

Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение
Свердловской области «Дворец молодёжи»
Региональный центр детско-юношеского туризма и краеведения
Свердловской области

Принята на заседании
научно-методического совета
ГАНОУ СО «Дворец молодёжи»
Протокол № 5 от 30.05.2025г.

Утверждаю:
Директор ГАНОУ СО «Дворец молодёжи»
А.Н. Слизько
Приказ № 725-д от 30.05.2025 г.

**Рабочая программа третьего года обучения
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
туристско-краеведческой направленности
«Спортивно – прикладной туризм»**

Авторы-составители программы:
Лобанова А.П., старший методист
Сидоров В.П., педагог
дополнительного образования

Разработчик рабочей
программы:
Сидоров В.П., педагог
дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2025 г.

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.;	В течение учебного года обучающиеся по программе получают знания и навыки, связанные с организацией и проведением туристских походов, а также с работой инструктора.
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.	Третий год обучения. Возраст обучающихся 12-17 лет. Количество учебных часов – 324 часа. Занятия 3 раза в неделю длительностью 3 академических часа.
Цель и задачи рабочей программы на текущий учебный год, учитывающие изменения условий реализации общеразвивающей программы.	В соответствии с образовательной программой.
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.	В соответствии с образовательной программой.

Год обучения: третий**Группа 1,2**

№ п/п	Месяц	Число	Форма занятия (групповая/ индивид.)	Кол- во часов	Тема занятия	Форма контроля
1.	октябрь	01	групповая	3	Вводное занятие. Меры безопасности при проведении занятий. Антикоррупционное просвещение. Современная организация туризма в стране.	Беседа, наблюдение
2.	октябрь	03	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Входная диагностика физического развития	Выполнение контрольных нормативов
3.	октябрь	06	групповая	3	История развития туризма в Екатеринбурге и Свердловской области. Прикладное значение туризма. Федерации туризма. Задачи и содержание их работы. Разрядные требования по спортивному туризму.	Наблюдение, опрос
4.	октябрь	08	групповая	3	Туристское снаряжение. Особенности снаряжения для многодневных походов.	Наблюдение, опрос
5.	октябрь	10	групповая	3	Общая и специальная физическая подготовка. Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы).	Беседа, наблюдение
6.	октябрь	13	групповая	3	Туристское снаряжение. Использование в туризме современных технических средств. Подбор необходимого снаряжения с учетом специфики предполагаемого маршрута.	Наблюдение, выполнение заданий
7.	октябрь	15	групповая	3	Топография и ориентирование. Способы измерения расстояний на местности. Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага. Ориентирование с помощью карты в походе. Ориентирование при условии отсутствия видимости.	Наблюдение, опрос
8.	ноябрь	17	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие быстроты движений.	Выполнение упражнений
9.	октябрь	20	групповая	3	Топография и ориентирование.	Наблюдение,

					Движение по легенде. Порядок действий в случае потери ориентировки. Использование спутниковых навигаторов на маршруте. Организация разведок в походе.	опрос, выполнение заданий
10.	октябрь	22	групповая	3	Топография и ориентирование. Определение по горизонталям различных форм рельефа.	Выполнение заданий
11.	октябрь	24	групповая	3	Общая и специальная физическая подготовка. Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья и на обмен веществ.	Беседа, наблюдение
12.	октябрь	27	групповая	3	Топография и ориентирование. Движение по азимуту и ориентирование по местным признакам на маршруте.	Выполнение заданий
13.	октябрь	29	групповая	3	Топография и ориентирование. Определение по карте своего местонахождения.	Выполнение заданий
14.	октябрь	31	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие ловкости и прыгучести.	Выполнение упражнений
15.	ноябрь	3	групповая	3	Топография и ориентирование. Отработка навыка определения масштаба, измерению расстояния на карте.	Выполнение заданий
16.	ноябрь	5	групповая	3	Топография и ориентирование. Отработка навыка определения масштаба, измерению расстояния на карте.	Выполнение заданий
17.	ноябрь	7	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие быстроты движений.	Выполнение упражнений
18.	ноябрь	10	групповая	3	Топография и ориентирование. Отработка навыка измерения азимутов на карте и на ориентир.	Выполнение заданий
19.	ноябрь	12	групповая	3	Топография и ориентирование. Отработка навыка определения расстояния до недоступного предмета, определения ширины реки, оврага.	Выполнение заданий
20.	ноябрь	14	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие гибкости.	Выполнение упражнений
21.	ноябрь	17	групповая/ индивид.	3	Туристские узлы.	Выполнение заданий

22.	ноябрь	19	групповая	3	Оказание первой помощи. Лекарственные растения, возможности их использования в походных условиях. Опасность бесконтрольного потребления грибов, ягод, трав.	Наблюдение, опрос
23.	ноябрь	21	групповая/индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие ловкости и прыгучести.	Выполнение упражнений
24.	ноябрь	24	групповая	3	Оказание первой помощи. Помощь утопающему. Самоконтроль самочувствия. Профилактика заболеваний и травм.	Наблюдение, опрос
25.	ноябрь	26	групповая/индивид.	3	Оказание первой помощи. Отработка навыков наложения различных повязок	Выполнение заданий
26.	ноябрь	28	групповая/индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие быстроты движений.	Выполнение упражнений
27.	декабрь	01	групповая/индивид.	3	Оказание первой помощи. Отработка навыка наложения жгута и шин. Изготовление носилок.	Выполнение заданий
28.	декабрь	03	групповая	3	Оказание первой помощи. Выполнение искусственного дыхания. Изготовление волокуш, транспортировка пострадавшего.	Наблюдение, выполнение заданий
29.	декабрь	05	групповая/индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Техника движения на лажах.	Выполнение упражнений
30.	декабрь	08	групповая	3	Организация и проведение похода. Обязанности руководителя группы и помощника руководителя при подготовке и проведении похода. Формирование группы. Формирование самоуправления в туристской группе. Конфликты, их профилактика и разрешение.	Наблюдение, опрос.
31.	декабрь	10	групповая	3	Организация и проведение похода. Игры на развитие навыков продуктивного взаимодействия: «Тонущий корабль», «Нарисуй замок».	Наблюдение, выполнение заданий
32.	декабрь	12	групповая/индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Техника движения на лажах.	Выполнение упражнений

33.	декабрь	15	групповая	3	Организация и проведение похода. Разработка маршрута. Главные требования к построению «нитки» маршрута и плана-графика похода. Разработка календарного плана-графика похода. Учет технических особенностей.	Наблюдение, опрос.
34.	декабрь	17	групповая	3	Организация и проведение похода. Разработка тактического плана прохождения технически сложных участков. Разработка запасных вариантов. Радиальные выходы.	Наблюдение, опрос.
35.	декабрь	19	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Техника движения на лажах.	Выполнение упражнений
36.	декабрь	22	групповая/ индивид.	3	Организация и проведение похода. Построение «нитки» маршрута.	Выполнение заданий
37.	декабрь	24	индивид.	3	Промежуточная аттестация	Тест
38.	декабрь	26	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Техника движения на лажах.	Выполнение упражнений
39.	декабрь	29	групповая/ индивид.	3	Организация и проведение похода. Разработка плана-графика похода.	Выполнение упражнений
40.	январь	09	групповая	3	Организация и проведение похода. Описание технически сложных участков маршрута.	Выполнение заданий
41.	январь	12	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Техника движения на лажах.	Выполнение упражнений
42.	январь	14	групповая	3	Организация и проведение похода. Причины изменения маршрута. Аварийные выходы.	Наблюдение, опрос.
43.	январь	16	групповая	3	Организация и проведение похода. Распределение обязанностей в группе в зависимости от особенностей характера участников - ролевая игра «Снимаем кинофильм».	Выполнение заданий
44.	январь	19	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Техника движения на лажах.	Выполнение упражнений
45.	январь	21	групповая	3	Организация и проведение похода. Значение, режим и особенности питания в многодневном походе. Способы уменьшения веса дневного рациона.	Наблюдение, опрос.

46.	январь	23	групповая	3	Организация и проведение похода. Калорийность, вес и нормы дневного рациона. Походное меню, алгоритм составления. Составление раскладки для многодневных походов. Смета расходов на подготовку и проведение похода.	Наблюдение, опрос.
47.	январь	26	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Техника движения на лажах.	Выполнение упражнений
48.	январь	28	групповая	3	Организация и проведение похода. Составление меню и расчет количества продуктов на каждый прием пищи.	Выполнение заданий
49.	январь	30	групповая	3	Организация и проведение похода. Составление сметы расходов на поход.	Выполнение заданий
50.	февраль	02	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Техника движения на лажах.	Выполнение упражнений
51.	февраль	04	групповая	3	Организация и проведение похода. Организация бивака в безлесной зоне, в горах. Особенности организации ночлегов в населенных пунктах.	Наблюдение, опрос.
52.	февраль	06	групповая	3	Организация и проведение похода. Единая Всероссийская спортивная классификация туристских маршрутов. Правила и особенности заполнения маршрутной книжки.	Наблюдение, опрос
53.	февраль	09	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Техника движения на лажах.	Выполнение упражнений
54.	февраль	11	групповая/ индивид.	3	Организация и проведение похода. Оформление маршрутной книжки.	Выполнение заданий
55.	февраль	13	групповая	3	Организация и проведение похода. Утверждение маршрутов в МКК. Регистрация туристских групп и туристов в территориальных органах МЧС России или в службах спасения.	Наблюдение, опрос
56.	февраль	16	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Техника движения на лажах.	Выполнение упражнений
57.	февраль	18	групповая	3	Организация и проведение похода. Составление отчета,	Наблюдение, опрос

					получение справок о прохождении маршрута и приобретённом опыте, оформление спортивных разрядов по туризму.	
58.	февраль	20	групповая	3	Обеспечение безопасности. Нормативные документы. Регистрация группы в аварийно-спасательных службах. Обязательность выполнения рекомендаций.	Наблюдение, опрос
59.	февраль	23	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Техника движения на лажах.	Выполнение упражнений
60.	февраль	25	групповая	3	Обеспечение безопасности. Изучение нормативных документов.	Выполнение заданий
61.	февраль	27	групповая	3	Обеспечение безопасности. Объективные и субъективные опасности. Их виды и причины возникновения.	Наблюдение, опрос
62.	март	02	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Техника движения на лажах.	Выполнение упражнений
63.	март	04	групповая	3	Участие в соревнованиях. Положение о соревнованиях. Условия участия в соревнованиях.	Наблюдение, опрос
64.	март	06	групповая/ индивид.	3	Участие в соревнованиях. Подготовка снаряжения для участия в соревнованиях.	Выполнение заданий
65.	март	09	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Подвижные игры, эстафеты.	Выполнение упражнений
66.	март	11	групповая	3	Участие в соревнованиях – командное прохождение дистанции.	Протокол
67.	март	13	групповая	3	Обеспечение безопасности. Ночлег вне палатки. Снежные пещеры и хижины, выбор места, организация работ по рытью пещеры и устройству хижины, размещение в них.	Наблюдение, опрос
68.	март	14	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнение на развитие силы и выносливости.	Выполнение упражнений
69.	март	16	групповая	3	Обеспечение безопасности. Отработка навыка устройства ночлега вне палатки.	Выполнение заданий
70.	март	18	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка.	Выполнение упражнений

					Подвижные игры, эстафеты.	
71.	март	20	групповая	3	Обеспечение безопасности. Отработка навыка устройства ночлега вне палатки.	Наблюдение, опрос
72.	март	23	групповая	3	Обеспечение безопасности. Меры безопасности в условиях плохой видимости, снегопада, сильного ветра; при разбивке бивака.	Наблюдение, опрос
73.	март	25	групповая/индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие гибкости.	Выполнение упражнений
74.	март	27	групповая	3	Обеспечение безопасности. Опасности, обусловленные рельефом местности, недостаточным оборудованием, климатическими условиями, неправильными действиями туристов.	Наблюдение, опрос
75.	март	30	групповая	3	Обеспечение безопасности. Анализ данных о случаях травматизма и несчастных случаях на туристских маршрутах.	Наблюдение, опрос
76.	апрель	01	групповая/индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие ловкости и прыгучести.	Выполнение упражнений
77.	апрель	03	групповая	3	Обеспечение безопасности. Анализ и оценка потенциальных опасностей и рисков.	Выполнение заданий
78.	апрель	04	групповая	3	Обеспечение безопасности. Меры по исключению субъективных и преодолению объективных опасностей.	Наблюдение, опрос
79.	апрель	06	групповая/индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнение на развитие силы и выносливости.	Выполнение упражнений
80.	апрель	08	групповая	3	Обеспечение безопасности. Разбор причин возникновения аварийных и экстремальных ситуаций в походах	Выполнение заданий
81.	апрель	10	групповая	3	Обеспечение безопасности. Контрольные пункты и сроки в походе. Связь с группой, находящейся в пути. Спутниковые навигационные приборы. Использование мобильных телефонов как	Наблюдение, опрос

					навигаторов.	
82.	апрель	13	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Подвижные игры, эстафеты.	Выполнение упражнений
83.	апрель	15	групповая	3	Обеспечение безопасности. Алгоритм разработки плана действий при несчастном случае до начала путешествия.	Наблюдение, опрос
84.	апрель	17	групповая/ индивид.	3	Обеспечение безопасности. Разработка плана действий при несчастном случае до начала путешествия.	Выполнение заданий
85.	апрель	20	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие гибкости.	Выполнение упражнений
86.	апрель	22	групповая	3	Обеспечение безопасности. Создание аварийных бивуаков в лесной и горной местности. Вынужденный холодный ночлег.	Наблюдение, опрос
87.	апрель	24	групповая	3	Обеспечение безопасности. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.	Наблюдение, опрос
88.	апрель	27	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие ловкости и прыгучести.	Выполнение упражнений
89.	апрель	29	групповая	3	Обеспечение безопасности. Сигналы бедствия.	Выполнение заданий
90.	май	02	групповая	3	Обеспечение безопасности. Навыки и умения, необходимые спасателю при проведении ПСР. Организация и руководство проведением ПСР своими силами с использованием подручных средств.	Наблюдение, опрос
91.	май	04	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Подвижные игры, эстафеты.	Выполнение упражнений
92.	май	06	групповая	3	Обеспечение безопасности. Порядок эвакуации группы с маршрута. Связь с поисково-спасательной службой. Взаимодействие со службами спасения и группами, находящимися в районе.	Наблюдение, опрос
93.	май	08	групповая	3	Краеведение. Понятие об особо охраняемых природных	Беседа, опрос

					объектах. Заповедники, заказники, национальные и природные парки Свердловской области.	
94.	май	11	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнение на развитие силы и выносливости.	Выполнение упражнений
95.	май	13	групповая	3	Краеведение. Определение лесопарка. Особенности совершения туристских походов в природоохранных зонах. Законодательство по охране природы. Формы экологической работы в туристском походе.	Беседа, опрос
96.	май	15	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие гибкости.	Выполнение упражнений
97.	май	18	групповая	3	Краеведение. Техника проведения краеведческих наблюдений и фиксации их: составление описаний, сбор образцов для коллекций, видео– и фотосъемка, составление схем участков маршрута, нанесение подробностей и исправлений на карту маршрута.	Беседа, опрос
98.	май	20	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Подвижные игры, эстафеты.	Выполнение упражнений
99.	май	22	групповая/ индивид.	3	Краеведение. Оформление краеведческих сведений для отчета о путешествии.	Отчет.
100.	май	25	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие ловкости и прыгучести.	Выполнение упражнений
101.	май	27	групповая	3	От хобби – к профессии. Профессии, связанные с туризмом: педагог дополнительного образования, тренер-преподаватель, инструктор, специалист в области МЧС, геолог и пр.	Беседа, опрос
102.	май	29	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие гибкости.	Выполнение упражнений
103.	июнь	01	групповая	3	От хобби – к профессии. ОУ	Беседа, опрос,

					СПО, в которых обучают специальностям, связанным с туризмом.	анкетирование
104.	июнь	03	групповая/ индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие ловкости и прыгучести.	Выполнение упражнений
105.	июнь	05	групповая	3	От хобби – к профессии. Оказание помощи руководителю в подборе литературы, картографического материала по району совершения похода. Подготовка общественного снаряжения и контроль правильности подбора личного снаряжения.	Выполнение заданий
106.	июнь	08	групповая	3	От хобби – к профессии. Выполнение обязанностей помощника руководителя в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.	Выполнение заданий
107.	июнь	10	индивид.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Итоговая диагностика физического развития	Сдача контрольных нормативов
108.	июнь	15	индивид.	3	Итоговая аттестация	Тест