

Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение
Свердловской области «Дворец молодёжи»

Региональный центр детско-юношеского туризма и краеведения

Принята на заседании
научно-методического совета
ГАНОУ СО «Дворец молодёжи»,
Протокол № 5 от 30.05. 2024 г

Утверждаю:
Директор
ГАНОУ СО «Дворец молодёжи» А.Н. Слизько
Приказ №663-Д от 30.05.2024 г

**Рабочая программа
второго года обучения по дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программе
туристско-краеведческой направленности
«Туризм – это здорово»**

Возраст учащихся: 10-17 лет

Автор – составитель общеразвивающей
программы: Лобанова А.П., методист
Антуганова М.С.
педагог дополнительного образования

Разработчик рабочей программы:
программы:
Антуганова М.С.
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2024

1. Пояснительная записка

Направленность	Туристско-краеведческая
Особенности обучения в текущем году: особенности обучения в текущем учебном году по общеразвивающей программе: особенности условий реализации содержания, подготовка к знаменательным датам, юбилеям детского объединения, учреждения, реализация тематических программ, проектов, причины замены тем по сравнению с реализуемой общеобразовательной общеразвивающей программой и т.д.;	
Особенности организации образовательной деятельности по общеобразовательной общеразвивающей программе с указанием количества учебных часов по программе, количества учебных часов согласно расписанию; информации об изменении сроков и/или времени изучения отдельных тематических блоков (разделов) с указанием причин и целесообразности изменений.	Второй год обучения. Возраст обучающихся 10-17 лет. Количество учебных часов – 216 часов. Занятия 2 раза в неделю, продолжительность занятий 3 часа. Форма обучения очная.
Цель и задачи рабочей программы на текущий учебный год, учитывающие изменения условий реализации общеразвивающей программы.	
Изменения режима занятий в текущем учебном году (продолжительность и количество занятий в неделю со всеми вариантами и обоснованием выбора варианта, продолжительность учебного часа, если она отличается от академического часа).	
Применение иных, отличающихся от общеобразовательной программы форм занятий и их сочетание (пояснить, чем обусловлен выбор конкретных форм учебных занятий) в текущем учебном году	
Изменения, внесенные в общеразвивающую программу, необходимые для обучения в текущем учебном году и их обоснование (информация об изменении содержательной части общеразвивающей программы, обоснование изменений, описание резервов, за счет которых они будут реализованы);	
Планируемые результаты и способы их оценки.	Соответствуют общеразвивающей программе.

Год обучения: второй

№ п/п	Месяц	Число	Форма занятия (групповая, индивидуальная)	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1	октябрь	1	групповая	3	Вводное занятие	Устный опрос
2	октябрь	3	групповая	3	Дисциплина «дистанция»	Устный опрос
3	октябрь	8	групповая	3	Дисциплина «маршрут»	Устный опрос
4	октябрь	10	групповая	3	Дисциплина «северная ходьба»	Устный опрос
5	октябрь	15	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
6	октябрь	17	групповая	3	Соревнования по спортивному туризму в группе дисциплин “дистанция”	Участие в соревнованиях на дистанциях – пешеходных и лыжных 1-2 класса
7	октябрь	22	групповая	3	Специальная физическая подготовка спортивного туриста	Выполнение упражнений, сдача нормативов
8	октябрь	24	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
9	октябрь	29	групповая	3	Общая физическая подготовка	Выполнение упражнений, сдача нормативов
10	октябрь	31	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
11	ноябрь	5	групповая	3	Специальная физическая подготовка спортивного туриста	Выполнение упражнений, сдача нормативов
12	ноябрь	7	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
13	ноябрь	12	групповая	3	Общая физическая подготовка	Выполнение упражнений, сдача нормативов
14	ноябрь	14	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
15	ноябрь	19	групповая	3	Специальная физическая подготовка спортивного туриста	Выполнение упражнений, сдача нормативов
16	ноябрь	21	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время

17	ноябрь	26	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
18	ноябрь	28	групповая	3	Специальная физическая подготовка спортивного туриста	Выполнение упражнений, сдача нормативов
19	декабрь	3	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
20	декабрь	5	групповая	3	Соревнования по спортивному туризму в группе дисциплин “дистанция”	Участие в соревнованиях на дистанциях – пешеходных и лыжных 1-2 класса
21	декабрь	10	групповая	3	Общая физическая подготовка	Выполнение упражнений, сдача нормативов
22	декабрь	12	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
23	декабрь	17	групповая	3	Специальная физическая подготовка спортивного туриста	Выполнение упражнений, сдача нормативов
24	декабрь	19	групповая	3	Соревнования по спортивному туризму в группе дисциплин “дистанция”	Участие в соревнованиях на дистанциях – пешеходных и лыжных 1-2 класса
25	декабрь	24	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
26	декабрь	26	групповая	3	Зачетные мероприятия	Выполнение упражнений, сдача нормативов. Тестирование
27	январь	9	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
28	январь	14	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
29	январь	16	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
30	январь	21	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
31	январь	23	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
32	январь	28	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время

33	январь	30	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
34	февраль	4	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
35	февраль	6	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
36	февраль	11	групповая	3	Туристская подготовка к дистанциям пешеходным и лыжным	Выполнение упражнений, прохождение этапов и дистанций на время
37	февраль	13	групповая	3	Краткие сведения и правила по ориентированию на местности	Выполнение заданий
38	февраль	18	групповая	3	Специальная физическая подготовка ориентировщика	Выполнение упражнений, сдача нормативов
39	февраль	20	групповая	3	Основы спортивного ориентирования	Устный опрос, выполнение практических заданий
40	февраль	25	групповая	3	Специальная физическая подготовка ориентировщика	Выполнение упражнений, сдача нормативов
41	февраль	27	групповая	3	Основы спортивного ориентирования	Устный опрос, выполнение практических заданий
42	март	4	групповая	3	Специальная физическая подготовка ориентировщика	Выполнение упражнений, сдача нормативов
43	март	6	групповая	3	Основы спортивного ориентирования	Устный опрос, выполнение практических заданий
44	март	11	групповая	3	Специальная физическая подготовка ориентировщика	Выполнение упражнений, сдача нормативов
45	март	13	групповая	3	Основы спортивного ориентирования	Устный опрос, выполнение практических заданий
46	март	18	групповая	3	Специальная физическая подготовка ориентировщика	Выполнение упражнений, сдача нормативов
47	март	20	групповая	3	Основы спортивного ориентирования	Устный опрос, выполнение практических заданий
48	март	25	групповая	3	Техника и тактика спортивного ориентирования	Выполнение заданий
49	март	27	групповая	3	Общая физическая подготовка	Выполнение упражнений, сдача нормативов

50	апрель	1	групповая	3	Техника и тактика спортивного ориентирования	Выполнение заданий
51	апрель	3	групповая	3	Техника и тактика спортивного ориентирования	Выполнение заданий
52	апрель	8	групповая	3	Общая физическая подготовка	Выполнение упражнений, сдача нормативов
53	апрель	10	групповая	3	Техника и тактика спортивного ориентирования	Выполнение заданий
54	апрель	15	групповая	3	Личное и групповое туристское снаряжение	Сборка рюкзака на время
55	апрель	17	групповая	3	Личное и групповое туристское снаряжение	Сборка рюкзака на время
56	апрель	22	групповая	3	Общая физическая подготовка	Выполнение упражнений, сдача нормативов
57	апрель	24	групповая	3	Организация туристского быта	Постановка палатки на время, практические задания на выкладку и разведение костра
58	апрель	29	групповая	3	Организация туристского быта	Постановка палатки на время, практические задания на выкладку и разведение костра
59	май	6	групповая	3	Организация туристского быта	Постановка палатки на время, практические задания на выкладку и разведение костра
60	май	8	групповая	3	Общая физическая подготовка	Выполнение упражнений, сдача нормативов
61	май	13	групповая	3	Организация туристского быта	Постановка палатки на время, практические задания на выкладку и разведение костра
62	май	15	групповая	3	Организация туристского быта	Постановка палатки на время, практические задания на выкладку и разведение костра
63	май	20	групповая	3	Организация туристского быта	Постановка палатки на время, практические задания на выкладку и разведение костра
64	май	22	групповая	3	Техническая подготовка скалолаза	Упражнения на различные виды хвата
65	май	27	групповая	3	Техническая подготовка скалолаза	Упражнения на различные виды хвата
66	май	29	групповая	3	Общая физическая подготовка	Выполнение упражнений, сдача нормативов

67	июнь	3	групповая	3	Техническая подготовка скалолаза	Упражнения на различные виды хвата
68	июнь	5	групповая	3	Техническая подготовка скалолаза	Упражнения на различные виды хвата
69	июнь	10	групповая	3	Техническая подготовка скалолаза	Упражнения на различные виды хвата
70	июнь	13	групповая	3	Техническая подготовка скалолаза	Упражнения на различные виды хвата
71	июнь	17	групповая	3	Зачетные мероприятия	Выполнение упражнений, сдача нормативов. Тестирование