

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА

Протокол педагогического совета № 4
от «15» июня 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 211 от «15» июня 2026 г.
Директор ДДЮТ _____ Н.А.Козлова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Военно-спортивное многоборье»

Срок освоения 4 года
Возраст обучающихся: 10 - 18 лет

Разработчик
Сизова Надежда Евгеньевна
педагоги дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Военно-спортивное многоборье» (далее – программа) имеет *туристско-краеведческую* направленность. Программа направлена на углублённое изучение двух видов туризма: пешего и водного через призму гражданско-патриотического воспитания.

Адресат программы.

Программа рассчитана на подростков 10-18 лет, проявляющих интерес к туристско-краеведческой, оборонно-спортивной и военно-патриотической деятельности и не имеющих противопоказаний к занятиям по состоянию здоровья.

Актуальность программы

Туристская деятельность содействует формированию патриотизма через узнавание родного края, заботливого отношения к природе, историческому и культурному наследию, приобщает к историко-исследовательской деятельности, сохранности исторической памяти нашего народа, совершенствует духовно-нравственные качества личности.

Преодоление препятствий, слаженная работа в команде, упорный труд – это все позволяет участнику похода стать сильнее, преодолеть свои внутренние барьеры развития, воспитать в себе морально-волевые качества и командный дух, вырасти как личность. Самые боеспособные подразделения ВС РФ (например, Силы специальных операций, созданные в 2009 году) в своей подготовке используют много элементов пешеходного и горного туризма и снаряжение, разработанное на основе туристского. Большое внимание в программе уделяется физической подготовке, которая позволяет постепенно и целенаправленно развивать у обучающихся физические качества, приобщает к здоровому образу жизни, даёт возможность подготовиться к сдаче нормативов комплекса ГТО.

Программа предусматривает участие обучающихся в мероприятиях всероссийского военно-патриотического движения: участие в играх «Зарница» и соревнованиях «Школа безопасности» и др.

Программа не только позволяет подготовиться к участию в соревнованиях, но и развивает умение действовать в сложных и экстремальных ситуациях, оказывать помощь, в том числе и доврачебную, вырабатывает навыки действия в ЧС природного и техногенного характера.

С учетом современных задач развития Российской Федерации целью государственной политики в сфере патриотического воспитания является «создание условий для повышения гражданской ответственности за судьбу страны, повышения уровня консолидации общества для решения задач обеспечения национальной безопасности и устойчивого развития Российской Федерации, укрепления чувства сопричастности граждан к великой истории и культуре России, обеспечения преемственности поколений россиян, воспитания гражданина, любящего свою Родину и семью, имеющего активную жизненную позицию».

Как показывает многовековая история нашей страны, «военизированное» воспитание с его основными принципами: дисциплина, чувство ответственности, патриотизм, коллективизм (умение действовать в команде), высокая нравственность, - позволяет сформировать у учащихся стремление к саморазвитию и самосовершенствованию в физическом, нравственном, интеллектуальном, трудовом, патриотическом направлениях.

Уровень освоения. Программа имеет *углубленный* уровень освоения.

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 4 года обучения. Общее количество часов – 1452 часа, из них на первом году – 264 часа, на втором, третьем, четвертом годах – по 396 часов.

Цель программы: Физическое и личностное развитие учащихся посредством туристско-краеведческой, оборонно-спортивной и военно-патриотической деятельности.

Задачи программы

Обучающие:

- Сформировать туристские (походные) умения и навыки обучающихся, основные навыки организации и безопасного проведения нестационарных мероприятий в условиях природной среды, работы в туристской группе на маршруте;

- Освоить знания об основных опасных и чрезвычайных ситуациях их последствиях для личности, общества и государства, сформировать основные навыки и умения безопасного поведения в условиях ЧС, соблюдения норм здоровьесберегающего и природосообразного поведения в природной и социальной среде;

- Сформировать специализированные умения и навыки для участия в профильных соревнованиях по военно-спортивному многоборью: по стрелковой и строевой подготовке, по противопожарной подготовке, по спортивному ориентированию и турмногоборью, по медицинской подготовке и гражданской обороне;

Развивающие:

- Расширить кругозор и эрудицию обучающихся, познакомить с военно-историческими достопримечательностями родного края и других регионов России, сформировать познавательный интерес к истории и географии своей страны;

- Способствовать физическому развитию обучающихся;

- Способствовать формированию умения анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- Сформировать навыки самостоятельной работы с информационными источниками: семейные архивы, окружающие люди, литература, картографический материал, опубликованные и фондовые документы, открытое информационное пространство.

Воспитательные:

- Способствовать повышению уровня коммуникативной культуры; развивать этические качества, воспитывать умение работать в группе, команде;

- Воспитывать морально-волевые качества, социальную ответственность (ответственность за себя, за других, за общее дело, инициативность, настойчивость, целеустремленность);

- Способствовать формированию общественной активности обучающихся, повышению степени их социализации в обществе, расширению мотиваций к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

- Сформировать сплоченный коллектив объединения, способный к эффективным совместным действиям в условиях коллективного дела (проекта).

Планируемые результаты освоения программы:

Предметные результаты:

- Учащиеся сформируют туристские (походные) умения и навыки, основные навыки организации и безопасного проведения нестационарных мероприятий в условиях природной среды, работы в туристской группе на маршруте;

- Освоят знания об основных опасных и чрезвычайных ситуациях их последствиях для личности, общества и государства, сформируют основные навыки и умения безопасного поведения в условиях ЧС, соблюдения норм здоровьесберегающего и природосообразного поведения в природной и социальной среде;

- Сформируют специализированные умения и навыки для участия в профильных соревнованиях по военно-спортивному многоборью: по стрелковой и строевой подготовке, по противопожарной подготовке, по спортивному ориентированию и турмногоборью, по медицинской подготовке и гражданской обороне;

Метапредметные результаты:

- Расширение кругозора и эрудиции обучающихся, знакомство с военно-историческими достопримечательностями родного края и других регионов России, формирование познавательного интереса к истории и географии своей страны;

- Физическое развитие обучающихся;

- Формирование умения анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- Формирование навыков самостоятельной работы с информационными источниками;

Личностные результаты освоения программы учащимися:

- Повышение уровня коммуникативной культуры; развитие этических качеств, воспитание умения работать в группе, команде;

- Воспитание морально-волевых качества, социальной ответственности (ответственность за себя, за других, за общее дело, инициативность, настойчивость, целеустремленность);

- Формирование общественной активности обучающихся, повышения степени их социализации в обществе, расширения мотиваций к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

- Формирование сплоченного коллектива объединения, способного к эффективным совместным действиям в условиях коллективного дела (проекта).

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации – государственный язык РФ, русский.

Форма реализации – очная.

Особенности реализации.

В объединениях могут заниматься дети с разными образовательными возможностями. Возможно использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в качестве дополнения к очному образовательному процессу или вместо него в случае болезни обучающихся или ограничений по очным занятиям. В каникулярное время возможна как работа по базовому расписанию, так и выезды в рамках нестационарных мероприятий.

Особенности организации образовательного процесса.

Реализация программы предусматривает четыре этапа. Каждый последующий этап является более сложным и насыщенным по своему содержанию.

На первом и втором году обучения, в зависимости от возрастных особенностей, сформированности первичных туристско-бытовых и коммуникативных качеств можно будет планировать подготовку команды к участию в мероприятиях районного и городского масштаба.

На третьем и четвертом году обучения команда активно участвует в соревнованиях городского (регионального) уровня. Все темы повторно прорабатываются и углубляются на последующих годах обучения. Некоторые темы программы добавляются постепенно, так, на втором году занятий добавляются темы «Школа командиров» (Раздел «Основы военной подготовки») и «Тактическая подготовка», на третьем году обучения – темы «Основы военных знаний» (Раздел «Основы военной подготовки»), на четвертом году обучения – раздел «Практикум волонтерской деятельности», состоящий из тем «Помощь в судействе на соревнованиях» и «Стажировка в качестве младших инструкторов туризма». В конце каждого года обучения предусматривается нестационарное мероприятие, сложность которого увеличивается на каждом этапе. В конце первого года обучения проходит полевой сбор или поход 1-2 степени сложности в природной среде, в конце второго года проходят полевой сбор с усложненной программой и/или степенной поход, в конце третьего года обучения проходит степенной или категорийный поход, в конце четвертого года обучения – категорийный поход.

Условия набора в коллектив

Данная программа рассчитана на освоение обучающимися в возрасте от 10 до 18 лет, которые проявляют интерес к туристско-краеведческой, оборонно-спортивной и военно-патриотической деятельности и имеют 1 или 2 группу здоровья или основную группу для занятий физкультурой и спортом.

Условия формирования групп

При формировании групп учитываются возрастные требования, указанные в положениях (регламентах) таких мероприятий, как оборонно-спортивные и туристские игры «Зарница», комплексные соревнования «Школа безопасности», «Юнармейское многоборье» и т.п.

Зачисление обучающихся в группы второго, третьего, четвёртого годов обучения осуществляется по результатам собеседования и сдачи нормативов (тестов, других форм диагностики) или в случае, если учащийся уже занимался в объединении похожего профиля.

Группы могут быть одновозрастные и разновозрастные, разница в возрасте для обучающихся может составлять до 3х лет. В таком случае учащимся предлагаются задания разной сложности, старшие учащиеся усваивают программу быстрее и выступают наставниками для младших учащихся.

Количество обучающихся в группе

1 год обучения – не менее 15 человек.

2 год обучения – не менее 12 человек.

3 год и далее – не менее 10 человек.

Формы организации занятий.

Занятия продолжительностью 2 часа или 3 часа проводятся в классе, в спортивном зале, на пришкольной территории, на школьных стадионах. Также программой предусмотрены 4-х часовые, 6-ти часовые или 8-часовые выезды в парки Санкт-Петербурга, на соревнования, в леса Ленинградской области. На каникулах программой предусмотрено проведение нестационарных мероприятий.

Формы проведения занятий.

беседа, лекция с демонстрацией фото-видео-материалов, презентаций; спортивная тренировка в спортивном зале и на улице, ремонт-подготовка снаряжения, тренинг, семинар, поход, игра, круглый стол, экскурсия, поход выходного дня (ПВД), спортивно-техническая тренировка, полевой сбор, спортивный поход, соревнование, конкурс, конференция, олимпиада, акция.

Формы организации деятельности учащихся на занятиях:

Фронтальная, групповая (работа в малых группах), индивидуальная.

Материально - техническое обеспечение. Для успешной реализации программы необходимо:

1. Учебный кабинет: столы, стулья; компьютер, принтер, мультимедийное оборудование; рабочие тетради (24-48 листов в клетку), письменные принадлежности.
2. Спортивный зал: стенка гимнастическая, скамейка гимнастическая, перекладина (турник), мат гимнастический, мячи (волейбольный, баскетбольный, футбольный), призмы для контрольных пунктов, компостеры, скакалки.
3. Личное снаряжение (приобретается за счет родительских средств): спортивная одежда и обувь (по сезонам), рюкзак туристский, коврик теплоизолирующий, мешок спальный, фонарик электрический. Кроме того, для лыжных занятий на каждого участника предусмотрено наличие: бахил туристских, лыж беговых с ботинками, жестких креплений любого типа, лыжных палок, лыж туристских с пружинными креплениями и металлическими лыжными палками.
4. Групповое туристское снаряжение: рюкзаки и коврики теплоизолирующие, палатки, вкл. набор стоек, колышков, тент групповой, костровое хозяйство, котлы; топор, пила, лопата саперная, набор ремонтный, аптечка медицинская; компас жидкостной; веревка основная (d=10мм)-40м; веревка вспомогательная (d=8мм) - 40м; системы страховочные; карабины туристские автоматические, спуско-подъемные устройства (жумары и восьмерки), ролики карабины стальные с муфтой, каски защитные, перчатки.
Для водного туризма (дополнительно): байдарки, спасательные жилеты, гермомешки; катамараны туристские, весла, палуба, банки.
Для лыжного туризма (дополнительно): Палатка-шатер с тентом, печкой, центральной стойкой, спасательный комплект: лавинная лопата, лавинные шнуры, носки д/лыж.
5. Оборудование для оборонно-спортивной деятельности.

Винтовка пневматическая, мишени, пулеулавливатель, пули для пневматического оружия; ММГ Автомат Калашникова, магазины к АКМ, патроны-муляжи.

6. СИЗ: противогазы фильтрующие, общевойсковой защитный комплект (ОЗК);

7.«Боёвка» (одежда пожарного, вкл. каску защитную), муляжи огнетушителей разных типов; ствол пожарный, рукав пожарный.

8.Сумка санитарная, шины иммобилизационные (Крамера), жгут медицинский, материалы перевязочные.

Кадровое обеспечение. Спецификой реализации программ туристско-краеведческой направленности является наличие 2-го педагога при проведении мероприятий в условиях природной среды.

УЧЕБНЫЕ ПЛАНЫ

Учебный план

Первый год обучения

№ тем	Название раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	практика	
1	Вводное занятие	2	2	0	Анкетирование
2	Общественно-историческая подготовка	10	2	8	Предметное тестирование
3	Основы военной подготовки	20	2	18	Предметная диагностика
4	Безопасность жизнедеятельности	20	2	18	Предметная диагностика
5	Общая физическая подготовка	35	2	33	Антропометрическое тестирование (выполнение нормативов ФК)
6	Туристская подготовка	133	13	120	Предметная диагностика
7	Нестационарное мероприятие в природной среде. Полевой сбор или поход 1 степени сложности.	42	2	40	Участие в нестационарных мероприятиях, результативность выполнения должностных походных обязанностей.
8	Итоговое занятие	2		2	Анкетирование. Педагогические наблюдения. Рейтинг.
	Всего:	264	25	239	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

второго года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	Теория	практика	
1	Вводное занятие	3	1	2	Анкетирование
2	Общественно-историческая подготовка	15	5	10	Предметное тестирование
3	Основы военной подготовки	30	5	25	Предметная диагностика
4	Безопасность жизнедеятельности	30	5	25	Предметная диагностика
5	Общая физическая подготовка	51	3	48	Антропометрическое тестирование (выполнение нормативов ФК)
6	Туристская подготовка	201	11	190	Предметная диагностика
7	Нестационарное мероприятие в природной среде. Полевой сбор, степенной или категорийный спортивный поход.	63	5	58	Участие в нестационарных мероприятиях, результативность выполнения должностных походных обязанностей
8	Итоговое занятие	3	0	3	Анкетирование. Педагогические наблюдения. Рейтинг.
	Всего:	396	35	361	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН третьего года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Анкетирование
2	Общественно-историческая подготовка	9	2	7	Предметное тестирование
3	Основы военной подготовки	40	5	35	Предметная диагностика
4	Безопасность жизнедеятельности	40	5	35	Предметная диагностика
5	Общая физическая подготовка	40	3	47	Антропометрическое тестирование (выполнение нормативов ФК)
6	Туристская подготовка	200	10	190	Предметная диагностика
7	Нестационарное мероприятие в природной среде. Полевой сбор, степенной или категорийный спортивный поход.	63	5	58	Участие в районном или городском конкурсе отчетов о походах и экспедициях.
8	Итоговое занятие	2	0	2	Анкетирование. Педагогические наблюдения. Рейтинг.
	Всего:	396	31	365	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН четвертого года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	Теория	практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Анкетирование
2	Общественно-историческая подготовка	12	2	10	Предметное тестирование
3	Основы военной подготовки	26	3	23	Предметная диагностика
4	Безопасность жизнедеятельности	26	3	23	Предметная диагностика
5	Общая физическая подготовка	50	3	47	Антропометрическое тестирование (выполнение нормативов ФК)
6	Туристская подготовка	200	10	190	Предметная диагностика
7	Практикум волонтерской деятельности.	15	2	13	Рейтинг участия в мероприятиях.
8	Нестационарное мероприятие в природной среде. Степенной или категорийный спортивный поход.	63	5	58	Участие в городском и/или Всероссийском конкурсе отчетов о походах и экспедициях.
9	Итоговое занятие	2	0	2	Анкетирование. Педагогические наблюдения. Рейтинг.
	Итого часов:	396	29	367	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА «Военно-спортивное многоборье»
первого года обучения, для детей 10-13 лет
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
Особенности организации образовательного процесса

Вновь набираемый коллектив объединения будет ознакомлен с календарем мероприятий туристско-краеведческой, оборонно-спортивной и военно-патриотической направленности. В зависимости от возрастных особенностей, сформированности первичных туристско-бытовых и коммуникативных качеств можно будет планировать подготовку команды к участию в мероприятиях районного и городского масштаба.

Задачи года

Обучающие:

- Познакомиться с основными первичными туристскими (походными) умениями и навыками;
- Познакомиться с основными опасными и чрезвычайными ситуациями и с основными навыками и умениями безопасного поведения в условиях ЧС;
- Познакомиться с специализированными умениями и навыками для участия в профильных соревнованиях по военно-спортивному многоборью: по стрелковой и строевой подготовке, по противопожарной подготовке, по спортивному ориентированию и турмногоборью, по медицинской подготовке и гражданской обороне;

Развивающие:

- Знакомиться с военно-историческими достопримечательностями родного края;
- Развивать обучающихся физически;
- Способствовать формированию умения анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Познакомиться с информационными источниками: семейные архивы, окружающие люди, литература, картографический материал, опубликованные и фондовые документы, открытое информационное пространство.

Воспитательные:

- Развивать уровень коммуникативной культуры; развивать этические качества, воспитывать умение работать в группе, команде;
- Воспитывать морально-волевые качества, социальную ответственность (ответственность за себя, за других, за общее дело, инициативность, настойчивость, целеустремленность);
- Способствовать формированию общественной активности обучающихся, повышению степени их социализации в обществе, расширению мотиваций к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- Начать формировать сплоченный коллектив объединения, способный к эффективным совместным действиям в условиях коллективного дела (проекта).

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Теория: Краткий обзор тем программы, техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Какие профессии, связанные с туризмом, вы знаете?

2. Общественно-историческая подготовка.

Теория: Основные этапы становления и развития Российской государственности: Древняя Русь, Московское государство, императорская Россия, Советская форма государственности, конституционные основы Российской Федерации. Санкт-Петербург – морская столица России. Великая Отечественная война 1941-1945 гг. Имена героев – на карте Санкт-Петербурга. Памятные места Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Дни воинской славы. Тактико-технические характеристики основных видов современной техники. Страна. Гимн. Гербы. Оружие победы. Санкт – Петербург – Петроград – Ленинград. Исторически значимые места Выборгского района. Исторически значимые места Санкт-Петербурга.

Практические занятия: запись наблюдений и обработка материалов на экскурсиях в музеях и памятных местах.

3. Основы военной подготовки.

Теория: Стрелковая подготовка. Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Знакомство с устройством и назначением пневматической винтовки. Уход. Хранение. Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы.

Строевая подготовка. Терминология. Строевой устав. Строи и управление ими.

Практические занятия: Стрельба из пневматической винтовки из положения лежа, стоя, с колена. Снаряжение магазина АК 15-ю патронами.

Строевые приемы и действия без оружия индивидуально и в составе подразделения. Воинское приветствие без оружия. Выход из строя и подход к начальнику. Строи и управление ими. Обязанности командиров и солдат перед построением и в строю. Строевые приёмы и действия без оружия: строевая стойка, повороты на месте, движение.

4. Безопасность жизнедеятельности.

Теория: Противопожарная подготовка. Правила обращения с огнем в квартире, доме, на природе. Пользование газо и электроприборами. Правила разведения костров в лесу, на открытом пространстве. Условия проведения вида «Пожарная безопасность» на соревнованиях «Школа безопасности», «Предупреждение. Спасение. Помощь».

Цели и задачи ГО, организация российской системы предупреждения и действия в ЧС. Современные средства поражения, защита от них. Фильтрующий противогаз. Общевойсковой защитный комплект. Правила надевания противогаза. Условия проведения вида «Операция защита», «Полоса выживания» на соревнованиях «Зарница», «Школа безопасности», «Предупреждение. Спасение. Помощь». Виды связи. Флажный семафор, знаки МКАС. Сооружение временного защитного укрытия.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Личная гигиена, профилактика заболеваний. Виды травм и кровотечений. Первая помощь при травмах. Виды повязок. Виды носилок. Жгут Эсмарха. Наложение шин. Наложение «косынки».

Практические занятия: Надевание боевой одежды пожарного. Изучение и практическая отработка элементов пожарной эстафеты. Участие в соревнованиях по видам «Операция защита», «Операция Следопыт», «Полоса выживания». Выполнение норматива одевания противогаза ГП-5 на себя и пострадавшего. Медицинская аптечка (походная, индивидуальная, домашняя). Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка. Личная аптечка, индивидуальные медицинские препараты, аллергия, противопоказания. Раны и травмы. Шины и лангеты. Элементарные способы транспортировки пострадавшего (на носилках, на плаще. Отработка медицинских повязок. Отработка наложения жгута Эсмарха. Отработка повязок «Крестообразная на затылок», «Спиральная на конечность».

5. Общая физическая подготовка.

Теория:

Развитие морально волевых качеств. Комплекс ГТО. Виды ГТО на соревнованиях «Зарница» и «Школа безопасности». Условия проведения видов.

Практические занятия: Разминочный комплекс. Бег на короткие дистанции. Эстафеты с элементами ориентирования. Силовые упражнения. Кросс. Упражнения на развитие координации движений, ловкости. Развитие силовых и скоростно-силовых способностей. Выполнение нормативов по бегу на короткие дистанции и выполнение упражнений силовой гимнастики. Развитие скоростных способностей, подготовительные упражнения для основ рукопашного боя. Развитие ловкости и координации. Подготовка и сдача нормативов ГТО. Испытание «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» (девочки-девушки). Испытание «Подтягивание из виса на высокой перекладине» (мальчики-юноши). Испытание «Наклон из положения стоя». Испытание «Пресс». Отработка нормативов. Преодоление туристской полосы препятствий. Спортивные игры с мячом. Прыжки на скакалке. Прыжки через веревку вдвоем, втроем. Игры на командное взаимодействие с мячом. Игры на развитие вестибулярного аппарата. Вис на шведской стенке. Лыжная тренировка. Лыжный кросс. Лыжный кросс с элементами биатлона. Лыжные эстафеты.

6. Туристская подготовка.

Теория: Охрана природы. Личное, групповое, специальное туристское снаряжение для пешеходных, лыжных, водных походов. Требования к снаряжению. Ремонтный набор. Костровой набор, способы обустройства бивуака. Палатка и ее комплектация.

Питание в путешествии. Основные принципы. Составление раскладки. Специальное снаряжение для занятий туризмом и скалолазанием. Страховочные системы. Веревки. Карабины. Спуско-подъемные устройства. Техника безопасности при преодолении туристской полосы препятствий.

Лыжи и лыжные крепления. Личное и групповое снаряжение для зимы. Техника безопасности во время занятий лыжами, при преодолении препятствий на лыжах. Способы подъема и спуска на лыжах. Основные ходы на лыжах с рюкзаком. Преодоление препятствий на лыжах.

Суда, используемые для путешествий: байдарки, катамараны, гребные лодки и шлюпки. Типы, устройство, такелаж, подготовка, сборка-разборка, комплектация. Эксплуатация. Техника безопасности во время тренировки на водных судах.

Топография. Карты. Схемы. Планы. Масштаб. Условные знаки. Рельеф. Сечение, горизонталь, бергштрих, отметки высот. Ориентирование, его виды. Спортивное ориентирование. Спортивная карта.

Туристские и краеведческие должности в походе. Меры безопасности в туристских походах. Организация и подготовка туристского путешествия. Знакомство с маршрутом.

Виды туристских узлов. Типы костров. Знаки МКАС. Флажный семафор.

Основные задачи работы фотографа в походе. Что мы фотографируем? Виды фотографий. Итоги работы фотографа.

Условия проведения видов «Ориентирование», «Турполоса», «Полоса выживания» на соревнованиях «Зарница», «Школа безопасности», «Предупреждение. Спасение. Помощь».

Практические занятия: Укладка рюкзака. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Организация лагеря. Костер (разжигание, поддержание). Приготовление пищи на костре. Сушка вещей. Согрев. Меры безопасности. Отработка навыков установки кострового тента. Отработка навыков установки тагана. Характеристики местности по рельефу. Азимут. Определение и движение по азимуту. Компас, работа с компасом. Действия по определению сторон света с компасом и без. Измерение расстояний. Виды ориентиров. Ориентирование в закрытом помещении, на пришкольной территории. Ориентирование в заданном направлении и по выбору. Ориентирование в лабиринте. Преодоление препятствий по наведенным и закрепленным перилам. Использование спуско-подъемных устройств. Страховка и самостраховка. Знакомство с надеванием страховочных систем. Отработка этапов «Подъем, траверс, спуск», «бабочка». Принципы и требования. Техника пешеходного (ТПТ), лыжного (ЛТТ) и водного (ВТТ) туризма. Отработка элементов гребли на байдарках и катамаранах. Отработка туристских и краеведческих должностей в походе. Туристские узлы.

Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.

Отработка заданий вида «Полоса выживания», «Маршрут выживания». Отработка броска «спасательного конца». Отработка передачи сигналов с помощью флажного семафора, знаков МКАС. Сооружения временного защитного укрытия.

Знакомство с видеоклипами о проведенных походах и экспедициях.

7. Нестационарные мероприятия в природной среде.

Нестационарное мероприятие – полевой сбор или пеший или водный поход 1 степени сложности.

Практические занятия. 6. Туристская подготовка. 4. Безопасность жизнедеятельности. 5. Общая физическая подготовка. 3. Основы военной подготовки.

8. Итоговое занятие.

Практические занятия: Подведение итогов учебного года, обсуждение планов на следующий учебный год. Подведение итогов похода. Какие профессии, связанные с туризмом, вы узнали?

Планируемые результаты учебного года.

Предметные

Выпускники первого года обучения будут:

- Ознакомлены с основными первичными туристскими (походными) умениями и навыками;
- Ознакомлены с основными опасными и чрезвычайными ситуациями и с основными навыками и умениями безопасного поведения в условиях ЧС;
- Ознакомлены с основными соревновательными специализированными умениями и навыками для участия в профильных соревнованиях по военно-спортивному многоборью: по стрелковой и строевой подготовке, по противопожарной подготовке, по спортивному ориентированию и турмногоборью, по медицинской подготовке и гражданской обороне;

Метапредметные

Выпускники первого года обучения будут

- Ознакомлены с некоторыми военно-историческими достопримечательностями родного края;
- Развиваться физически;
- Учиться формированию умения анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Иметь представление и начальные навыки самостоятельной работы с информационными источниками.

Личностные

Выпускники первого года обучения будут:

- Учиться общаться и взаимодействовать, развивать умения работать в группе, команде;
- Воспитывать в себе морально-волевые качества, социальную ответственность (ответственность за себя, за других, за общее дело, инициативность, настойчивость, целеустремленность);
- Формировать свою общественную активность, повышать степень социализации в коллективе, расширять мотивацию к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- Начнут формировать сплоченный коллектив объединения, способный к эффективным совместным действиям в условиях коллективного дела (соревнований, похода).

Календарно-тематический план 1 года обучения

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
1	1	Вводное занятие, Инструктаж по ОТ. Какие профессии, связанные с туризмом, вы знаете?	2		
2	2	Основные этапы становления и развития Российской государственности.	2		
3	5	Разминочный комплекс. Бег на короткие дистанции. Спортивные игры с мячом.	4		
4	4	Цели и задачи ГО, организация российской системы предупреждения и действия в ЧС.	2		
5	6	Специальное снаряжение для занятий туризмом и скалолазанием. Надевание страховочной системы.	2		
6	3	Терминология (строевой устав). Строй и управление ими. Строевые приемы и действия без оружия индивидуально и в составе подразделения.	2		
7	6	Условные знаки спортивных и топографических карт. Рельеф. Сечение, горизонтالي, бергштрих, отметки высот.	2		
8	6	Ориентирование, его виды. Спортивное ориентирование. Спортивная карта.	4		
9	5	Подготовка и сдача нормативов ГТО. Спортивные игры с мячом.	2		
10	5	Эстафеты с элементами ориентирования. Силовые упражнения.	2		
11	6	Ориентирование по выбору.	2		
12	6	Ориентирование в заданном направлении.	2		
13	6	Сооружения временного защитного укрытия.	2		
14	6	Отработка заданий вида «Полоса выживания».	2		
15	5	Кросс. Упражнения на развитие координации движений, ловкости.	4		
16	6	Виды узлов. Топознаки.	2		
17	6	Ориентирование в лабиринте	2		
18	6	Туристские и краеведческие должности в походе.	2		
19	5	Разминочный комплекс. Спортивные игры.	2		
20	2	Запись наблюдений и обработка материалов на экскурсиях в музеях и памятных местах	2		
	4	Личная гигиена, профилактика заболеваний.	2		
21	6	Основные задачи работы фотографа в походе. Что мы фотографируем? Виды фотографий.	2		
22	2	Исторически значимые места Санкт-Петербурга.	2		
23	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Снаряжение магазина АК-74.	2		
24	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Стрельба из положения стоя.	2		
25	2	Исторически значимые места Санкт-Петербурга.	4		
26	4	Жгут Эсмарха. Правила наложения.	2		
27	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Стрельба из положения стоя.	2		
28	4	Отработка медицинских повязок. Отработка повязок «Крестообразная на затылок», «Спиральная на конечность».	2		

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
29	3	Снаряжение магазина АК-74.	2		
30	3	Стрельба из пневматической винтовки из положения лежа, стоя. Снаряжение магазина АК-74.	4		
31	4	Отработка медицинских повязок.	2		
32	4	Надевание боевой одежды пожарного.	2		
33	4	Операция «Защита». Виды противогазов. Отработка надевания противогаза на себя и на пострадавшего.	2		
34	4	Операция «Защита». Виды противогазов. Отработка надевания противогаза на себя и на пострадавшего.	2		
35	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	4		
36	4	Отработка медицинских повязок. Отработка наложения жгута.	2		
37	4	Операция «Защита». Виды противогазов. Отработка надевания противогаза на себя.	2		
38	6	Виды туристских узлов.	2		
39	5	Разминочный комплекс. Спортивные игры. Прыжки на скакалке. Упражнения с мячом.	2		
40	6	Организация бивуака в осенне-зимних условиях.	4		
41	6	Личное, групповое, специальное туристское снаряжение для лыжных походов.	2		
42	5	Разминочный комплекс. Спортивные игры. Прыжки на скакалке. Упражнения с мячом.	2		
43	5	Лыжная тренировка. Основные ходы на лыжах.	2		
44	6	Лыжи и лыжные крепления. Личное и групповое снаряжение для зимы.	4		
45	3	Терминология. Строевой устав. Строи и управление ими.	2		
46	5	Лыжная тренировка. Основные ходы на лыжах.	2		
47	3	Строевые приемы и действия без оружия индивидуально и в составе подразделения.	2		
48	5	Лыжный кросс с элементами биатлона.	2		
49	6	Техника безопасности во время занятий лыжами, при преодолении препятствий на лыжах. Способы подъема и спуска на лыжах	4		
50	3	Строевые приёмы и действия без оружия: строевая стойка, повороты на месте, движение.	2		
51	5	Лыжные эстафеты с элементами биатлона.	2		
52	6	Виды туристских узлов. Палатка и ее комплектация.	2		
53	5	Лыжные эстафеты с элементами биатлона.	2		
54	6	Основные ходы на лыжах с рюкзаком. Преодоление препятствий на лыжах. Способы подъема и спуска на лыжах.	4		
55	6	Отработка навыков установки палаток.	2		
56	6	Отработка навыков установки кострового тента.	2		
57	6	Питание в путешествии. Основные принципы. Составление раскладки.	2		
58	5	Лыжный кросс	2		
59	6	Питание в путешествии. Основные принципы. Составление раскладки.	2		

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
60	5	Лыжная тренировка	1		
	6	Питание в путешествии. Основные принципы. Составление раскладки.	1		
61	6	Основные задачи работы фотографа в походе. Что мы фотографируем? Виды фотографий.	2		
62	6	Меры безопасности при организации туристского быта.	2		
63	6	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Организация лагеря.	4		
65	6	Итоги работы фотографа. Знакомство с видеоклипами о проведенных походах и экспедициях.	2		
66	6	Отработка установки кострового тента.	2		
67	6	Личное, групповое, специальное туристское снаряжение для пешеходных походов.	2		
68	6	Отработка установки кострового тросика.	2		
69	6	Костер (разжигание, поддержание). Приготовление пищи на костре. Согрев. Меры безопасности.	4		
70	6	Укладка рюкзака.	2		
71	6	Отработка установки кострового тента.	2		
72	6	Укладка рюкзака.	2		
73	6	Отработка установки кострового тента.	2		
74	5	Игры на развитие вестибулярного аппарата. Вис на шведской стенке.	2		
75	6	Измерение азимута. Ориентирование по выбору и заданном направлении.	2		
76	6	Костер (разжигание, поддержание). Приготовление пищи на костре. Сушка вещей. Согрев. Меры безопасности.	4		
77	6	Использование спуско-подъемных устройств.	2		
78	6	Отработка этапов «навесная переправа», «параллельная переправа».	2		
79	6	Суда, используемые для путешествий: байдарки, катамараны, гребные лодки и шлюпки.	2		
80	6	Типы водных судов, устройство, такелаж, подготовка, сборка-разборка, комплектация.	2		
81	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области	4		
83	6	Распределение и отработка «туристских и краеведческих» должностей.	2		
84	5	Прыжки на скакалке. Прыжки через веревку вдвоем, втроем. Игры на командное взаимодействие с мячом.	2		
85	6	Техника водного (ТВТ) туризма. Отработка элементов гребли на байдарках и катамаранах	2		
86	6	Эксплуатация байдарок и катамаранов. Техника безопасности во время тренировки на водных судах	4		
87	6	Использование спуско-подъемных устройств.	2		
88	6	Преодоление препятствий по наведенным и закрепленным перилам.	2		
89	6	Знакомство с видеоклипами о проведенных походах и экспедициях.	2		
90	6	Туристские и краеведческие должности в походе. Меры	2		

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
		безопасности в туристских походах.			
91	6	Техника водного (ТВТ) туризма. Отработка элементов гребли на байдарках и катамаранах	4		
92	6	Организация и подготовка туристского путешествия. Распределение должностей. Знакомство с маршрутом.	2		
93	6	Составление раскладки и закупка продуктов. Сбор снаряжения для похода.	2		
94	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	1		
95	7	Туристская подготовка. Техника и тактика водного туризма. Туристский быт.	6		
96	7	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма. Туристский быт.	6		
97	7	Туристская подготовка. Приготовление пищи на костре.	6		
98	7	Туристская подготовка. . Техника и тактика водного туризма. Туристский быт.	6		
99	7	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма. Туристский быт.	6		
100	7	Основы безопасной жизнедеятельности	6		
101	7	Общефизическая подготовка.	6		
102	8	Итоговое занятие. Подведение итогов похода. Подведение итогов учебного года, обсуждение планов на следующий учебный год. Какие профессии, связанные с туризмом, вы узнали?	2		
		Всего за год	264 часа		

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА «Военно-спортивное многоборье»
второго года обучения, для детей 11-14 лет
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Особенности организации образовательного процесса

Коллектив объединения в начале года знакомится с результатами деятельности объединения в прошедшем учебном году, с календарями мероприятий туристско-краеведческой, оборонно-спортивной и военно-патриотической направленности. В зависимости от возрастных особенностей, сформированности туристско-бытовых специальных туристских, коммуникативных качеств планируется подготовка и участие команды в профильных мероприятиях районного и городского масштаба. Некоторые темы программы добавляются постепенно, так, на втором году занятий добавляются темы «Школа командиров» (Раздел «Основы военной подготовки») и «Тактическая подготовка» (раздел «Туристская подготовка»). В конце каждого года обучения предусматривается нестационарное мероприятие, сложность которого увеличивается на каждом этапе. В конце второго года обучающиеся проходят полевой сбор с усложненной программой и/или степенной поход.

Задачи года

Обучающие:

- Осваивать основные первичные туристские (походные) умения и навыки;
- Продолжать знакомиться с основными опасными и чрезвычайными ситуациями и с основными навыками и умениями безопасного поведения в условиях ЧС;
- Осваивать специализированные умения и навыки для участия в профильных соревнованиях по военно-спортивному многоборью: по стрелковой и строевой подготовке, по

противопожарной подготовке, по спортивному ориентированию и турмногоборью, по медицинской подготовке и гражданской обороне;

Развивающие:

- Продолжать знакомиться с военно-историческими достопримечательностями родного края;
- Развивать обучающихся физически;
- Формировать умения анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Знать простые информационные источники: семейные архивы, окружающие люди, литература, картографический материал, опубликованные и фондовые документы, профильные сайты.

Воспитательные:

- Развивать уровень коммуникативной культуры; развивать этические качества, воспитывать умение работать в группе, команде;
- Воспитывать морально-волевые качества, социальную ответственность (ответственность за себя, за других, за общее дело, инициативность, настойчивость, целеустремленность);
- Продолжать формировать общественную активность обучающихся, повышать степени их социализации в обществе, расширять мотивацию к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- Формировать сплоченный коллектив объединения, способный к эффективным совместным действиям в условиях коллективного дела (проекта).

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Теория: Краткий обзор тем программы, техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Какие профессии, связанные с туризмом, вы знаете?

2. Общественно-историческая подготовка.

Теория: Памятные места Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Дни воинской славы. Тактико-технические характеристики основных видов современной техники. Страна. Гимн. Гербы. Оружие победы. Санкт – Петербург – Петроград – Ленинград. Исторически значимые места Выборгского района. Структура Российских Вооруженных сил. Звания. Устав Вооруженных сил Российской армии. Блокада Ленинграда

Практические занятия: запись наблюдений и обработка материалов на экскурсиях в музеях и памятных местах. Участие в программах «Детские музейные дни в Санкт-Петербурге».

3. Основы военной подготовки.

Теория: Стрелковая подготовка. Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Устройство и назначение пневматической винтовки. Уход. Хранение. Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы. Калибры патронов АК 5,45 и 7,62.

Строевая подготовка. Терминология (строевой устав. Строи и управление ими.

Школа командиров. Действия командира в бою. Основы психологии. Качества лидера. Организация подготовки к соревнованиям.

Практические занятия: Стрельба из пневматической винтовки из положения лежа, стоя, с колена. Снаряжение магазина АК 30-ю патронами.

Отдание воинского приветствия на месте и в движении без оружия. Выход из строя и подход к начальнику. Размыкание и смыкание на месте. Перемена направления захождением плечом. Перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно. Отдание воинского приветствия в строю на месте и в движении.

Школа командиров. Отработка действий командира во время занятий. Отработка работы командира отделения на занятиях по строевой подготовке.

4. Безопасность жизнедеятельности.

Теория: Противопожарная подготовка. Правила обращения с огнем в квартире, доме, на природе. Правила обращения с легковоспламеняющимися жидкостями, горючими веществами, средствами бытовой химии. Правила разведения костров в лесу, на открытом пространстве. Условия проведения вида «Пожарная безопасность» на соревнованиях «Школа безопасности», «Предупреждение. Спасение. Помощь».

Средства индивидуальной защиты. Специальная защитная одежда. Правила надевания противогаза. Правила надевания ОЗК – общевойскового защитного костюма.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Строение и функции организма человека. Краткие сведения о строении организма. Асептика и антисептика. Виды травм и кровотечений. Первая помощь при травмах. Виды повязок. Виды носилок. Жгут Эсмарха. Наложение шин. Наложение «косынки».

Практические занятия: Надевание боевой одежды пожарного. Изучение и практическая отработка элементов пожарной эстафеты. Участие в соревнованиях по видам «Операция защита», «Операция Следопыт», «Полоса выживания». Выполнение норматива одевания противогаза ГП-5 на себя и пострадавшего. Отработка надевания ОЗК. Отработка заданий видов «Полоса выживания», «Операция защита». Отработка броска «спасательного конца». Отработка передачи сигналов с помощью флажного семафора, знаков МКАС. Сооружения временного защитного укрытия. Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка. Личная аптечка, индивидуальные медицинские препараты, аллергия, противопоказания. Походный травматизм, заболевания в походе. Средства профилактики заболеваний и травматизма в походе. Раны и травмы. Шины и лангеты. Элементарные способы транспортировки пострадавшего. (на носилках, на плаще). Отработка медицинских повязок. Косынка. Чепец. Сходящаяся. Отработка наложения жгута Эсмарха. Отработка элементов самопомощи. Остановка артериального кровотечения в области предплечья. Наложение асептической повязки. Наложение косынки. ПП при закрытом переломе лучезапястного сустава.

5. Общая физическая подготовка.

Теория:

Развитие морально волевых качеств. Комплекс ГТО. Виды ГТО на соревнованиях «Зарница» и «Школа безопасности». Условия проведения видов. Основные виды ходов на лыжах.

Практические занятия: Разминочный комплекс. Бег на короткие дистанции. Эстафеты с элементами ориентирования. Силовые упражнения. Кросс. Упражнения на развитие координации движений, ловкости. Развитие силовых способностей и скоростно-силовых, выполнение нормативов по бегу на короткие дистанции и выполнение упражнений силовой гимнастики. Развитие скоростных способностей, подготовительные упражнения для основ рукопашного боя. Развитие ловкости и координации. Упражнения с мячом. Подготовка и сдача нормативов ГТО. Преодоление туристской полосы препятствий. Спортивные игры с мячом. Лыжная тренировка. Лыжный кросс. Пешеходный маршрут.

6. Туристская подготовка.

Теория: Охрана природы. Принцип «После нас – лучше, чем до нас.» Личное, групповое, специальное туристское снаряжение для пешеходных, лыжных, водных походов. Требования к снаряжению. Ремонтный набор. Костровой набор, способы обустройства бивуака. Палатка и ее комплектация.

Питание в путешествии. Составление раскладки.

Специальное снаряжение для занятий туризмом и скалолазанием. Страховочные системы. Веревки. Карабины. Спускоподъемные устройства. Техника безопасности при преодолении туристской полосы препятствий.

Лыжи и лыжные крепления. Личное и групповое снаряжение для зимы. Техника безопасности во время занятий лыжами, при преодолении препятствий на лыжах. Способы подъема и спуска на лыжах.

Суда, используемые для путешествий: байдарки, катамараны, гребные лодки и шлюпки. Типы, устройство, такелаж, подготовка, сборка-разборка, комплектация.

Эксплуатация. Спасательные средства и их хранение. Техника безопасности во время тренировки на водных судах.

Топография. Карты. Схемы. Планы. Масштаб. Условные знаки. Рельеф. Сечение, горизонталы, бергштрих, отметки высот. Ориентирование, его виды. Спортивное ориентирование. Спортивная карта.

Туристские и краеведческие должности в походе.

Меры безопасности в туристских походах.

Виды туристских узлов.

Основы информатики (навыки работы с информационными технологиями и интернет-ресурсами).

Работа с информацией, обобщение и анализ. Использование социальных сетей.

Тактическая подготовка. Тактика прохождения различных препятствий и командного взаимодействия при участии в соревнованиях по спортивному, водному, пешеходному туризму, спортивному ориентированию. КТМ – комплексный туристский маршрут. Приключенческий маршрут. Поисково-спасательные работы. Военно-прикладные соревнования. Условия проведения вида «Полоса выживания» на соревнованиях «Зарница», «Школа безопасности», «Предупреждение. Спасение. Помощь». Виды связи. Флажный семафор, знаки МКАС. Сооружение временного защитного укрытия.

Подведение итогов путешествия. Обсуждение похода. Просмотр походных фото- и видеоматериалов.

Подготовка отчета (по разделам и должностям). Вводная часть, характеристика района путешествия. Техническое описание маршрута, картографический материал. Материально-финансовое обеспечение похода. Краеведческая и общественно-полезная работа. Выводы, рекомендации, приложения.

Практические занятия: Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Организация лагеря. Костер (разжигание, поддержание). Приготовление пищи на костре. Сушка вещей. Согрев. Меры безопасности. Отработка навыков установки палаток. Отработка навыков установки кострового тента. Отработка навыков навешивания кострового тросика. Отработка навыков установки палаток для командного использования. Полубочки.

Характеристики местности по рельефу. Определение и движение по азимуту. Азимут истинный и магнитный. Работа с компасом. Измерение расстояний. Виды ориентиров. Определение сторон горизонта по местным признакам, выход к ближайшему жилью, источники света в ночное время. Ориентирование в закрытом помещении, на пришкольной территории. Ориентирование в заданном направлении и по выбору. Ориентирование в лабиринте. Преодоление препятствий по наведенным и закрепленным перилам. Страховка и самостраховка. Принципы и требования. Техника пешеходного (ТПТ), лыжного (ТЛТ) и водного (ТВТ) туризма. Отработка туристских и краеведческих должностей в походе. Тактическая подготовка. Отработка взаимодействия в составе команды на тренировках и в различных соревнованиях.

Работа с информацией, обобщение и анализ. Использование социальных сетей. Знакомство с изготовлением презентаций и видеоклипов. Создание презентаций и видеоклипов. Создание постов в социальных сетях.

Флажный семафор, знаки МКАС. Сооружение временного защитного укрытия. Отработка заданий вида «Полоса выживания».

Пешеходные и лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.

Обсуждение итогов путешествия. Подготовка отчета (индивидуально и группами). Оформление летописи Клуба, видеофильма, фотоальбомов в социальных сетях и на интернет-ресурсах. Подготовка выставки-презентации (устный отчет), подготовка материалов и докладчиков для публичного выступления.

7. Нестационарные мероприятия в природной среде.

Нестационарное мероприятие – полевой сбор или пеший или водный поход 1 степени сложности.

Практические занятия. Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного и водного туризма. Туристский быт. Приготовление пищи на костре. Основы оказания первой помощи.

8.Итоговое занятие.

Практические занятия: Подведение итогов учебного года и похода, обсуждение планов на лето и на следующий учебный год. Анкетирование. Какие профессии, связанные с туризмом, вы узнали?

Планируемые результаты учебного года.

Предметные

Выпускники второго года обучения:

- Усвоят основные первичные туристские (походные) умения и навыки;
- Будут знать основные опасные и чрезвычайные ситуации и основные навыки и умения безопасного поведения в условиях ЧС;
- Будут знать основные соревновательные специализированные умения и навыки для участия в профильных соревнованиях по военно-спортивному многоборью: по стрелковой и строевой подготовке, по противопожарной подготовке, по спортивному ориентированию и турмногоборью, по медицинской подготовке и гражданской обороне;

Метапредметные

Выпускники второго года обучения:

- Будут знать некоторые культурные и военно-исторические достопримечательности родного края;
- Развиваться физически;
- Формировать умения анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Иметь представление и начальные навыки самостоятельной работы с информационными источниками.

Личностные

Выпускники второго года обучения будут:

- Учиться общаться и взаимодействовать, развивать умения работать в группе, команде,
- Воспитывать в себе морально-волевые качества, социальную ответственность (ответственность за себя, за других, за общее дело, инициативность, настойчивость, целеустремленность);
- Формировать свою общественную активность, повышать степень социализации в коллективе, расширять мотивацию к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- Сформируют сплоченный коллектив объединения, способный к эффективным совместным действиям в условиях коллективного дела (соревнований, похода).

Календарно-тематический план

9 часов, 2 год обучения

№	Раз дел	Тема занятия	Кол -во часов	Дата занятия	
				План	Факт
1	1	Вводное занятие, Инструктаж по ОТ. Какие профессии, связанные с туризмом, вы знаете?	3		
2	4	Операция «Защита». Отработка надевания противогаза на себя и на пострадавшего.	2		
3	2	Памятные места Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Дни воинской славы.	3		
4	5	Разминочный комплекс. Бег на короткие дистанции. Эстафеты с элементами ориентирования.	2		
5	4	Правила надевания ОЗК – общевойскового защитного	3		

№	Раз дел	Тема занятия	Кол -во час ов	Дата занятия	
				План	Факт
		костюма. Отработка надевания ОЗК.			
	6	Охрана природы. Принцип «После нас – лучше, чем до нас».	1		
6	6	Специальное снаряжение для занятий туризмом и скалолазанием. Преодоление туристской полосы препятствий.	8		
7	3	"Школа командиров". Действия командира в бою. Отработка работы командира во время занятий.	3		
8	6	Топография. Карты. Схемы. Планы. Масштаб. Рельеф. Сечение, горизонталы, бергштрих, отметки высот.	2		
9	5	Подготовка и сдача нормативов ГТО. Спортивные игры с мячом.	3		
10	5	Эстафеты с элементами ориентирования. Силовые упражнения.	2		
11	6	Приключенческий маршрут. Поисково-спасательные работы.	4		
12	3	"Школа командиров". Качества лидера. Организация подготовки к соревнованиям.	3		
13	6	Ориентирование по выбору.	2		
14	6	Ориентирование в заданном направлении. Ориентирование по выбору.	3		
15	6	Сооружения временного защитного укрытия.	2		
16	6	Отработка заданий вида «Полоса выживания».	4		
17	6	Флажный семафор, знаки МКАС. Сооружение временного защитного укрытия. Отработка заданий вида «Полоса выживания».	8		
18	6	Работа с информацией, обобщение и анализ. Использование социальных сетей.	3		
19	6	Ориентирование в лабиринте. Виды узлов.	2		
20	6	Сооружения временного защитного укрытия. Знаки МКАС. Типы костров. Флажный семафор.	3		
21	6	Туристские и краеведческие должности в походе.	2		
22	5	Пешеходный маршрут.	4		
23	2	Исторически значимые места Санкт-Петербурга.	3		
24	2	Участие в краеведческой программе «Детские музейные дни» в Санкт-Петербурге.	2		
25	5	Обсуждение итогов путешествия. Подготовка отчета (индивидуально и группами).	3		
26	6	Основы информатики (навыки работы с информационными технологиями и интернет-ресурсами).	2		
27	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Снаряжение магазина АК-74.	4		
28	2	Запись наблюдений и обработка материалов на экскурсиях в музеях и памятных местах.	7		
	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Стрельба из положения лежа.	1		
29	5	Пешеходный маршрут.	3		
30	4	Жгут Эсмарха. Правила наложения. Отработка элементов самопомощи.	2		
31	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Стрельба из положения стоя.	3		
32	4	Отработка медицинских повязок. Косынка. Чепец.	2		

№	Раз дел	Тема занятия	Кол -во час ов	Дата занятия	
				План	Факт
		Сходящаяся.			
33	3	Снаряжение магазина АК-74. Калибры патронов АК 5.45 и 7,62	4		
34	4	Надевание боевой одежды пожарного.	3		
35	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	2		
36	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	4		
37	4	Операция «Защита». Отработка надевания противогаза на себя и на пострадавшего.	3		
38	4	Операция «Защита». Отработка надевания противогаза на себя и на пострадавшего.	2		
39	4	Остановка артериального кровотечения в области предплечья. Наложение асептической повязки. Наложение косынки. ПП при закрытом переломе лучезапястного сустава.	3		
40	4	Операция «Защита». Отработка надевания противогаза на себя и на пострадавшего.	2		
41	6	Отработка взаимодействия в составе команды на тренировках и в различных соревнованиях.	4		
42	4	Элементарные способы транспортировки пострадавшего. Надевание БОП – боевой одежды пожарного.	8		
43	6	Виды туристских узлов.	3		
44	5	Разминочный комплекс. Спортивные игры. Прыжки на скакалке. Упражнения с мячом.	2		
45	6	Личное, групповое, специальное туристское снаряжение для лыжных походов.	3		
46	5	Разминочный комплекс. Спортивные игры. Прыжки на скакалке. Упражнения с мячом.	2		
47	6	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Организация лагеря.	4		
48	5	Лыжная тренировка. Основные ходы на лыжах.	2		
49	6	Лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	4		
50	6	Лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	8		
51	3	Отработка работы командира отделения.	3		
52	5	Лыжная тренировка. Основные ходы на лыжах.	2		
53	6	Лыжи и лыжные крепления. Личное и групповое снаряжение для зимы.	3		
54	3	Строевые приемы и действия без оружия индивидуально и в составе подразделения.	2		
55	5	Лыжный кросс с элементами биатлона.	4		
56	3	Строевые приёмы и действия без оружия: строевая стойка, повороты на месте, движение.	3		
57	5	Лыжные эстафеты с элементами биатлона.	2		
58	6	Основные ходы на лыжах с рюкзаком. Преодоление препятствий на лыжах. Способы подъема и спуска на лыжах.	3		
59	3	Размыкание и смыкание на месте. Перемена направления захождением плечом. Перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно	2		

№	Раз дел	Тема занятия	Кол -во часов	Дата занятия	
				План	Факт
60	5	Лыжные эстафеты с элементами биатлона.	8		
61	6	Отработка навыков установки палаток для командного использования. Полубочки.	3		
62	6	Отработка навыков установки кострового тента.	2		
63	6	Лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	4		
64	6	Питание в путешествии. Составление раскладки.	3		
65	5	Лыжный кросс.	2		
66	6	Питание в путешествии. Основные принципы. Составление раскладки.	3		
67	6	Меры безопасности при организации туристского быта.	2		
68	6	Лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	4		
69	6	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Организация лагеря.	3		
70	6	Основные задачи работы фотографа в походе. Что мы фотографируем? Виды фотографий. Создание презентаций и видеоклипов.	2		
71	5	Лыжная тренировка.	3		
72	6	Создание презентаций и видеоклипов. Создание постов в социальных сетях.	2		
73	6	Отработка установки кострового тента.	4		
74	6	Отработка установки кострового тента.	3		
75	6	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Организация лагеря.	2		
76	6	Укладка рюкзака.	3		
77	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Стрельба из положения сидя.	2		
78	6	Личное, групповое, специальное туристское снаряжение для пешеходных походов.	4		
79	6	Тактика прохождения различных препятствий и командного взаимодействия при участии в соревнованиях по спортивному, пешеходному туризму, спортивному ориентированию.	8		
80	6	Отработка установки командной палатки типа «Полубочка».	3		
81	6	Отработка установки кострового тента.	2		
82	6	Использование спускоподъемных устройств.	3		
83	6	Измерение азимута. Ориентирование в заданном направлении. Ориентирование по выбору.	2		
84	5	Преодоление туристской полосы препятствий. Спортивные игры с мячом.	4		
85	6	Костер (разжигание, поддержание). Приготовление пищи на костре. Сушка вещей. Согрев. Меры безопасности. Приготовление пищи на костре.	8		
86	6	Отработка этапов «навесная переправа», «параллельная переправа».	3		
87	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области	2		
88	6	Суда, используемые для путешествий: байдарки, катамараны, гребные лодки и шлюпки.	3		
89	6	Типы водных судов, устройство, такелаж, подготовка,	2		

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
		сборка-разборка, комплектация.			
90	6	Организация и подготовка туристского путешествия. Составление раскладки и закупка продуктов. Сбор снаряжения для похода.	4		
91	6	Распределение и отработка «туристских и краеведческих» должностей.	3		
92	6	Эксплуатация байдарок и катамаранов. Спасательные средства и их хранение. Техника безопасности во время тренировки на водных судах	3		
93	6	Техника водного (ТВТ) туризма. Отработка элементов гребли на байдарках и катамаранах	2		
94	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	8		
95	5	Разминочный комплекс. Спортивные игры.	3		
96	6	Преодоление препятствий по наведенным и закрепленным перилам.	2		
97	6	Знакомство с видеоклипами о проведенных походах и экспедициях.	3		
98	6	Туристские и краеведческие должности в походе. Меры безопасности в туристских походах.	2		
99	6	Освещение работы объединения в социальных сетях. Создание постов в группе и беседах.	4		
100	6	Техника водного (ТВТ) туризма. Отработка элементов гребли на байдарках и катамаранах	3		
101	6	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма. Туристский быт.	2		
102	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	1		
103	7	Туристская подготовка. Туристский быт.	6		
104	7	Туристская подготовка. Техника и тактика водного туризма.	6		
105	7	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма.	6		
106	7	Туристская подготовка. Основы оказания первой помощи.	6		
107	7	Туристская подготовка. Туристский быт.	6		
108	7	Туристская подготовка. Техника и тактика водного туризма.	6		
109	7	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма.	6		
110	7	Туристская подготовка. Основы оказания первой помощи.	6		
111	7	Туристская подготовка. Туристский быт.	6		
112	7	Туристская подготовка. Техника и тактика водного туризма.	6		
113	7	Основы безопасной оказания первой помощи	3		
114	8	Подведение итогов учебного года и похода, обсуждение планов на лето и на следующий учебный год. Анкетирование. Какие профессии, связанные с туризмом, вы узнали?	3		
Всего: 396 часов					

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА «Военно-спортивное многоборье»
третьего года обучения, для детей 12-15 лет
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Особенности организации образовательного процесса

Коллектив объединения в начале года знакомится с результатами деятельности объединения в прошедшем учебном году, с календарями мероприятий туристско-краеведческой, оборонно-спортивной и военно-патриотической направленности. Подводятся итоги летних походов. В зависимости от возрастных особенностей, сформированности туристско-бытовых специальных туристских, коммуникативных качеств планируется подготовка и участие команды в профильных мероприятиях районного и городского масштаба, а также планируются осенние, весенние и летние походы. На третьем году обучения команда активно участвует в соревнованиях городского (регионального) уровня. Все темы повторно прорабатываются и углубляются. Некоторые темы программы добавляются постепенно, так, на третьем году обучения – темы «Основы военных знаний» (Раздел «Основы военной подготовки»). В конце каждого года обучения предусматривается нестационарное мероприятие, сложность которого увеличивается на каждом этапе. В конце третьего года обучения проходит степенной или категорийный поход.

Задачи года

Обучающие:

- Совершенствовать основные туристские (походные) умения и навыки;
- Знать основные опасные и чрезвычайные ситуации и с основными навыками и умениями безопасного поведения в условиях ЧС;
- Совершенствовать специализированные умения и навыки для участия в профильных соревнованиях по военно-спортивному многоборью: по стрелковой и строевой подготовке, по противопожарной подготовке, по спортивному ориентированию и турмногоборью, по медицинской подготовке и гражданской обороне;

Развивающие:

- Узнавать основные военно-исторические достопримечательности родного края;
- Развить обучающихся физически;
- Сформировать умения анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Знать простые информационные источники: семейные архивы, окружающие люди, литература, картографический материал, опубликованные и фондовые документы, профильные сайты.

Воспитательные:

- Совершенствовать уровень коммуникативной культуры; развивать этические качества, воспитывать умение работать в группе, команде;
- Воспитать морально-волевые качества, социальную ответственность (ответственность за себя, за других, за общее дело, инициативность, настойчивость, целеустремленность);
- Продолжать формировать общественную активность обучающихся, повышать степени их социализации в обществе, расширять мотивацию к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- Сформировать сплоченный коллектив объединения, способный к эффективным совместным действиям в условиях коллективного дела (проекта).

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Теория: Краткий обзор тем программы, техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Какие профессии, связанные с туризмом, ты знаешь?

2. Общественно-историческая подготовка.

Теория: Памятные места Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Дни воинской славы. Тактико-технические характеристики основных видов современной техники. Страна. Гимн. Гербы. Оружие победы. Санкт – Петербург – Петроград – Ленинград. Исторически значимые

места Санкт-Петербурга. Структура Российских Вооруженных сил. Маршал. Звания. Внутренний устав караульной службы. Блокада Ленинграда. Дисциплинарный устав. Города герои.

Практические занятия: запись наблюдений и обработка материалов на экскурсиях в музеях и памятных местах. Участие в программах «Детские музейные дни в Санкт-Петербурге».

3. Основы военной подготовки.

Теория: Стрелковая подготовка. Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Устройство и назначение пневматической винтовки. Уход. Хранение. Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы. Назначение, устройство и принцип действия автомата Калашникова. Тактико-технические характеристики АК-74. Назначение и устройство частей и механизмов автомата. Порядок неполной разборки и сборки АК.

Калибры патронов АК 5,45 и 7,62.

Строевая подготовка. Терминология (строевой устав. Строи и управление ими.

Школа командиров. Действия командира в бою. Основы психологии. Качества лидера. Организация подготовки к соревнованиям. Основы военных знаний. Правовые основы военной службы: воинская обязанность и комплектование Вооружённых сил личным составом, военная служба и порядок её прохождения солдатами, матросами, сержантами и старшинами. Общие обязанности военнослужащих. Морально – психологические основы воинской службы.

Практические занятия: Стрельба из пневматической винтовки из положения лежа, стоя, с колена. Снаряжение магазина АК 30-ю патронами. Отработка неполной разборки, сборки АК-74.

Отдание воинского приветствия на месте и в движении без оружия. Выход из строя и подход к начальнику. Размыкание и смыкание на месте. Перемена направления захождением плечом. Перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно. Отдание воинского приветствия в строю на месте и в движении.

Школа командиров. Отработка действий командира во время занятий. Отработка работы командира отделения на занятиях по строевой подготовке.

4. Безопасность жизнедеятельности.

Теория: Противопожарная подготовка. Правила обращения с огнем в квартире, доме, на природе. Правила обращения с легковоспламеняющимися жидкостями, горючими веществами, средствами бытовой химии. Правила разведения костров в лесу, на открытом пространстве. Условия проведения вида «Пожарная безопасность» на соревнованиях «Школа безопасности», «Предупреждение. Спасение. Помощь».

Средства индивидуальной защиты. Специальная защитная одежда. Правила надевания противогаза. Правила надевания ОЗК – общевойскового защитного костюма.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Строение и функции организма человека. Краткие сведения о строении организма. Асептика и антисептика. Виды травм и кровотечений. Первая помощь при травмах. Виды повязок. Виды носилок. Жгут Эсмарха. Наложение шин. Наложение «косынки».

Практические занятия: Надевание боевой одежды пожарного. Пожарный узел. Изучение и практическая отработка элементов пожарной эстафеты. Участие в соревнованиях по видам «Операция защита», «Операция Следопыт», «Полоса выживания». Выполнение норматива одевания противогаза ГП-5 на себя и пострадавшего. Отработка надевания ОЗК. Отработка заданий видов «Полоса выживания», «Операция защита». Отработка броска «спасательного конца». Отработка передачи сигналов с помощью флажного семафора, знаков МКАС. Сооружения временного защитного укрытия. Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка. Личная аптечка, индивидуальные медицинские препараты, аллергия, противопоказания. Походный травматизм, заболевания в походе. Средства профилактики заболеваний и травматизма в походе. Раны и травмы. Шины и лангеты. Элементарные способы транспортировки пострадавшего. (на носилках, на плаще). Отработка медицинских повязок. Косынка. Чепец. Сходящаяся. Отработка наложения жгута Эсмарха. Отработка

элементов самопомощи. Остановка артериального кровотечения в области предплечья. Наложение асептической повязки. Наложение косынки. ПП при закрытом переломе лучезапястного сустава.

5. Общая физическая подготовка.

Теория:

Развитие морально волевых качеств. Комплекс ГТО. Виды ГТО на соревнованиях «Зарница» и «Школа безопасности». Условия проведения видов. Основные виды ходов на лыжах.

Практические занятия: Разминочный комплекс. Бег на короткие дистанции. Эстафеты с элементами ориентирования. Силовые упражнения. Кросс. Упражнения на развитие координации движений, ловкости. Развитие силовых способностей и скоростно-силовых, выполнение нормативов по бегу на короткие дистанции и выполнение упражнений силовой гимнастики. Развитие скоростных способностей, подготовительные упражнения для основ рукопашного боя. Развитие ловкости и координации. Командные прыжки через веревку. Подготовка и сдача нормативов ГТО. Преодоление туристской полосы препятствий. Спортивные игры с мячом. Лыжная тренировка. Лыжный кросс. Пешеходный маршрут. Лыжный маршрут.

6. Туристская подготовка.

Теория: Охрана природы. Принцип «После нас – лучше, чем до нас.» Личное, групповое, специальное туристское снаряжение для пешеходных, лыжных, водных походов. Требования к снаряжению. Ремонтный набор. Костровый набор, способы обустройства бивуака. Палатка и ее комплектация.

Питание в путешествии. Составление раскладки.

Специальное снаряжение для занятий туризмом и скалолазанием. Страховочные системы. Вербки. Карабины. Спускоподъемные устройства. Техника безопасности при преодолении туристской полосы препятствий.

Лыжи и лыжные крепления. Личное и групповое снаряжение для зимы. Техника безопасности во время занятий лыжами, при преодолении препятствий на лыжах. Способы подъема и спуска на лыжах.

Суда, используемые для путешествий: байдарки, катамараны, гребные лодки и шлюпки. Типы, устройство, такелаж, подготовка, сборка-разборка, комплектация. Эксплуатация. Спасательные средства и их хранение. Техника безопасности во время тренировки на водных судах.

Топография. Карты. Схемы. Планы. Масштаб. Условные знаки. Рельеф. Сечение, горизонтали, бергштрих, отметки высот. Ориентирование, его виды. Спортивное ориентирование. Спортивная карта.

Туристские узлы. Классификация туристских узлов по назначению.

Основы информатики (навыки работы с информационными технологиями и интернет-ресурсами).

Работа с информацией, обобщение и анализ. Использование социальных сетей.

Тактика прохождения различных препятствий и командного взаимодействия при участии в соревнованиях по спортивному, водному, пешеходному туризму, спортивному ориентированию. Соревнования, проводимые в условиях природной среды. КТМ – комплексный туристский маршрут. Приключенческий маршрут. Поисково-спасательные работы. Военно-прикладные соревнования. Условия проведения вида «Полоса выживания» на соревнованиях «Зарница», «Школа безопасности», «Предупреждение. Спасение. Помощь». Виды связи. Флажный семафор, знаки МКАС. Сооружение временного защитного укрытия.

Подготовка к проведению путешествия. Знакомство с районом путешествия. Разработка пешеходных и водных маршрутов разных уровней сложности. Оформление маршрутных документов. Туристские и краеведческие должности в походе.

Меры безопасности в туристских походах.

Подведение итогов путешествия. Обсуждение похода. Просмотр походных фото- и видеоматериалов.

Подготовка отчета (по разделам и должностям). Вводная часть, характеристика района путешествия. Техническое описание маршрута, картографический материал. Материально-финансовое обеспечение похода. Краеведческая и общественно-полезная работа. Выводы, рекомендации, приложения.

Практические занятия: Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Организация лагеря. Костер (разжигание, поддержание). Приготовление пищи на костре. Сушка вещей. Согрев. Меры безопасности. Отработка навыков установки палаток. Отработка навыков установки кострового тента. Отработка навыков навешивания кострового тросика. Отработка навыков установки палаток для командного использования. Полубочки.

Характеристики местности по рельефу. Определение и движение по азимуту. Азимут истинный и магнитный. Работа с компасом. Измерение расстояний. Виды ориентиров. Определение сторон горизонта по местным признакам, выход к ближайшему жилью, источники света в ночное время. Ориентирование в закрытом помещении, на пришкольной территории. Ориентирование в заданном направлении и по выбору. Ориентирование в лабиринте. Преодоление препятствий по наведенным и закрепленным перилам. Страховка и самостраховка. Принципы и требования. Техника пешеходного (ТПТ), лыжного (ТЛТ) и водного (ТВТ) туризма. Отработка туристских и краеведческих должностей в походе. Отработка взаимодействия в составе команды на тренировках и в различных соревнованиях. Работа с информацией, обобщение и анализ. Использование социальных сетей. Знакомство с изготовлением презентаций и видеоклипов. Создание презентаций и видеоклипов. Создание постов в социальных сетях.

Флажный семафор, знаки МКАС. Сооружение временного защитного укрытия. Отработка заданий вида «Полоса выживания». Бросок спасательного конца.

Пешеходные и лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.

Обсуждение итогов путешествия. Подготовка отчета (индивидуально и группами). Оформление летописи Клуба, видеофильма, фотоальбомов в социальных сетях и на интернет-ресурсах. Подготовка выставки-презентации (устный отчет), подготовка материалов и докладчиков для публичного выступления.

Оформление маршрутных документов.

7. Нестационарные мероприятия в природной среде.

Нестационарное мероприятие – полевой сбор или пеший или водный поход 1 степени сложности.

Практические занятия. Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного и водного туризма. Туристский быт. Основы оказания первой помощи.

8. Итоговое занятие.

Практические занятия: Подведение итогов учебного года, обсуждение планов на лето и на следующий учебный год. Анкетирование. Какие профессии, связанные с туризмом, ты узнал?

Планируемые результаты учебного года.

Предметные

Выпускники третьего года обучения:

- Будут совершенствовать основные туристские (походные) умения и навыки;
- Будут знать основные опасные и чрезвычайные ситуации и основные навыки и умения безопасного поведения в условиях ЧС;
- Будут совершенствовать основные соревновательные специализированные умения и навыки для участия в профильных соревнованиях по военно-спортивному многоборью: по стрелковой и строевой подготовке, по противопожарной подготовке, по спортивному ориентированию и турмногоборью, по медицинской подготовке и гражданской обороне;

Метапредметные

Выпускники третьего года обучения будут:

- Знать культурные и военно-исторические достопримечательности родного края;
- Развиваться физически;

- Сформируют умения анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Знать простые информационные источники.

Личностные

Выпускники третьего года обучения будут:

- Учиться общаться и взаимодействовать, развивать умения работать в группе, команде,
- Воспитывать в себе морально-волевые качества, социальную ответственность (ответственность за себя, за других, за общее дело, инициативность, настойчивость, целеустремленность);
- Формировать свою общественную активность, повышать степень социализации в коллективе, расширять мотивацию к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- Сформируют сплоченный коллектив объединения, способный к эффективным совместным действиям в условиях коллективного дела (соревнований, похода).

Календарно-тематический план

9 часов, 3 год обучения

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
1	1	Вводное занятие, Инструктаж по ОТ. Какие профессии, связанные с туризмом, вы знаете?	2		
2	4	Операция «Защита». Отработка надевания противогаза на себя и на пострадавшего.	3		
3	4	Правила надевания ОЗК – общевойскового защитного костюма. Отработка надевания ОЗК.	4		
4	6	Специальное снаряжение для занятий туризмом и скалолазанием. Преодоление туристской полосы препятствий.	8		
5	2	Памятные места Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Дни воинской славы.	2		
6	5	Разминочный комплекс. Бег на короткие дистанции. Эстафеты с элементами ориентирования.	3		
7	3	"Школа командиров". Действия командира в бою. Отработка работы командира во время занятий.	2		
8	6	Топография. Карты. Схемы. Планы. Масштаб. Рельеф. Сечение, горизонталы, бергштрих, отметки высот.	3		
9	6	Соревнования, проводимые в условиях природной среды	4		
10	5	Подготовка и сдача нормативов ГТО. Спортивные игры с мячом.	2		
11	5	Эстафеты с элементами ориентирования. Силовые упражнения.	3		
12	3	Основы военных знаний. Морально – психологические основы воинской службы.	2		
13	6	Ориентирование по выбору.	3		
14	6	Отработка заданий вида «Полоса выживания».	4		
15	6	Флажный семафор, знаки МКАС. Сооружение временного защитного укрытия. Отработка заданий вида «Полоса выживания».	8		
16	6	Ориентирование в заданном направлении. Ориентирование по выбору.	2		
17	6	Сооружения временного защитного укрытия. Бросок спасательного конца.	3		
18	6	Работа с информацией, обобщение и анализ. Использование социальных сетей.	2		

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
19	6	Ориентирование в лабиринте. Классификация узлов по назначению.	3		
20	5	Пешеходный маршрут.	4		
21	6	Сооружения временного защитного укрытия. Знаки МКАС. Типы костров. Флажный семафор.	2		
22	6	Туристские и краеведческие должности в походе.	3		
23	2	Исторически значимые места Санкт-Петербурга. Тактико-технические характеристики основных видов современной техники.	2		
24	3	Назначение, устройство и принцип действия автомата Калашникова. Тактико-технические характеристики АК-74.	3		
25	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Снаряжение магазина АК-74.	4		
26	2	Запись наблюдений и обработка материалов на экскурсиях в музеях и памятных местах.	5		
	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Стрельба из положения лежа.	3		
27	6	Основы информатики (навыки работы с информационными технологиями и интернет-ресурсами).	3		
28	6	Обсуждение итогов путешествия. Подготовка отчета (индивидуально и группами).	2		
29	4	Жгут Эсмарха. Правила наложения. Отработка элементов самопомощи.	3		
30	3	Снаряжение магазина АК-74. Калибры патронов АК 5.45 и 7,62	4		
31	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Стрельба из положения стоя.	2		
32	4	Отработка медицинских повязок. Косынка. Чепец. Сходящаяся.	3		
33	4	Надевание боевой одежды пожарного. Пожарный узел. Зачет.	2		
34	6	Разработка пешеходных маршрутов разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	3		
35	6	Пешие маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	4		
36	4	Операция «Защита». Отработка надевания противогаза на себя и на пострадавшего.	2		
37	4	Операция «Защита». Отработка надевания ОЗК.	3		
38	3	Стрельба из пневматической винтовки из положения лежа, стоя, с колена. Снаряжение магазина АК 30-ю патронами. Отработка неполной разборки, сборки АКМ и АК-74	4		
39	4	Элементарные способы транспортировки пострадавшего. Надевание БОП – боевой одежды пожарного.	8		
40	4	Остановка артериального кровотечения в области предплечья. Наложение асептической повязки. Наложение косынки. ПП при закрытом переломе лучезапястного сустава.	2		
41	4	Операция «Защита». Отработка надевания противогаза на себя и на пострадавшего.	3		

№	Раз дел	Тема занятия	Кол -во час ов	Дата занятия	
				План	Факт
42	6	Виды туристских узлов. Зачет.	2		
43	5	Разминочный комплекс. Спортивные игры. Командные прыжки через веревку.	3		
44	6	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Организация лагеря.	4		
45	6	Личное, групповое, специальное туристское снаряжение для лыжных походов.	2		
46	5	Разминочный комплекс. Спортивные игры. Прыжки на скакалке. Упражнения с мячом.	3		
47	3	Отработка неполной разборки, сборки АКМ и АК-74.	1		
	5	Лыжная тренировка. Основные ходы на лыжах.	1		
48	3	Назначение и устройство частей и механизмов автомата. Порядок неполной разборки и сборки АК.	2		
49	5	Лыжная тренировка. Основные ходы на лыжах.	3		
50	5	Лыжный кросс с элементами биатлона.	4		
51	6	Лыжи и лыжные крепления. Личное и групповое снаряжение для зимы.	2		
52	3	Строевые приемы и действия без оружия индивидуально и в составе подразделения.	3		
53	3	Строевые приёмы и действия без оружия: строевая стойка, повороты на месте, движение.	2		
54	5	Лыжные эстафеты с элементами биатлона.	3		
55	6	Лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	4		
56	6	Лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	8		
57	6	Основные ходы на лыжах с рюкзаком. Преодоление препятствий на лыжах. Способы подъема и спуска на лыжах.	2		
58	3	Размыкание и смыкание на месте. Перемена направления захождением плечом. Перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно	3		
59	5	Лыжные эстафеты с элементами биатлона.	4		
60	6	Отработка навыков установки палаток для командного использования. Полубочки.	2		
61	6	Отработка навыков установки кострового тента. Охрана природы. Принцип «После нас – лучше, чем до нас».	3		
62	3	Стрельба из пневматической винтовки из положения лежа, стоя, с колена.	2		
63	5	Лыжный кросс.	3		
64	6	Лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	4		
65	6	Питание в путешествии. Составление раскладки.	2		
66	6	Меры безопасности при организации туристского быта.	3		
67	6	Тактика прохождения различных препятствий и командного взаимодействия при участии в соревнованиях по спортивному, пешеходному туризму, спортивному ориентированию.	8		
68	6	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Организация лагеря.	2		
69	6	Основные задачи работы фотографа в походе. Что мы фотографируем? Виды фотографий. Создание	3		

№	Раз дел	Тема занятия	Кол -во часов	Дата занятия	
				План	Факт
		презентаций и видеоклипов.			
70	6	Отработка установки кострового тента.	4		
71	5	Лыжная тренировка.	2		
72	6	Создание презентаций и видеоклипов. Создание постов в социальных сетях.	3		
73	6	Отработка установки кострового тента.	2		
74	4	Выполнение норматива одевания противогаза ГП-5 на себя и пострадавшего. Отработка надевания ОЗК.	3		
75	6	Личное, групповое, специальное туристское снаряжение для пешеходных походов.	4		
76	6	Разработка водных и пешеходных маршрутов.	2		
77	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Стрельба из положения сидя.	3		
78	6	Оформление маршрутных документов.	2		
79	6	Отработка установки командной палатки типа «Полубочка».	3		
80	6	Отработка установки кострового тента.	4		
81	6	Костер (разжигание, поддержание). Приготовление пищи на костре. Сушка вещей. Согрев. Меры безопасности. Приготовление пищи на костре.	8		
82	6	Использование спускоподъемных устройств.	2		
83	6	Измерение азимута. Ориентирование в заданном направлении. Ориентирование по выбору.	3		
84	6	Отработка этапов «навесная переправа», «параллельная переправа».	2		
85	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области	3		
86	4	Надевание боевой одежды пожарного. Пожарный узел. Изучение и практическая отработка элементов пожарной эстафеты.	4		
87	6	Суда, используемые для путешествий: байдарки, катамараны, гребные лодки и шлюпки.	2		
88	6	Типы водных судов, устройство, такелаж, подготовка, сборка-разборка, комплектация.	3		
89	6	Распределение и отработка «туристских и краеведческих» должностей	2		
90	6	Организация и подготовка туристского путешествия. Составление раскладки и закупка продуктов. Сбор снаряжения для похода.	3		
91	6	Эксплуатация байдарок и катамаранов. Спасательные средства и их хранение. Техника безопасности во время тренировки на водных судах	4		
92	6	Техника водного (ТВТ) туризма. Отработка элементов гребли на байдарках и катамаранах	8		
93	6	Освещение работы объединения в социальных сетях. Создание постов в группе и беседах.	2		
94	6	Подготовка к проведению путешествия. Знакомство с районом путешествия	3		
95	5	Разминочный комплекс. Спортивные игры.	2		
96	6	Преодоление препятствий по наведенным и закрепленным перилам.	3		
97	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-	4		

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
		Петербургу и Ленинградской области.			
98	6	Знакомство с видеоклипами о проведенных походах и экспедициях.	2		
99	6	Туристские и краеведческие должности в походе. Меры безопасности в туристских походах.	3		
100	6	Техника водного (ТВТ) туризма. Отработка элементов гребли на байдарках и катамаранах	2		
101	6	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма. Туристский быт.	3		
102	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	6		
103	7	Туристская подготовка. Туристский быт.	6		
104	7	Туристская подготовка. Туристский быт.	6		
105	7	Туристская подготовка. Техника и тактика водного туризма.	6		
106	7	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма.	6		
107	7	Туристская подготовка. Основы оказания первой помощи.	6		
108	7	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма.	6		
109	7	Туристская подготовка. Техника и тактика водного туризма.	6		
110	7	Туристская подготовка. Основы оказания первой помощи.	6		
111	7	Туристская подготовка. Туристский быт.	6		
112	7	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма.	6		
	7	Основы оказания первой помощи	3		
113	8	Подведение итогов учебного года, обсуждение планов на лето и на следующий учебный год. Анкетирование.	2		
Всего: 396 часов					

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА «Военно-спортивное многоборье»
четвертого года обучения, для детей 13-16 лет
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Особенности организации образовательного процесса

Коллектив объединения в начале года знакомится с результатами деятельности объединения в прошедшем учебном году, с календарями мероприятий туристско-краеведческой, оборонно-спортивной и военно-патриотической направленности. Подводятся итоги летних походов. В зависимости от возрастных особенностей, сформированности туристско-бытовых специальных туристских, коммуникативных качеств планируется подготовка и участие команды в профильных мероприятиях районного и городского масштаба, а также планируются осенние, весенние и летние походы.

На четвертом году обучения команда активно участвует в соревнованиях городского (регионального) уровня. Все темы повторно прорабатываются и углубляются. Некоторые темы программы добавляются постепенно, так, на четвертом году обучения добавлен разделы «Практикум волонтерской деятельности», состоящий из тем «Помошь в судействе на соревнованиях» и «Стажировка в качестве младших инструкторов туризма». Этот раздел программы тесно связан с предпрофессиональной подготовкой. В конце каждого года обучения предусматривается нестационарное мероприятие, сложность которого увеличивается на каждом этапе. В конце четвертого года обучения – категорийный поход.

Обучающие:

- Сформировать туристские (походные) умения и навыки обучающихся, основные навыки организации и безопасного проведения нестационарных мероприятий в условиях природной среды, работы в туристской группе на маршруте;
- Освоить знания об основных опасных и чрезвычайных ситуациях их последствиях для личности, общества и государства, сформировать основные навыки и умения безопасного поведения в условиях ЧС, соблюдения норм здоровьесберегающего и природосообразного поведения в природной и социальной среде;
- Сформировать специализированные умения и навыки для участия в профильных соревнованиях по военно-спортивному многоборью: по стрелковой и строевой подготовке, по противопожарной подготовке, по спортивному ориентированию и турмногоборью, по медицинской подготовке и гражданской обороне;

Развивающие:

- Расширить кругозор и эрудицию обучающихся, познакомить с военно-историческими достопримечательностями родного края и других регионов России, сформировать познавательный интерес к истории и географии своей страны;
- Способствовать физическому развитию обучающихся;
- Способствовать формированию умения анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Сформировать навыки самостоятельной работы с информационными источниками: семейные архивы, окружающие люди, литература, картографический материал, опубликованные и фондовые документы, открытое информационное пространство.

Воспитательные:

- Способствовать повышению уровня коммуникативной культуры; развивать этические качества, воспитывать умение работать в группе, команде;
- Воспитывать морально-волевые качества, социальную ответственность (ответственность за себя, за других, за общее дело, инициативность, настойчивость, целеустремленность);
- Способствовать формированию общественной активности обучающихся, повышению степени их социализации в обществе, расширению мотиваций к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- Сформировать сплоченный коллектив объединения, способный к эффективным совместным действиям в условиях коллективного дела (проекта).

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Теория: Краткий обзор тем программы, техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Какие профессии, связанные с туризмом, ты знаешь?

2. Общественно-историческая подготовка.

Теория: Памятные места Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Дни воинской славы. Тактико-технические характеристики основных видов современной техники. Страна. Гимн. Гербы. Оружие победы. Санкт – Петербург – Петроград – Ленинград. Исторически значимые места Санкт-Петербурга. Структура Российских Вооруженных сил. Маршал. Звания. Внутренний устав караульной службы. Блокада Ленинграда. Дисциплинарный устав. Города герои.

Практические занятия: запись наблюдений и обработка материалов на экскурсиях в музеях и памятных местах. Участие в программах «Ключ от города», «Морской венок Славы».

3. Основы военной подготовки.

Теория: Стрелковая подготовка. Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Устройство и назначение пневматической винтовки. Уход. Хранение. Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания. Корректировка стрельбы. Назначение, устройство и принцип действия

автомата Калашникова. Тактико-технические характеристики АК-74. Назначение и устройство частей и механизмов автомата. Порядок неполной разборки и сборки АК.

Калибры патронов АК 5,45 и 7,62.

Строевая подготовка. Терминология (строевой устав. Строи и управление ими.

Школа командиров. Действия командира в бою. Основы психологии. Качества лидера.

Организация подготовки к соревнованиям.

Основы военных знаний.

Практические занятия: Стрельба из пневматической винтовки из положения лежа, стоя, с колена. Снаряжение магазина АК 30-ю патронами. Отработка неполной разборки, сборки АК-74.

Отдание воинского приветствия на месте и в движении без оружия. Выход из строя и подход к начальнику. Размыкание и смыкание на месте. Перемена направления захождением плечом. Перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно. Отдание воинского приветствия в строю на месте и в движении.

Отработка действий командира во время занятий. Отработка работы командира отделения на занятиях по строевой подготовке.

4. Безопасность жизнедеятельности.

Теория: Противопожарная подготовка. Правила обращения с огнем в квартире, доме, на природе. Правила обращения с легковоспламеняющимися жидкостями, горючими веществами, средствами бытовой химии. Правила разведения костров в лесу, на открытом пространстве. Условия проведения вида «Пожарная безопасность» на соревнованиях «Школа безопасности», «Предупреждение. Спасение. Помощь».

Средства индивидуальной защиты. Специальная защитная одежда. Правила надевания противогаза. Правила надевания ОЗК – общевойскового защитного костюма.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Строение и функции организма человека. Краткие сведения о строении организма. Асептика и антисептика. Виды травм и кровотечений. Первая помощь при травмах. Виды повязок. Виды носилок. Жгут Эсмарха. Наложение шин. Наложение «косынки».

Практические занятия: Надевание боевой одежды пожарного. Пожарный узел. Изучение и практическая отработка элементов пожарной эстафеты. Участие в соревнованиях по видам «Операция защита», «Операция Следопыт», «Полоса выживания». Выполнение норматива одевания противогаза ГП-5 на себя и пострадавшего. Отработка надевания ОЗК. Отработка заданий видов «Полоса выживания», «Операция защита». Отработка броска «спасательного конца». Отработка передачи сигналов с помощью флажного семафора, знаков МКАС. Сооружения временного защитного укрытия. Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка. Личная аптечка, индивидуальные медицинские препараты, аллергия, противопоказания. Походный травматизм, заболевания в походе. Средства профилактики заболеваний и травматизма в походе. Раны и травмы. Шины и лангеты. Элементарные способы транспортировки пострадавшего. (на носилках, на плаще). Отработка медицинских повязок. Косынка. Чепец. Сходящаяся. Отработка наложения жгута Эсмарха. Отработка элементов самопомощи. Остановка артериального кровотечения в области предплечья. Наложение асептической повязки. Наложение косынки. ПП при закрытом переломе лучезапястного сустава.

5. Общая физическая подготовка.

Теория:

Развитие морально волевых качеств. Комплекс ГТО. Виды ГТО на соревнованиях «Зарница» и «Школа безопасности». Условия проведения видов. Основные виды ходов на лыжах.

Практические занятия: Разминочный комплекс. Бег на короткие дистанции. Эстафеты с элементами ориентирования. Силовые упражнения. Кросс. Упражнения на развитие координации движений, ловкости. Развитие силовых способностей и скоростно-силовых, выполнение нормативов по бегу на короткие дистанции и выполнение упражнений силовой гимнастики. Развитие скоростных способностей, подготовительные упражнения для основ

рукопашного боя. Развитие ловкости и координации. Командные прыжки через веревку. Подготовка и сдача нормативов ГТО. Преодоление туристской полосы препятствий. Спортивные игры с мячом. Лыжная тренировка. Лыжный кросс. Лыжный кросс с элементами биатлона. Лыжные эстафеты с элементами биатлона. Отработка элементов конькового хода на лыжах. Пешеходный маршрут по территории Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Лыжный маршрут по территории Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

6. Туристская подготовка.

Теория: Охрана природы. Принцип «После нас – лучше, чем до нас.» Личное, групповое, специальное туристское снаряжение для пешеходных, лыжных, водных походов. Требования к снаряжению. Ремонтный набор. Костровый набор, способы обустройства бивуака. Палатка и ее комплектация.

Питание в путешествии. Составление раскладки.

Специальное снаряжение для занятий туризмом и скалолазанием. Страховочные системы. Вербки. Карабины. Спускоподъемные устройства. Техника безопасности при преодолении туристской полосы препятствий.

Лыжи и лыжные крепления. Личное и групповое снаряжение для зимы. Техника безопасности во время занятий лыжами, при преодолении препятствий на лыжах. Способы подъема и спуска на лыжах.

Суда, используемые для путешествий: байдарки, катамараны, гребные лодки и шлюпки. Типы, устройство, такелаж, подготовка, сборка-разборка, комплектация. Эксплуатация. Спасательные средства и их хранение. Техника безопасности во время тренировки на водных судах.

Топография. Карты. Схемы. Планы. Масштаб. Условные знаки. Рельеф. Сечение, горизонталь, бергштрих, отметки высот. Ориентирование, его виды. Спортивное ориентирование. Спортивная карта.

Туристские узлы. Классификация туристских узлов по назначению.

Основы информатики (навыки работы с информационными технологиями и интернет-ресурсами).

Работа с информацией, обобщение и анализ. Использование социальных сетей.

Тактика прохождения различных препятствий и командного взаимодействия при участии в соревнованиях по спортивному, водному, пешеходному туризму, спортивному ориентированию. Соревнования, проводимые в условиях природной среды. КТМ – комплексный туристский маршрут. Приключенческий маршрут. Поисково-спасательные работы. Военно-прикладные соревнования. Условия проведения вида «Полоса выживания» на соревнованиях «Зарница», «Школа безопасности», «Предупреждение. Спасение. Помощь». Виды связи. Флажный семафор, знаки МКАС. Сооружение временного защитного укрытия.

Подготовка к проведению путешествия. Знакомство с районом путешествия. Разработка пешеходных и водных маршрутов разных уровней сложности. Оформление маршрутных документов. Туристские и краеведческие должности в походе.

Меры безопасности в туристских походах.

Подведение итогов путешествия. Обсуждение похода. Просмотр походных фото- и видеоматериалов.

Подготовка отчета (по разделам и должностям). Вводная часть, характеристика района путешествия. Техническое описание маршрута, картографический материал. Материально-финансовое обеспечение похода. Краеведческая и общественно-полезная работа. Выводы, рекомендации, приложения.

Практические занятия: Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Организация лагеря. Костер (разжигание, поддержание). Приготовление пищи на костре. Сушка вещей. Согрев. Меры безопасности. Отработка навыков установки палаток. Отработка навыков установки кострового тента. Отработка навыков навешивания кострового тросика. Отработка навыков установки палаток для командного использования. Полубочки.

Характеристики местности по рельефу. Определение и движение по азимуту. Азимут истинный и магнитный. Работа с компасом. Измерение расстояний. Виды ориентиров. Определение сторон горизонта по местным признакам, выход к ближайшему жилью, источники света в ночное время. Ориентирование в закрытом помещении, на пришкольной территории. Ориентирование в заданном направлении и по выбору. Ориентирование в лабиринте. Преодоление препятствий по наведенным и закрепленным перилам. Страховка и самостраховка. Принципы и требования. Техника пешеходного (ТПТ), лыжного (ТЛТ) и водного (ТВТ) туризма. Отработка туристских и краеведческих должностей в походе. Отработка взаимодействия в составе команды на тренировках и в различных соревнованиях. Работа с информацией, обобщение и анализ. Использование социальных сетей. Знакомство с изготовлением презентаций и видеоклипов. Создание презентаций и видеоклипов. Создание постов в социальных сетях.

Флажный семафор, знаки МКАС. Сооружение временного защитного укрытия. Отработка заданий вида «Полоса выживания». Бросок спасательного конца.

Пешеходные и лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.

Обсуждение итогов путешествия. Подготовка отчета (индивидуально и группами). Оформление летописи Клуба, видеофильма, фотоальбомов в социальных сетях и на интернет-ресурсах. Подготовка выставки-презентации (устный отчет), подготовка материалов и докладчиков для публичного выступления.

Оформление маршрутных документов.

7. Практикум волонтерской деятельности. Данный раздел можно считать предпрофессиональной подготовкой обучающихся.

Помощь в судействе на соревнованиях.

Теория. Подготовка полигонов, маршрутов и учебных трасс на занятиях и мероприятиях Клуба, школы, отдела туризма, краеведения и спорта ДДЮТ. Виды соревнований. Зачетные и незачетные виды. Судейская коллегия, ее состав, права и обязанности. Подготовка и порядок проведения соревнований. Оформление судейских документов. Подведение итогов. Определение победителей. Объявление результатов, вручение наград.

Практические занятия. Участие в подготовке полигона, в судействе на занятиях и соревнованиях. Подведение итогов соревнований. Уборка снаряжения и полигонов.

Стажировка в качестве младших инструкторов туризма.

Теория. Организация группы, распределение обязанностей. Материально-техническое, финансовое, продовольственное обеспечение. Вопросы безопасности: разрешение от родителей, меддопуск, инструктаж по ТБ, приказ по ОУ. Подготовка группового и личного снаряжения. Тактика и техника прохождения радиального КТМ.

Практические занятия. Помощь в проведении занятий в спортзале и на местности. Самостоятельная работа с контрольными группами учащихся 5-6 кл. (базовый уровень – курс ОБЖ, 5-6 кл.). Завершение похода. Подведение итогов. Письменный отчет-анализ проделанной работы.

8.Нестационарные мероприятия в природной среде.

Нестационарное мероприятие – полевой сбор или пеший или водный поход 1 степени сложности.

Практические занятия. Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного и водного туризма. Туристский быт. Основы оказания первой помощи.

9.Итоговое занятие.

Практические занятия: Подведение итогов учебного года и похода. Анкетирование.

Планируемые результаты учебного года.

Планируемые результаты четвертого года обучения:

Предметные результаты:

- Обучающиеся сформируют туристские (походные) умения и навыки, основные навыки организации и безопасного проведения нестационарных мероприятий в условиях природной среды, работы в туристской группе на маршруте;

- Освоят знания об основных опасных и чрезвычайных ситуациях их последствиях для личности, общества и государства, сформируют основные навыки и умения безопасного поведения в условиях ЧС, соблюдения норм здоровьесберегающего и природосообразного поведения в природной и социальной среде;

- Сформируют специализированные умения и навыки для участия в профильных соревнованиях по военно-спортивному многоборью: по стрелковой и строевой подготовке, по противопожарной подготовке, по спортивному ориентированию и турмногоборью, по медицинской подготовке и гражданской обороне;

Метапредметные результаты:

- Расширение кругозора и эрудиции обучающихся, знакомство с военно-историческими достопримечательностями родного края и других регионов России, формирование познавательного интереса к истории и географии своей страны;

- Физическое развитие обучающихся;

- Формирование умения анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- Формирование навыков самостоятельной работы с информационными источниками;

Личностные результаты освоения программы обучающимися:

- Повышение уровня коммуникативной культуры; развитие этических качеств, воспитание умения работать в группе, команде;

- Воспитание морально-волевых качества, социальной ответственности (ответственность за себя, за других, за общее дело, инициативность, настойчивость, целеустремленность);

- Формирование общественной активности обучающихся, повышения степени их социализации в обществе, расширения мотиваций к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

- Формирование сплоченного коллектива объединения, способного к эффективным совместным действиям в условиях коллективного дела (проекта).

Календарно-тематический план

9 часов, 4 год обучения

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
1	1	Вводное занятие, Инструктаж по ОТ. Какие профессии, связанные с туризмом, вы знаете?	2		
2	4	Операция «Защита». Отработка надевания противогаза на себя и на пострадавшего.	3		
3	4	Правила надевания ОЗК – общевойскового защитного костюма. Отработка надевания ОЗК.	4		
4	6	Специальное снаряжение для занятий туризмом и скалолазанием. Преодоление туристской полосы препятствий.	8		
5	2	Памятные места Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Дни воинской славы.	2		
6	5	Разминочный комплекс. Бег на короткие дистанции. Эстафеты с элементами ориентирования.	3		
7	3	"Школа командиров". Действия командира в бою. Отработка работы командира во время занятий.	2		
8	6	Топография. Карты. Схемы. Планы. Масштаб. Рельеф. Сечение, горизонтали, бергштрих, отметки высот.	3		
9	6	Соревнования, проводимые в условиях природной среды	4		

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
10	5	Подготовка и сдача нормативов ГТО. Спортивные игры с мячом.	2		
11	5	Эстафеты с элементами ориентирования. Силовые упражнения.	3		
12	3	Основы военных знаний. Правовые основы военной службы: воинская обязанность и комплектование Вооружённых сил личным составом, военная служба и порядок её прохождения солдатами, матросами, сержантами и старшинами Вооружённых Сил РФ	2		
13	6	Ориентирование по выбору.	3		
14	6	Отработка заданий вида «Полоса выживания».	4		
15	6	Флажный семафор, знаки МКАС. Сооружение временного защитного укрытия. Отработка заданий вида «Полоса выживания».	8		
16	6	Ориентирование в заданном направлении. Ориентирование по выбору.	2		
17	6	Сооружения временного защитного укрытия. Бросок спасательного конца.	3		
18	6	Работа с информацией, обобщение и анализ. Использование социальных сетей.	2		
19	6	Ориентирование в лабиринте. Классификация узлов по назначению.	3		
20	5	Пешеходный маршрут.	4		
21	6	Сооружения временного защитного укрытия. Знаки МКАС. Типы костров. Флажный семафор.	2		
22	6	Туристские и краеведческие должности в походе.	3		
23	2	Исторически значимые места Санкт-Петербурга. Тактико-технические характеристики основных видов современной техники.	2		
24	2	Участие в программе Морской Венок Славы	3		
25	7	Стажировка в качестве младших инструкторов туризма. Организация группы, распределение обязанностей. Подготовка группового и личного снаряжения. Тактика и техника прохождения радиального КТМ.	4		
26	2	Запись наблюдений и обработка материалов на экскурсиях в музеях и памятных местах.	5		
27	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Стрельба из положения лежа.	3		
28	6	Основы информатики (навыки работы с информационными технологиями и интернет-ресурсами).	3		
29	6	Обсуждение итогов путешествия. Подготовка отчета (индивидуально и группами).	2		
30	4	Жгут Эсмарха. Правила наложения. Отработка элементов самопомощи.	3		
31	3	Снаряжение магазина АК-74. Калибры патронов АК 5.45 и 7,62	4		
32	3	Слитная сборка-разборка АК. Порядок сборки и разборки.	2		
33	4	Отработка медицинских повязок. Косынка. Чепец. Сходящаяся.	3		
34	4	Надевание боевой одежды пожарного. Пожарный узел. Зачет.	2		
35	6	Разработка пешеходных маршрутов разной	3		

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
		протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.			
36	6	Пешие маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	4		
37	4	Операция «Защита». Отработка надевания противогаза на себя и на пострадавшего.	2		
38	4	Операция «Защита». Отработка надевания ОЗК.	3		
39	5	Пешеходный маршрут по территории Санкт-Петербурга и Ленинградской области.	4		
40	7	Участие в подготовке полигона, в судействе на занятиях и соревнованиях. Подведение итогов соревнований. Уборка снаряжения и полигонов.	8		
41	4	Остановка артериального кровотечения в области предплечья. Наложение асептической повязки. Наложение косынки. ПП при закрытом переломе лучезапястного сустава.	2		
42	7	Практикум волонтерской деятельности. Помощь в судействе на соревнованиях.	3		
43	6	Виды туристских узлов. Зачет.	2		
44	5	Разминочный комплекс. Спортивные игры. Командные прыжки через веревку.	3		
45	6	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Организация лагеря.	4		
46	5	Подготовка и сдача нормативов ГТО. Спортивные игры с мячом.	2		
47	5	Разминочный комплекс. Спортивные игры. Прыжки на скакалке. Упражнения с мячом.	3		
48	5	Лыжная тренировка. Основные ходы на лыжах. Отработка элементов конькового хода на лыжах.	2		
49	3	Назначение и устройство частей и механизмов автомата. Порядок неполной разборки и сборки АК.	2		
50	5	Лыжная тренировка. Основные ходы на лыжах.	3		
51	5	Лыжный кросс с элементами биатлона.	4		
52	6	Лыжи и лыжные крепления. Личное и групповое снаряжение для зимы.	2		
53	3	Стрельбовые приемы и действия без оружия индивидуально и в составе подразделения.	3		
54	3	Стрельбовые приёмы и действия без оружия: строевая стойка, повороты на месте, движение.	2		
55	5	Лыжные эстафеты с элементами биатлона.	3		
56	6	Лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	4		
57	6	Лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	8		
58	6	Основные ходы на лыжах с рюкзаком. Преодоление препятствий на лыжах. Способы подъема и спуска на лыжах.	2		
59	3	Размыкание и смыкание на месте. Перемена направления захождением плечом. Перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно	3		
60	5	Лыжные эстафеты с элементами биатлона.	4		
61	6	Отработка навыков установки палаток для командного	2		

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
		использования. Полубочки.			
62	6	Отработка навыков установки кострового тента. Охрана природы. Принцип «После нас – лучше, чем до нас».	3		
63	5	Развитие ловкости и координации. Командные прыжки через веревку.	2		
64	5	Лыжный кросс.	3		
65	6	Лыжные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	4		
66	6	Питание в путешествии. Составление раскладки.	2		
67	6	Меры безопасности при организации туристского быта.	3		
68	6	Тактика прохождения различных препятствий и командного взаимодействия при участии в соревнованиях по спортивному, пешеходному туризму, спортивному ориентированию.	8		
69	6	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Организация лагеря.	2		
70	6	Основные задачи работы фотографа в походе. Что мы фотографируем? Виды фотографий. Создание презентаций и видеоклипов.	3		
71	6	Отработка установки кострового тента.	4		
72	5	Лыжная тренировка.	2		
73	6	Создание презентаций и видеоклипов. Создание постов в социальных сетях.	3		
74	6	Отработка установки кострового тента. Отработка навыков установки палаток для командного использования. Полубочки.	2		
75	4	Выполнение норматива одевания противогаза ГП-5 на себя и пострадавшего. Отработка надевания ОЗК.	3		
76	6	Личное, групповое, специальное туристское снаряжение для пешеходных походов.	4		
77	6	Разработка водных и пешеходных маршрутов.	2		
78	3	Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием. Стрельба из положения сидя.	3		
79	6	Оформление маршрутных документов.	2		
80	5	Подготовка и сдача нормативов ГТО.	3		
81	6	Отработка установки кострового тента.	4		
82	6	Костер (разжигание, поддержание). Приготовление пищи на костре. Сушка вещей. Согрев. Меры безопасности. Приготовление пищи на костре.	8		
83	6	Использование спускоподъемных устройств.	2		
84	6	Измерение азимута. Ориентирование в заданном направлении. Ориентирование по выбору.	3		
85	6	Отработка этапов «навесная переправа», «параллельная переправа».	2		
86	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области	3		
87	4	Надевание боевой одежды пожарного. Пожарный узел. Изучение и практическая отработка элементов пожарной эстафеты.	4		
88	6	Суда, используемые для путешествий: байдарки, катамараны, гребные лодки и шлюпки.	2		
89	6	Типы водных судов, устройство, такелаж, подготовка,	3		

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
				План	Факт
		сборка-разборка, комплектация.			
90	6	Распределение и отработка «туристских и краеведческих» должностей	2		
91	6	Организация и подготовка туристского путешествия. Составление раскладки и закупка продуктов. Сбор снаряжения для похода.	3		
92	6	Эксплуатация байдарок и катамаранов. Спасательные средства и их хранение. Техника безопасности во время тренировки на водных судах	4		
93	6	Техника водного (ТВТ) туризма. Оработка элементов гребли на байдарках и катамаранах	8		
94	6	Освещение работы объединения в социальных сетях. Создание постов в группе и беседах.	2		
95	6	Подготовка к проведению путешествия. Знакомство с районом путешествия	3		
96	5	Разминочный комплекс. Спортивные игры.	2		
97	6	Преодоление препятствий по наведенным и закрепленным перилам.	3		
98	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	4		
99	6	Знакомство с видеоклипами о проведенных походах и экспедициях.	2		
100	6	Туристские и краеведческие должности в походе. Меры безопасности в туристских походах.	3		
101	6	Техника водного (ТВТ) туризма. Оработка элементов гребли на байдарках и катамаранах	2		
102	6	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма. Туристский быт.	3		
103	6	Пешеходные маршруты разной протяженности по Санкт-Петербургу и Ленинградской области.	6		
104	8	Туристская подготовка. Туристский быт.	6		
105	8	Туристская подготовка. Туристский быт.	6		
106	8	Туристская подготовка. Техника и тактика водного туризма.	6		
107	8	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма.	6		
108	8	Туристская подготовка. Основы оказания первой помощи.	6		
109	8	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма.	6		
110	8	Туристская подготовка. Техника и тактика водного туризма.	6		
111	8	Туристская подготовка. Основы оказания первой помощи.	6		
112	8	Туристская подготовка. Туристский быт.	6		
113	8	Туристская подготовка. Техника и тактика пешеходного туризма.	6		
114	8	Основы оказания первой помощи	3		
115	9	Подведение итогов учебного года. Анкетирование.	2		
Всего: 396 часов					

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методы познания окружающего мира: наблюдение; практическая работа; анализ-синтез информации и данных; работа с источниками информации (информационный поиск), моделирование, социальное проектирование и др..

Методы организации образовательного процесса:

№	Группы методов	Варианты применения	На что направлен
1	Словесные методы	Рассказ, беседа, лекция, сообщение, доклад, изложение материала, информирование, инструктаж	Формирование теоретических и практических знаний
2	Наглядные методы	Демонстрация, иллюстрации, карты, таблицы, диаграммы, фильмы, видео, стенды.	Развитие наблюдательности, стимуляция внимания к изучаемым вопросам, яркое воздействие на эмоциональную сферу
3	Исследовательские методы	Задания краеведческие, выполнение исследовательских заданий.	Развитие умения работать с информационными источниками, проводить наблюдения, исследовательскую работу по заданиям. Уметь анализировать, обобщать полученные результаты
4	Практические методы	Практическая деятельность, тренировки, участие в соревнованиях, подготовка к походам, мастер-классы, зачеты.	Развивают умение применить на практике полученные знания, усовершенствовать приобретенные навыки
5	Дедуктивные методы	Экскурсии, путешествия, походы, экспедиции, ознакомление с литературой и выявление конкретных вопросов	Развитие умений проанализировать явление, работу, фактический материал. Умение выделить главное и второстепенное
6	Игровые методы	Спортивные командные игры, шуточные, игры, участие в творческих конкурсах	Развитие командного духа, углубление чувственных восприятий, многообразие впечатлений
7	Дистанционные методы	Использование возможностей интернета. Общение и выполнения заданий через социальные сети.	Все вышеперечисленное в условиях невозможности очной работы с отдельным ребенком или со всей группой

Используемые на занятиях педагогические технологии:

Технологии сотрудничества. Это педагогическая технология, основанная на содружестве участников педагогического процесса и учитывающая их интересы. Она предполагает распределение функций между учителем и учениками. Особенно часто используется для изучения разделов «Туристская подготовка», «Нестационарное мероприятие в природной среде», так как при изучении данной тематики почти всегда практикуется совместная работа педагога и детского коллектива.

Личностно-ориентированные технологии. Это способ организации учебного процесса, при котором цели, задачи и содержание приобретают личностный смысл для учащегося и развивают мотивацию к учению. Используется при изучении разделов «Туристская подготовка», «Общая физическая подготовка».

Развивающее обучение. Это направление в теории и практике образования, ориентирующееся

на развитие физических, познавательных и нравственных способностей учащихся путём использования их потенциальных возможностей. Используется при изучении разделов «Туристская подготовка», «Общая физическая подготовка».

Коллективная система обучения. Это форма сотрудничества, при которой взаимодействие идёт в парах сменного состава или микрогруппах. Каждый ученик класса в течение занятий выполняет функции и ученика, и учителя. Данная форма используется практически во всех разделах программы. Широко используется технология «Наставничество», когда обучающую роль в паре или микрогруппе выполняет более старший или более опытный член группы.

Информационно-коммуникационные технологии. Как работают базы данных и системы. Коммуникация и хранение информации в социальных сетях. Он-лайн занятия с использованием социальных сетей. Используются в первую очередь для рефлексии после прошедших мероприятий, при создании отчетов о походах и путешествиях, создании клипов и презентаций по походам, раздел «Туристская подготовка». Также используются для отсутствующих участников группы, для взаимодействия педагогов, родителей и участников группы.

Дистанционные технологии. Технологии, которые реализуются в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей. Используются также для рефлексии после прошедших мероприятий, при создании отчетов о походах и путешествиях, раздел «Туристская подготовка». Также используются для отсутствующих участников группы, для взаимодействия педагогов.

Здоровьесберегающие технологии. Система мер, направленных на сохранение и укрепление физического, психического, эмоционального, нравственного и социального здоровья объекта и субъекта образовательного процесса, то есть ученика и учителя. Используются во всех разделах программы

Информационные источники

Литература для педагога

1. Ананьева М.С. Методическая разработка. «В помощь руководителю детского туристско-краеведческого объединения», СПб, 2020
2. Балабанов И.В. Узлы. – М., 2003. ISBN 5-901049-27-6.
3. Виноградова Наталья Федоровна, Смирнов Дмитрий Витальевич, Сидоренко Людмила Васильевна. «Основы безопасности жизнедеятельности. 8-9 классы. Учебник. ФГОС». Издательство: Просвещение, 2022 г. ISBN: 9785090797443 Страниц: 272
4. Можейко, Игорь Всеволодович. Государственная символика России: История и современность: Пособие для общеобразоват. учреждений / И.В. Можейко, Н.А. Сивова, Н.А. Соболева; М-во образования Рос. Федерации. - Москва : ЦНСО, 2003 (ОАО Ярослав. полигр. комб.). - 221, [2] с. : ил., портр.; 21 см.; ISBN 5-98360-001-X (в обл.)
5. Методические рекомендации для подготовки команд к Открытому финалу Игры «Зарница» и соревнованиям «Школа безопасности» Санкт-Петербурга, Ленинградской области и Северо-Запада России (операция «Следопыт»). А.А.Новиков, Н.А.Лепина, ГОУ Балтийский берег, 2009
6. Методические рекомендации по оказанию первой помощи пострадавшим и действиям в экстремальных ситуациях (практическая часть) /Н.Ф. Чернухина, Н.А. Лепина, С.Е. Ключиков., В.С. Федоров. СПб; ЦГПВ ГБОУ «Балтийский берег», 2013
7. Методические рекомендации для подготовки команд к городским соревнованиям «Школа безопасности» (гражданская оборона, медико -санитарная подготовка) (этап: Лекарственные растения) / Н.А. Лепина, С.Е. Ключиков., СПб; ЦГПВ ГБОУ «Балтийский берег», 2013.
8. Методические рекомендации по подготовке с оказанию первой помощи пострадавшим и действиям в экстремальных ситуациях (теоретическая часть) /Н.Ф. Чернухина, Н.А. Лепина, С.Е. Ключиков., В.С. Федоров. СПб; ЦГПВ ГОУ «Балтийский берег», 2013.
9. Методические рекомендации для подготовки команд к городским соревнованиям «Школа безопасности» (этапы: Туристское двоеборье, Поисково -спасательные работы), Открытому

финалу Игры «Зарница» и соревнований «Школа безопасности» Санкт -Петербурга, Ленинградской области и Северо -Запада России / А. Б. Плакхин. – СПб.: ЦППВ ГОУ «Балтийский берег», 2005;

10. Байрамуков Юрий Борисович, Анакин М. В., Янович Валерий Станиславович «Радиационная, химическая и биологическая защита. Учебник» ISBN: 978-5-16-018093-9 Страниц: 224

11. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков /ДООТЦ «Балтийский берег»/ под редакцией Губаненкова С.М.- СПб, ИД «Петрополис», 2017.

12. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации. Серия «Закон и общество». – Ростов -на -Дону, «Феникс», 2022, ISBN: 978-5-222-37123-7, Страниц: 751

13. Основы безопасности и защиты Родины. 10-11 классы. Армия России на защите Отечества. Учебное пособие. Базовый уровень 2024 Черняк И.А. Издательство «Просвещение», 2024г. ISBN: 978-5-09-119300-8, 304стр.

Литература для обучающихся и родителей.

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - М.:ЦДЮТур, 2016.
2. Балабанов И.В. Узлы. – М., 2003. ISBN 5-901049-27-6.
3. Бардин К.В. Азбука туризма. - М.: Просвещение, 1981.
4. Буянов В. М., Нестеренко Ю. А. Первая медицинская помощь: Учебник. – 7-е изд., перераб. и доп. – М.: Медицина, 2000.
5. Конюхов Ф.Ф. Мой путь к истине. 2005-2015 Дневники одинокого путешественника. 2024 Эксмо. ISBN 978-5-04-200268-7
6. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. - М.:ЦДЮТур, 2015.
7. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.:Профиздат, 2017.
8. Симон Филипп. Пожарные и спасатели. Махаон 2024. ISBN 978-5-389-22608-1
9. Энциклопедия туриста. – М.: БРЭ, 1993.

Интернет-ресурсы:

1. ГБНОУ Балтийский берег: [Сайт] Санкт-Петербург, <http://www.balticberег.ru> – дата обращения - 10.11.2024. Текст. Изображение. Электронные.
2. Скиталец.Ру. [Сайт] <http://www.skitalets.ru/> - сервер для туристов и путешественников.10.11.2024. Текст. Изображение. Электронные.
3. Рюкзак.Ру [Сайт] <http://www.rukzak.ru/> - 10.11.2024. Текст. Изображение. Электронные.
4. Сайт <http://o-site.spb.ru/> [Сайт] Санкт-Петербург 10.11.2024. Текст. Изображение. Электронные.
5. ГБУ ДО ДДЮТ Выборгского района. [Сайт] Санкт-Петербург. <http://www.ddutyborg.ru/> 10.11.2024. Текст. Изображение. Электронные.
6. Группа «КЭТ-Клуб «Чёрный дракон» Группа в ВК. Санкт-Петербург. 2006 <http://vk.com/club443518>. 10.11.2024. Текст. Изображение. Электронные.
7. Школа безопасности. Всероссийское детско-юношеское общественное движение. Москва [Сайт] <https://school-of-safety-russia.ru/metodicheskaja-kopilka.html> 10.11.2024. Текст. Изображение. Электронные/
- 8.Мобильное приложение ФГБВОУ ВО «Военно-медицинская академия имени С.М. Кирова» МО РФ, 2024. «Электронное учебное пособие «Тактическая медицина» <https://www.vmeda.org/takticheskaya-mediczina/mobilnoe-prilozhenie/>

Электронные образовательные ресурсы

Тема/ раздел	ресурс	ссылка
Общественно-историческая подготовка	Г-ф Дорога памяти	https://forms.gle/cKzeUvKkM1KiVNGp9
	Г-форма Ленинград.Блокада	https://forms.gle/FjeuC6thLvYjYRWd9

Тема/ раздел	ресурс	ссылка
	Г-ф Основной закон	https://forms.gle/2P9oAECdmnqMjsoaA
Основы военной подготовки	ЭУП Такт.медицина	https://www.vmeda.org/takticheskaya-mediczina/mobilnoe-prilozhenie/
	Г-ф ВС РФ	https://forms.gle/gLco19v2FHndvW1M8
	Г-форма Строевая подготовка	https://forms.gle/cKzeUvKkM1KiVNGp9
Безопасность жизнедеятельности	ВДЮОД ШБ. Метод.копилка	https://school-of-safety-russia.ru/metodicheskaja-kopilka.html
	Г-форма СИЗ и СКЗ	https://forms.gle/XeRfzwm3H7oBiQPQ6
	Видео Мощные природ.явления	https://drive.google.com/file/d/1ISXshEkAuKLJMCu50uYnVX_Kmu-MB1o8/view?usp=drive_link
Туристская подготовка	Сайт Скиталец.ру	https://skitalets.ru/information/books/organizatsiya-i-podgotovka-sportivnogo-turistskogo-pokhoda-2410_4665/
	Инфоурок	https://infourok.ru/metodicheskoe-posobie-tehnika-turizma-sovremenno-i-uvlekatelno-2272109.html
Туристская подготовка	Г-ф Тур.снаряжение	https://forms.gle/cDk2mjkuike8EaUK7
	Г-ф Какой вы путешественник	https://forms.gle/QcYWLcyT5riGRq6k8
	Г-ф Узлы и не только	https://forms.gle/KFtomgeGSPKagy2u9
Общая физическая подготовка	Онлайн курс Теория физ.культуры	https://stepik.org/course/29755/syllabus
	Г-ф Физ.подготовка туриста	https://forms.gle/jk5MnB7s546V2TxV8
Нестационарное мероприятие в природной среде	Видео походов КЭТ-Клуба в 2024-2025гг	https://drive.google.com/drive/folders/1F8nafC99uXurKFCaEo98R67H0WdM115j?usp=drive_link

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы и методы диагностики итогов реализации программы

№	Название	Примеры	Периодичность
1	Портфолио объединения	Командные и личные достижения обучающихся объединения	Раз в полгода
2	Рейтинг участия обучающихся объединения в деятельности объединения	Учет участия/неучастия и степени вовлеченности (член команды, судья этапа, ответственный за задание) в мероприятиях объединения	Ежемесячно
3	Тематическое (предметное) тестирование	Индивидуальные тесты по ориентированию, историческому краеведению, по материалам Школы безопасности и ОБЖ и др.	Раз в полгода
4	Предметная диагностика*	Проверка туристских бытовых навыков: знание узлов, постановка палаток разного типа, разведение огня, умение оборудовать бивуак (тент, таган и др.), умение сооружать	Для 1 г.об. – в конце года Для 2-

№	Название	Примеры	Периодичность
		временное укрытие типа «вигвам». Выполнение комплексных нормативов по туристской подготовке: турполосы, ориентирование по видам.	3г.о. – раз в полгода
5	Участие в контрольных туристских маршрутах	Протоколы соревнований на Лыжном, Водном, Пешем, Комбинированном КТМ	По мере проведения
6	Участие в нестационарных мероприятиях (НМ) в природной среде	Сводный годовой календарь дел объединения, справки о зачете похода/путешествия	Ежегодно
7	Выполнение нормативов по физической подготовке, в т.ч. ВФСК ГТО	Протоколы сдачи нормативов ОФП (по возрастам), ведомости пробной сдачи нормативов ГТО, выписки из протоколов ОУ по сдаче нормативов ГТО;	По мере участия
8	Психологическое тестирование и анкетирование	Социометрия; исследования: психологического климата коллектива; сплоченности группы (по тесту Сижора); личностных черт учащихся (тест Люшера); тест «Ситуативная и личностная тревожность» (по Спилбергеру) и др.	В начале и конце периода

Предметная диагностика проводится в следующей форме:

- Проведение зачетов по различным темам.
 - Выполнение нормативов по физической подготовке (основанных на нормах комплекса ГТО для каждого возрастного периода).
 - Выполнение нормативов по технической подготовке
 - Выполнение тестовых заданий.
 - Участие в соревнованиях.
- Индивидуальный рейтинг учащегося.
- Наблюдения педагога

Система работы с родителями включает в себя: Комплекс дистанционного общения (соц-сети ВК, ТЛГ, МАКС, телефонные консультации), Консультации для родителей; Родительские собрания (на начало года, перед НМ, по итогам года); Совместные детско-родительские отчетные собрания и выезды.

Виды контроля

- Начальная диагностика – сентябрь.
- Промежуточная диагностика и контроль – декабрь.
- Итоговая диагностика и контроль – май.
- Диагностика результативности нестационарного мероприятия проводится после длительных походов и путешествий.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы: опрос; зачет – на итоговом занятии; участие в соревнованиях и конкурсах; участие в туристских походах, а также путешествиях и экспедициях; фотоотчеты, информационные отчеты в электронном виде об участии в мероприятиях.

Система контроля результативности обучения с описанием форм и средств выявления, фиксации и предъявления результатов обучения, а также их периодичности

Диагностика результатов обучения по образовательной программе проводится 2 раза в год (в конце каждого полугодия). Она проводится по 15 показателям (по 5 в каждой области): О1, О2, О3, – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области обучения.

P1, P2, P3, P4 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области развития

B1, B2, B3, B4 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области воспитания.

По каждому показателю определено содержательное (словесное) описание градаций, соответствующее количественному выражению (2-высокий уровень, 1-средний уровень, 0 – низкий, незначительный уровень).

Показатель	2 - очень хорошо	1 - средний	0 - незначительно
O1 Туристские (походные) умения и навыки	Уверенно применяет на практике освоенные умения и навыки	Применяет освоенные умения и навыки на практике в стандартных условиях	Имеет представление об изучаемых умениях и навыках, частично способен воспроизвести
O2 Знания об основных ЧС природного, техногенного и социального характера	Знает и самостоятельно применяет на практике полученные знания	Знает и пробует применять на практике полученные знания	Имеет представление об основных ЧС и областях применения этих знаний в деятельности коллектива
O3 Специализированные умения и навыки для участия в профильных соревнованиях	Уверенно применяет на практике освоенные умения и навыки	Применяет освоенные умения и навыки на практике в стандартных условиях	Имеет представление об изучаемых умениях и навыках, частично способен воспроизвести
P1 Кругозор и эрудиция учащихся	Хорошо знает историю и географию своего района (города, региона, области, страны)	Знает историю и географию тех мест, которые посещал	Путается в своих знаниях
P2 Физическое развитие учащихся	Показывает устойчивый рост в физическом развитии	Показывает рост в физическом развитии	Показывает незначительный рост в физическом развитии
P3 Умения анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда	Самостоятельно анализирует и оценивает собственную деятельность в коллективе	Анализирует и оценивает собственную деятельность в коллективе на итоговых занятиях (обсуждениях)	Пытается анализировать оценивать собственную деятельность в коллективе (компилирует действия других членов коллектива)
P4 Навыки самостоятельной работы с информационными источниками	Самостоятельно находит знания в источниках информации	Самостоятельно находит знания в указанных источниках информации	Находит знания в указанных источниках информации с помощью членов коллектива
B1 Уровень коммуникативной культуры	Высокий уровень коммуникативных умений и навыков	Средний уровень коммуникативных умений и навыков	Низкий уровень коммуникативных умений и навыков
B2 Морально-волевые качества	Проявляет сформированные морально-волевые качества	Эпизодически проявляет формирующиеся морально-волевые качества	Единичные примеры проявления формирующихся морально-волевых качества
B3 Общественная активность	Активно участвует в деятельности коллектива, в жизни своих ОУ (района, города) в соответствии с годом обучения (рейтинг)	Участвует в деятельности коллектива, в жизни своих ОУ (района, города) в соответствии с годом обучения	Эпизодически участвует в деятельности коллектива, в жизни своих ОУ (района, города) в соответствии с годом обучения
B4 Вовлеченность в	Осознает себя частью команды,	Совершенствует личные навыки и	Проявляет интерес в командным формам

Показатель	2 - очень хорошо	1 - средний	0 - незначительно
деятельность коллектива	совершенствует личные навыки для эффективной работы в группе	умения для работы в группе	работы, задумывается над необходимостью совершенствования личных навыков и умений для работы в группе

По результатам итоговых занятий и оценке работы обучающихся в течение полугодия заполняется **форма диагностики образовательной программы**: ФИ учащихся отдельно по каждой группе; графы оценки по каждому учащемуся и каждому показателю. Затем:

- Подсчитывается общее количество баллов по каждому обучающемуся (графа *уровень освоения программы*). Максимально возможное значение – 22. В скобках указать уровень освоения в соответствии с ниже приведенной градацией:
16-22 – высокий
11-15 – средний
6-10 – низкий
Менее 6 – программа не освоена
- Подсчитывается средний балл по каждому показателю (графа *средний балл*) – сумма баллов всех учащихся по данному показателю, разделенная на количество учащихся. Максимально возможное значение – 2.
- Подсчитывается общий балл каждого раздела (графа *сумма*) – сумма средних баллов в каждой группе показателей. Максимально возможное значение – 10.

После этого пишутся выводы по результатам проведенной диагностики с указанием планов дальнейшей работы (необходимость корректировки, прогнозы дальнейшего обучения, выявления проблемных мест, анализ возможных причин низких показателей, особенности конкретной группы, выявление одаренных детей и т.п.).

Примеры диагностики Приложение 1

Бланк итогового зачета по ОФП. Объединение «Военно-спортивное многоборье»

Ф.И.О.учащегося _____

Год обучения _____

№	Название упражнения	Норматив	Результат	Итог (зачет/незачет)
1	Бег на 60м			
2	Бег на 1,5 км			
3	Подтягивание из виса на перекладине			
4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа			
5	Наклон вперед из положения стоя			
6	Бег на лыжах на 2 км			
7	Сгибание туловища в положении лежа (пресс)			

Пример теста по теории

1. Какой Российский Царь издал «Наказ о градском благочинии»?
2. В каком году Алексей Михайлович издал «Наказ о градском благочинии»?
3. Какой Российский Император издал Указ об учреждении профессиональной пожарной команды в городе Санкт-Петербурге?
4. В каком году Александр I подписал Указ об учреждении профессиональной пожарной команды в столичном городе Санкт-Петербурге?
5. Сколько пожарных частей входило в состав петербургской пожарной команды в 1803 году?
6. Как называлась должность начальника пожарной части?
7. Как называлась должность начальника пожарной команды Санкт-Петербурга?
8. В каких зданиях размещались первые пожарные части?
9. Как называлась смотровая вышка, которая возвышалась над зданием пожарной части?
10. Для каких целей вывешивались «сигнальные знаки» над пожарными каланчами?
11. Какое средство связи появилось и стало использоваться пожарными в Петербурге раньше?
12. Какой современный журнал о противопожарной службе ведет свою историю с 1894 года?
13. Кто возглавлял противопожарную службу МПВО Ленинграда в годы Великой Отечественной войны?
14. Какой наградой удостоена Ленинградская пожарная охрана после первой блокадной зимы?
15. Как называлось противопожарное формирование, созданное в Ленинграде в августе 1941 года из числа студентов, старших школьников и молодых рабочих?
16. Как на выезде отличался конный обоз одной пожарной части от другой?
17. Впереди пожарного обоза скакал:
18. Почему в XIX веке пожарным запрещали брить бороды и усы?
19. Что влияло на высоту каланчи при пожарных частях?
20. Пожарная каска – необходимый предмет в обмундировании пожарного, т.к.:
21. Кто в Санкт-Петербурге создал первую «вольную пожарную команду»?
22. В каком году была создана первая вольная пожарная команда?
23. В каком году прошел первый Съезд русских пожарных деятелей?
24. В каком году Российское Пожарное Общество стало именоваться Императорским?
25. В каком году впервые встал вопрос об обучении детей пожарному делу?
26. Как назывались детские учебные отряды юных пожарных?
27. Чем занимались пожарные «потешные отряды» в России?
28. Как назывались юные пожарные в послереволюционные годы?
29. В каком году впервые было принято Положение о юных пожарных?
30. С какого года отсчитывает начало своей деятельности Движение дружин юных пожарных Санкт-Петербурга?

РЕЙТИНГ ПОСЕЩАЕМОСТИ занятий и участия в мероприятиях

[illegible]

Приложение 5

Образовательная программа

Педагог

Группа №__ год обучения

Сизова Н.Е.

Военно-спортивное
многоборье

Группа № _____ год обучения																																				
ИМЯ учащегося	ОБУЧЕНИЕ									РАЗВИТИЕ									ВОСПИТАНИЕ									Уровень освоения программы								
Туристские (походные) умения и	Знания об основных ЧС			Специализированные умения и			Кругозор и эрудиция учащихся			Физическое развитие учащихся			Умения анализировать и			Навыки самостоятельной работы			Уровень коммуникативной культуры			Морально-волевые качества			Общественная активность				Вовлеченность в деятельность							
	В	П	И	В	П	И	В	П	И	В	П	И	В	П	И	В	П	И	В	П	И	В	П	И	В	П	И	В	П	И	В	П	И	В	П	И
	2	2		1	2		1	2		1	2		1	1		1	2		1	1		2	2		1	1		1	2		1	2		13	19	0
	2	2		1	2		1	1		1	2		1	2		1	2		1	2		2	2		1	1		1	1		1	1		13	18	0
	1	1		1	2		1	2		1	1		1	2		1	1		1	1		1	1		1	1		1	2		1	2		11	16	0
	2	2		1	2		1	2		1	2		2	2		1	2		1	1		2	2		1	2		1	2		1	2		14	21	0
	2	2		2	2		2	2		1	2		2	2		1	2		1	1		2	2		1	2		1	2		1	2		16	21	0
	2	2		2	2		2	2		1	2		2	2		1	2		1	2		2	2		1	2		1	2		1	2		16	22	0
	2	2		2	2		1	2		2	2		2	2		1	2		1	2		2	2		1	2		1	2		1	2		16	22	0
	1	1		1	1		1	1		1	2		1	1		1	1		1	2		2	2		1	1		1	1		1	1		12	14	0
	1	1		1	1		1	1		1	2		1	1		1	1		1	1		2	2		1	1		1	1		1	1		12	13	0
	2	2		1	2		1	2		2	2		2	2		1	2		1	1		2	2		1	2		1	2		1	2		15	21	0
	1	1		1	1		1	2		1	2		1	1		1	1		1	1		2	2		1	1		1	1		1	1		12	14	0
	2	2		1	1		1	1		1	2		1	1		1	1		1	1		2	2		1	1		1	1		1	1		13	14	0
Средний балл	1,5	1,5	0,0	1,2	1,5	0,0	1,1	1,5	0,0	1,1	1,8	0,0	1,3	1,5	0,0	0,9	1,4	0,0	0,9	1,3	0,0	1,8	1,8	0,0	0,9	1,3	0,0	0,9	1,4	##	0,9	1,4	0,0	13	16,3	0,0
Сумма В	3,8									4,3									4,5																	
Сумма П	4,5									5,9									5,9																	
Сумма И	0,0									0,0									0,0																	

время проведение диагностики:

В (входная)-01.09-20.09; **П** (промежуточная)- 15.12.-15.01, на 1 году не проводится,

И (итоговая)-15.05-25.05

уровень освоения:

0-низкий уровень; **1**- средний уровень; **2**- высокий уровень