

Государственное автономное учреждение
дополнительного образования Пензенской области
«Многофункциональный туристско-спортивный центр»
имени Татьяны Тарасовны Мартыненко



«Утверждаю»

директор ГАУДО МФТСЦ

П.В. Зелепугин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
на 2023 – 2024 учебный год
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
«ОРГАНИЗАТОРЫ ТУРИСТСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ»

Форма реализации программы - очная

Год обучения – 3

Возраст учащихся – 13-16 лет.

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
ГАУДО МФТСЦ
Шевырдяев Алексей Владимирович

г..Пенза, 2023 г.

<p>Цель рабочей программы на текущей год</p>	<p>углубленное изучение техники пешеходного туризма, тактики туризма, совершенствование своей физической формы, для получения результата в спорте высших достижений.</p>
<p>Задачи на текущий учебный год</p>	<ul style="list-style-type: none"> - совершенствование приобретенных навыков в освоенных видах туризма; - овладение основами техниками работы с верёвкой; - повышение уровня общей и специальной физической подготовленности; - приобретение соревновательного опыта - повышение спортивного мастерства учащихся;
<p>Режим занятий в текущем учебном году</p>	<p>3 раза в неделю по 2 часа</p>

Календарный учебный график

<p>Год обучения</p>	<p>Дата начала занятий</p>	<p>Дата окончания занятий</p>	<p>Количество учебных недель</p>	<p>Количество учебных часов</p>
<p>3 год</p>	<p>1 сентября 2023г</p>	<p>31 мая 2024г</p>	<p>36</p>	<p>216</p>

**Участие обучающихся в мероприятиях разного уровня
(внутриучрежденческих, городских, открытых, областных,
Всероссийских, международных соревнованиях, фестивалях, конкурсах,
выставках, конференциях, проектах и т.д.) в течение учебного года**

№ п/п	Мероприятие	Статус мероприятия	Форма участия
1.	Областные соревнования по спортивному ориентированию среди учащихся памяти В.Н. Горбункова	Региональное	участники
2.	Областные соревнования по спортивному туризму на пешеходному туризму памяти М.И. Васильева	Региональное	участники
3.	Многодневный лыжный агитпоход учащихся «Звездный» по районам Пензенской области	Региональное	участники
4.	Областные соревнования по СТ дистанция-лыжная	Региональное	участники
5.	Областной слет школьников	Региональное	участники
6.	Первенство России по СТ на пешеходных дистанциях	Всероссийское	участники

Календарно-тематический план для групп 3 года обучения

Месяц	№ зан.	Тема занятия	Кол-вочасов			Примечание
			Теория	Практика	Всего	
Сентябрь	1	Знакомство с образовательной программой. Инструктаж по технике безопасности. Проверка уровня физической подготовленности.	1	1	2	
	2	Правила проведения соревнований дистанция водная каяк и катамаран. Основы постановки этапов	2	-	2	
	3	Состав оргкомитета, план его	1	1	2	

		работы. Составление и утверждение Положения о мероприятии.				
	4	Утверждение главного судьи и комплектование судейской коллегии. Выбор района проведения мероприятия, требования к нему (обеспечение безопасности, удобства подъезда).	1	1	2	
	5	Подготовка инвентаря и оборудования, необходимо для проведения соревнований	1	1	2	
	6	Медицинское обслуживание мероприятия. Работа комендантской службы в ходе подготовки и проведения слета, соревнований.	1	1	2	
	7	Охрана природы и обеспечение безопасности участников и судей.	2	-	2	
	8	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	9	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	10	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	11	Специальная подготовка туриста Основы техники туриста-водника	1	1	2	
	12	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
октябрь	13	Основы туристской подготовки. Личное и групповое туристское снаряжение	-	2	2	
	14	Основы туристской подготовки. Организация туристского быта. Привала и ночлеги	1	1	2	
	15	Топография и ориентирование. Условные знаки	1	1	2	
	16	Краеведение. Изучение района путешествия	1	1	2	
	17	Основы гигиены, первая доврачебная помощь. Обеспечение безопасности. Походная медицинская аптечка.	1	1	2	
	18	Общая и специальная физическая подготовка. Основная задача общей физической подготовки в развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов.	1	1	2	
	19	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	20	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	21	Специальная подготовка туриста.	2	-	2	

		Основы техники туриста-водника. Снаряжение и конструкция плавсредств				
	22	Специальная подготовка туриста Основы техники туриста-водника	1	1	2	
	23	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	24	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	25	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
Ноябрь	26	Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. Основные разделы правил.	1	1	2	
	27	Задачи и характер соревнований. Классификация соревнований.	1	1	2	
	28	Положение о соревнованиях. Работа мандатной комиссии.	1	1	2	
	29	Требования к заявкам на участие в соревнованиях. Порядок подачи к рассмотрению протестов.	-	2	2	
	30	Общая и специальная физическая подготовка. Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов.	1	1	2	
	31	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	32	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	33	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	34	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	35	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	36	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
Декабрь	37	Основы туристской подготовки. Подготовка к походу	-	2	2	
	38	Основы туристской подготовки. Техника безопасности при проведении туристских походов и занятий	-	2	2	
	39	Допуск к участию в соревнованиях. Права и обязанности участников, представителей, тренеров.	1	1	2	
	40	Краеведение. Общественно полезная работа в походе.	1	1	2	
	41	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	42	Общая и специальная физическая подготовка. Характеристика и	1	1	2	

		методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы.				
	43	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	44	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	45	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	46	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	47	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	48	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	49	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
Январь	50	Группа дисциплин «дистанция». Протоколы соревнований.	-	2	2	
	51	Требования к снаряжению и форме одежды участников. Порядок снятия команд и участников.	-	2	2	
	52	Регламент соревнований по спортивному туризму (СТ) дистанция «пешеходная». Общие понятия.	-	2	2	
	53	Параметры и характеристики технических этапов дистанции 1 класса при групповом или индивидуальном прохождении.	1	1	2	
	54	Основы гигиены, первая доврачебная помощь. Обеспечение безопасности. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	1	1	2	
	55	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	56	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	57	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	58	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	59	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	60	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
Февраль	61	Основы туристской подготовки. Подготовка к походу. Туристские должности в группе	2	-	2	
	62	Составление типового положения. Анализ имеющихся отчетов о соревнованиях. Составление отчета об учебных соревнованиях. Разработка и постановка учебных дистанций 1 класса.	-	2	2	
	63	Старший судья и судьи на этапах, их права и обязанности. Оборудование и оформление этапа и мест работы	1	1	2	

		судей.				
	64	Организация судейской страховки. Инструктаж судей	-	2	2	
	65	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	66	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	67	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	68	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	69	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	70	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	71	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	72	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	73	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
Март	74	Участие в постановке этапов дистанции 1-2 класса. Работа в качестве судей на этапах.	-	2	2	
	75	Непредусмотренные ситуации и действия судьи. Судейская документация, порядок протоколирования и организация информирования участников о допущенных нарушениях и штрафах.	1	1	2	
	76	Контрольное время на прохождения этапа, действия судьи в случае его превышения.	1	1	2	
	77	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	78	Специальная подготовка туриста. Соревнования по спортивному туризму	2	-	-	
	79	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	80	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	81	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	82	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	83	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
Апрель	84	Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Понятие о здоровом образе жизни.	-	2	2	
	85	Необходимость чередования труда и спортивных занятий. Режим питания. Объективные данные	2	-	2	
	86	Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различного вида туризма. предметам.	1	1	2	

	87	Основы гигиены, первая доврачебная помощь. Обеспечение безопасности. Приемы транспортировки пострадавшего	1	1	2	
	88	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	89	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	90	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	91	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	92	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	93	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	94	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	95	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	96	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
Май	97	Основы туристской подготовки. Подготовка к походу	-	2	2	
	98	Основы туристской подготовки. Подведение итогов туристского похода.	1	1	2	
	99	Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит работоспособность настроение. Дневник самоконтроля.	1	1	2	
	100	Основы гигиены, первая доврачебная помощь. Обеспечение безопасности. Приемы транспортировки пострадавшего	-	2	2	
	101	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	102	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	103	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	104	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	105	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	106	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
	107	Общая и специальная физическая подготовка	-	2	2	
	108	Специальная подготовка туриста	-	2	2	
Итого:			40	176	216	