

ГБУДО ДТДиМ Колпинского района Санкт-Петербурга
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Азбука туризма

Методические и иные документы (презентации, раздаточный материал, макеты, модели, образцы и др. материалы при наличии),
разработанные организацией для обеспечения образовательного процесса)

Тема программы	Название материала
1 год обучения	
Введение в курс	Инструкции по технике безопасности
Техника и тактика туризма	Инструкции по технике безопасности при работе с верёвками, карабинами, прочим снаряжением» -Презентация «Туристское снаряжение» -Презентация «Обязанности членов туристской группы»
Основы психологических знаний	-Варианты контрольных тестов на внимание, память, мышление -Игры на сплочение коллектива «Малая группа и коллектив» «Эффективность групповой деятельности» -Методическая разработка- тренинг «Мои хорошие и плохие привычки»
Ориентирование и топография	Топографические и спортивные карты, ---- -контрольные тесты для оценки результатов ориентирования Разработка материалов топографических диктантов, ч.1 Серия видеороликов по использованию GPS навигаторов для ориентирования на местности
Основы здорового образа жизни	Презентация « Если хочешь быть здоров!» Материалы беседы о ЗОЖ Материалы беседы об основах гигиены и оказанию первой помощи
Общая физическая подготовка	Инструкции по безопасному проведению общеукрепляющих упражнений при: -упражнениях с предметами - при подвижных играх -играх с мячом -при беге на различные дистанции
Специальная физическая подготовка	Инструкции по безопасному проведению упражнений на развитие выносливости - для развития ловкости и прыгучести -для развития силы, гибкости - на развитие и расслабления мышц
2 год обучения	
Вводное занятие	Инструкции по технике безопасности
Техника и тактика туризма	Свод правил по технике безопасности при постановке лагеря

	<p>Презентация «Личное и групповое снаряжение» Рекомендации по ведению записей о прохождении маршрута Памятка об алгоритме действий членов походной группы при выполнении обязанностей в походе - по составлению творческого отчёта о походе (распределение ролей и обязанностей по должностям)</p>
Основы психологических знаний	<p>Тренинг « Построение атмосферы согласия и принятия в группе» Ролевые игры: «Пойми меня» «Постановка вопросов» «Важность адекватной картины мира и модели «Я» Интеллектуальная игра «Что? Где? Когда?»</p>
Ориентирование и топография	<p>Топографические и спортивные карты, ---- -Контрольные тесты для оценки результатов ориентирования -Разработка материалов топографических диктантов, ч.2 -Серия видеороликов по использованию GPS навигаторов для ориентирования на местности</p>
Основы здорового образа жизни	<p>Презентация «Основные составляющие здорового образа жизни» Материалы беседы об основах гигиены и оказанию первой помощи</p>
Общая физическая подготовка	<p>Инструкции по безопасному проведению общеукрепляющих упражнений при: -упражнениях с предметами - при подвижных играх -играх с мячом -при беге на различные дистанции</p>
Общая физическая подготовка	<p>Инструкции по безопасному проведению упражнений на развитие выносливости - для развития ловкости и прыгучести -для развития силы, гибкости - на развитие и расслабления мышц</p>