



## Пояснительная записка

В настоящее время остро ощущается необходимость возрождения духовности, изучения культуры своего народа, изучения прошлого и настоящего своей "малой родины", восстановление духовности для формирования нравственной личности гражданина и патриота своей страны. Неоспорима мысль о том, что малая родина, отечество, родной край играют значительную роль в жизни каждого человека

Название кружка	Количество кружков	Количество детей	Всего часов	Вид занятий	
				Теоретические	Практические
WEST-2	1	12	216	40	176

**Особенность:** Частица любимой Отчизны, дорогие сердцу места, близкие душе обычаи. Но мало говорить о любви к родному краю, надо знать его прошлое и настоящее, богатую духовную культуру, народные традиции, природу. Все это относится и к нашим родным местам.

**Эффективность:** Одной из форм внеклассной работы является туристический кружок. Кружок есть то звено, которое позволяет использовать разнообразные формы внеклассной работы.

**Новизна:** Учет современных достижений в области психологии, педагогики, социологии. Программа интегрирует школьные дисциплины физкультуры, географии, биологии и др. в постоянные разделы программы.

### Цель курса:

- Формирование всесторонне развитой личности учащихся через туристскую деятельность и изучение родного края.
- Развитие творческих способностей у детей, формирование их гражданского сознания и патриотизма на основе туристско-краеведческой деятельности.
- Активизация познавательной деятельности школьников во внеурочное время.
- Формирование у детей устойчивых навыков: самоуправление, самообслуживание, социальная активность и дисциплина, трудолюбие и нравственность.
- Изучение и закрепление практических навыков необходимых для безопасности жизнедеятельности в походах и на соревнованиях.

### Задачи:

- Создать условия для нравственного воспитания учащихся средствами туристско-краеведческой деятельности.
- Сформировать мировоззрение кружковцев через глубокое понимание неразрывного единства человека и природы.
- Осуществлять комплексный подход для реализации практических задач.
- Активно пропагандировать здоровый образ жизни по средствам туристско-краеведческой деятельности.

## Методики и технологии

При составлении программы авторский коллектив руководствовался следующими принципами:

- Научности. Единая система деятельности педагога и обучающихся в объединении управляется целями и задачами воспитания. Дидактический принцип научности осуществляется в планировании туристско-краеведческой работы, в системном подходе к ней.

- В основу деятельности объединения постоянного состава положен принцип последовательности, постепенности и систематичности. Составные части педагогической системы взаимосвязаны и образуют целостное единство.

- Принцип коллективизма. Имеет особое значение в воспитании обучающихся. Полноценная работа объединения невозможна без реализации в нем этого принципа. Только сплоченный туристский коллектив способен пройти сложный маршрут и выполнить поставленные задачи без травм и несчастных случаев.

При реализации данной программы применяются разнообразные формы и методы работы.

### Методы:

1. Словесные методы: рассказ, беседа, работа с книгой, дискуссия, лекция.
2. Наглядные методы: использование оборудования спортивного зала; просмотр фотографий, видеофильмов, картин, схем, плакатов, рисунков, макетов.
3. Практические методы: спортивные тренировки, соревнования, походы. Для эффективного усвоения учебного материала практическую деятельность следует проводить на местности в форме соревнований, походов, сборов.
4. Методы контроля: теоретические и практические зачеты, тестирование.

### Формы:

1. практические занятия
2. беседы
3. игровые программы
4. спортивные тренировки
5. соревнования
6. походы
7. зачетные занятия

Ожидаемый результат реализации программы;

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

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

По завершении обучения кружковцы должны

Знать. Правила техники безопасности, иметь представление о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи, вопросы туризма, виды узлов, туристское снаряжение

и виды переправ, способы преодоления различных естественных препятствий, организация страховки, само страховку, как подготовится к походу.

Уметь. Передвигаться по дорогам и тропам в составе группы, преодолевать вместе естественные препятствия на пути, правильно применять туристские узы, оказывать доврачебную помощь и правильно транспортировать пострадавшего, организовать походный быт и распределять продукты на весь поход или слет, передвигаться по дорогам тропам и пересеченной местности в составе группы, наводить страховку, различные виды переправ, работать веревками, работать в группе, личное и командное прохождение этапов,



№	Тема занятия	Всего часов	Теория	Практика	Дата	Примечание
1	<b>Организация группы</b>	8		8		
1.1	Поход выходного дня	8		8	17.09	
2	<b>Узлы</b>	27	3	24		
2.1	Виды узлов и их применение	3	3		25.09	
2.2	Двойной булинь, встречная восьмерка	3		3	01.10	
2.3	Двойной проводник, удавка (через опору)	3		3	02.10	
2.4	Маркировочный узел	3		3	08.10	
2.5	Ткатски, брам шкотовый	3		3	09.10	
2.6	Прямой, встречный проводник	3		3	15.10	
2.7	Академический, штык, стремя	3		3	16.10	
2.8	Срединный проводник восьмерка,	3		3	22.10	
2.9	Двойной схватывающий, узел бахмана	3		3	23.10	
3	<b>Виды переправы</b>	18		18		
3.1	Навесная переправа	3		3	29.10	
3.2	Параллельная переправа	3		3	30.10	
3.3	Маятник	3		3	05.11	
3.4	Параллельная переправа (бабочка)	3		3	06.11	
3.5	Виды основных веревок	3		3	12.11	
3.6	Траверссклона	3		3	13.11	
4	<b>Виды дистанций</b>	56	6	50		
4.1	Кросс-поход	3	3		19.11	
4.2	Самонаведение навесной переправы с самоснятием	6		3	20.11	
4.3	Самонаведение траверса с самоснятием	6		3	26.11	
4.4	Самонаведение маятника с самоснятием	6		3	27.11	
4.5	Самонаведение спуска с самоснятием	6		3	03.12	
4.6	Самонаведение подъема с самоснятием	6		3	04.12	
4.7	Самонаведение спуска с самоснятием	6		3	10.12	
4.8	Самонаведение подъема с самоснятием	6		3	11.12	
4.9	Самонаведение спуска с самоснятием	6		3	17.12	
4.10	Самонаведение подъема с самоснятием	6		3	18.12	
4.11	Самонаведение спуска с самоснятием	6		3	24.12	
4.12	Самонаведение подъема с самоснятием	6		3	25.12	
4.13	Вязка носилок	6		3	30.12	
4.14	Укладка и транспортировка пострадавшего	6		3	31.12	
4.15	Преодоление комплекса переправ	6	3		06.01	
4.16	Преодоление комплекса переправ	3		3	08.01	
4.17	Поход выходного дня	8		8	14.01	
5	<b>Ориентир</b>	6	6			
5.1	Географическая и	3	3		22.01	

	топографическая карта					
5.2	Изучения топо знаков	3	3		28.01	
<b>6</b>	<b>Медицина</b>	<b>15</b>	<b>9</b>	<b>6</b>		
6.1	Медицинская аптечка	3	3		29.01	
6.2	Оказание первой медицинской помощи	3	3		04.02	
6.3	Ожоги	3	1	2	05.02	
6.4	Солнечные и тепловые удары	3	1	2	11.02	
6.5	Непрямой массаж сердца, искусственное дыхание	3	1	2	12.02	
<b>7</b>	<b>Лыжи и их применение</b>	<b>50</b>	<b>12</b>	<b>38</b>		
7.1	Виды лыж и их подбор	3	3		18.02	
7.2	Техника движения на лыжах	3	3		19.02	
7.3	Классический лыжный ход	3		3	25.02	
7.4	500м	3		3	26.02	
7.5	700м	3		3	04.03	
7.6	Коньковый ход	3		3	05.03	
7.7	500м	3		3	11.03	
7.8	700м	3		3	12.03	
7.9	Техника преодоления естественных препятствий	3	3		18.03	
7.10	Лощина, бревно	3		3	19.03	
7.11	Подъем лесенкой, елочкой	3		3	25.03	
7.12	Методы торможение при спуске, торможение «Плугом»	3		3	26.03	
7.13	Торможение «Заносом»	3		3	01.04	
7.14	Подготовка снаряжение к походу	3	3		02.04	
7.15	Поход выходного дня	8		8	08.04	
<b>8</b>	<b>Организация страховки</b>	<b>36</b>	<b>4</b>	<b>32</b>		
8.1	Схватывающие узлы	3		3	15.04	
8.2	Узлы для связывания веревок	3		3	16.04	
8.3	Вспомогательные узлы	3		3	22.04	
8.4	Навесная переправа с перестежкой	3		3	23.04	
8.5	Прохождение комплекса переправ (Навесная, параллельная, маятник)	3		3	29.04	
8.6	Прохождение комплекса переправ (траверс, бабочка, навесная с перестежкой)	3		3	30.04	
8.7	Методы и устройства для страховки	3	3		05.05	
8.8	Организация ПС (пункт страховки)	3	1	2	06.05	
8.9	Подготовка страховочной веревки	3		3	13.05	
8.10	Организация страховки через «восьмерку» на горизонтальных переправах	3		3	14.05	

8.11	Прохождение комплекса горизонтальных переправ со страховкой	3		3	20.05	
8.12	Организация спуска дюльфером через «восьмерку»	3		3	21.05	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>216</b>	<b>40</b>	<b>176</b>		