначению	Наблюдение
2. Топография и ориентирование – Основа специальной подготовки туриста-проводника								
26	Ноябрь	26.11	13	Лекция	3	Топографическая и спортивная карты	ГАОУ ДО Лидер	Опрос
27	Декабрь	01.12	14	Лекция	3	Топографическая и спортивная карты	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
28		03.12	14	Лекция Практикум	3	Топографическая и спортивная карты	По назначению	Наблюдение
29		08.12	15	Практика	3	Топографическая и спортивная карты	По назначению	Наблюдение
30		10.12	15	Практика	3	Топографическая и спортивная карты	По назначению	Наблюдение
31		15.12	16	Практика	3	Топографическая и спортивная карты	По назначению	Наблюдение
32		17.12	16	Практика	3	Топографическая и спортивная карты	По назначению	Наблюдение
33		22.12	17	Практика	3	Топографическая и спортивная карты	По назначению	Наблюдение
34		24.12	17	Лекция	3	Изображение горного рельефа на карте	ГАОУ ДО Лидер	Опрос
35		29.12	18	Практика	3	Изображение горного рельефа на карте	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
36	Январь	12.01	18	Практика	3	Изображение горного рельефа на карте	По назначению	Наблюдение
37		14.01	19	Лекция	3	Ориентирование в сложных условиях	ГАОУ ДО Лидер	Опрос
38		19.01	19	Практика	3	Ориентирование в сложных условиях	ГАОУ ДО Лидер	Беседа

39		21.01	20	Практика	3	Ориентирование в сложных условиях	По назначению	Наблюдение
40		26.01	20	Лекция	3	Действия проводника в случае потери ориентировки	ГАОУ ДО Лидер	Опрос
41		28.01	21	Практика	3	Действия проводника в случае потери ориентировки	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
42	Февраль	02.02	21	Беседа	3	Действия проводника в случае потери ориентировки	По назначению	Наблюдение
43		04.02	22	Беседа	3	Практическое применение навыков	ГАОУ ДО Лидер	Опрос
44		09.02	22	Практикум	3	Практическое применение навыков	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
45		11.02	23	Практикум	3	Практическое применение навыков	По назначению	Наблюдение
46		16.02	23	Практикум	3	Практическое применение навыков	По назначению	Наблюдение
47		18.02	24	Практикум	3	Практическое применение навыков	По назначению	Наблюдение
3. Краеведение								
48	Февраль	25.02	24	Лекция	3	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев	ГАОУ ДО Лидер	Опрос
49	Март	02.03	25	Практикум	3	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
50		04.03	25	Лекция Практикум	3	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	По назначению	Наблюдение
4. Обеспечение безопасности								
51	Март	09.03	26	Лекция	3	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
52		11.03	26	Практикум	3	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	По назначению	Наблюдение
53		16.03	27	Лекция	3	Техника безопасности при проведении туристских мероприятий	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
54		18.03	27	Практикум	3	Техника безопасности при проведении туристских мероприятий	По назначению	Наблюдение
55		23.03	28	Беседа	3	Основные приемы по оказанию первой доврачебной помощи, транспортировка пострадавшего	ГАОУ ДО Лидер	Опрос

56	25.03	28	Практикум	3	Основные приемы по оказанию первой доврачебной помощи, транспортировка пострадавшего	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
57	30.03	29	Практикум	3	Основные приемы по оказанию первой доврачебной помощи, транспортировка пострадавшего	По назначению	Наблюдение
5. Общая и специальная физическая подготовка							
58	Апрель	01.04	Лекция	3	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
59		06.04	Беседа	3	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм	ГАОУ ДО Лидер	Наблюдение
60		08.04	Лекция	3	Общая физическая подготовка	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
61		13.04	Беседа	3	Общая физическая подготовка	ГАОУ ДО Лидер	Наблюдение
62		15.04	Лекция	3	Общая физическая подготовка	По назначению	Наблюдение
63		20.04	Беседа	3	Общая физическая подготовка	По назначению	Наблюдение
64		22.04	Лекция	3	Общая физическая подготовка	По назначению	Наблюдение
65		27.04	Практикум	3	Специальная физическая подготовка	По назначению	Наблюдение
66		29.04	Практикум	3	Специальная физическая подготовка	По назначению	Наблюдение
67	Май	04.05	Практикум	3	Специальная физическая подготовка	По назначению	Наблюдение
68		06.05	Практикум	3	Специальная физическая подготовка	По назначению	Наблюдение
69		11.05	Тестирование	3	Специальная физическая подготовка	По назначению	Наблюдение
70		13.05	Практикум	3	Специальная физическая подготовка	По назначению	Наблюдение
71		18.05	Практикум	3	Специальная физическая подготовка	По назначению	Наблюдение
72		20.05	Практикум	3	Специальная физическая подготовка	По назначению	Наблюдение
6. Итоговая аттестация.							
73	Май	25.05	Практикум	3	Итоговая аттестация. Сдача нормативов.	ГАОУ ДО Лидер	Опрос
74		27.05	Беседа	3	Подведение итогов года. Вручение сертификатов.	ГАОУ ДО Лидер	Беседа
75	Июнь	01.06	Практикум	3	Практическое применение навыков. Подготовка к участию в УТС.	По назначению	Практика
76		03.06	Практикум	3	Практическое применение навыков. Подготовка к участию в УТС.	По назначению	Практика
Итого		228					