

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тверской области

Вышневолоцкий муниципальный округ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №7»

Принята на заседании ШМО
учителей- естественно-
научного цикла

Протокол от №1 от 28.08.2026

Утверждаю

директор МБОУ «СОШ №7»

Кузьмин Е.В

Приказ № 78-ОД

**Дополнительная общеразвивающая программа
туристско-краеведческая направленность
«Юный турист»**

Уровень программы: стартовый

Срок реализации: 1 год

Адресат: 12-17 лет

Программа составлена преподавателем ДО

Иванов Антон Васильевич

2026- 2027 учебный год

Пояснительная записка

Данная программа разработана с учетом нормативно-методических основ, изложенных в следующих документах:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»
4. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

Программа ориентирована на формирование у подростков базовых знаний и умений в области туризма, спортивного ориентирования, краеведения и основ безопасности жизнедеятельности. Особое внимание уделяется региональному компоненту Тверской области: изучению природных объектов, памятников истории и культуры, традиций края.

Программа способствует развитию физических качеств, формированию навыков коллективной работы, самостоятельности, ответственности, а также патриотическому воспитанию через знакомство с родным краем.

Цель программы

Формирование у обучающихся компетенций в области туризма, краеведения и безопасности жизнедеятельности, развитие интереса к природе и истории родного края.

Задачи

Образовательные:

- познакомить с основами спортивного туризма, ориентирования, снаряжения;
- научить работать с картой, компасом, определять стороны горизонта;
- сформировать навыки оказания первой помощи, поведения в экстремальных ситуациях;
- изучить природные и культурные достопримечательности Тверской области.

Воспитательные:

- воспитывать чувство патриотизма, уважения к природе и истории родного края;
- формировать культуру общения, умение работать в команде;
- развивать ответственность, дисциплинированность, целеустремлённость.

Развивающие:

- способствовать физическому развитию, укреплению здоровья;
- развивать наблюдательность, исследовательские способности, логическое мышление.

Планируемые результаты

Личностные:

- сформированность ответственного отношения к учению и саморазвитию;
- уважение к традициям и культуре своего региона;
- готовность к сотрудничеству, взаимопомощи.

Метапредметные:

- владение навыками ориентирования на местности;
- умение работать с картографическими материалами;
- способность применять знания по ОБЖ в реальных условиях.

Предметные:

- знание основных видов туристского снаряжения и правил его использования;
- умение организовать привал, развести костёр, оказать первую помощь;
- знание ключевых природных и исторических объектов Тверской области.

Учебно-тематический план (34 часа)

№	Тема занятия	Кол-во часов
1	Введение в туризм. Основы безопасности	2
2	Спортивное ориентирование. Работа с картой и компасом	6
3	Туристское снаряжение. Организация быта в походе	4
4	Техника пешеходного туризма. Преодоление препятствий	4
5	Краеведение Тверской области	8
6	Первая медицинская помощь. Безопасность в походе	4
7	Массовые мероприятия: соревнования, экскурсии	4
8	Итоговое занятие. Подготовка к походу	2
Итого		34

Содержание программы

1. Введение в туризм. Основы безопасности (2 ч.)

- Понятие о туризме, видах туризма.
- Правила поведения в природной среде.
- Техника безопасности при занятиях туризмом.

2. Спортивное ориентирование (6 ч.)

- Основы топографии, работа с картой и компасом.
- Определение азимута, измерение расстояний.
- Практические задания на местности.

3. Туристское снаряжение. Организация быта (4 ч.)

- Виды рюкзаков, палаток, спальных мешков.
- Приготовление пищи на костре, организация привала.

- Вязка узлов, установка палатки.

4. Техника пешеходного туризма (4 ч.)

- Способы передвижения по пересечённой местности.
- Преодоление естественных препятствий (болото, овраг).
- Элементы тактики движения группы.

5. Краеведение Тверской области (8 ч.)

- География и природа Тверской области.
- Исторические памятники и города (Тверь, Торжок, Старица).
- Заповедники, заказники, национальные парки.
- Традиции и обычаи тверских земель.

6. Первая медицинская помощь. Безопасность (4 ч.)

- Оказание первой доврачебной помощи.
- Составление аптечки.
- Действия в чрезвычайных ситуациях.

7. Массовые мероприятия (4 ч.)

- Участие в экскурсиях по памятным местам Тверской области.
- Проведение соревнований по ориентированию.
- Викторины и конкурсы на краеведческую тематику.

8. Итоговое занятие (2 ч.)

- Повторение пройденного материала.
- Подготовка к однодневному походу.
- Награждение лучших участников.

Формы контроля

- Текущий контроль: опросы, практические задания, тесты.
- Промежуточный контроль: мини-викторины, выполнение индивидуальных заданий.
- Итоговый контроль: участие в походе, защита проекта или эссе по краеведению.

Региональный компонент Тверской области

В программу включены экскурсии и практические занятия по следующим объектам:

- Город Тверь: исторический центр, набережная Волги.
- Осташков и озеро Селигер: природа, история рыболовства.
- Торжок: Борисоглебский монастырь, золотое шитьё.
- Старицкий уезд: усадьбы, природные заповедники.
- Национальный парк «Завидово»: флора и фауна, экологические тропы.

Материально-техническое обеспечение

- Карты Тверской области, компасы, линейки.
- Туристское снаряжение (рюкзак, палатка, спальник).
- Мультимедийное оборудование для презентаций.
- Методические материалы по краеведению.

Ожидаемые эффекты

По итогам обучения подростки будут знать основы туризма, уметь ориентироваться на местности, оказывать первую помощь, ценить природу и историю родного края, проявлять активность в общественной жизни.