

**АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УДМУРТСКИЙ КАДЕТСКИЙ КОРПУС ПРИВОЛЖСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ВАЛЕНТИНА ГЕОРГИЕВИЧА СТАРИКОВА»**

Согласовано

Зам. директора по ВР Д.А. Арефьев _____
«22» августа 2022 г.

Утверждено:

Директор Удмуртского кадетского корпуса
_____ / Т.А. Караваева/
приказ №101-ос от 25.08.2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса
«Школа выживания»
5-11 класс**

педагога доп.образования высшей кв.категории
Курбатова И.Л.

2022 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа «Школа выживания» составлена в соответствии с требованиями

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в существующей редакции) «Об образовании Российской Федерации» ст.75 «О дополнительном образовании детей и взрослых»;

- Федерального государственного стандарта основного общего образования (5-9 кл.), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» декабря 2010 г. № 1897;

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 №413;

- Приказа Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Программы воспитания Удмуртского кадетского корпуса.

Рабочая программа составлена на основе модифицированной образовательной программы туристско-краеведческой направленности «Школа выживания», предназначенной для дополнительного образования основам туризма и ориентирования учащихся Удмуртского кадетского корпуса.

Программа составлена с учетом особенностей образовательного процесса в Удмуртском кадетском корпусе, в котором обучаются мальчики из разных населенных пунктов Удмуртии и других субъектов РФ, интернатного проживания части кадет, режима дня с пребыванием городских учащихся в образовательном учреждении в течение всего дня.

Направленность программы: туристско-краеведческая, внепредметная.

Срок реализации – 1 год.

Программа рассчитана на 340 часов в год. Занятия по данной программе проводятся 5 раз в неделю: 2 раза по 2 часа занятия по теории и практике туризма и ориентирования и одно занятие 2 часа – учебно-тренировочная дистанция, 2 занятия по 2 часа – общефизическая подготовка. При благоприятных условиях (светлое время и отсутствие сильного дождя, мороза, шквального ветра) занятия проводятся на открытом воздухе. Занятия проводятся на стадионе, в лесном массиве, в спортивном зале, в классе.

Актуальность программы в том, что в ходе занятий у обучающегося формируются экологически безопасные способы существования в природной среде на основе практических действий, обучение направлено на применение здоровьесберегающих технологий. Данная программа включает основы походного туризма, спортивного туризма, спортивного ориентирования, выживания в природных условиях, с помощью которых формируются жизненно важные навыки и ответственности за себя и товарищей, особенно при участии в соревнованиях в полевых условиях и походах.

Цель программы: Базовая подготовка детей к участию в составе сборных команд Удмуртского кадетского корпуса в многодневных соревнованиях кадетских корпусов туристско-краеведческой и военно-прикладной направленности, в том числе с проживанием в полевых условиях.

Задачи: Сформировать базовые умения и навыки безопасного поведения и проживания в условиях природной среды, здорового образа жизни. Обучить начальным навыкам туризма и ориентирования, прохождения дистанций спортивного туризма и спортивного ориентирования. Сформировать навыки командного взаимодействия.

Состав группы, согласно рекомендуемым нормативам СанПиН и типовых программ дополнительного образования детей туристско-краеведческой направленности – 12-15 детей. Возраст детей – 11-18 лет, группа разновозрастная.

При проведении занятий по данной программе используется практико-ориентированное обучение с дифференцированным подходом как к образовательному результату каждого обучающегося, так и к уровню деятельности каждого ребенка в зависимости от

индивидуальных особенностей и возможностей обучающегося, условий проведения занятий, педагогических целей каждого конкретного задания и занятия в целом. На занятиях преобладает групповое обучение с отдельными элементами фронтального и индивидуального. На каждом занятии выполняются практические задания либо по отдельным вопросам, либо в виде практикума.

Планируемые результаты

Результаты освоения программы (требования к уровню подготовки)

Личностные результаты:

1. Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа). Осознание этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества (идентичность человека с российской многонациональной культурой, сопричастность истории народов и государств, находившихся на территории современной России); интериоризация гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.

2. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

3. Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию; веротерпимость, уважительное отношение к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию; знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потребительстве; сформированность представлений об основах светской этики, культуры традиционных религий, их роли в развитии культуры и истории России и человечества, в становлении гражданского общества и российской государственности; понимание значения нравственности, веры и религии в жизни человека, семьи и общества). Сформированность ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

4. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

5. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как конвенционирования интересов,

процедур, готовность и способность к ведению переговоров). 6. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в процессе упорядочения социальных связей и отношений, в которые включены и которые формируют сами учащиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в сфере организаторской деятельности; интериоризация ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности, самореализации в группе и организации, ценности «другого» как равноправного партнера, формирование компетенций анализа, проектирования, организации деятельности, рефлексии изменений, способов взаимовыгодного сотрудничества, способов реализации собственного лидерского потенциала).

7. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

8. Развитость эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (способность понимать художественные произведения, отражающие разные этнокультурные традиции; сформированность основ художественной культуры обучающихся как части их общей духовной культуры, как особого способа познания жизни и средства организации общения; эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры; уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты человека; потребность в общении с художественными произведениями, сформированность активного отношения к традициям художественной культуры как смысловой, эстетической и личностно-значимой ценности).

9. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Обучающийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе

альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;
- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих

внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;

- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Обучающийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

Познавательные УУД

6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Обучающийся сможет:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов, или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы

для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое, и наоборот;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;
- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;
- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

8. Смысловое чтение. Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;
- преобразовывать текст, «переводя» его в другую модальность, интерпретировать текст (художественный и нехудожественный – учебный, научно-популярный, информационный, текст non-fiction);
- критически оценивать содержание и форму текста.

9. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Обучающийся сможет:

- определять свое отношение к природной среде;
- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;
- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;
- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;
- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;
- выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

10. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Обучающийся сможет:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;
- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;
- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

Коммуникативные УУД

11. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

12. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

13. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;

- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

Предметные

К концу года обучающиеся

Узнают:

- правила охраны труда и техники безопасности при проведении занятий в различных условиях;
- действия в условиях аварийных ситуаций (потеря ориентировки, травма);
- основные правила отбора и подготовки личного снаряжения для походов выходного дня и дистанций спортивного туризма;
- основные топографические знаки и знаки спортивных карт;
- понятие аварийного азимута, границ полигона;
- понятие самостраховки и страховки;
- понятие направления, стороны горизонта;
- правила спортивных и народных игр;
- наиболее распространенные лекарственные, съедобные и ядовитые растения своей местности

Научатся:

- соблюдать правила охраны труда и техники безопасности;
 - правильно одеться на тренировку, на дистанцию и в поход;
 - подобрать снаряжение для похода выходного дня и для прохождения дистанции спортивного туризма;
 - определять стороны света;
 - ориентировать карту по местным предметам;
 - вязать основные узлы (схватывающий, прямой, булинь, проводник);
 - сушить одежду и обувь в помещении и у костра;
 - проходить этапы полосы препятствий с элементами туризма и дистанций спортивного туризма;
 - различать основные породы деревьев своей местности;
 - выполнять упражнения разминки, упражнения на развитие силы, ловкости, координации, выносливости, быстроты реакции;
 - пробегать в заданном темпе дистанции кросса;
 - уметь играть в спортивные и народные игры;
 - проходить простые дистанции на соревнованиях по спортивному ориентированию.
- Получат возможность:
- узнать:
- особенности природы Удмуртии;
 - правила проведения спортивных соревнований по спортивному туризму и спортивному ориентированию;
 - принять участие в соревнованиях по спортивному туризму и спортивному ориентированию на уровне города и республики, в походах различной сложности.

На занятиях по программе применяется безоценочная система.

Определение результатов обучения проводится в ходе итоговых и зачетных занятий, выполнения практических заданий, ПВД и соревнований. Обучающийся освоил программу на базовом уровне, если в ходе контрольных соревнований и зачетов выполняет все требуемые элементы, уложившись в контрольное время. Обучающийся освоил программу на повышенном уровне, если его результат выше средних показателей по возрастной группе, либо он является призером данных соревнований, либо выполнил нормативы спортивного разряда по спортивному туризму или спортивному ориентированию.

Содержание занятий

Раздел	Тема	Изучаемые вопросы	
		теория	Практика
Школа выживания Основы туризма и ориентирования	Вводная. Охрана труда и техника безопасности	Знакомство с программой обучения. Инструктаж по ОТ и ТБ на занятиях по основам туризма и ориентирования	Повторение правил поведения на занятиях по основам туризма и ориентирования
	Основы туристской подготовки	Особенности пешеходного туризма. Организация переправ. Способы самостраховки и страховки. Планирование похода выходного дня	Подбор личного и группового снаряжения для похода выходного дня. Отработка навыков организации переправ, самостраховки, командной страховки. Применение узлов для организации бивака. Планирование похода выходного дня по заданной теме
	Основы топографии и ориентирования	Ориентирование по карте. Ориентирование по сторонам горизонта. Знаки топографических и спортивных карт	Движение по легенде. Составление легенды движения. Определение азимута. Аварийный азимут. Ориентирование карты по местным предметам и азимуту. Определение тормозных и промежуточных ориентиров. Определение расстояний и направлений по карте и на местности. Выбор способов ориентирования
	Основы безопасности в природной среде	Опасности в природной среде. Опасные природные явления нашей местности	Действия в случае потери ориентировки, в случае получения травмы. Профилактика травматизма и заболеваемости. Профилактика инфицирования иксодовыми клещами
	Окружающий мир	Экология леса. Речная система. Болото	Распознавание деревьев, кустарников, трав, птиц у кормушек. Чтение следов в лесу
	Участие в соревнованиях и слетах	Постановка цели и задач участия в соревнованиях, знакомство с	Участие в соревнованиях по спортивному туризму, спортивному ориентированию,

		положением и условиями	«Школа безопасности», туристских слетах
	Походы выходного дня	Как можно изучать краеведение	Походы краеведческой тематики, выполнение общественно-полезной работы
ОФП и СПФ	Вводная. Охрана труда и техника безопасности	Структура физической подготовки туриста. Инструктаж по ОТ и ТБ	Планирование результатов физической подготовки на конец года
ОФП и СПФ	Разминки и развивающие упражнения	Вида разминок. Правила проведения разминки. Упражнения для развития ловкости, быстроты реакции, координации, силы, выносливости. Комбинированные упражнения	Выполнение упражнений разминки, беговых, силовых упражнений, упражнений на развитие выносливости. Кувырки, перекаты. Выполнение комбинированных упражнений
	Кроссовая подготовка	Элементы техники кроссового бега	Кросс 800 м, 1, 2, 3 км, кроссовая дистанция с элементами туристской полосы препятствий и ориентирования, кроссовая дистанция с участками бега в различном темпе
	Командные игры	Народные игры. Походная игротека	Тактика и техника командных игр (игры на формирование скоростных качеств, игры с мячом, игры на командное взаимодействие). Проведение командных игр с различными вариантами правил.
Учебно-тренировочные походы и дистанции	Вводная. Охрана труда и техника безопасности	Особенности практических занятий в природной среде. Инструктаж по ОТ и ТБ при проведении бивачных работ	Выработка правил проведения занятий в природной среде.
	Туристский практикум	Личное и групповое снаряжение в походе выходного дня. Бивачные работы в пешем походе. Меню похода выходного дня	Подбор и ремонт личного и группового снаряжения. Бивачные работы. Приготовление блюд туристской кухни на костре. Туристские узлы (прямой, булинь, стремя, удавка, шкотовый, схватывающий, проводник, восьмерка-проводник, австрийский проводник)
	Дистанции спортивного туризма и	Планирование действий на дистанции. Анализ результатов дистанции	Туристская полоса препятствий. Элементы дистанций спортивного туризма. Спуск по перилам с организацией перил. Подъем по

	спортивного ориентирования		перилам. Переправа по бревну с перилами с организацией перил. Навесная переправа. Ориентирование на обозначенном маршруте, маркированной трассе, по выбору, в заданном направлении, занимательное ориентирование, комбинированные дистанции
Итоговая	Подведение итогов года	Какие результаты достигнуты каждым обучающимся	Игровая программа с элементами туристской подготовки. Тестирование по ОФП и СПФ.
	Планирование летней практики	Детальное планирование летних занятий	Уточнение личных планов участия в летней программе

Воспитательная деятельность педагога на занятиях по курсу «Школа выживания» предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на занятии информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение учеников соблюдать на занятии общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими и сверстниками, принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания учеников к ценностному аспекту изучаемых на занятиях явлений, организация их работы с получаемой на занятии социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на занятии интерактивных форм работы учащихся:
 - дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога;
 - групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими детьми;
- включение в занятие игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятия;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Осуществляется через:

На региональном, муниципальном и всероссийском уровне:

- участие в олимпиадах (очных и заочных), конкурсах, соревнованиях.

На уровне корпуса:

- специально разработанные занятия – событийные уроки, посвященные историческим датам и событиям, онлайн-экскурсии, которые, расширяют образовательное пространство предмета,

воспитывают уважение к историческим личностям, людям науки, любовь к прекрасному, к природе, к родному краю;

- знакомство с различными достижениями науки и техники, обсуждение экологических проблем, исследования и внесение предложений по мироустройству;
- проведение учебных и учебно-развлекательных, спортивных мероприятий;
- использование визуальных образов (предметно-эстетической среды, наглядная агитация школьных стендов, предметной направленности, совместно производимые видеоролики по темам урока);
- участие педагога в Совете профилактики по вопросам неуспевающих обучающихся с целью совместного составления плана ликвидации академической задолженности по предметам;
- участие педагога в родительских собраниях учебных отделений

Учебно-тематический план

№	Раздел	Тема	Количество часов	Форма контроля	ЦОР
1	Школа выживания Основы туризма и ориентирования	Вводная. Охрана труда и техника безопасности	2	Собеседование	
		Основы туристской подготовки	24	Практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3967/
		Основы топографии и ориентирования	24	Выполнение практических заданий	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7865/main/316142/
		Основы безопасности в природной среде	8	Выполнение практических заданий	
		Окружающий мир	8	Выполнение практических заданий	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3816/
		Участие в соревнованиях и слетах	44	Отчет о соревнованиях	
		Походы выходного дня	24	Отчет в объединении	
Итого по разделу			134		
2	ОФП и СФП	Вводная. Охрана труда и техника безопасности	2	Собеседование	https://resh.edu.ru/subject/lesson/632/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/
		Разминки и развивающие упражнения	64	Выполнение практических заданий	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/

					https://resh.edu.ru/subject/lesson/3469/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4783/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4462/
		Кроссовая подготовка	34	Зачет	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4781/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3211/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3205/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3102/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/
		Командные игры	32	Выполнение практических заданий	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3203/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3531/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6193/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/

					https://resh.edu.ru/subject/lesson/423/6/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/415/3/
	Итого по разделу		132		
3	Учебно-тренировочные походы и дистанции	Вводная. Охрана труда и техника безопасности	2	Собеседование	
		Туристский практикум	24	Выполнение практических заданий	
		Дистанции спортивного туризма и ориентирования	40	Анализ итогов участия в дистанции	
	Итого по разделу		66		
4	Итоговый	Итоговая	8	Собеседование Контрольные старты	
		ИТОГО:	340		

Календарно-тематический план

Раздел	№ занятия	Тема	Кол-во часов	Форма занятия
1.	1	Вводная. Охрана труда и техника безопасности	2	Инструктаж по ОТ и ТБ
2.	2	Вводная. Охрана труда и техника безопасности	1	Беседа, игра
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
1	3	Основы туристской подготовки	2	Практикум
2	4	Вводная. Охрана труда и техника безопасности	1	Инструктаж по ОТ и ТБ на занятиях в лесу
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
3	5	Вводная. Охрана труда и техника безопасности в походах и на дистанциях	2	Инструктаж по ОТ и ТБ
1	6	Основы туристской подготовки	2	Практикум
2	7	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
1	8	Основы туристской подготовки	2	Практикум
2	9	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
3	10	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Теоретическое занятие Практикум
1	11	Основы туристской подготовки	2	Практикум

2	12	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
1	13	Основы туристской подготовки	2	Практикум
2	14	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
3	15	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	16	Основы туристской подготовки	2	Теоретическое занятие Практикум
2	17	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
1	18	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	19	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
3	20	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	21	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	22	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
1	23	Основы топографии и ориентирования	2	Практикум
2	24	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
3	25	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	26	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	27	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
1	28	Основы топографии и ориентирования	2	Практикум
2	29	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
3	30	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	31	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	32	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
1	33	Походы выходного дня	2	Практикум
2	34	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	35	Туристский практикум	2	Практикум
1	36	Основы топографии и ориентирования	2	Практикум
2	37	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
1	38	Походы выходного дня	2	Теоретическое занятие и Практикум
2	39	Кроссовая подготовка	1	Практикум

		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
3	40	Туристский практикум	2	Практикум
1	41	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	42	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
1	43	Походы выходного дня	2	Практикум
2	44	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	45	Туристский практикум	2	Практикум
1	46	Основы топографии и ориентирования	2	Практикум
2	47	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
1	48	Походы выходного дня	2	Практикум
2	49	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	50	Туристский практикум	2	Практикум
1	51	Основы топографии и ориентирования	2	Практикум
2	52	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	53	Походы выходного дня	2	Практикум
2	54	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	55	Туристский практикум	2	Практикум
1	56	Основы туристской подготовки	2	Практикум
2	57	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
1	58	Походы выходного дня	2	Практикум
2	59	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	60	Туристский практикум	2	Практикум
1	61	Основы туристской подготовки	2	Практикум
2	62	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
1	63	Походы выходного дня	2	Практикум
2	64	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	65	Туристский практикум	2	Практикум
1	66	Основы туристской подготовки	2	Практикум
2	67	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	68	Походы выходного дня	2	ПВД
2	69	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	70	Туристский практикум	2	Практикум
1	71	Основы туристской подготовки	2	Практикум
2	72	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	73	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования

2	74	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
3	75	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	76	Основы топографии и ориентирования	2	Практикум
2	77	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	78	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	79	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
3	80	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	81	Основы топографии и ориентирования	2	Практикум
2	82	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	83	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	84	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
3	85	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	86	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	87	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	88	Походы выходного дня	2	ПВД
2	89	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	90	Туристский практикум	2	Практикум
1	91	Окружающий мир	2	Практикум
2	92	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	93	Походы выходного дня	2	ПВД
2	94	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	95	Туристский практикум	2	Практикум
1	96	Окружающий мир	2	Практикум
2	97	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	98	Походы выходного дня	2	ПВД
2	99	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	100	Туристский практикум	2	Практикум
1	101	Основы туристской подготовки	2	Практикум
2	102	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	103	Основы туристской подготовки	2	Практикум
2	104	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум

3	105	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	106	Участие в соревнованиях и слетах	2	Семинар по судейской подготовке
2	107	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	108	Участие в соревнованиях и слетах	2	Семинар по судейской подготовке
2	109	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
3	110	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	111	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	112	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	113	Окружающий мир	2	Практикум
2	114	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
3	115	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	116	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	117	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	118	Окружающий мир	2	Практикум
2	119	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
3	120	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	121	Участие в соревнованиях и слетах	2	Практикум
2	122	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	123	Основы безопасности в природной среде	2	Теоретическое занятие Практикум
2	124	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
3	125	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	126	Основы топографии и ориентирования	2	Практикум
2	127	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	128	Основы топографии и ориентирования	2	Практикум
2	129	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	130	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	131	Основы топографии и ориентирования	2	Практикум

2	132	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	133	Основы топографии и ориентирования	2	Практикум
2	134	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
3	135	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	136	Основы безопасности в природной среде	2	Практикум
2	137	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	138	Основы безопасности в природной среде	2	Практикум
2	139	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	140	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	141	Основы безопасности в природной среде	2	Практикум
2	142	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	143	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	144	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	145	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	146	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	147	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
1	148	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	149	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
3	150	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	151	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	152	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
1	153	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	154	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
3	155	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
1	156	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	157	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
1	158	Походы выходного дня	2	ПВД
2	159	Командные игры	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум

3	160	Туристский практикум	2	Зачет
1	161	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	162	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Практикум
1	163	Участие в соревнованиях и слетах	2	Учебные соревнования
2	164	Кроссовая подготовка	1	Практикум
		Командные игры	1	Практикум
3	165	Дистанции спортивного туризма и ориентирования	2	Практикум
2	166	Разминки и развивающие упражнения	1	Практикум
		Кроссовая подготовка	1	Зачет
4	167	Подведение итогов года	2	Тестирование
4	168	Подведение итогов года	2	Учебные соревнования
4	169	Подведение итогов года	2	Защита результатов
4	170	Планирование летней практики	2	Беседы

Список литературы для педагога и учащихся:

1. Арне Ингстрем. В лесу и на опушке: Книга по спортивному ориентированию: Пер. со швед./Предисл. И послесл. А.Н. Кирчо. – М.: Физкультура и спорт, 1979.
2. Колесникова Л. В. Спортивное ориентирование. Рабочая тетрадь юного ориентировщика. – Москва, 2002.
3. Курилова В.И. Туризм. М.1982.
4. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Ижевск, 2000.
5. Энциклопедический словарь юного географа – краеведа. Сост. Г. В. Карпов.-М.: Педагогика, 1981.
6. Ильин А. А. Книга, которая спасет вам жизнь – М.: Эксмо, 2007.
7. Ильин А. А. Энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях. – М.: Изд-во Эксмо, 2003.
8. Чеурин Г. С. Самоспасение без снаряжения. – М.: ЗАО Издательство «Русский журнал», 2002
9. Штюмер Ю. А. Краткий справочник туриста. – 3-е изд., с изм. и доп. – М.: Профиздат, 1985.