

№	Тема занятия	Всего часов	Теория	Практика	Дата	Примечание
1	Организация группы	11	3	8		
1.1	Знакомство с группой (психологический тренинг)	3	3		16.09	
1.2	Поход выходного дня	8		8	17.09	
2	Узлы	15	3	12		
2.1	Виды узлов и их применение	3	3		30.09	
2.2	Прямой, встречный, проводник	3		3	01.10	
2.3	Восьмерка, булинь, шкотовый	3		3	07.10	
2.4	Двойной схватывающий, узел бахмана, срединный проводник	3		3	08.10	
2.5	Академический, штык, стремя	3		3	14.10	
3	Туристское снаряжение и виды переправ	27	12	15		
3.1	Система страховочная	3	3		15.10	
3.2	Виды карабинов	3	3		21.10	
3.3	Техника обвязывания	3		3	22.10	
3.4	Виды основных веревок	3	3		28.10	
3.5	Переправы	3	3		29.10	
3.6	Навесная переправа	3		3	04.11	
3.7	Траверс склона	3		3	05.11	
3.8	Маятник	3		3	11.11	
3.9	Анти маятник	3		3	12.11	
4	Первая медицинская помощь	27	16	11		
4.1	Медицинская аптечка	3	3		18.11	
4.2	Оказание первой медицинской помощи	3	3		19.11	
4.3	Ожоги	3	1	2	25.11	
4.4	Солнечные и тепловые удары	3	2	1	26.11	
4.5	Непрямой массаж сердца, искусственное дыхание	3	1	2	02.12	
4.6	Переломы, вывихи	3	1	2	03.12	
4.7	Порезы, натертости, ушибы	3	2	1	09.12	
4.8	Отравления	3	1	2	10.12	
4.9	Обморожения	3	2	1	14.12	
5	Лыжи и их применение	62	12	50		
5.1	Виды лыж и их подбор	3	3		15.12	
5.2	Техника движения на лыжах	3	3		23.12	

5.3	Классический лыжный ход	3		3	24.12	
5.4	500м	3		3	29.12	
5.5	700м	3		3	30.12	
5.6	1КМ	3		3	05.01	
5.7	Коньковый ход	3		3	06.01	
5.8	500м	3		3	13.01	
5.9	700м	3	1	2	14.01	
5.10	1КМ	3		3	20.01	
5.11	Техника преодоления естественных препятствий	3	3		21.01	
5.12	Лощина, бревно	3		3	27.01	
5.13	Подъем лесенкой, елочкой	3		3	28.01	
5.14	Методы торможение при спуске, торможение «Плугом»	3		3	03.02	
5.15	Торможение «Заносом»	3		3	04.02	
5.16	Подъем «Серпантинном»	3		3	10.02	
5.17	«Лавиноопасный участок»	3		3	11.02	
5.18	Подготовка снаряжение к походу	3	2	1	17.02	
5.19	Поход выходного дня	8		8	18.02	
6	Организация страховки	71	20	51		
6.1	Схватывающие узлы	3		3	03.03	
6.2	Узлы для связывания веревок	3		3	04.03	
6.3	Вспомогательные узлы	3		3	10.03	
6.4	Навесная переправа с перестежкой	3		3	11.03	
6.5	Методы и устройства для страховки	3	3		17.03	
6.6	Организация ПС (пункт страховки)	3	2	1	18.03	
6.7	Подготовка страховочной веревки	3		3	24.03	
6.8	Организация страховки через «восьмерку» на горизонтальных переправах	3		3	25.03	
6.9	Прохождение комплекса горизонтальных переправ со страховкой	6		3	31.03	
			3		01.04	
6.10	Организация спуска дюльфером через «восьмерку»	6		3	07.04	
			3		08.04	
6.11	Устройства для подъема	3	3		14.04	
6.12	Организация подъема с «Жумаром»	6		3	15.04	
			3		21.04	
6.13	Организация страховки через «восьмерку» на вертикальных переправах	6		3	22.04	
			3		28.04	
6.14	Работа в связке	6		3	29.04	
			3		05.05	
6.15	Командная связка	6		3	06.05	

				3	12.05	
6.16	Личное	3		3	13.05	
6.17	Поход выходного дня	8		8	19.05	
ВСЕГО:		216	66	150		

Название кружка	Количество кружков	Количество детей	Всего часов	Вид занятий	
				Теоретические	Практические
Эверест	1	12	216	66	150

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

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, видеofilьмов, картин, схем, плакатов, рисунков, макетов.
3. Практические методы: спортивные тренировки, соревнования, походы. Для эффективного усвоения учебного материала практическую деятельность следует проводить на местностях 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 подготовиться к походу.

Уметь. Передвигаться по дорогам и тропам в составе группы, преодолевать вместе естественные препятствия на пути, правильно применять туристские узлы, 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,