

**Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
Дворец творчества детей и молодежи
муниципального образования г. Братска**

РАССМОТРЕНО:
Заседание МС
МАУ ДО «ДТДиМ» МО г. Братска
Протокол № 18_
от « 18 » июня 2026 г.
Зам. директора по НМР,
_____ Д. В. Стрельникова

УТВЕРЖДЕНО:
Приказ № 739_
от « 18 » июня 2026 г.
Директор МАУ ДО «ДТДиМ»
МО г. Братска
_____ О.В. Мельник

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00ЕС41А4900ЕВ6С7С299В691822СААС21F
Владелец: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
"ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ" МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА БРАТСКА
Действителен: с 07.05.2025 до 31.07.2026

МОДУЛЬНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Прорыв: Компас и Мишень»

Направленность: - туристско-краеведческая;
- физкультурно-спортивная.

Сроки реализация - 1 год

Уровень – стартовый

Возраст учащихся при поступлении: с 10 – 13 лет

Авторы-разработчики
педагоги дополнительного образования:

Ильина И.Л.
Юрьев А.П.

г. Братск, 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

МОДУЛЬНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММЫ «Прорыв: Компас и Мишень»

- 1. Пояснительная записка**
- 2. Рабочая программа Модуль воспитания**
- 3. Рабочая программа Модуль 1 «Компас»**
- 4. Рабочая программа Модуль 2 «Мишень»**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

- МОДУЛЬНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «Прорыв: Компас и Мишень» разработана на основании нормативно-правовых документов: Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (редакция от 13.12.2024).

- Постановления Правительства РФ от 11.10.2023 N 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

Приказ Министерства образования и науки РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20).

Актуальность программы обусловлена рядом причин:

Туризм (краеведческий, спортивный и т.д.) способствует всестороннему развитию личности ребенка. Он направлен на совершенствование его физического, интеллектуального, духовного развития, способствует изучению малой Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Пулевая стрельба – один из видов стрелкового спорта. С первого взгляда стрельба мало чем напоминает спорт в общем понимании этого слова. Неподвижная изготовка, почти неприметные, редкие, скупые движения, и снова неподвижность. И тем не менее стрельба – это спорт, который популярен среди молодежи и школьников. Доступной формой массового обучения школьников приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок, пистолетов. Так как в пулевой стрельбе не требуется особая физическая подготовка, но она направлена на развитие специальных физических качеств (координации, статическая выносливость).

Программа модуля направлена на формирование таких жизненно важных качеств, как упорство, честность, мужество, ответственность.

Педагогической целесообразностью программы данной модульной дополнительной общеразвивающей программы «Прорыв: Компас и Мишень» является:

В процессе занятий туризмом у учащихся:

- развиваются морально-волевые качества такие как: дружды, коллективизма, взаимовыручки;
- формируются такие черты характера, как самостоятельность, честность, ответственность за порученное дело;
- воспитываются находчивость, мужество, умение преодолевать трудности в сложных ситуациях в туристских походах, экспедициях и других мероприятиях;
- расширяются знания об окружающем мире и его развитии.\

В процессе занятий пулевой стрельбой у учащихся:

- формируется дисциплинированность, дружба, товарищество.
- воспитывается воля, смелость, мужество, ответственность, решительность, самообладание, целеустремленность, внимательность, самостоятельность, спокойствие, самоконтроль.

Отличительная особенность заключается в том, что она состоит из 2 модулей, объединённых по целевой установке – знакомство с основами туризма, и постановку начальных навыков стрельбы. Отличие их состоит в том, что модули рассчитаны на одинаковый срок обучения, что отвечает социальному запросу родителей на обучение детей по туристско-краеведческой и физкультурно-спортивной направлениям. Программа каждого модуля является автономной и завершённой. Программа «Компас» формирует и развивает свои умения и навыки по организации туристского быта, техники туризма,

ориентирования и краеведения, учит самостоятельно принимать решения, а программа «Мишень» основной акцент делается не на достижение спортивных результатов (они не являются самоцелью), а на развитие интереса к стрелковому спорту. Занятия проводятся в группе (до 10 человек).

Обучение осуществляется по одному из выбранных направлений в модульной дополнительной общеразвивающей программе:

1 модуль «Компас» – это 1 год обучения, 36 часов – 1 учебный час в неделю (1 раз по 45 минут) для детей с 10 – 13 лет.

2 модуль «Мишень» – это 1 год обучения, 36 часов – 1 учебный час в неделю (1 раз по 45 минут) для детей с 10 – 13 лет.

В программе предусмотрен добор учащихся в течение учебного года (зачисление в группу проводится после прохождения входящего контроля на уровень физической подготовленности учащихся)

Форма обучения очная, групповая. Группы формируются по стартовым возможностям учащихся по 10 человек, не имеющих физических ограничений по состоянию здоровья, смешанные (в одной группе могут заниматься и девочки, и мальчики, разного возраста). При наборе учащихся следует комплектовать группу с превышением состава, так как существует естественный отсев членов объединения в период обучения и, кроме того, не все дети по тем или иным причинам могут участвовать в учебных и зачетных мероприятиях.

Предоставляется возможность включения в группу детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов при создании специальных условий с учетом особенностей психофизического развития указанных категорий, обучающихся в соответствии с заключением психолого-медико-педагогической комиссии.

В модульной дополнительной общеразвивающей программе «Прорыв: Компас и Мишень» предусмотрена возможность перехода на электронное обучение с применением дистанционных технологий в зависимости от эпидемиологической обстановки. Реализация программы в условиях дистанционного режима проводится с использованием платформы Microsoft Teams, электронных почт, электронных образовательных ресурсов по изучаемым темам.

В рамках программы осуществляется ознакомление с государственной символикой через определенные виды музыкального искусства. В качестве основных обучающих методов при ознакомлении с государственной символикой используются с учетом возрастных особенностей учащихся объяснительно-иллюстративные (беседа), мультимедийные технологии.

В программу включено формирование функциональной грамотности, как метапредметного образовательного результата, способствующего решению жизненных задач, а именно умению понимать информацию, представленную в виде графиков, схем, таблиц, рисунков – математическая грамотность, а так же естественнонаучная – это способность осваивать и использовать естественнонаучные знания о здоровье, как наиважнейшей ценности человеческого бытия, умение заботиться о своем физическом здоровье и соблюдать правила безопасности жизнедеятельности.

Цель общая – формирование интереса у учащихся к спортивному туризму и стрелковому спорту.

Задачи

Образовательные:

- познакомить учащихся с основами теории стрельбы; материальной частью современного стрелкового и спортивного оружия; историей создания и развития стрелкового оружия России.

- познакомить учащихся с понятием о туризме, как о виде спорта и туристической деятельности

Развивающие:

- развивать качества необходимые туристу: умение быстро ориентироваться в пространстве.

- способствовать физическому развитию учащихся через комплекс специальных упражнений (внимание, выносливость, сила, гибкость)

Воспитательные:

- воспитывать интерес к занятиям пулевой стрельбой, к военно-прикладным видам спорта; уважение к Вооружённым Силам России и их истории; уважение к Российскому оружию и его истории;

- Формировать чувства личной ответственности туриста, целеустремленности, взаимопомощи, развивать умение работать в парах, в коллективе.

Планируемые результаты

Предметные:

– знает о туризме как о виде спорта, способствующего развитию целостной личности человека;

– владеет понятиями о личном и групповом снаряжении;

– учащийся имеет представление о работе спускового механизма при выстреле;

– знает все составляющие части пневматической винтовки, составляющие части пневматического пистолета, составляющие части автомата Калашникова;

– знает правила техники безопасности;

Метапредметные:

- владеет умением быстро ориентироваться в пространстве;

- приобрел опыт участия в соревнованиях, в походах различной сложности, в пешеходных видах туризма

- повысит физические качества организма (внимание, выносливость, сила, гибкость).

Личностные:

- проявляет личностные качества характерные для туриста: умеет интересно и доступно излагать знания о туризме, правильно пользоваться специальным понятийным аппаратом;

- проявляет интерес к стрелковому спорту.

Структурно программа построена и включает в себя все требуемые разделы. *Цель, задачи, планируемые результаты разработаны к каждому модулю индивидуально и прописаны в рабочих программах модулей.*

**ОБЩИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
МОДУЛЬНОЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
«ОСНОВЫ ЛЮБИТЕЛЬСКОГО МУЗИЦИРОВАНИЯ»**

	Наименование учебного предмета	1 модуль	2 модуль
		1 год	1 год
1.1	«Компас»	1/36	-
1.2	«Мишень»	-	1/36
	Итого за период обучения	36 часов	36 часов

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

1-2 МОДУЛЬ

Наименование учебного предмета	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Компас	8	8	8	8	8	8	8	8	8
Мишень									
Всего	8	8	8	8	8	8	8	8	8

ТАБЛИЦА КОЛИЧЕСТВА АУДИТОРНЫХ ЧАСОВ В ГОД/НЕДЕЛЮ НА КАЖДОГО УЧАЩЕГОСЯ:

	Наименование учебного предмета	количество аудиторных часов в год/неделю	Промежуточная аттестация
1 модуль – 1 год обучения			
1.1	Компас	36/1 час – на одно занятие	1 полугодие – декабрь 2 полугодие – апрель (май)
1.2	Мишень	36/1 час – на одно занятие	1 полугодие – декабрь 2 полугодие – апрель (май)

Подробный учебный план, календарный учебный график, содержание разработаны к каждому модулю индивидуально и прописаны в рабочих программах модулей.

При реализации программы применяются ведущие педагогические **технологии**:
Технология дифференцированного подхода предполагает организацию учебного материала с учётом технической подготовленности учеников, т.е. для сильных сделан акцент на совершенствование упражнения, а для слабых на углубленное разучивание.

Технологическая карта по реализации МДОП

Мишень

название модуля модульной дополнительной общеразвивающей программы

Дифференциация образовательного процесса.

образовательная технология

	Цель использования	Описание действий педагога	Раздел программы, тема, вид деятельности
Метод строго регламентированного упражнения: прием разучивания упражнений в целом (целостно-	освоение спортивной техники.	Освоение учащимися спортивной техники осуществляется путем распределения их на несколько подгрупп, исходя из уровня технической, и физической	Специальные упражнения.

конструктивные) и по частям (расчлененно-конструктивные).		подготовленности, двигательной одаренности, способностей переносить физические нагрузки и др. Для каждой подгруппы определяется свой темп, количество, время выполнения упражнений, что позволяет приводить обучаемых к одному и тому же уровню овладения материалом, но индивидуальными путями.	
Метод переключения	освоение спортивной техники.	Стрельба по разным видам мишени.	Технические приемы
	Здоровьесбережение. Развитие физических качеств, выносливости	Силовые упражнения. Гимнастика глаз.	На каждом учебном занятии
Игровой метод	комплексное совершенствование двигательной деятельности.	Ежедневный мини - турнир дает возможность поддерживать высокую моторную плотность при отработке технических элементов. Группа разбивается на 2-3 подгруппы. Анализ (самоанализ) выстрелов при каждом выстреле и после завершения стрельбы. Учащиеся ежедневно заполняют «Карту роста», позволяющую увидеть индивидуальные достижения каждого	Технические приемы
	Эмоциональная подзарядка, снятие стресса и повышение работоспособности	Соревнования на лучшее время по сборке АК 74	На каждом занятии
Переменный метод	Для него характерно постоянное изменение интенсивности действий спортсмена. По существу, большинство специальных упражнений	Работа в среднем темпе чередуя стрельбу и разбор-сбор автомата дает возможность отдыха стрелка от длительного напряжения глаз.	На каждом занятии

	стрелок выполняет в среднем темпе. Этот метод самый универсальный и предоставляет широкие возможности для подготовки стрелка, так как позволяет моделировать соревновательную деятельность.		
Соревновательный метод	может применяться как способ стимулирования интереса и активизации в виде отдельных соревновательных упражнений проводится в форме организованных соревнований.	Фактор соперничества, а также форма организации и проведения состязаний — определение победителя, поощрение за достигнутый результат и т. д. — создают особый эмоциональный и физиологический фон, который усиливает воздействие физических упражнений и способствует максимальному проявлению функциональных возможностей организма.	1-2 в месяц

Технологическая карта по реализации МДОП

Компас

название модуля модульной дополнительной общеразвивающей программы

Дифференциация образовательного процесса.

образовательная технология

	Цель использования	Описание действий педагога	Раздел программы, тема, вид деятельности
Метод переключения	Здоровьесбережение. Развитие физических качеств, выносливости	Силовые упражнения.	На каждом учебном занятии
Игровой метод	комплексное совершенствование двигательной деятельности.	Ежедневный мини - турнир дает возможность поддерживать высокую моторную плотность при отработке технических элементов. Группа	Технические приемы

		разбивается на 2-3 подгруппы. Анализ (самоанализ) количество выполненных туристических узлов. Учащиеся ежедневно заполняют «Карту роста», позволяющую увидеть индивидуальные достижения каждого	
	Эмоциональная подзарядка, снятие стресса и повышение работоспособности	Соревнования на самое быстрое завязывание узлов. Знание туристического снаряжения.	На каждом занятии
Соревновательный метод	может применяться как способ стимулирования интереса и активизации в виде отдельных соревновательных упражнений проводится в форме организованных соревнований.	Фактор соперничества, а также форма организации и проведения состязаний — определение победителя, поощрение за достигнутый результат и т. д. — создают особый эмоциональный и физиологический фон, который усиливает воздействие физических упражнений и способствует максимальному проявлению функциональных возможностей организма.	1-2 в месяц

Методы обучения:

- словесный,
- наглядный,
- практический,
- объяснительно-иллюстративный,
- исследовательский,
- проблемный,

В реализации программ используются системно элементы здоровьесберегающей технологий:

1. **Здоровьесберегающие технологии** в образовательном учреждении – это системно организованная деятельность, направленная на защиту здоровья детей и педагогов. Здоровьесберегающие образовательные технологии – это совокупность программ, приемов, методов организации учебно-воспитательного процесса, не наносящего вреда здоровью участников.

Организация учебной деятельности с учетом основных требований к уроку с комплексом (элементами) здоровьесберегающих технологий:

- соблюдение санитарно – гигиенических требований (свежий воздух, оптимальный тепловой режим, хорошая освещенность, чистота), правил техники безопасности;
- рациональная плотность занятия (время, затраченное школьниками на учебную работу) должно составлять не менее 60 % и не более 75-80 %;

- четкая организация учебного труда;
- строгая дозировка учебной нагрузки;
- смена видов деятельности;
- включение технологических приемов и методов, способствующих самопознанию, самооценке учащихся;
- построение занятия с учетом работоспособности учащихся;
- индивидуальный подход к учащимся с учетом личностных возможностей;
- формирование внешней и внутренней мотивации деятельности учащихся;
- благоприятный психологический климат, ситуации успеха и эмоциональные разрядки;
- профилактика стрессов:
- работа в парах, в группах, как на местах, так, где ведомый, более "слабый" ученик чувствует поддержку товарища; стимулирование учащихся к использованию различных способов решения, без боязни ошибиться и получить неправильный ответ;
- целенаправленная рефлексия в течение всего занятия в его итоговой части.

Применение таких технологий помогает сохранению и укреплению здоровья школьников: предупреждение переутомления учащихся на занятиях; улучшение психологического климата в детских коллективах; приобщение родителей к работе по укреплению здоровья школьников; повышение концентрации внимания; снижение показателей заболеваемости детей, уровня тревожности.

Методическое обеспечение

№	Методическое обеспечение	Содержание
1	УМК МДОП Компас	<i>Материально-техническое обеспечение</i> <u>Спортивное оборудование:</u> – скалолазный стенд; – гимнастические маты <u>Спортивный инвентарь:</u> – палатки – рюкзаки – спальники – туристические коврики – туристическая верёвка разного диаметра (6,8 мм.) по 100 м. (10,12 мм.) по 400 м.; – индивидуальные страховочные системы (ИСС) - – комплекты навесного оборудования для ИСС - – карабины (каталки, гуси, жумары, восьмерки) – каски – компасы – перчатки разных размеров <i>Учебно-методическое обеспечение:</i> – учебная литература; – методическая литература; использование передового опыта по изучаемой проблеме. Знаково-символический компонент УМК Учебные пособия, методические рекомендации по методике использования материалов и организации занятий; терминологические словари, дополнительная литература (учебные пособия, журналы, сборники); дидактические материалы (рабочие тетради, раздаточные карточки, технологические карты); символическая изобразительная
	УМК МДОП Мишень	

		наглядность (сборники) таблиц,, карт,); плоскостная образная изобразительная наглядность (иллюстрации, плакаты и т.п.). Физический компонент УМК Объемная образная изобразительная наглядность предметная наглядность; учебно-практическое оборудование (игры, спортивное снаряжение) Технологический компонент УМК Визуальные средства (слайды, презентации); звуковые (аудио) средства; аудиовизуальные средства (кинофильмы, видеофильмы); комбинированные (универсальные) средства (компьютеры и цифровые материалы). Программный компонент УМК: диагностические материалы, устанавливающие состояние образовательного процесса в данный момент времени, средства контроля и оценивания результатов обучения (вопросы, задания, тесты). • пакет диагностических материалов по предмету. • сборники заданий, задач, упражнений, компетентностные задания (в соответствии с содержанием программы) комплекты ситуаций, практикумы. Методические разработки: • опорные конспекты, конспекты-схемы, памятки для педагогов и учащихся, алгоритмы, конспекты с разработками занятий. • образцы для поэтапного выполнения учебных упражнений. • рекомендации по проведению практических работ, • сценарии досугов-развивающих, воспитательных мероприятий, родительских собраний и т.п. • сборник заданий для учащихся по формированию функциональной грамотности Программное обеспечение (используемые в ДОП компьютерные программы): офисные приложения MS Word, MS PowerPoint; интернет-браузер Yandex; проигрыватель Windows Media для просмотра видео, аудио материала
2	ЭУМК МДОП Мишень	1. Программное обеспечение (ДОП, Программа летней школы) 2. Технологические карты и планы-конспекты учебных занятий 3. Оценочные материалы 4. Дистанционные занятия 5. Дидактические материалы

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- Реализация данной программ обеспечивается учебно-методической документацией (учебниками, учебно-методическими изданиями, аудио и видео материалами, библиотекой ЦОР, авторским учебно-методическим комплектом).
- Материально-техническая база образовательного учреждения соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.
- Учебная аудитория для занятий по модулям оснащена специализированным оборудованием для проведения занятий. Список оборудования для каждого модуля индивидуальный и прописан в рабочих программах модулей.

Кадровые:

Учебный процесс должен организовывать педагог дополнительного образования, имеющий среднее или высшее специальное образование и опыт педагогической деятельности.

Список литературы разработан к каждому модулю индивидуально и прописаны в рабочих программах модулей.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЬ 1

«КОМПАС»

Срок реализации – 1 год

Возраст учащихся при поступлении – с 10 до 13 лет

Автор-разработчик
педагог дополнительного образования:

И.Л. Ильина

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа «Основы оздоровительно-познавательного туризма» разработана на основе типовой программы дополнительного образования детей «Юные туристы» 2004 года, автор Ю.С.Константинов. Программа утверждена Управлением воспитания и дополнительного образования детей и молодёжи Министерства образования Российской Федерации и рекомендована для использования в системе дополнительного образования детей. Программа подготовлена как типовая Центром детско-юношеского туризма и краеведения Министерства образования России. В дополнительной общеразвивающей программе «Основы оздоровительно-познавательного туризма» сохранены основные темы типовой программы первого года обучения.

Направленность программы туристско-краеведческая.

Уровень программы – стартовая. Предполагает развитие физических качеств и формирование навыков спортивного туризма, теоретических знаний и практических умений.

Актуальность программы. Туризм (краеведческий, спортивный и т.д.) способствует всестороннему развитию личности ребенка. Он направлен на совершенствование его физического, интеллектуального, духовного развития, способствует изучению малой Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. В процессе туристско-краеведческой деятельности у детей формируются такие жизненно важные качества, как упорство, честность, мужество, ответственность.

Педагогическая целесообразность программы. В процессе занятий туризмом у учащихся:

- развиваются морально-волевые качества такие как: дружды, коллективизма, взаимовыручки;
- формируются такие черты характера, как самостоятельность, честность, ответственность за порученное дело;
- воспитываются находчивость, мужество, умение преодолевать трудности в сложных ситуациях в туристских походах, экспедициях и других мероприятиях;
- расширяются знания об окружающем мире и его развитии.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что учебные занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, теоретические знания включены в практические задания, что способствует быстрому запоминанию. На протяжении реализации программы учащиеся формируют и развивают свои умения и навыки по организации туристского быта, техники туризма, ориентирования и краеведения, учатся самостоятельно принимать решения. Практические умения и навыки отрабатываются на занятиях в спортзале, зале скалодрома и на местности.

В программе предусмотрено изучение истории государственной символики. В качестве основных обучающих методов при изучении государственной символики используются с учетом возрастных особенностей учащихся объяснительно-иллюстративные (рассказ, беседа), активные методы и формы работы с учащимися (конкурсные испытания).

В программу включено формирование функциональной грамотности как метапредметного образовательного результата, способствующего решению жизненных задач, а именно умению понимать информацию, представленную в виде графиков, схем, таблиц, рисунков – математическая грамотность, а так же естественнонаучная – это способность осваивать и использовать естественнонаучные знания о здоровье, как наиважнейшей ценности человеческого бытия, умение заботиться о своем физическом здоровье и соблюдать правила безопасности жизнедеятельности.

Цель программы: удовлетворение интереса учащихся к спортивному туризму через формирование туристических умений и бережного отношения к собственному здоровью.

Задачи программы:

Задачи
<i>Образовательные</i>
-Формировать понятие о туризме как о виде спорта и туристической деятельности; - Формировать туристические умения и навыки используемые, учащимися в самостоятельной практической деятельности; - Формировать умения бережного отношения к собственному здоровью и технике безопасности;
<i>Развивающие</i>
-Развивать качества необходимые туристу: умение быстро ориентироваться в пространстве. -Способствовать приобретению опыта участия в соревнованиях, в походах, в пешеходных видах туризма.
<i>Воспитательные</i>
- Формировать чувства личной ответственности туриста, целеустремленности, взаимопомощи, развивать умение работать в парах, в коллективе.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование темы	Кол-во часов				Форма аттестации / контроля
		всего	теория	практика	При дистанц. обучении	
	Набор групп. Входящий контроль	1		1	1	Собеседование, тестирование
1	Основы туристской подготовки.	8	2	6	8	
2	Топография и ориентирование.	8	2	6	8	
3	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	5	0,5	4,5	5	
4	Основы техники пешеходного туризма.	6	2	4	6	
5	Краеведение, его роль в истории.	3	0,5	2,5	3	
6	Физическая подготовка.	3	-	3	3	
7	Промежуточная аттестация	2	-	2	2	контрольное занятие
	Итого часов:	36	7	36	36	

Календарный учебный график

Темы / месяц	сентябрь	Октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Набор групп. Входящий контроль	1								
1. Основы туристской подготовки.		1	1	1	1	1	1	1	1
2. Топография и ориентирование.		1	1	1	1	1	1	1	1
3. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	1		1		1		1		1
4. Основы техники пешеходного туризма.	1	1	1			1	1	1	
5. Краеведение, его роль в истории.		1		1		1			
6. Физическая подготовка.	1				1			1	
Промежуточная аттестация.				1					1
Всего:	4	4	4	4	4	4	4	4	4

Содержание программы предполагает освоение детьми основ туризма, ориентирования, краеведения, знакомство с проведением туристских соревнований.

Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от местных условий деятельности объединения.

Содержание программы

Организационная работа по набору и формированию учебных групп – 1 час.

Входящий контроль.

1. Основы туристской подготовки(8 часов)

1.1. Туристские путешествия, история развития туризма.

Туризм — средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

1.2. Роль туризма в воспитании личности.

Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Ее роль в подготовке к защите Родины, в выборе профессии и подготовке к предстоящей трудовой деятельности.

Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе.

Волевые усилия и их значение в походах и тренировках. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания.

Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива.

Общественно полезная работа.

1.3. Личное и групповое туристское снаряжение. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы.), заготовка дров.

Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Типы костров, правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров.

Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов

Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт).

Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Организация ночлегов в помещении.

Правила купания.

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развешивание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

1.4. Подготовка к походу, путешествию. Значение правильного питания в походе.

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные образовательные и другие учреждения, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.

Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Подготовка личного и общественного снаряжения.

Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Организация питания в 2-3-дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.

Приготовление пищи на костре.

Питьевой режим на маршруте.

Составление плана подготовки 1-3-дневного похода. Изучение маршрутов походов.

Составление плана-графика движения в 1-3-дневном походе. Подготовка личного и общественного снаряжения.

Питание в туристском походе.

Составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

1.5. Туристские должности в группе.

Должности в группе постоянные и временные.

Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе.

Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием, заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д.

Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды).

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

1.6. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня.

Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Дисциплина в походе и на занятиях — основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком. Использование простейших узлов и техника их вязания. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.

1.7. Подведение итогов похода.

Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы.

Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеофильма, коллекций и пособий. Выполнение творческих работ участниками похода. Составление отчета для организации, давшей задание.

Ремонт и сдача инвентаря, взятого напрокат.

Отчетные вечера, выставки по итогам походов.

Оформление значков и спортивных разрядов участникам.

Составление отчета о походе. Ремонт и сдача инвентаря.

2. Топография и ориентирование (8 часов)

2.1. Понятие о топографической и спортивной карте.

Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов.

Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации.

Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координат точки на карте.

Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты.

Масштабы спортивной карты. Способы и правила копирования карт.

Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты.

2.2. Условные знаки.

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей.

Сечение. Заложение. Горизонталей основные, утолщенные, полугоризонталей. Бергштрих.

Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

2.3. Ориентирование по горизонту, азимут.

Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта.

Азимутальное кольцо («Роза направлений»).

Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник.

Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов.

Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте.

Построение тренировочных азимутальных треугольников.

2.4. Компас, работа с компасом.

Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки» и т.п.).

2.5. Измерение расстояний.

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица перевода шагов в метры.

Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

2.6. Способы ориентирования. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.

Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути). Протокол движения.

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде. Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута на Солнце в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, ее нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, выходе к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по восстановлению местонахождения.

3. Основы гигиены и первая доврачебная помощь (5 часов)

3.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний.

Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание).

Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

Разучивание комплекса гимнастических упражнений. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

3.2. Походная медицинская аптечка.

Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Перечень и назначение, показания и противопоказания к применению лекарственных препаратов. Новейшие фармакологические препараты.

Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

Формирование походной медицинской аптечки.

3.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм.

Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания.

Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

3.4. Приемы транспортировки пострадавшего.

Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

4. Основы техники пешеходного туризма (6 часов)

4.1. Узлы.

Узлы - классификация по использованию. Особенности узлов. Различные узлы;

- для соединения веревок одинакового диаметра/прямой, рифовый, встречный, ткацкий;
- для соединения веревок разного диаметра (академический, шкотовый, брам-шкотовый);
- петлевые (проводник, восьмерка, булинь);
- «схватывающие» /обмоточный или петлевой, двойной, карабинный, Бахмана/;
- для крепления к дереву, камню/ «удавка», простой и двойной «штык», палаточный/;
- привязывающие нестягивающей петлей /привязочный, «стремя»/;
- для динамической страховки/петля Гарда/;
- контрольные узелки.

вязание узлов на время.

Учащиеся должны знать: классификацию узлов по использованию.

Учащиеся должны уметь: вязать различные узлы.

4.2. Основные приемы страховки.

Самостраховка /активная, пассивная/. Самостраховка в различных видах туризма.

Страховочные средства;

- несущие страх. средств, точечные, линейные или объемные/ крюки, закладки, ледорубы, веревки и т.п./;
- соединительные /карабины/;
- антифрикционные /блок-ролики/;
- тормозные и энергопоглощающие/спусковые устройства/;
- стопорящие/схватывающие узлы, зажимы, блок-тормозы, спускоподъемные устройства/;
- присоединительно-самостраховочные
- страховочные обвязки и подвесные системы.

Надевание страховочной системы на время. Учащиеся должны знать: необходимые страховочные средства, использование страховочной системы в различных видах туризма.

Учащиеся должны уметь: надевать страховочную систему.

4.3. Правила прохождения технических этапов.

Отработка элементов техники пешеходного туризма; подъем и спуск по склону спортивным способом и со страховкой; траверс склона по перилам, движение по параллельным веревкам; преодоление водных преград; навесная переправа, переправа по бревну с перилами и с шестом, броды; переправа болота по кладям и кочкам.

Учащиеся должны уметь проходить технические этапы.

4.4. Слеты и соревнования по технике пешеходного туризма.

Задачи слетов и соревнований. Организация слетов, судейская коллегия, участники. Положения о слете и соревнованиях, условия проведения. Выбор места проведения, размещения участников и судей, оборудование места соревнований. Порядок проведения, информация. Подведение итогов и награждение победителей. Медицинское обеспечение. Охрана природы. Подготовка инвентаря и оборудования, необходимого для проведения соревнования и оформления мест проведения.

Виды соревнований по пешеходному туризму и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников. Личное и командное снаряжение участников. Меры безопасности при проведении туристских слетов и соревнований.

5. Краеведение, его роль в истории(3 часа)

История, основные источники, виды краеведения. Климат, растительность и животный мир родного края. Практика: Знакомство с картой своего края. "Путешествия" по карте.

Проведение краеведческих викторин.

6.Общеразвивающие упражнения(3 часа)

физические качества: равновесие, гибкость, сила, быстрота, выносливость, подвижные игры, эстафеты, походы.

Упражнения для развития равновесия и координации движений, упражнения, направленные на развитие гибкости, для развития силы, на развитие быстроты. Подвижные игры, эстафеты, походы. Спортивные игры: пионербол, гандбол, волейбол, баскетбол.

Профориентационная работа: профориентационный модуль, подготовка мультимедийной презентации по алгоритму, специально на учебном занятии выделяется время для организации праздника (элемента праздника) 30 октября- День тренера, 28 марта-День учителя физической культуры– **4 ч.**

Промежуточная аттестация (2 часа)

Планируемые результаты

<i>Предметные</i>
– знает о туризме как о виде спорта, способствующего развитию целостной личности человека; – владеет понятиями о личном и групповом снаряжении; – владеет специальными туристическими навыками (умеет укладывать рюкзак, разжигать костер, ставить палатку, надевать страховочную систему, вязать узлы); – умеет использовать основные приемы ориентирования: ориентирование по карте, чтение карты и местности, движение по азимуту; – знает и выполняет требования техники безопасности при подготовке к походу и на маршруте, умеет оказывать первую доврачебную помощь при обработке ран и ссадинах.
<i>Метапредметные</i>
- владеет умением быстро ориентироваться в пространстве; - приобрел опыт участия в соревнованиях, в походах различной сложности, в

пешеходных видах туризма.
<i>Личностные</i>
-проявляет личностные качества характерные для туриста: умеет интересно и доступно излагать знания о туризме, правильно пользоваться специальным понятийным аппаратом; умеет самостоятельно подобрать комплекс физических упражнений для разминки. -проявляют настойчивость, внимательность, уверенность, интерес через активное участие в играх и соревнованиях внутри группы - проявляет интерес к спортивным профессиям.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Мониторинг образовательных результатов представляет собой целенаправленную систематическую деятельность по анализу образовательных результатов детей, обучающихся по данной программе.

По времени проведения педагогического мониторинга результатов обучения по программе, выделяется следующий вид отслеживания образовательных результатов:

Входящий контроль – определение готовности учащихся к освоению программы. Проводится в форме собеседования по вопросам:

1. Какие виды туризма вы знаете?
2. Как вы думаете, что входит в групповое снаряжение туристов?
3. Как вы думаете, что входит в личное снаряжение туристов?
4. Необходимо ли знать правила оказания первой доврачебной помощи, какие?
5. Все ли могут заниматься туризмом?

Критерием является ответ учащего на три и более любых вопроса.

Результат фиксируется в журнале: «о» - проявляет большой интерес к туризму, имеет определенные знания и представления о данном виде спорта; «с» - проявляет заинтересованность, но знает очень мало, плохо представляет, что это за вид деятельности.

Текущий контроль – систематическое отслеживание предметных результатов по представлению знаний о туризме как о виде спорта на каждом учебном занятии

- Владеет понятиями о личном и групповом снаряжении.
 - Владеет специальными туристическими навыками (умеет укладывать рюкзак, разжигать костер, ставить палатку, надевать страховочную систему, вязать узлы)
 - Использует основные приемы ориентирования: ориентирование по карте, чтение карты и местности, движение по азимуту.
 - Знает и выполняет требования техники безопасности при подготовке к походу и на маршруте, умеет оказывать первую доврачебную помощь при обработке ран и ссадинах;
- Результаты контроля фиксируются в журнале «о» - отличное владение материалом, «с» - среднее владение материалом.

Отслеживание образовательных результатов через проведение **промежуточной аттестации** - проводится по итогам первого полугодия и в конце учебного года в форме контрольного занятия, в который включается выполнения заданий по выявлению уровня освоения туристической подготовки:

- практическое задание на технику выполнения навесной переправы;
- практическое задание техника выполнения прохождения спуска, траверса, подъема;
- практическое задание на технику вязания туристических узлов;
- теоретическое задание на знания эксплуатации туристического снаряжения;
- результаты участия в соревновательной деятельности.

Критерии оценивания выполнения практических заданий

-При преодолении навесной переправы учитывается самостоятельный подъем, работа рук и ног.

-При прохождении спуска, траверса, подъема учитывается техника выполнения, страховка.

-При вязании туристических узлов учитывается правильность вязания 15 узлов. Каждое задание оценивается в 5 баллов, если выполнено правильно самостоятельно; в 4 балла при незначительных нарушениях техники выполнения; в 3 балла при выполнении только с помощью педагога.

Знания теоретического минимума знания эксплуатации туристического снаряжения, включающие в себя следующие вопросы:

1. Правила поведения в туристическом кабинете?
2. Перечислить виды туризма?
3. Перечислить виды карабинов?
4. Перечислить групповое снаряжение?
5. Перечислить личное снаряжение?
6. Оказания первой медицинской помощи при переломе конечностей?
7. Оказания первой медицинской помощи при переломе бедра?
8. Организация привалов и ночлегов?
9. Перечислить туристические узлы?
10. Перечислить узлы для связывания веревок разного диаметра.

Критерии оценивания теоретического задания: оцениваются в 1 балл каждый правильный ответ.

70-100% - 5 б

30-70% - 4 б.

Менее 30% - 3 б.

Критерии оценивания результатов участия в соревновательной деятельности.

Выход на соревнование на муниципальном уровне - 5 б.

Принимали участие на внутренних соревнованиях – 4 б.

Баллы, полученные каждым учащимся, фиксируются в следующей таблице:

№	Фамилия, имя	Навесная переправа (3-5 б.)	Спуск, траверс, подъем (3-5 б.)	Туристические узлы (3-5 б.)	Теория на знания эксплуатации туристического снаряжения (3-5 б.)	Соревновательная д-ть (4-5 б.)	Итого / уровень
1.							
...							

Уровень усвоения программы:

21 – 25 баллов – программа освоена на высоком уровне.

15-20 баллов - программа освоена на среднем уровне.

менее 14 баллов – программа освоена на уровне ниже среднего.

Методические материалы

Алгоритм учебного занятия. Основной формой практических занятий является тренировка, которая строится по общепринятой схеме.

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть, которую учащиеся выполняют либо самостоятельно, либо группой.

В соответствии с поставленными задачами занятия по туристской подготовке делятся: на вводные, учебные, контрольные и смешанные.

Вводные занятия предусматривают проведение бесед для сообщения теоретических сведений, ознакомления с задачами. Часть времени вводного занятия обязательно отводится на практические занятия по спортивному туризму.

Учебные занятия. На занятиях такого типа в первую очередь проводится первоначальное обучение технике передвижения, преодоления препятствий.

Смешанные занятия. Помимо изучения нового материала, на них совершенствуется техника передвижения.

Контрольные занятия. На занятиях этого типа принимаются установленные программой учебные нормативы. Контрольные занятия иногда проводятся в форме соревнований.

Для поддержания постоянного интереса к занятиям их необходимо проводить таким образом, чтобы обучающиеся по возможности быстрее могли увидеть результаты этих занятий. С этой целью они должны быть насыщены доступными, постепенно усложняющимися упражнениями по общей и специальной физической подготовке, выполняя которые учащиеся стремились бы добиться нового конкретного результата.

Большое значение в поддержании интереса к занятиям имеют соревнования, игры и игровые задания, применяемые на протяжении всего периода обучения. Игры и игровые задания следует проводить целенаправленно. Выбор игры, ее организация зависят от подготовленности занимающихся, их организованности и педагогических задач конкретного занятия.

При реализации программы применяется ведущая технология **дифференциации обучения** (Л.С. Выготский, В.В. Фирсов), которая способствует осуществлению личностного развития учащихся на занятиях. Применение методов дифференциации и индивидуализации обуславливается тем, что учащиеся даже одного возраста имеют различный уровень двигательной подготовленности, психофизиологические и личностные особенности реагирования на учебную нагрузку. Технология дифференцированного подхода предполагает организацию учебного материала с учётом технической подготовленности учеников, т.е. для сильных сделан акцент на совершенствование упражнения, а для слабых на углубленное разучивание.

При реализации программы применяется так же и **здоровьесберегающая технология**, также используются методы, приемы игровой технологии.

Формы обучения (организации образовательного процесса): коллективная, групповая, парная, индивидуальная.

Групповая форма применяется главным образом на учебных занятиях, когда педагог обучает одновременно несколько занимающихся. Надо иметь в виду, что при таком методе внимание педагога рассредоточивается и возможность подметить и исправить ошибки у каждого учащегося уменьшается, а это снижает качество отработки приемов.

Особенность индивидуальной формы обучения состоит в том, что педагог проводит занятие со всей группой одновременно, определяя для каждого учащегося упражнения, которые они выполняют самостоятельно. В то время как педагога занимает с одним-двумя учащимися, остальные работают самостоятельно над выполнением задания.

Виды обучения (формы организации учебного занятия): тренировка, соревнование, занятие-игра, поход, конкурс, презентация, эксперимент.

Методы обучения:

Словесные (объяснение, рассказ, беседа, консультация).

Игровые развивающие физические данные учащихся.

Наглядные (использование наглядных, демонстрационных и видеоматериалов).

Метод свободного выбора действия и взаимодействия.

Активные методы – обучение действием.

Поисково-исследовательская работа (самостоятельная работа с выполнением различных заданий).

Для реализации компетентного подхода в образовании применяется метод проблемных вопросов для развития умения принимать решения в нестандартных ситуациях при решении учащимися компетентных заданий в соответствие с программой.

Технология дифференцированного обучения предполагает организацию учебного материала с учётом технической подготовленности учеников, т.е. для сильных сделан акцент на совершенствование упражнения, а для слабых на углубленное разучивание.

Дифференцированный подход к учащимся при дозировании нагрузок требует соблюдения следующих правил. Если всей группе дается одинаковое задание, то ориентир при выборе нагрузки в первую очередь на слабых учащихся.

Возможны три способа дозирования заданий по трудности:

- педагог указывает степень трудности и сам выбирает для каждого учащегося посильный вариант.
- педагог указывает степень трудности, но учащиеся сами (индивидуально) выбирают себе задания.
- учащиеся сами оценивают трудность и выбирают себе задание.

Ориентация на посильные и доступные большинству учащихся обязательные результаты обучения даёт возможность каждому учащемуся на каждом занятии испытывать учебный успех.

При реализации программы применяется Здоровьесберегающая технология – это совокупность приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья учащихся, система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленная на сохранение и укрепление здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Педагог при построении своих занятий учитывает следующие требования:

1. Обстановка и гигиенические условия в кабинете соответствующие норме (температура и свежесть воздуха, рациональность освещения наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей).
2. Смена видов учебной деятельности на занятии не менее 4-х раз, так, как однообразие способствует утомлению. Средняя положительность и частота чередования различных видов учебной деятельности – 7-10 минут.
3. Количество видов преподавания (*словесный, наглядный, самостоятельная работа*) не менее трех. Чередование видов преподавания не позже чем через 10-15 минут.
4. На занятиях присутствует смена поз учащихся, которые соответствовали бы видам работы.
5. Присутствуют оздоровительные моменты: физкультминутки, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Норма: на 15-20 минут занятия по одной минуте из 3-х легких упражнений с 3-4 повторениями каждого.
6. Включены в занятия вопросы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни.
7. Наличие мотивации учебной деятельности. Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный метод. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу.

Для создания ситуации успеха учащегося используют методы авансирование успешного результата, скрытое инструктирование ребенка, мобилизация активности или педагогическое внушение. Применение методов внушает ребенку уверенность в свои силы и возможности, помогает ребенку избежать поражения, побуждает к выполнению конкретных действий.

Метод «Авансирование успешного результата». Помогает педагогу выразить свою твердую убежденность в том, что его учащийся обязательно справится с

поставленной задачей. Это, в свою очередь, внушает ребенку уверенность в свои силы и возможности.

"У вас обязательно получится".

"Я даже не сомневаюсь в успешном результате".

Метод «Скрытое инструктирование ребенка» в способах и формах совершения деятельности. Помогает ребенку избежать поражения.

Достигается путем намека, пожелания.

"Возможно, лучше всего начать с....."

"Выполняя работу, не забудьте о....."

Метод «Мобилизация активности или педагогическое внушение». Побуждает к выполнению конкретных действий.

"Нам уже не терпится начать работу..."

"Так хочется поскорее увидеть..."

Дидактические материалы и методические продукты включены в разработанный к программе УМК и ЭУМК и включают:

- планы-конспекты учебных занятий по направлениям деятельности программы;
- дидактические материалы (раздаточные, инструкционные карты, задания и др.);
- сценарии досугово-развивающих, воспитательных мероприятий, родительских собраний и т.д.

Требования техники безопасности в процессе реализации программы

При проведении тренировочного процесса (занятия, тренировки, соревнования и т.п.) проводится инструктирование о необходимых мерах безопасности, профилактики травматизма, мерах по оказанию первой медицинской помощи. Педагог строго дозирует физическую нагрузку в зависимости от возраста, пола, физической и технической подготовленности учащихся (спортсменов), а также проверяет наличие у детей исправного компаса, соответствие обуви типу грунта или покрытия. Не допускает вероятность оставлять детей без сопровождения взрослых после окончания мероприятия на местности. При проведении занятия педагог работает с журналом учета работы, конспектом занятия, руководствуется программой и инструкцией по технике безопасности при проведении занятий (соревнований). При организации и проведении соревнований руководствуется Положением о соревнованиях, правилами соревнований.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Для занятий по данной программе необходим специализированный кабинет оснащенный стеной для скалолазания, туристским инвентарем, партами и стульями для теоретических занятий, а также свободное пространство, где возможно проведение подвижных игр.

Такой подход к организации учебного пространства и в целом занятий позволяет сохранить высокую мотивацию к обучению и к занятиям туризмом. Важным условием сохранения заинтересованности детей является подбор изучаемого материала педагогом. Изложение материала должно быть не навязчивым, понятным и интересным. Педагог должен постоянно вовлекать учащегося в процесс занятия через практические задания.

Кадровые: Учебный процесс должен организовывать квалифицированный педагог, имеющий среднее или высшее специальное образование и опыт педагогической деятельности.

Для успешной реализации программы необходимо наличие, материально-технического и учебно-методического обеспечения.

Материально-техническое обеспечение

Спортивное оборудование:

- скалолазный стенд;
- гимнастические маты;

- специальное оборудование в большой спортивный зал для проведения учебно-тренировочных занятий по спортивному туризму.

Спортивный инвентарь:

- палатки –8 штук;
- рюкзаки –16 штук;
- спальники –16 штук;
- туристические коврики –16 штук;
- туристическая верёвка разного диаметра (6,8 мм.) по 100 м. (10,12 мм.) по 400 м.;
- индивидуальные страховочные системы (ИСС) - 15штук;
- комплекты навесного оборудования для ИСС - 15штук;
- карабины (каталки, гуси, жумары, восьмерки) - 50 штук;
- каски -15 штук;
- компасы –16 штук;
- комплекты спортивной формы для занятий спортивным туризмом для разных возрастных категорий
- перчатки разных размеров –16 штук.

Электронные образовательные ресурсы

1. Узлы 3D / сайт для педагогов и учащихся. – URL: <https://knots3d.com/%D1%83%D0%B7%D0%BB%D1%8B/>
2. Снаряжение для приключений / сайт спорт-марафон. – URL: https://www.youtube.com/channel/UC_aO4rlcQZGGt6Z62AwZ2Wg
3. Техника вязания узлов. / сайт Федерация альпинизма и скалолазания. – URL: <http://alpnso.ru/ru/tekhnika-vyazaniya-uzlov/>
4. Уроки скалолазания / сайт: LaSportiva Russia. – URL: <https://www.youtube.com/channel/UCZPQfrhI70mPJDnqLzB-w4Q>

Список литературы

Основная литература

1. Учебное пособие «Теория, методика и практика детско-юношеского туризма» Самойленко А.А. Краснодар, 2011.
2. Программа внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой.
3. Антропов К., Шибаев А. В. Переправа, М., ЦДЮТур, 1998.
4. Алексеев А.А. Горообразование и горный рельеф. М, 1999.
5. Алексеев А.А. Питание в туристском походе, М., 1997.
6. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1996.
7. Голов В.П. Изучение рельефа в курсе географии. М., Просвещение, 1993.
8. Инструкция (приказ N 293 от 13.07.92), М., 1992.
9. Куликов В., Константинов Ю. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., ЦДЮТур, 1997.
10. Кошельков СА. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. М., ЦДЮТ, 1997.
11. Курилова В.И. Туризм. М., «Просвещение», 1988.
12. Примерное содержание воспитания школьников. Рекомендации по организации системы воспитательной работы общеобразовательной школы. Под ред. доктора педагогических наук, профессора И.С. Марьенко. М., Просвещение, 1980.
13. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение» (сост. В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн.). М., 2001.
14. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. М., 1995.

15. Программы кружков по туризму, спортивному ориентированию и краеведению. Краснодар, 1995.
16. Экологическое воспитание туристов, ЦРНБ «Турист», 1999.

Дополнительная литература

1. Клименко А.И. Карта и компас – мои друзья. М., Детская литература, 1975.
2. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. Изд-во ДОСААФ, 1972.
3. Лесогор Н.А., Толстой Л.А., Толстая В.В. Питание туристов в походе. М., «Пищевая промышленность», 1999.
4. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М., ВЛАДОС, 2000.
5. Первая помощь в экстремальных ситуациях. М., МВД России, 2000
6. Расторгуев М. Узлы, М., ЦДЮТур, 1994.
7. Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного туризма. Свердловск, 1990.
8. Туристская игротка, под ред. Константинова Ю.С. М., ВЛАДОС, 2000.
9. Штюмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1972.
10. Энциклопедия туриста. М., 1993

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЬ 2

«МИШЕНЬ»

Срок реализации: 1 год

Возраст учащихся при поступлении: с 10 - 13 лет

Автор-разработчик:
педагог дополнительного образования

А.П. Юрьев

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы физкультурно-спортивная.

Уровень стартовый и предполагает знакомство со стрелковым спортом – пулевая стрельба, формирование навыков стрельбы, формирование навыков сборки оружия, навыков самоконтроля, развитие физических качеств, необходимых в данном виде спорта.

Актуальность программы. Стрельба – это спорт, который популярен среди молодежи и школьников. Доступной формой массового обучения школьников приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок, пистолетов. Так как в пулевой стрельбе не требуется особая физическая подготовка, но она направлена на развитие специальных физических качеств (координации, статическая выносливость).

Педагогическая целесообразность. Учащиеся, приступив к занятиям стрелковым спортом (пулевой стрельбой), входят в новый для себя детский коллектив. Правильно поставленная в спортивном коллективе воспитательная работа способствует развитию у ребят таких необходимых качеств, как дисциплинированность, дружба, товарищество. Стрелковый спорт воспитывает волю, смелость, мужество, ответственность, решительность, самообладание, целеустремленность, внимательность, самостоятельность, спокойствие, самоконтроль.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что основной акцент делается не на достижение спортивных результатов (они не являются самоцелью), а на развитие интереса к стрелковому спорту, постановку начальных навыков стрельбы, развитие физических качеств организма, необходимых юному стрелку.

Цель программы: развитие интереса к стрелковому спорту и физических качеств учащихся.

Задачи:

<i>Образовательные</i>
– познакомить учащихся с основами теории стрельбы; материальной частью современного стрелкового и спортивного оружия; историей создания и развития стрелкового оружия России; – дать учащимся комплекс знаний по правилам техники безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований; – ознакомить с современным стрелковым и спортивным оружием; – формировать умения меткой стрельбы из пневматической винтовки на различные расстояния из различных положений.
<i>Развивающие</i>
– способствовать физическому развитию учащихся через комплекс специальных упражнений (внимание, выносливость, сила, гибкость)
<i>Воспитательные</i>
– воспитывать интерес к занятиям пулевой стрельбой, к военно-прикладным видам

спорта; уважение к Вооружённым Силам России и их истории; уважение к Российскому оружию и его истории;

- формировать у учащихся целеустремлённость, настойчивость, коллективизм.
- Знакомство с профессиями спортивной направленности.

Занятия проводятся согласно программе по тематическому плану с соблюдением основных педагогических принципов обучения: сознательности, активности, индивидуальности, доступности, систематичности. Занятия строятся по обычной общепринятой схеме: вводная часть, разминка, основная часть и заключительная часть, где подводятся итоги занятий и даются рекомендации по спортивному совершенствованию. При прохождении темы «Изучение и совершенствование техники стрельбы» 25% времени отводится на тренировки без действительного выстрела. В области теоретической, технической, тактической и психологической подготовки ставится задача: расширить объем знаний, научить учащихся анализировать свои действия, научить их понимать, из каких компонентов складывается производство точного и меткого выстрела. В конце обучения рекомендуется чаще практиковать тренировки, приближенные к условиям соревнований, больше участвовать в соревнованиях.

Теоретическая подготовка знакомит учащихся с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения большого объема тренировок для достижения высоких спортивно-технических результатов.

Техническая подготовка ставит задачи: найти для каждого учащегося рациональную изготровку для производства точного выстрела, научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой крючок оружия. В конце подготовительного периода со спортсменами, имеющими достаточную техническую подготовку, рекомендуется периодически проводить занятия в условиях, приближенных к соревнованиям.

Физическая подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармоничного развития стрелка-спортсмена. Общая физическая подготовка должна служить основным средством активного отдыха учащихся, устраняющим застойные явления в организме спортсмена. Могут быть рекомендованы: подвижные игры, умеренный бег по пересеченной местности, плавание, лыжи, коньки, турпоходы и обязательные регулярные занятия утренней гимнастикой.

Психологическая и тактическая подготовка проходит в процессе всего обучения. Постепенно, от занятия к занятию, учащиеся проходят все более сложный материал, что развивает мышление, способствует проявлению волевых качеств, позволяет более полно контролировать внимание, помогает добиваться поставленной цели. Приобретенные знания, хорошая техническая и физическая подготовка делают учащихся более уверенными в своих действиях. Всесторонняя подготовка поможет спортсменам в дальнейшем принимать более правильные решения в условиях соревнований.

В процессе занятий одновременно решаются и **воспитательные задачи**. Педагог воспитывает у учащихся отношение к труду и общественной собственности, - чувство ответственности перед коллективом, добивается от них сознательного и добросовестного отношения к своим обязанностям, организованности и дисциплины, уважения к старшим. Необходимое условие успешной воспитательной работы - четкая организация занятий, высокая требовательность педагога к учащимся, соблюдение норм поведения на занятиях, в школе и в быту.

Программа реализуется на основе дифференцированного подхода в обучении, который способствует осуществлению личностного развития учащихся на занятиях пулевой стрельбой. Применение методов дифференциации и индивидуализации обуславливается тем, что учащиеся даже одного возраста имеют различный уровень двигательной подготовленности, психофизиологические и личностные особенности реагирования на учебную нагрузку.

Существует несколько методов (способов) организации деятельности учащихся на занятиях пулевой стрельбой:

1. Фронтальный способ – упражнения выполняются всеми учащимися одновременно. Этот способ применяется при выполнении общеразвивающих упражнений;

2. Групповой способ – упражнения выполняются одновременно несколькими подгруппами учащихся;

3. Поточный способ – учащиеся выполняют заданные упражнения друг за другом;

4. Индивидуальный способ – отдельные учащиеся, получив задание, самостоятельно выполняют его. Такие задания дают возможность отстающим в овладении той или иной темы или упражнением или, наоборот, сильнейшим увеличить свои показатели.

Индивидуальный подход к учащимся можно осуществлять и при фронтальном, поточном, групповом методах. При одинаковых для основной части учащихся заданиях, некоторым учащимся их облегчают или, наоборот, усложняют.

Технология дифференцированного подхода предполагает организацию учебного материала с учётом технической подготовленности учеников, т.е. для сильных сделан акцент на совершенствование упражнения, а для слабых на углубленное разучивание.

Дифференцированный подход к учащимся при дозировании нагрузок требует соблюдения следующих правил. Если всей группе дается одинаковое задание, то ориентир при выборе нагрузки в первую очередь на слабых учащихся.

Возможны три способа дозирования заданий по трудности:

- педагог указывает степень трудности и сам выбирает для каждого учащегося посильный вариант.

- педагог указывает степень трудности, но учащиеся сами (индивидуально) выбирают себе задания.

- учащиеся сами оценивают трудность и выбирают себе задание.

Дифференциация при организации тренировочного процесса предполагает разделение спортсменов на группы

Формы обучения (организации образовательного процесса): индивидуальная, групповая (фронтальная), парная.

Виды обучения (формы организации учебного занятия): практическое занятие (, тренировка, теоретическое занятие (лекция), комбинированное занятие.

Алгоритм организации учебного занятия – это описание вариантов организации учебных занятий и (или) краткое описание структуры занятия и его этапов.

1 этап. Мотивационно-организационный (педагог настраивает учащихся на занятие, мотивирует, знакомит с темой и целью занятия разными способами).

2 этап. Операционно-деятельностный (основной этап занятия: формирование новых знаний, умений, компетентностей закрепление навыков, формирование).

3 этап. Рефлексно-оценочный (подведение итогов, приобретенных компетентностей, рефлексия).

Требования к учащимся: учащиеся должны посещать учебные занятия согласно утвержденному расписанию и выполнять все практические задания, иметь

Технологически создание любого типа ситуации успеха состоит из последовательности следующих операций

Операция	Назначение	Речевая парадигма
Снятие страха	Помогает преодолеть	«Мы все пробуем и ищем,

	неуверенность в собственных силах, робость, боязнь самого дела и оценки окружающих	только так может что-то получиться». «Люди учатся на своих ошибках и находят другие способы решения». «Контрольная работа довольно легкая, материал мы с вами проходили».
Авансирование успешного результата	Помогает учителю выразить свою твердую убежденность в том, что его ученик обязательно справится с поставленной задачей. Это, в свою очередь, внушает ребенку уверенность в своих силы и возможности	«У вас обязательно получиться..» «Я даже не сомневаюсь в успешном результате».
Высокая оценка детали.	Помогает эмоционально пережить успех не результата в целом, а какой-то его отдельной детали.	«Тебе особенно удалось то объяснение». «Больше всего мне в твоей работе понравилось...» «Наивысшей похвалы заслуживает эта часть твоей работы».

В реализации программ используются системно элементы здоровьесберегающей технологий:

2. **Здоровьесберегающие технологии** в образовательном учреждении – это системно организованная деятельность, направленная на защиту здоровья детей и педагогов. Здоровьесберегающие образовательные технологии – это совокупность программ, приемов, методов организации учебно-воспитательного процесса, не наносящего вреда здоровью участников.

Организация учебной деятельности с учетом основных требований к уроку с комплексом (элементами) здоровьесберегающих технологий:

- соблюдение санитарно – гигиенических требований (свежий воздух, оптимальный тепловой режим, хорошая освещенность, чистота), правил техники безопасности;
- рациональная плотность занятия (время, затраченное школьниками на учебную работу) должно составлять не менее 60 % и не более 75-80 %;
- четкая организация учебного труда;
- строгая дозировка учебной нагрузки;
- смена видов деятельности;
- включение технологических приемов и методов, способствующих самопознанию, самооценке учащихся;
- построение занятия с учетом работоспособности учащихся;
- индивидуальный подход к учащимся с учетом личностных возможностей;
- формирование внешней и внутренней мотивации деятельности учащихся;
- благоприятный психологический климат, ситуации успеха и эмоциональные разрядки;
- профилактика стрессов:
- работа в парах, в группах, как на местах, так, где ведомый, более "слабый" ученик чувствует поддержку товарища; стимулирование учащихся к использованию различных способов решения, без боязни ошибиться и получить неправильный ответ;
- целенаправленная рефлексия в течение всего занятия и в его итоговой части.

Применение таких технологий помогает сохранению и укреплению здоровья школьников: предупреждение переутомления учащихся на занятиях; улучшение психологического

климата в детских коллективах; приобщение родителей к работе по укреплению здоровья школьников; повышение концентрации внимания; снижение показателей заболеваемости детей, уровня тревожности.

Таким образом, в программе «Основы пулевой стрельбы» здоровьесберегающие образовательные технологии включают в себя совокупность всех используемых в образовательном процессе приёмов, технологий, не только оберегающих здоровье учащихся от неблагоприятного воздействия факторов образовательной сферы, но и способствующих воспитанию у учащихся культуры здоровья. Поэтому педагог при построении своих занятий учитывает следующие требования:

1. Обстановка и гигиенические условия в кабинете соответствующие норме (температура и свежесть воздуха, рациональность освещения наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей).

2. Смена видов учебной деятельности на занятии не менее 4-х так, как однообразие способствует утомлению. Средняя положительность и частота чередования различных видов учебной деятельности – 7-10 минут.

3. Количество видов преподавания (*словесный, наглядный, самостоятельная работа*) не менее трех. Чередование видов преподавания не позже чем через 10-15 минут.

4. На занятиях присутствует смена поз учащихся, которые соответствовали бы видам работы.

5. Присутствуют оздоровительные моменты: физкультминутки, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Норма: на 15-20 минут занятия по одной минуте из 3-х легких упражнений с 3-4 повторениями каждого.

6. Включены в занятия вопросы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни.

7. Наличие мотивации учебной деятельности. Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный метод. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу.

Учебный план

№ п/п	Тема	Количество часов				Форма промежуточной аттестации / контроля
		всего	теория	практика	При дистанц. обучении	
1	Вводное занятие. Входящий контроль	2	1	1	2	Практическое тестирование
2	Меры обеспечения безопасности при проведение стрельб	2	2	-	2	
3	Сведения о строении и функции организма.	2	2	-	2	
4	Техника стрельбы. Тренировка.	12	2	10	10	
5	Правила проведения соревнований	2	2	-	2	
6	Общая физическая подготовка стрелка	6	2	4	6	
7	Специальная физическая подготовка	8	2	6	8	
8	Промежуточная аттестация	2	-	2	2	Практическое тестирование, Контрольные стрельбы
Итого:		36	13	23	36	

Календарный учебный график

Разделы / месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Введение. Входящий контроль	2								
Меры обеспечения безопасности		1			1				
Сведения о строении организма			1		1				
Техника стрельбы. Тренировка.	2	2	2	1	1	1	1	1	1
Правила соревнований				1				1	
ОФП			1	1		1	1	1	1
СФП		1		1		2	2	1	1
Промежуточная аттестация					1				1
Всего	4	4	4	4	4	4	4	4	4

СОДЕРЖАНИЕ

1. Вводное занятие (2 часа).

Обзор крупнейших Российских и международных соревнований по стрелковому спорту. Единая Всесоюзная Российская спортивная квалификация. Разрядные нормы и требования по стрелковому спорту. Ознакомление с программой и расписанием занятий. Входящий контроль – практическое тестирование.

2. Меры обеспечения безопасности при проведении стрельбы (2 часа).

Проверка знаний «Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тирах и на «стрельбищах». Порядок обращения с оружием, сигналы и команды при стрельбе, обязанности и права стрелка. Меры безопасности с оружием.

3. Сведения о строении и функциях организма человека (2 часа).

Понятия о роли центральной нервной системы в деятельности организма человека, об условных рефлексах и навыках, о стадии их формирования в процессе обучения стрельбе. Понятия о переутомлении и восстановлении. Роль активного отдыха, гигиена сна. Понятия о спортивной форме. Оказание первой помощи при травмах.

4. Техника стрельбы. Тренировка (12 часа):

Изучение техники и тактики стрельбы. Анализ стрельбы. Рациональная поза стрелка. Техника освоенных упражнений в условиях приближенных к соревнованиям. Стабилизация устойчивого равновесия тела с оружием. Выработка более тонких ощущений движений мышц, устойчивого внимания. Стрельба на меткость. Стрельба по индивидуальному заданию тренер. Выработка внимания при производстве выстрела

5. Правила проведения соревнований (2 часа).

Порядок стрельбы. Одежда стрелка. Судьи комиссии по определению результатов стрельбы. Секторный судья линии мишеней. Секторный судья линии огня. Судья-информатор, судья-контролер, судья-показчик.

6. Общая физическая подготовка (6 часов):

Физические качества, их развитие и совершенствование. Разминка. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию и равновесия. Упражнения на напряжение и расслабление групп мышц. Упражнения для формирования правильной осанки. Подвижные игры как средство активного отдыха.

7. Специальная физическая подготовка стрелка (8 часов):

Для повышения специальной выносливости выполняются упражнения с оружием (или с макетом), наведенным в район прицеливания, на длительное удержание в положение изготовки. Упражнения с утяжеленным спуском курка (упражнения проводятся в конце практических занятий).

8. Промежуточная аттестация (2 часа):

Тестирование на уровень физических качеств стрелка. Контрольные стрельбы. Подведение итогов учебно-тренировочных занятий (периода тренировки). Проводятся на условиях соревнования. **Практические занятия:** выполнение на классификационных соревнованиях нормы «Юный стрелок»

Планируемые результаты

<i>Предметные</i>
- учащийся имеет представление о работе спускового механизма при выстреле; - знает все составляющие части пневматической винтовки, составляющие части пневматического пистолета, составляющие части автомата Калашникова; - знает правила техники безопасности; - умеет ухаживать за стрелковым оружием, настройкой прицела, сборки и разборки автомат Калашникова; - знает и применяет правильное дыхание при готовности к стрельбе, меткой и кучной стрельбы по бумажной мишени из разных исходных положений с 10 метров.
<i>Метапредметные</i>
- повысит физические качества организма (внимание, выносливость, сила, гибкость);
<i>Личностные</i>
- проявляет интерес к стрелковому спорту, - проявляет личные качества, необходимые для занятий стрельбой (чувства ответственности перед коллективом; осознанное и добросовестное отношение к своим обязанностям, организованность и дисциплина, уважение к старшим; целеустремлённость, настойчивость, коллективизм). Проявляют интерес к спортивным профессиям

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Программой предусмотрены виды мониторинга:

- ***Входящий*** – в начале учебного года.
- ***Текущий*** – в течение учебного года.
- ***Промежуточная аттестация за I полугодие*** – декабрь
- ***Промежуточная аттестация по итогам освоения программы*** – в конце учебного года.

Входящий контроль проводится в форме практического тестирования на физические данные выполнения контрольных нормативов (**Приложение 3**) и собеседования для определения уровня мотивации учащихся к учебным занятиям. Результат тестирования фиксируется в сводную таблицу, собеседования фиксируется в журнале: «В» - высокий уровень, «С» - средний уровень.

Текущий контроль уровня усвоения материала осуществляется на занятиях по результатам выполнения нормативов квалификационных соревнований таблицы (**Приложение 1**).

Промежуточная аттестация за I полугодие (декабрь) в форме контрольных стрельб и тестирования на знание теории.

Промежуточная аттестация по итогам освоения программы (май) в форме практического тестирования на физические данные выполнения контрольных нормативов, контрольных стрельб и тестирования на знание теории.

Практическое тестирование на уровень физических качеств стрелка (**Приложение 3**).

Контрольные стрельбы – выполнение нормативов квалификационных соревнований таблицы (**Приложение 1**).

Тестирование на уровень теоретических знаний истории, составных частей оружия, механизмов их работы (**Приложение 2**).

Таблица промежуточной аттестации

№	Ф.И. уч-ся	Физические качества стрелка						Теорети- ческие знания	Техника стрельбы	Сумма балов / уровень
		Выносливость		сил а		гибкост ь	координати я			
		1	2	1	2					

При определении физических качеств стрелка за правильность выполнения и попадания в нормативы по каждому показателю ставится 1 балл. Максимальное количество баллов – 6. Теоретические знания – правильных ответов 70-100 % - 3б, 30-70% - 2 б, менее 30% - 1 б. Техника стрельбы – от 1 до 3 б. (определяется по количеству набранных очко при соблюдении условий выполнения упражнений).

Уровень освоения программы:

9-12 б. – высокий уровень, 5-8 б – средний, 2-4 б. – ниже среднего.

Результаты контролей фиксируются в сводной таблице мониторинга и журнале.

Сводная таблица мониторинга

Ф.И. уч-ся	Физические качества стрелка								Теоретическое знание		Техника стрельбы	
	выносливость		сила		гибкость		координация					
	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	с.г.	к.г.	с.г.	к.г.

В конце учебного года педагог сравнивает полученные образовательные результаты с планируемыми и делает выводы об уровне освоения программы учащимися.

Методическое обеспечение

№	Методическое обеспечение	Содержание
1	УМК	Знаково-символический компонент УМК Учебные пособия, методические рекомендации по методике использования материалов и организации занятий; терминологические словари, дополнительная литература (учебные пособия, журналы, сборники); дидактические материалы (рабочие тетради, раздаточные карточки, технологические карты); символическая изобразительная наглядность (сборники) таблиц, карт,); плоскостная образная изобразительная наглядность (иллюстрации, плакаты и т.п.). Физический компонент УМК Объемная образная изобразительная наглядность предметная наглядность; учебно-практическое оборудование (игры, спортивное снаряжение) Технологический компонент УМК

		Визуальные средства (слайды, презентации); звуковые (аудио) средства; аудиовизуальные средства (кинофильмы, видеофильмы); комбинированные (универсальные) средства (компьютеры и цифровые материалы). Программный компонент УМК: диагностические материалы, устанавливающие состояние образовательного процесса в данный момент времени, средства контроля и оценивания результатов обучения (вопросы, задания, тесты). • пакет диагностических материалов по предмету. • сборники заданий, задач, упражнений, компетентностные задания (в соответствии с содержанием программы) комплекты ситуаций, практикумы. Методические разработки: • опорные конспекты, конспекты-схемы, памятки для педагогов и учащихся, алгоритмы, конспекты с разработками занятий. • образцы для поэтапного выполнения учебных упражнений. • рекомендации по проведению практических работ, • сценарии досугов-развивающих, воспитательных мероприятий, родительских собраний и т.п. • сборник заданий для учащихся по формированию функциональной грамотности Программное обеспечение (используемые в ДОП компьютерные программы): офисные приложения MS Word, MS PowerPoint; интернет-браузер Yandex; проигрыватель Windows Media для просмотра видео, аудио материала
2	ЭУМК	1. Программное обеспечение (ДОП, Программа летней школы) 2. Технологические карты или планы-конспекты учебных занятий по теме, разделам, направлениям деятельности программы 3. Оценочные материалы 4. Дистанционные занятия 5. Дидактические материалы

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для успешной работы по данной программе необходимы следующие условия:

Материально-техническое обеспечение:

1. Тир с дистанцией стрельбы 10 метров.
2. Винтовки пневматические в количестве – 6-8 шт.
3. Пистолеты пневматические – 6-8 шт.
4. Макет АК-74 – 4-6 шт.
5. Макет АК-12 – 4-6 шт.
6. Макет пистолета ПМ – 4-6 шт.
7. Сейф для хранения оружия.
8. Пульки для стрельбы из пневматического оружия.
9. Мишени № 8 – 1000 шт.
10. Мишени № 10 – 1000 шт.
11. Мешки для упора при стрельбе лежа и с колена.
12. Коврики.
13. Столы и стулья для стрельбы сидя с упором о стол.
14. Дартс большой – 3 шт.

15. Гантели от 2 до 5 кг – 24 шт.
16. Плакаты по разборке, сборке АК-76, АК-12, ПМ.
17. Таблицы тематические.
18. Проектор и ноутбук.

Кадровое обеспечение: учебный процесс организует педагог дополнительного образования.

Учащиеся должны:

1. Систематически посещать все занятия.
2. Иметь на занятиях: тетрадь, ручку, пульки для стрельбы из пневматического оружия.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

1. В 2025-2026 году в программу включена индивидуальная модель профориентационной деятельности (**Приложение 5**). В рамках реализации программы реализуется профориентационный модуль на учебных занятиях.

Электронные образовательные ресурсы

1. Олимпийский комитет http://www.olympic.org/uk/index_uk.asp
2. ВАДА (Всемирное антидопинговое агентство) <http://www.wada-ama.org/en/>
3. Олимпийский комитет России <http://www.olympic.ru/>
4. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru>
5. РУСАДА (Независимая Национальная антидопинговая организация) <http://www.rusada.ru>
6. Международная федерация стрелкового спорта <http://www.issf-shooting.org>
7. Европейская конфедерация стрелкового спорта Сайты национальных федераций: <http://www.esc-shooting.org/>
8. Стрелковый Союз России <http://shooting-russia.ru/>
9. Спортивная литература <http://www.sportlib.ru/>
10. Стрелковые новости <http://www.abcsport.ru/sport/gun/>
11. Инфоспорт <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>
12. Сайт «Меткий стрелок» <http://www.strelok.info>

Список литературы.

1. А.Д. Дворкин «Пневматическое оружие», Москва, 2001 г. изд-во «Военные знания».
2. Вайнштейн Л.М. Психология в пулевой стрельбе.- М., 2009.- 156с.
3. Ветров С. Основы стрельбы из стрелкового оружия. – Л., 2004. .- 56с.
- 1.Аверин А.И., Выдрин И.Ф. Начальная военная подготовка. М.: Просвещение, 2004.- 19с.
2. Гачаиладзе Л.В., Орлов В.А. Физическая подготовка стрелка.- М., ДОСААФ, 1986. .- 98с.

Для учащихся и родителей

1. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок.- М., ДОСААФ, 1986.
2. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. – М., 2006.- 16с.
3. История винтовки от пищаля до автомата, издание журнала «Техника-молодежи», 1993.- 11с.
4. Кулагин К. Наставления по стрелковому делу – М., 1985.- 111с.
5. Стрелковый спорт. Правила соревнований. М., 2007.- 12с.
6. Юрьев А. Спортивная стрельба. М., 2004.- 16с.
7. Н.Г.Харьков. Стрелковая подготовка. Профильное обучение.9-11 классы. Методические рекомендации. М.,2010г.,- 42с.

Приложение № 1

Условия выполнения упражнений

Выполнение на пневматических винтовках с опорой о стол, прицел открытый, мишень №9, в течение 10 минут. Дистанция 10 м.

Возраст	Количество выстрелов		Количество очков		
	пробное	зачетное	Низкий	Средний	Высокий
10-11 лет	3	5	0-10	11-34	Более 35
12-13 лет	3	5	0-15	16-39	Более 40

Приложение № 2

Вопросы для проведения промежуточной аттестации по определению уровня теоретических знаний истории, составных частей оружия, механизмов их работы

- Кто изобрел автомат Калашникова?
А- Михаил Сергеевич Калашников
Б - Андрей Тимофеевич Калашников
В – Михаил Тимофеевич Калашников
Г – Александр Дмитриевич
- В каком году был разработан Автомат Калашникова?
А – 1947
Б – 1945
В – 1948
Г – 1950
- Максимальный полёт пули АК – 47?
А – 2 км
Б – 5 км
В – 3 км
Г – 350 м
- Магазин Автомата Калашникова состоит из ?
А – 35 патронов
Б – 40 патронов
В – 30 патронов
Г – 45 патронов
- Вес АК – 47?(без учета штык – ножа).
А – 4,8 кг
Б – 5,0 кг
В – 4,6 кг
Г – 4,5 кг
- Где было создано первое оружие?
А – Америка
Б – Колумбия
В – Россия
Г – Китай
- Вредный стрелковый рефлекс называется _
- Правила Техники безопасности в пулевой стрельбе? (Перечислить главный пункт).
- Олимпийские игры проводятся?
 - Раз в 4 года

2. Раз в 2 года
3. Раз в 3 года
4. Раз в 5 лет
10. Из чего состоит патрон? (Перечислить)

Приложение № 3

В комплекс контрольных испытаний для оценки общей, специальной **физической подготовки** спортсменов-стрелков входят:

для оценки выносливости:

- удержание пистолета в позе-изготовке
- удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы стоя

для оценки силовых качеств:

- подъем туловища из положения лежа
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа

для оценки гибкости:

- наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами (этап НП)

для оценки координационных способностей:

- прыжки со скакалкой без остановки

При определении физических качеств стрелка за правильность выполнения и попадания в нормативы по каждому показателю ставится 1 балл. Максимальное количество баллов – 6.

Критерии нормативов общей физической и специальной физической подготовки

Развиваемые физические качества	Контрольные упражнения	Учащиеся 10 -13 лет		Учащиеся 14-15 лет	
		юноши	девушки	юноши	девушки
Выносливость	Удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы стоя (мин. сек.)	2.20	2.00	3.00	2.30
	Удержание пистолета в позе-изготовке (мин. сек.)	1.00	0.40	1.30	1.10
Сила	Подъем туловища из положения лежа (раз)	20	15	25	20
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания)	12	8	20	12
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами	Касание пола пальцами рук			
Координация	Прыжки со скакалкой без остановки (раз)	15	15	20	20

Методические рекомендации (методика выполнения упражнений) и критерии оценки выполнения контрольных упражнений:

Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа (для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц плечевого пояса, а также статической выносливости мышц спины, брюшного пресса, таза и ног).

И.п. – упор лёжа на полу, руки на ширине плеч, кисти – вперед, локти разведены не более 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию.

Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола (или платформы высотой 5 см), затем, разгибая руки, вернуться в ИП и, зафиксировав его на 0,5 сек., продолжить выполнение упражнения. Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний-разгибаний рук (отжиманий), фиксируемых счётом судьи. Дается одна попытка.

Ошибки:

1. Касание пола бёдрами.
2. Нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги».
3. Разновременное разгибание рук.

Критерием служит количество отжиманий при условии правильного выполнения теста в произвольном темпе.

Поднимание туловища из положения лёжа (для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц брюшного пресса).

Для выполнения тестирования создаются пары, один из партнёров выполняет упражнение, другой – удерживает его ноги за ступни и голени и одновременно ведёт счёт. Затем участники меняются местами.

И.п – лёжа на спине на гимнастическом мате, пальцы рук «в замке» за головой, локти вперед, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу, лопатки касаются мата. Участник выполняет максимальное количество подъемов, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в ИП.

Ошибки:

Отсутствие касания локтями бедер (коленей).

Отсутствие касания лопатками мата.

Пальцы разомкнуты «из замка».

Критерием служит максимальное количество правильно выполненных подъемов туловища.

Прыжки со скакалкой без остановки (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей).

И.П. – основная стойка, скакалка сзади, концы скакалки в руках. Упражнение выполняется без остановки на двух ногах с вращением скакалки вперед, на каждое вращение скакалки – один прыжок. При задевании скакалки ногами и вынужденной остановке счет останавливается и обнуляется. Дается 2 попытки. Фиксируется максимальное количество прыжков без остановки.

Ошибки:

1. Перешагивание скакалки (прыжки с ноги на ногу).
2. Два прыжка на 1 вращение скакалки.

Критерием служит максимальное количество прыжков, выполненных без остановки без ошибок.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами (для оценки подвижности в тазобедренных суставах и эластичности мышц, активной гибкости позвоночника).

И.п. – стоя на полу (или на платформе), ноги выпрямлены в коленях, ступни ног соединены. При выполнении теста участник по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола (или платформы) пальцами или ладонями двух рук и фиксирует результат в течение двух секунд.

Ошибки:

Сгибание ног в коленях.

Фиксация результата пальцами одной руки.

Отсутствие фиксации результата в течение двух секунд

Критерием служит касание пола (или платформы) пальцами рук или ладонями.

Результат, когда пальцы рук выше уровня стоп, определяется знаком « - », ниже (касание пола пальцами или ладонями) – знаком « + ».

Удержание винтовки в позе изготовки стоя.

И.П. ноги на ширине плеч, вес тела на две ноги, правой рукой прижимаем винтовку к плечу, левая выполняет роль подставки, голову держать ровно, можно прикасаться щекой к прикладу. Критерием оценки служит время удержания позы изготовки.

Удержание пистолета в позе-изготовке (с этапа ССМ - 10 повторов, время отдыха не более 1 мин.)

И.П. - стоя боком к мишени под углом (с небольшим разворотом), ступни на ширине плеч, голова недовернута на 10-15° по отношению к линии прицеливания, левая рука – свободно опущена вниз и закреплена на бедре или за одежду, правая рука поднята в сторону мишени, выпрямлена, закреплена в плечевом, локтевом и лучезапястном суставах.

Удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы стоя (с этапа совершенствования спортивного мастерства - 2 повтора, время отдыха не более 3 мин.). Ноги - ступни на ширине плеч, носки слегка разведены в стороны или параллельно; туловище – все мышцы, участвующие в удержании системы «стрелок-оружие» в тонусе (оптимальном напряжении); левая рука – подпорка, согнута в локте, который упирается в районе подвздошного гребня таза; пальцы кисти левой руки согнуты в кулак, создавая опору для винтовки, которая цевьем кладется на тыльную сторону согнутых в кулак пальцев в районе скобы спускового крючка; затыльник приклада упирается в плечевой сустав в районе дельтовидной мышцы; локоть правой руки опущен свободно, мышцы не напряжены, кисть охватывает рукоятку приклада с усилием, не мешающим плавно нажимать на спусковой крючок; голова – лежит, упираясь щекой на гребень приклада так, чтобы глаз смотрел в центр диоптра прямо, а мышцы шеи не участвовали в удержании головы, находясь в естественном напряжении; позвоночник - прогибается так и на столько насколько необходимо придать изготовке позу устойчивого равновесия системы «стрелок-оружие» без излишнего напряжения мышечных усилий.

Приложение № 4

«Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тирах и на стрельбищах»

В тире (месте, оборудованном для стрельбы) запрещается:

- производить стрельбу из неисправного пневматического оружия;
- брать или трогать на огневом рубеже оружие или подходить к нему без команды (разрешения) руководителя стрельбы;
- заряжать пневматическое оружие до команды руководителя стрельбы или до сигнала «Огонь»;
- прицеливаться и направлять оружие в стороны и в тыл, а также в людей, в каком бы состоянии оружие ни находилось;
- прицеливаться в мишени даже из незаряженного оружия, если в направлении их находятся люди;
- выносить заряженное оружие с огневого рубежа;
- находиться на огневом рубеже посторонним, кроме стреляющей смены;
- оставлять где бы то ни было заряженное оружие или передавать другим лицам без команды руководителя стрельбы;
- производить стрельбу не параллельно директрисе (направлению) тира (места, оборудованного для стрельбы);
- допускать к стрельбе лиц, не имеющих твердых практических навыков в выполнении стрельбы;

Выдача пульк производится руководителем стрельбы исключительно на огневом рубеже. Если показ попаданий делается после каждого выстрела, выдается только по одной пульке.

Заряжается оружие на огневом рубеже только по команде руководителя стрельбы «Заряжай!», открытие огня - после команды «Огонь!». По команде «Отбой!» необходимо немедленно разрядить и отложить оружие.

Чистка и смазка пневматического оружия производится в специально отведенных местах под руководством преподавателя.

Стрелки, допустившие нарушение правил безопасности, к стрельбе не допускаются.

Для проведения стрельбы (соревнований) руководитель образовательного учреждения издает письменный приказ, в котором указывает дату, время и место, наименование класса (группы) и количество привлекаемых учащихся, наименование упражнения, фамилию руководителя, а также необходимые средства для оказания первой медицинской помощи.