|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНА:  на заседании  педагогического совета  КГБУ ДО «АКЦДОТиК «Алтай» |  | УТВЕРЖДЕНА:  приказом КГБУ ДО «АКЦДОТиК «Алтай»  от 07.06.2021 № 176 |
| Протокол от 31.05.2021 № 4 |  |  |
|  |  |  |



**Аннотация к ДООП «Юные инструкторы-проводники» ПДО Марамзина Н.Б.**

*1. Цели, задачи ДООП.*

Цель: сформировать у подростка стремление к воспитанию в себе лучших человеческих качеств, используя возможности спортивной командной деятельности в сложных условиях.

Задачи:

Образовательные:

• Знакомство с различными видами туризма (пешеходный, лыжный, спелео и т.д.).

• Отработка технических и тактических навыков туризма в зале и на выездах, участие в походах различной степени сложности; участие в соревнованиях разного уровня по туристскому многоборью и спортивному ориентированию.

• Расширение и углубление знаний по экологии, краеведению, биологии, физике, географии, ОБЖ, их актуализация

• Отработка навыков оказания первой медицинской помощи себе и своим товарищам; навыки восстановления после физических нагрузок, массаж и самомассаж, релаксация.

Развивающие:

• Включение детей в активную жизнь через освоение программы, возможность приобретения и накопления сенсорного, познавательного, интеллектуального, эмоционально-коммуникативного, социального опыта.

• Формирование черт личности, обеспечивающих успешную адаптацию в социуме: любознательность, инициативность, самостоятельность, реактивность.

• Повышение функциональных возможностей организма, компенсация недостаточной двигательной активности, укрепление физического здоровья школьников. Закаливание организма, тренировка силы и выносливости у детей. Организация активного отдыха после школы.

Воспитательные:

• Духовное и нравственное воспитание детей и подростков, выработка гражданской позиции, воспитание чувства долга перед Родиной, семьей и коллективом. Ознакомление детей с национальными и культурно-историческими традициями страны и города. Воспитание чувства гордости у детей, как жителей России и Санкт-Петербурга.

• Воспитание школьников в гармонии с природой, обогащение опыта ненасильственного сосуществования в природе и социуме у детей и подростков.

• Создание условий для самовыражения и самореализации, позволяющих ребенку испытать чувство собственной значимости и заслужить одобрение, признание окружающих.

• Удовлетворение потребности детей в общении, в совместной деятельности для реализации возрастных интересов.

• Психологическая подготовка и воспитание волевых качеств: навыков общения со сверстниками, руководителем, младшими товарищами (развитие толерантности и коммуникативности), в том числе в замкнутом коллективе, в походных условиях при больших физических нагрузках. Выявление лидерских способностей у членов группы с дальнейшим привлечением их в качестве капитанов команд или инструкторов.

*2. Возраст обучающихся по ДООП.*

11-18 лет

*3. Сроки реализации ДООП.*

Данная программа рассчитана на 5 лет обучения

*4. Учебно-тематический план ДООП.*

1 год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование тем и разделов | Количество часов | | |
| Всего | Теория | Практика |
|  | ВВЕДЕНИЕ Что такое туризм | 2 | 2 | - |
| **1.** | **Основы туристской подготовки** |  | | | |
| 1.1 | ТБ во время занятий туризмом | 4 |  | 4 |
| 1.2 | Правила движения по пересеченной местности | 12 | - | 12 |
| 1.3 | Виды туризма. Спортивный туризм. Спортивная квалификация | 4 | 4 | - |
| 1.4 | Питание в походе, нормы продуктов | 6 | 2 | 4 |
| 1.5 | Подготовка к походу (снаряжение, документация, планирование) | 14 | 6 | 8 |
| 1.6 | Горный туризм и скалолазание | 8 | 4 | 4 |
| 1.7 | Лыжный туризм и лыжная подготовка | 8 | - | 8 |
| 1.8 | Соревнования по пешему туризму | 8 | - | 8 |
| 1.9 | Водный туризм, соревнования по водному туризму. | 2 | 2 | - |
|  |  | **66** | **20** | **48** |
| **2.** | **Топография и ориентирование** | | | |
| 2.1 | Ориентирование в туризме и в жизни человека | 6 | 2 | 4 |
| 2.2 | Понятие о топографической и спортивной карте | 2 | 2 | - |
| 2.3 | Съемка плана местности | 4 | - | 4 |
| 2.4 | Компас. Работа с компасом | 6 | 2 | 4 |
| 2.5 | Измерение расстояний по карте и на местности. Масштаб | 2 | 2 | - |
| 2.6 | Соревнования по спортивному ориентированию | 12 | - | 12 |
|  |  | **32** | **8** | **20** |
| **3.** | **Краеведение** |  |  |  |
| 3.1 | Родной край, его природные особенности, история, известные земляки | 14 | 2 | 12 |
| 3.2 | Моя родословная | 4 | 4 | - |
| 3.3 | Фотодело | 6 | 2 | 4 |
| 3.4 | Изучение района путешествия | 4 | - | 4 |
| 3.5 | Подготовка исследовательских работ по краеведению | 2 | 2 | - |
|  |  | **30** | **10** | **20** |
| **4.** | **ОБЖ, основы гигиены и первая доврачебная помощь** |  |  |  |
| 4.1 | Соревнования «Юный спасатель», «Юный турист – спасатель» | 6 | 6 | - |
| 4.2 | Оказание помощи пострадавшему. | 4 | - | 4 |
| 4.3 | Приемы транспортировки пострадавшего | 6 | 2 | 4 |
| 4.4 | Походная медицинская аптечка | 6 | 2 | 4 |
| 4.5 | Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний | 4 | - | 4 |
| 4.6 | Действия в случае потери ориентировки | 6 | 2 | 4 |
| 4.7 | Поиск пострадавшего в лавине при помощи зондирования | 4 | - | 4 |
| 4.8 | Соревнования «Юный спасатель», «Турист-спасатель» | 6 | 2 | 4 |
| 4.9 | Поиск пострадавшего в задымленном помещении | 2 | 2 | - |
| 4.10 | Инструктаж по ТБ | 10 | 2 | 8 |
|  |  | **54** | **18** | **36** |
| **5.** | **Общая и специальная физическая подготовка** |  |  |  |
| 5.1 | «Физическая подготовка туриста-спортсмена»  Упражнения на выносливость, развитие силы, координацию | 14 | 10 | 4 |
|  |  | **14** | **10** | **4** |
|  | **Промежуточная аттестация** | **4** | **-** | **4** |
|  | ИТОГО за период обучения: | 204 | 54 | 152 |

2 год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №№ п/п | Наименование тем и разделов | Количество часов | | |
|  |  | Всего | Теория | Практика |
| **1.** | **Основы туристской подготовки** |  | | | |
| 1.1 | Туристские путешествия, история развития туризма. | 5 | 1 | 4 |
| 1.2 | Личное и групповое туристское снаряжение | 5 | 1 | 4 |
| 1.3 | Организация туристского быта. Привалы и ночлеги | 5 | 1 | 4 |
| 1.4 | Подготовка к походу, путешествию. Маршрутные документы. Обязанности в походе. | 5 | 1 | 4 |
| 1.5 | Питание в туристском походе. Нормы продуктов. Пищевой рацион. Составление раскладки на 1-2-х дневный выезд. | 5 | 1 | 4 |
| 1.6 | Правила движения в походе, преодоление препятствий. | 5 | 1 | 4 |
| 1.7 | Подведение итогов туристского похода | 5 | 1 | 4 |
|  |  | 35 | 7 | 28 |
| **2.** | **Топография и ориентирование** | | | |
| 2.1 | Общее и различия топографических и спортивных карт | 5 | 1 | 4 |
| 2.2 | Ориентирование по горизонту, компасу, местным предметам, по звездам (Полярная звезда) | 5 | 1 | 4 |
| 2.3 | Нанесение нитки маршрут на топографическую или спортивную карту. | 5 | 1 | 4 |
|  |  | 15 | 3 | 12 |
| **3.** | **Краеведение** |  |  |  |
| 3.1 | Туристско-экскурсионные возможности Первомайского района. Экскурсионные объекты Алтая, Экскурсионные объекты Барнаула | 28 | 2 | 26 |
| 3.2 | Сообщения, исследования по результатам походов – экскурсий. | 6 | - | 6 |
|  | «Топонимика», «Топонимика Первомайского района. Топонимика Алтайского края. Топонимика Алтая и России по географическим и топографическим картам», «Туристские районы Алтая». | 20 | 2 | 18 |
| 3.3. | Их именами названы улицы. Топонимика, как средство изучения истории и географии края. | 10 | 2 | 8 |
| 3.4 | «Изучение районов будущих путешествий», «Нанесение нитки маршрута на топографическую карту», «Общественно-полезная работа в походе» | 10 | 2 | 8 |
|  |  | 74 | 8 | 60 |
| **4.** | **ОБЖ, основы гигиены и первая доврачебная помощь** |  |  |  |
| 1.7 | Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий. | 6 | 2 | 4 |
| 4.1 | Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний | 8 | 4 | 4 |
| 4.2 | Походная медицинская аптечка | 3 | 1 | 2 |
| 4.3 | Основные приемы оказания первой доврачебной помощи | 15 | 7 | 8 |
| 4.4 | Приемы транспортировки пострадавшего. | 13 | 5 | 8 |
| 4.5 | Действия в случае потери ориентировки | 5 | 1 | 4 |
|  | Соревнования «Юные туристы-спасатели», «Юные спасатели» |  | 4 | 8 |
|  |  | 62 | 24 | 38 |
| **5.** | **Общая и специальная физическая подготовка** |  |  |  |
| 5.1 | «Физическая подготовка туриста», «Требования в физической подготовке туристов-спортсменов различных видов туризма», | 2 | 2 | - |
| 5.2 | «Оценка некоторых параметров физического здоровья», «Сдача предварительных нормативов», | 2 | 1 | 1 |
| 5.3 | «Упражнения на выносливость, развитие силы, координацию».  **Зачет:** Сдача нормативов. Улучшение контрольных нормативов. | 10 | - | 10 |
|  |  | 14 | 3 | 11 |
|  | ИТОГО за период обучения: | 204 | 45 | 159 |

3 год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование тем и разделов | Количество часов | | |
| Всего | Теория | Практика |
|  | | | | |
|  | Вводное - «Итоги лета»; «Составление отчета о походе» | 4 | 1 | 3 |
| 1. Основы туристской подготовки, спортивный туризм | | | | |
| 1.1 | Личное и групповое туристское снаряжение | 6 | 2 | 4 |
| 1.2 | Организация туристского быта. Привалы и ночлеги | 6 | 1 | 5 |
| 1.3 | Подготовка к походу, путешествию | 6 | 2 | 4 |
| 1.4 | Питание в туристском походе | 6 | 2 | 4 |
| 1.5 | Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе | 14 | 2 | 12 |
| 1.6 | Подведение итогов туристского путешествия | 6 | 2 | 4 |
| 1.7 | Особенности других видов туризма | 4 | 1 | 3 |
| 1.8 | Соревнования по спортивному туризму | 11 | 1 | 10 |
|  | | 59 | 13 | 46 |
| 2. Топография и ориентирование | | | | |
| 2.1 | Топографическая и спортивная карта | 9 | 2 | 7 |
| 2.2 | Ориентирование в сложных условиях | 5 | 2 | 3 |
| 2.3 | Соревнования по ориентированию | 8 | 2 | 6 |
|  | | 22 | 6 | 16 |
| 3. Краеведение (спортивные походы и экскурсии) | | | | |
| 3.1 | Туристские возможности родного края, | 18 | 2 | 16 |
| 3.2 | обзор экскурсионных объектов, музеи | 10 | 2 | 8 |
| 3.3 | Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры | 10 | 2 | 8 |
| 3.4 | Организация и проведение школьных мероприятий | 31 | 11 | 20 |
|  | | 69 | 17 | 52 |
| 4. ОБЖ и «Юный спасатель» | | | | |
| 4.1 | Инструктажи по технике безопасности | 3 | 1 | 2 |
| 4.2 | Техника безопасности при проведении туристских мероприятий | 13 | 5 | 8 |
| 4.3 | Основные приемы оказания первой доврачебной помощи, транспортировка пострадавшего | 12 | 4 | 8 |
| 4.4 | Подготовка к соревнованиям «Юный спасатель» | 24 | 6 | 18 |
| 4.5 | Действия в условиях ЧС природного характера | 10 | 2 | 8 |
| 4.6 | Действия в условиях ЧС техногенного характера | 10 | 2 | 8 |
| 4.7 | Соревнования «Юные туристы-спасатели», «Юные спасатели» | 12 | 4 | 8 |
|  | | 72 | 24 | 60 |
| 5. Общая и специальная физическая подготовка | | | | |
| 5.1 | Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм | 3 | 1 | 2 |
| 5.2 | Общая физическая подготовка | 31 | 1 | 30 |
| 5.3 | Специальная физическая подготовка | 34 | 2 | 32 |
|  |  | 68 |  |  |

4 год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование тем и разделов | Количество часов | | |
| Всего | Теория | Практика |
| 1. Спортивный и рекреационный туризм | | | | |
| 1.1 | Составление технического отчета о спортивном походе | 6 | 2 | 4 |
|  | Должности в походе: хронометриста, летописца, завхоза, казначея, врача, реммастера (по видам туризма), фотографа. |  |  |  |
| 1.2 | Организация туристского быта. Привалы и ночлеги, бивачные работы. | 10 | 2 | 8 |
| 1.3 | Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе | 6 | 2 | 4 |
| 1.4 | Работа «направляющего» (замыкающего) во время движения группы. | 6 | 2 | 4 |
| 1.5 | Участие в Чемпионате (Первенстве) Алтайского края (России) по спортивным походам. (Конкурс отчетов) | 14 | 2 | 12 |
|  | Участие в соревнованиях по пешему, горному, водному, лыженому, спелео туризму. |  |  |  |
| 1.6 | Организация досуга во время походов, экскурсий, соревнований. | 6 | 2 | 4 |
| 1.7 | Особенности видов туризма: пешего, лыжного, водного, горного, спелео и альпинизма. Общее и различия. | 11 | 3 | 8 |
|  | | 55 | 15 | 40 |
| 2. Топография и ориентирование | | | | |
| 2.1 | Разработка маршрута. Прокладывание нитки маршрута на топографической карте. Определение на карте сложных участков. Проложение запасного маршрута. Составление схемы маршрута УТП. | 9 | 2 | 4 |
| 2.2 | Установка дистанции по спортивному (парковому) ориентированию на школьных (городских) соревнованиях. | 5 | 2 | 4 |
| 2.3 | Соревнования по ориентированию | 18 | 2 | 4 |
|  | | 22 | 6 | 16 |
| 3. Краеведение (спортивные походы и экскурсии) | | | | |
| 3.1 | Составление описательного отчета о походе. | 18 | 2 | 16 |
| 3.2 | Уникальные природные объекты Алтайского края. Организация и проведение краеведческих экскурсий во время спортивных туристских мероприятий. | 10 | 2 | 8 |
| 3.3 | Краеведческие исследования во время туристских спортивных мероприятий Сбор материала для исследовательской работы. | 69 | 21 | 48 |
|  | | 97 | 25 | 72 |
| 4. Обеспечение безопасности (Юный спасатель) | | | | |
| 4.1 | Техника безопасности во время занятий в школе и на улице. Предупреждение травматизма в учебной группе. Обеспечение безопасности во вр. Шк. Мероприятий. ТБ во время зимних походов. Противопожарная без-ть, предупреждение клещевого энцефалита. Техника безопасности во время тренировочных занятий на воде | 3 | 1 | 2 |
| 4.2 | Основы организации безопасного проведения спасательных работм | 13 | 5 | 8 |
| 4.3 | Основные приемы оказания первой доврачебной помощи, транспортировка пострадавшего | 12 | 4 | 8 |
| 4.4 | Подготовка к соревнованиям «Юный спасатель»: Чрезвычайные ситуации природного и техно­генного Оказание помощи попавшему в полынью; Подьем пострадавшего из трещины. Оказание помощи человеку, оказавшемуся в полынье. Оказание психологической помощи пострадавшим. Работа команды в условиях ЧС техногенного характера. Работа команды в ИСЗ. Обустройство аварийной ночевки в зимнее время. | 44 | 6 | 38 |
|  | | 72 | 16 | 56 |
| 5. Общая и специальная физическая подготовка | | | | |
| 5.1 | Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм. Оценка некоторых параметров физического здоровья, сдача предварительных нормативов | 3 | 1 | 2 |
| 5.2 | Общая физическая подготовка. Упражнения на выносливость, развитие силы, координацию. Командные игры. | 31 | 1 | 30 |
| 5.3 | Специальная физическая подготовка на скалолазнома стенде, в бассейне (гребля на рафте, каяке). | 34 | 2 | 32 |
|  | Сдача нормативов. |  |  |  |

5 год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №№ п/п | НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ И РАЗДЕЛОВ | Количество часов | | |
| Всего | Теория | Практ |
| **1.** | **Спортивный и рекреационный туризм** | **91** | **33** | **51** |
| 1.1 | Итоги лета. Выполнение спортивных разрядов | 2 | 2 | - |
| 1.2 | «Работа инструктора на маршруте» | 4 | - | 4 |
| 1.3 | «Младшие инструктора и помощники руководителя» | 2 | 2 | - |
| 1.4 | Техника и тактика пешего туризма | 3 |  |  |
| 1.5 | Соревнования по спортивному туризму, спортивному многоборью, водному туризму и рафтину, горному туризму. | 13 | 3 | 6 |
| 1.6 | Организация и судейство школьных соревнований. Положение о школьных соревнованиях, работа секретариата. Разработка и установка дистанции школьных соревнований. Отчет о школьных соревнованиях. | 18 | 6 | 10 |
| 1.7 | Работа ГСК и судейской бригады на соревнованиях. Судейские семинары | 3 | 1 | 2 |
| 1.8 | Техника и тактика горного и спелео- туризма. | 3 | 1 | 4 |
| 1.9 | Техника и тактика лыжного туризма. Определяющие препятствия лыжного туризма. Преодоление естественных препятствий на лыжах. | 6 | 1 | 5 |
| 1.10 | Разработка степенных лыжных походов. | 2 | 1 | 1 |
| 1.11 | Особенности горного туризма. Специальное горное снаряжение. | 3 | 2 | 1 |
| 1.12 | Естественные препятствия в пешем, лыжном, горном туризме. Их общее и различия. | 3 | 3 |  |
| 1.13 | Особенности водного туризма. Специальное спортивное снаряжение для водных сплавов. | 6 | 5 | 1 |
| 1.14 | «Разработка летнего пешего маршрута. План маршрута. Оформление маршрутных документов. Расчет стоимости поездки (похода) | 7 | 3 | 4 |
| 1.15 | Подготовка группового и специального туристского снаряжения к летнему сезону. | 9 | 3 | 6 |
| 1.16 | **Итоговое** Организация и проведение соревнований между кружковцами. | 4 | - | 4 |
| 1.17 | **Итоговое** УТП по окрестностям Новоалтайска | 3 | - | 3 |
|  |  |  |  |  |
| **2.** | **Топография и ориентирование** | **27** | **7** | **20** |
| 2.1 | Соревнования по спортивному ориентированию бегом и на лыжах | 10 | 2 | 8 |
| 2.2 | Виды дистанций соревнований по спортивному ориентированию | 4 | 1 | 3 |
| 2.3 | Ориентирование в условиях плохой видимости, ориентирование по звездам. | 3 | 1 | 2 |
| 2.4 | Движение по проложенному на карте маршруту. | 3 | 1 | 2 |
| 2.5 | Глазомерная съемка местности. Схема. Абрис. | 3 | 1 | 2 |
| 2.6 | Прокладывание нитки маршрута на карте. «Определение на карте сложных участков» «Проложение запасного маршрута» | 4 | 1 | 3 |
|  |  |  |  |  |
| **3.** | **Краеведение** | **39** | **32** | **7** |
| 3.1 | Природные объекты Алтайского края. Достопримечательности района летних путешествий. Достопримечательности Белоярска | 12 | 9 | 3 |
| 3.2 | Историко-культурное и природное наследие Алтая. Замечательные люди, объекты. Оформление фотовыставки (фотоотчета). | 6 | 4 | 2 |
| 3.3 | Организация досуга в походе | 2 | 2 | - |
| 3.4 | Организация краеведческих экскурсий во время соревнований. Методика проведения экскурсии | 6 | 4 | 2 |
| 3.5 | Подготовка сообщений о летних походах. | 4 | 4 | - |
| 3.6 | Участие туристско-краеведческих конференциях | 7 | 7 | - |
| 3.7 | Итоговое занятие: Краеведческие викторины | 2 | 2 | - |
|  |  |  |  |  |
| **4.** | **ОБЖ, основы гигиены и первая доврачебная помощь** | **50** | **14** | **36** |
| 4.1 | Техника безопасности во время тренировочных занятий, походов и соревнований в летнее, зимнее время и в межсезонье. Противопожарная без-ть, предупреждение клещевого энцефалита». | 7 | 4 | 3 |
| 4.2 | Туристский быт в экстремальных условиях | 4 | 1 | 3 |
| 4.3 | Соревнования «Юный спасатель», «Юный турист – спасатель» | 7 | 1 | 6 |
| 4.4 | Психологический климат в группе | 3 | 1 | 2 |
| 4.5 | Обеспечение безопасности во время туристских сборов по пешему, горному, лыжному, водному и спелео-туризму. | 3 | 1 | 2 |
| 4.6 | Основы безопасности во время спасработ. | 4 | 1 | 3 |
| 4.7 | Этапы соревнований «Юный спасатель класса А». Оказание помощи пострадавшему. Походная медицинская аптечка | 3 | 1 | 2 |
| 4.8 | Этап соревнований «Юный спасатель класса А» - «Подъем из трещины» | 4 | 1 | 3 |
| 4.9 | Этап соревнований «Юный спасатель класса А» «Обустройство аварийной ночевки в зимнее время» | 7 | 1 | 6 |
| 4.10 | Этап соревнований Юный спасатель: Помощь попавшему в полынью, вязание носилок, троллея. | 4 | 1 | 3 |
| 4.11 | Этап соревнований Юный спасатель: подъем (спуск) пострадавшего с сопровождающим. | 4 | 1 | 3 |
|  |  |  |  |  |
| **5.** | **Общая и специальная физическая подготовка** | **94** | **9** | **55** |
| 5.1 | Определение физических параметров. Оценка ОФ состояния | 2 | 1 | 1 |
| 5.2 | «Физическая подготовка туриста-спортсмена»  Упражнения на выносливость, развитие силы, координацию, растяжка. Дыхательные упражнения. Командные игры. | 39 | 2 | 37 |
| 5.3 | Приемы скалолазания на скалолазном стенде. Виды скалолазных соревнований | 20 | 2 | 18 |
| 5.4 | Лыжная подготовка. Спуски, подъемы, лесенкой. Тропление.. Скоростные спуски и торможения. Развороты на лыжах: носки вместе, носки врозь, на крутом склоне, повороты на склоне, экстренное торможение. Скоростное движение по лыжне с утяжелением (рюкзаком) | 18 | 2 | 16 |
| 5.5 | Тренировка в бассейне. Рафтинг на ровной воде. Гребля на рафте, на бортике. Разминка, гребля на рафтах, плавание. | 12 | 2 | 10 |
| 5.6 | **Итоговое занятие: Сдача нормативов** | **3** | **-** | **3** |
|  |  |  |  |  |
|  | **Промежуточная аттестация** | **8** | **-** | **8** |
|  | **ИТОГО за период обучения:** | **306** | **54** | **152** |

*5. Ожидаемые результаты.*

Учащиеся 1-го года обучения должны:

* уметь самостоятельно ставить палатку или шатер,
* уметь разжигать костер, пилить дрова,
* уметь готовить пищу в походных условиях,
* уметь собирать рюкзак и помнить состав личного и общественного снаряжения,
* знать технику безопасности при работе с костровым снаряжением, веревками,
* знать правила поведения в лесу и населенных пунктах,
* уметь вязать основные узлы,
* уметь преодолевать простейшие препятствия,
* уметь пользоваться туристскими картами и компасом,
* знать основные топографические знаки,
* уметь определять масштаб карты.

Учащиеся 2-го года обучения должны:

* уметь самостоятельно ставить бивуак,
* уметь пилить и колоть дрова,
* уметь подбирать снаряжения для похода,
* уметь готовить пищу на костре,
* уметь составлять раскладку питания на выезды,
* знать основные нормы продуктов питания для выездов и походов,
* уметь подбирать снаряжение для выездов и походов,
* уметь ремонтировать снаряжение,
* уметь ориентироваться по спортивной карте, определять азимут и расстояние до объекта;
* уметь оказывать ПДП (первую доврачебную помощь),
* уметь преодолевать простейшие препятствия в пешем и лыжном туризме,
* иметь элементарные знания о системах фотоаппаратов и правилах фотосъемки;
* уметь работать секретарем этапов на пешеходных, лыжных, водных туристских соревнованиях.

Учащиеся 3-го года обучения должны:

* уметь подготовить группу в категорийный поход (организация, подбор снаряжения, составление раскладки, обязанности участников похода),
* уметь оказывать ПДП в условиях категорийных походов,
* уметь проходить естественные препятствия в походах,
* уметь отвечать на вопросы по истории Ленинградской области.

Учащиеся 4-го года обучения должны:

* уметь выполнять в походах и на выездах любую работу, распределенную по участникам,
* уметь проходить на местности, проложенный по карте маршрут;
* уметь правильно выбирать место для привала-ночлега;
* уметь во время движения группы на маршруте (экскурсии) выполнять роль «направляющего» (замыкающего);
* уметь составлять отчет о степенном маршруте (экскурсии);
* уметь самостоятельно ремонтировать снаряжение,
* уметь оказывать ПДП в любых условиях,
* уметь преодолевать сложные технические препятствия,
* решать задачи, связанные с экстремальными ситуациями.

Учащиеся 5-го года обучения должны:

* уметь организовывать и выполнять в походах и на выездах работу, распределяемую по участникам, а также оказывать посильную помощь в работе с младшими группами.
* уметь организовывать ремонт снаряжения своими силами и силами младших.
* уметь помогать педагогу в учебно-тренировочном процессе с группами 1-2 годов обучения.
* уметь оказывать доврачебную помощь в любых погодных условиях, проводить поисково-спасательные работы.
* уметь составлять походную документацию (отчеты о походах).
* решать задачи, связанные с экстремальными ситуациями.