

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ПИОНЕРОВ И ШКОЛЬНИКОВ»
Р.П. РОМАНОВКА РОМАНОВСКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 4
от «29» 06 2026г.



«Утверждаю»

Директор МУ ДО «ДПиШ»

р.п. Романовка

Е.Н. Булдыгина

Приказ № 50 от «29» 06 2026г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«У похода есть начало!»**

Направленность: туристско-краеведческая
Возраст детей: 9 -11 лет
Срок реализации: 1 год

Применяется методология наставничества

Автор-разработчик:
Суздаленко Наталия Латифовна,
педагог дополнительного образования

р.п. Романовка, 2026 г.

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «У похода есть начало!» имеет туристско-краеведческую направленность и предполагает овладение обучающимися младшего и среднего школьного возраста навыков начальной туристской подготовки.

Уровень программы: стартовый.

Актуальность программы

Туристско-познавательная деятельность учащихся является весьма актуальной для их всестороннего развития. Туризм всегда был востребован у детей и подростков, так как дает возможность удовлетворить их стремление к романтике и приключениям, познанию неизведанного. Походы расширяют кругозор, обогащают духовную жизнь, являясь прекрасным средством познания красоты мира, благодаря чему воспитывают у детей любовь и бережное отношение к родной земле, к своей малой родине.

Занятия туризмом формируют умение взаимодействовать в команде, совместно преодолевать трудности, учат дружбе и сотрудничеству. Объединенные общими интересами, дети становятся не только крепкой спортивной командой, но и дружным коллективом, способным ставить и решать любые посильные задачи.

Программа является модифицированной, поскольку разработана на основе дополнительной общеобразовательной программы туристско-краеведческой направленности, автор-составитель: Афоньшин Олег Олегович, педагог дополнительного образования МУДО ВМР «ЦДО «РАДУГА».

Отличительная особенность

Эта программа рассчитана для первичного ознакомления школьников с туристско-краеведческой деятельностью и получения начальных туристских умений и навыков. Она создает возможность активного практического погружения детей в туристско-краеведческую деятельность.

В программе предусмотрена **методология наставничества в форме «педагог-ученик»**, которая предполагает выявление способностей у детей в области ориентирования, туризма и краеведения, культурной и социальной сферы, помощь в реализации потенциала, улучшении образовательных, творческих результатов, с последующим участием детей в конкурсах и слетах различного уровня, развитие гибких навыков и метакомпетенций.

На первых занятиях по реализации программы предполагается формирование групп «педагог-наставник - наставляемые», затем планирование основного процесса работы в течение учебного года, разработка индивидуальных маршрутов и на последних занятиях курса программы – определение лучшего наставляемого по результатам достижений в течение учебного года.

Новизна программы заключается в том, что она дает возможность:

- включать детей в активное познание своего родного края, воспитывать любовь к тому месту, где они родились и живут;
- укреплять их здоровье;
- создавать на занятиях в объединении положительный эмоциональный фон: раскованность, интерес, желание научиться выполнять предлагаемые задания;
- включать родителей в туристско-краеведческую деятельность (совместные походы, экскурсии, соревнования, праздники).

Педагогическая целесообразность

Программа носит выраженный деятельностный характер, создает возможность активного практического погружения детей в туристскую деятельность. Туризм по природе своей невозможен без элементов познания края. Не возможно, путешествуя, ничего не узнавать, правомерно вводить в практику работы с детьми понятия «краеведение туристического похода», развитие которого может помочь решить проблему актуальности краеведческих исследований с обучающимися на природных и антропогенных объектах.

Одной из главных задач педагога при реализации данной программы является формирование и совершенствование значимых свойств личности обучающегося путем изменения отношений к туристско - краеведческой деятельности, к самому себе и окружающим, создание условий для межличностных отношений детей в рамках сплоченного коллектива.

Адресат программы: дети от 9 до 11 лет. Для обучения принимаются все желающие.

Возрастные особенности учащихся

Возрастные особенности детей 9-11 лет. Период познания мира человеческих отношений, творчества. В этом возрасте ребенок чаще всего практически готов к расширению своего микромира, если им освоено умение взаимодействовать со сверстниками и взрослыми. Ребенок, как правило, в состоянии воспринять новые правила, смену деятельности. Постепенно социализируется, то есть адаптируется к социальной среде. Он становится способен переходить от своей узкой эгоцентричной позиции к объективной, учитывать точки зрения других людей и может начать с ними сотрудничать

Количество учащихся в группе: 12 человек.

Объём и срок освоения программы:

Срок освоения программы – 1 год.

Программа рассчитана на 144 часа.

Режим занятий: 2 занятия в неделю по 2 учебных часа по 45 минут с перерывом 10 минут.

Формы обучения: очная, допускает сочетание с заочной формой в виде элементов дистанционного обучения в период приостановки образовательной деятельности учреждения (по санитарно-эпидемиологическим, климатическим и другим основаниям) посредством размещения методических материалов на сайте МУ ДО «Дом пионеров и школьников» р.п. Романовка Романовского района Саратовской области.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование у обучающихся мотивации к туристско – краеведческой деятельности и освоение начальных туристских и краеведческих знаний, умений и навыков.

Задачи

Обучающие:

- познакомить с основами топографии и ориентирования;
- познакомить с техникой преодоления естественных препятствий во время похода;
- сформировать знания об истории и географии р.п. Романовка и Романовского района Саратовской области.

Развивающие:

- способствовать формированию познавательного интереса обучающихся;
- обеспечить социальную адаптацию обучающихся;
- содействовать укреплению психического и физического здоровья обучающихся.

Воспитательные:

- воспитывать бережное отношение к окружающему миру, патриотическое сознание обучающегося: любовь и бережное отношение к истории и культуре края.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты

По завершении обучения обучающиеся должны

знать:

- особенности природы родного края, географическое положение;
- историю своего поселка, области их основные достопримечательности;
- правила поведения на природе;
- правила оказания первой помощи;

уметь:

- проводить наблюдения и исследования на природе, простые опыты и практические работы;
- ориентироваться на местности по местным признакам, с помощью карты и компаса;
- передвигаться в составе группы;
- соблюдать правила поведения на природе и меры предосторожности.

Метапредметные результаты

Сформированы:

- учебно-познавательный интерес к истории, краеведению;
- умения работать с дополнительной литературой;

- навыки здорового образа жизни;
- умения творчески подходить к выполнению заданий по овладению туристических навыков.

Личностные результаты

- сформировано ценностное отношение к своему родному краю, отечеству, его истории и культуре, окружающему миру в целом.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практ ика	Всего	
РАЗДЕЛ I. Введение в туризм (4 часа)					
1.1	Вводный, первичный инструктажи по технике безопасности. Занимательный проверочный материал.	2	-	2	Опрос, занимательный проверочный материал
1.2	Оздоровительная роль туризма. Правила поведения юных туристов.	2		2	Собеседование, он-лайн викторина https://wordwall. net/ru/resource/66 410523/обж/безо пасный-туризм
РАЗДЕЛ II. Туристско-бытовые навыки юного туриста (24 часа)					
2.1	Основы безопасности в природной среде.	2		2	Собеседование, опрос
2.2	Личное снаряжение и уход за ним.	2	2	4	Собеседование, игра
2.3	Питьевой режим в походе.	2		2	Собеседование, опрос
2.4	Групповое снаряжение и уход за ним.	2	2	4	Собеседование, практикум
2.5	Индивидуальный и групповой ремонтный набор.	2	4	6	Собеседование, игра-соревнование

2.6	Организация биваков и охрана природы.	2	4	6	Собеседование, практикум
РАЗДЕЛ III. Азбука топографии (20 часов)					
3.1	План местности.	2	8	10	Собеседование, опрос, практикум, зарисовка плана
3.2	Условные знаки.	2	8	10	Собеседование, составление легенды, практикум, кросс ворд
РАЗДЕЛ IV. Туристское и экскурсионное ориентирование (22 часа)					
4.1	Ориентирование по сторонам горизонта.	2	4	6	Собеседование, практикум
4.2	Ориентирование на местности.	2	4	6	Собеседование, практикум по легенде карты
4.3	Виды туристского ориентирования.	2	2	4	Собеседование, прохождение маршрута.
4.4	Экскурсионное ориентирование.	2	4	6	Собеседование, прохождение учебной дистанции
РАЗДЕЛ V. Личная гигиена и первая доврачебная помощь (20 часов)					
5.1	Личная гигиена туриста.	2		2	Собеседование, обсуждение
5.2	Походный травматизм и возможные заболевания.	4	-	4	Собеседование, опрос
5.3	Обработка ран, ссадин и наложение повязок.	2	4	6	Игра, обсуждение, собеседование, опрос.
5.4	Индивидуальная и групповая медицинская аптечка.	2	2	4	Собеседование, практикум

5.5	Способы транспортировки пострадавшего.	2	2	4	Собеседование, практикум
РАЗДЕЛ VI. Основы краеведения (8 часов)					
6.1	Романовский район, его природные особенности, история, известные земляки.	2	2	4	Собеседование
6.2	Туристские возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов, музеев.	2	2	4	Собеседование, экскурсия
РАЗДЕЛ VII. Азбука спортивно-оздоровительного туризма (10 часов)					
7.1	Пешеходный туризм.	4	2	6	Собеседование, практикум
7.2	Полоса препятствий пешеходного туризма.	2	2	4	Собеседование, практикум
РАЗДЕЛ VIII. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка (36 часов)					
8.1	Общая физическая подготовка и оздоровление организма.	2	6	8	Собеседование, выполнение физических упражнений, игра,
8.2	Психолого-педагогическая и врачебно-медицинская диагностика функционального и физического развития. Тестирование обучающихся.	2	2	4	Собеседование, тестирование, педагогическое наблюдение
8.3	Учебно-тренировочные походы. Эстафета туристов.	-	24	24	Прохождение учебной дистанции, собеседование, эстафета туристов.

	Итого	54	90	144	
--	--------------	-----------	-----------	------------	--

Содержание учебного плана

РАЗДЕЛ I. Введение в туризм (4 ч)

1.1. Вводный, первичный инструктажи по технике безопасности. Занимательный проверочный материал (2ч)

Теория: Инструктаж участников по вопросам безопасности.

Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Укрепление костно-мышечной системы, сердца, легких и других органов человека при активном передвижении на прогулках и экскурсиях. Занимательный проверочный материал.

1.2. Оздоровительная роль туризма. Правила поведения юных туристов (2ч)

Теория: Правила поведения, порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов. Правила поведения юных туристов на экскурсиях и туристских прогулках. Правила поведения участников спортивно-туристских соревнований и игр. Права и обязанности участников спортивно-туристских соревнований и игр. Командир туристской группы, его права и обязанности, взаимоотношения с участниками туристских соревнований. История и традиции выполнения юными туристами общественно полезных дел.

РАЗДЕЛ II. Туристско-бытовые навыки юного туриста (24 ч)

2.1. Основы безопасности в природной среде (2ч)

Теория: Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии. Правила поведения юных туристов во время различных природных явлений (снегопада, гололеда, грозы, ливня, тумана и пр.). Правила поведения в парке (лесу) при обнаружении задымления или очага возгорания. Правила безопасности при встрече в природной (городской) среде с представителями животного мира (в том числе домашними животными). Необходимость выполнения требований руководителя туристской (экскурсионной) группы. Взаимопомощь в туристской группе.

2.2. Личное снаряжение и уход за ним (4 ч)

Теория: Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии: рюкзак, обувь, одежда (белье, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор и пр.); личная посуда; средства личной гигиены. Требования к упаковке продуктов для перекуса. Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением.

Практика: Игра «Собери рюкзак к туристской прогулке». Сбор группы и прогулка для проверки умений готовиться к туристским мероприятиям.

2.3. Питьевой режим в походе (2ч)

Теория: Питьевой режим во время туристской прогулки, экскурсии. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки. Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья во время туристской прогулки (экскурсии). Рациональное расходование воды во время туристской прогулки

2.4. Групповое снаряжение и уход за ним (4ч)

Теория: Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток и правила ухода за ними. Стойки и колышки для палатки. Кухонное и костровое снаряжение: котелки (каны), таганок, саперная лопатка, рукавицы, кухонная клеенка, половники, ножи, упаковка для продуктов питания. Снаряжение для наблюдений за природой и выполнения простейших краеведческих заданий. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии). Завхоз туристской группы и его обязанности на туристской прогулке.

Практика: Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки.

2.5. Индивидуальный и групповой ремонтный набор (6ч)

Теория: Состав ремонтного набора (иголки, нитки, булавки, набор пуговиц, набор заплаток, запасные шнурки, клей и пр.). Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими. Обязанности ремонтного мастера группы.

Практика: Ремонт личного и группового снаряжения. Игра-соревнование «Ремонт личного снаряжения» (способы штопки, наложения заплат, заклеивания дыр, пришивания пуговиц).

2.6. Организация биваков и охрана природы (6ч)

Теория: Бивак на туристской прогулке. Охрана природы при организации привалов и биваков. Требования к бивакам (наличие дров и источника питьевой воды, безопасность, эстетичность). Устройство и оборудование бивака (места для установки палаток, приготовления и приема пищи, отдыха, умывания, забора воды и мытья посуды, туалеты). Выбор места на площадке (поляне) для установки палатки. Требования к месту для установки палатки на поляне (биваке). Установка палатки, тента для палатки или тента для отдыха группы.

Практика: Планирование места организации бивака по плану местности. Планирование и организация бивака на местности во время туристской прогулки. Организация бивачных работ. Проверка комплектации палатки и ее целостности перед выходом на прогулку. Упаковка палатки для транспортировки. Овладение навыками установки, снятия и упаковки палатки (на площадке или в парке).

РАЗДЕЛ III. Азбука топографии (20 ч)

3.1. План местности (10 ч)

Теория: История развития способов изображения земной поверхности и их значение для человечества. Рисунок и простейший план местности. Изображение местности на рисунке, фотографии, схеме или плане.

Практика: Рисовка плана стола, учебного класса. Измерение расстояний (шагами и парами шагов). Освоение навыков чтения и движение по схеме. Обсуждение историй из книг и мультфильмов, где герои использовали планы местности или рисунки в различных целях (поиск кладов, путешествия, постройка жилища для друзей).

3.2. Условные знаки (10ч)

Теория: Способы изображения на рисунках, схемах и планах водных объектов, искусственных сооружений, растительности и пр. Простейшие условные знаки. Легенда туристского маршрута.

Практика: Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками.

РАЗДЕЛ IV. Туристское и экскурсионное ориентирование (22 ч)

4.1. Ориентирование по сторонам горизонта (6ч)

Теория: Горизонт. Стороны горизонта. Ориентирование по сторонам горизонта. Определение сторон горизонта по объектам растительного и животного мира, по местным признакам.

Практика: Выработка навыков определения сторон горизонта по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам.

4.2. Ориентирование на местности (6ч)

Теория: Способы ориентирования на местности. Линейные ориентиры (дорожки, тропы, линии электропередачи и др.), точечные ориентиры и объекты. Рельеф. Измерение расстояний на местности: временем движения, парами шагов и пр. Ориентирование по описанию (легенде). Разведчик туристской группы, его обязанности и действия на туристской прогулке (экскурсии).

Практика: Ориентирование с использованием легенды.

4.3. Виды туристского ориентирования (4ч)

Теория: Знакомство с основами правил соревнований по туристскому ориентированию. Виды туристского ориентирования и их различия. Права и обязанности участников соревнований. Номер участника и его крепление. Упаковка и обеспечение сохранности карты (схемы). Обозначенный маршрут на схеме, плане местности. Необходимость повышенного внимания участников соревнований на обозначенном маршруте. Основные правила, технические приемы и условия соревнований по ориентированию на обозначенном маршруте. Маршруты ориентирования по выбору. Основные правила, технические приемы и условия соревнований туристского ориентирования по выбору. Условия определения победителей на дистанциях по выбору. Выбор оптимального пути движения (планирование маршрута) и количества контрольных пунктов (КП). Оборудование КП: призма, компостер, карандаш. Способы отметки на КП компостерные и карандашные.

Практика: Прохождение дистанции «Маркированный маршрут» совместно с педагогом. Прохождение дистанции «Обозначенный маршрут» совместно с педагогом. Прохождение дистанции «Ориентирование по выбору» совместно с педагогом. Игра-соревнование на местности «Отметься на КП».

4.4. Экскурсионное ориентирование (6ч)

Теория: Экскурсионные объекты: памятники истории, архитектуры, природы в Романовском районе Саратовской области.

Практика: Чтение легенды. Движение по легенде по улице с отслеживанием указанных в легенде объектов, расстояний и направлений. Работа туристской группы при движении по легенде на экскурсии. Прохождение дистанции под руководством педагога.

РАЗДЕЛ V. Личная гигиена и первая доврачебная помощь (20ч)

5.1. Личная гигиена юного туриста (2ч)

Теория: Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Личная гигиена юного туриста при занятиях физическими упражнениями и оздоровительно-познавательным туризмом. Зарядка. Закаливание организма. Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения.

5.2. Походный травматизм и возможные заболевания (4ч)

Теория: Соблюдение гигиенических требований в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Порезы, ссадины, ушибы, мозоли. Причины, характеристика травм. Необходимая помощь. Способы обработки. Профилактика и защита глаз от попадания посторонних предметов, химических жидкостей, газов. Необходимая помощь. Причины ожогов и обморожений. Профилактика обморожений и защита организма от мороза. Признаки и виды ожогов и обморожений. Профилактика пищевых отравлений. Признаки отравления. Оказание первой помощи при тошноте, рвоте. Причины теплового и солнечного удара. Признаки заболевания. Необходимая помощь.

5.3. Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок (6ч)

Теория: Правила и способы обработки ран, ссадин. Правила наложения повязок, материалы для обработки ран и наложения повязок.

Практика: Игра «Айболит» (первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок).

5.4. Индивидуальная и групповая медицинская аптечки (4ч)

Теория: Состав медицинской аптечки (индивидуальной и групповой) для туристской прогулки. Назначение медикаментов, их упаковка и требования к хранению, определение срока годности для использования.

Практика: Упаковка и маркировка аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки.

5.5. Способы транспортировки пострадавшего (4ч)

Теория: Организация транспортировки пострадавшего при несложных травмах. Простейшие средства для транспортировки пострадавшего в условиях туристской прогулки (похода, экскурсии). Способы транспортировки пострадавшего на руках. Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.

Практика: Изготовление транспортных средств из курток, штормовок. Транспортировка условно пострадавшего на слабо пересеченном рельефе на руках, простейших транспортных средствах.

РАЗДЕЛ VI. Основы краеведения (8ч)

6.1. Романовский район, его природные особенности, история, известные земляки (4ч)

Теория: Природа и культура района, перспектива его развития. Сведения о прошлом края. Памятники истории и культуры. Знаменитые люди района, их вклад в его развитие. История своего населенного пункта.

Практика: Знакомство с картой Романовского района. Краеведческая викторина.

6.2. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи (4ч)

Теория: Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, школьные музеи Романовского района.

Практика: Экскурсия в музей МОУ Романовская СОШ имени И.В. Серещенко.

РАЗДЕЛ VII. Азбука спортивно-оздоровительного туризма (10ч)

7.1. Пешеходный туризм (6ч)

Теория: Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения). Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).

Практика: Просмотр видеофильмов о способах преодоления простейших естественных препятствия (без снаряжения). Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий. Переправа через условное болото по кочкам. Переправа по бревну.

7.2. Полоса препятствий пешеходного туризма (4 ч)

Теория: Естественные и искусственные препятствия. Дистанция соревнований, этап дистанции. Разметка и маркировка дистанции. Старт и финиш. Способы преодоления препятствий. Правила безопасного преодоления препятствий. Личное и командное прохождение дистанции полосы препятствий. Взаимодействие и взаимопомощь членов спортивной туристской команды. Права и обязанности юного спортсмена-туриста в команде на соревнованиях.

Практика: Соревнования по преодолению полосы препятствий.

РАЗДЕЛ VIII. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка (36 ч)

8.1. Общая физическая подготовка и оздоровление организма (8ч)

Теория: Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

Практика: Освоение основ техники бега. Бег в колонне по одному по пересеченной местности, бег с препятствиями. Прыжки в длину. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры.

8.2. Психолого-педагогическая и врачебно-медицинская диагностика функционального и физического развития. Тестирование обучающихся (4ч)

Теория: Рассказ детей о своих друзьях и своих семьях «Я и моя семья». Рисование детей на тему «Моя семья». Режим дня, физическое развитие и подготовленность, самоконтроль учащихся. Проведение тестов с целью выявления темперамента, воображения, типа памяти.

Практика: Проведение в игровой (соревновательной) форме тестов с целью определения (выявления) общего физического и функционального уровня развития воспитанников. Организация самоконтроля за соблюдением режима дня, ведение (совместно с родителями воспитанников) дневника наблюдений за параметрами физического развития организма обучающихся.

8.3. Учебно-тренировочные походы (24 ч)

Практика: Проведение походов с целью приобретения и закрепления практических умений и навыков по технике, тактике пешеходного туризма, организации походной жизни, приготовления еды на костре, сплочения коллектива. Эстафета туристов.

1.4. Формы контроля планируемых результатов

Входная диагностика проходит на первом занятии в форме опроса и занимательного проверочного материала с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможности детей.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и личностных качеств учащихся.

Формы: опрос, занимательный проверочный материал, собеседование, педагогическое наблюдение, тестирование, викторина, практикум, прохождение учебной дистанции, выполнение упражнений, игры, зачет, онлайн-викторина, кроссворд, составление легенды карты, прохождение маршрута, обсуждение, экскурсия.

Промежуточный контроль проводится в декабре с целью выявления уровня усвоения программы учащимися. Формы: прохождение дистанции «Маркированный маршрут».

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе в форме «Эстафеты туристов».

1.5. Календарный учебный график

Календарный учебный график (Приложение 1.) разрабатывается ежегодно и является составной частью рабочей программы.

Количество учебных недель –36.

Количество учебных дней –72.

Учебный период: сентябрь – май.

Место проведения занятий: актовый зал и территория МУ ДО «ДПиШ» р.п. Романовка, Центральная библиотека имени И.И. Фешина, берег реки Карай (в пределах р.п. Романовка), парковая зона р.п Романовка, Музей боевой и трудовой славы «ДПиШ».

Время проведения занятий – согласно расписанию занятий учебной группы.

2.Комплекс организационно–педагогических условий

2.1. Методическое обеспечение программы

В зависимости от содержания раздела, в программе используются различные *формы проведения занятий*: беседа, игра, викторина, соревнование, экскурсия, поход, учебно-тренировочные занятия, практикум.

Используются следующие *методы обучения*: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, проблемный. Обучение строится по принципу «от простого к сложному» и по принципу расширения кругозора по данным темам.

Занятия проходят с группой в целом, однако акцент ставится на индивидуальный подход к каждому учащемуся внутри группы. Это объясняется особенностями возрастного развития, как психического, так и физиологического: различный объем памяти и скорость запоминания, различный уровень предварительной физической подготовки, различие стимулов для выполнения того или иного задания. По мере приобретения новых навыков и знаний добавляется принцип приобщения старших, «опытных» детей к обучению младших.

Особое внимание уделяется вопросам *обеспечения безопасности и предупреждения травматизма* при проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия. Реализация программы предполагает организацию деятельности в соответствии с требованиями «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками, студентами Российской Федерации», «Правил соревнований по спортивному туризму», «Правил соревнований по спортивному ориентированию».

Обязательным является применение на занятиях *здоровьесберегающих технологий*: чередование различных видов деятельности, проведение динамических пауз, создание условий для работы каждого обучающегося в

комфортном для него режиме и темпе, предъявление посильных для обучающихся требований в области интеллектуальных и физических действий в соответствии с индивидуальными особенностями психофизического развития конкретного ребёнка.

Соблюдение педагогических принципов:

- принцип реалистичности представлений, то есть содержание учебно-методического плана включает в себя объективную информацию о туризме и реализации этого плана;
- принцип чувственного изучения окружающего мира, то есть непосредственный контакт с природой, осознание ее ценности и чувствительности к вмешательству человека;
- принцип системности предполагает системность и логику организации и проведения занятий, любое практическое занятие, является итогом теоретической подготовки, систематическое проведение походов и учебно-тренировочных занятий;
- принцип комплексности, предполагает использование при изучении темы сведений различных областей знания и межпредметных связей, возможное проведение совместно с общеобразовательной школой учебных и внеучебных мероприятий;
- принцип экологизации знаний предполагает формирование нравственных запретов наносить вред природе;
- принцип вариативности (возможное внесение изменений и корректив в учебный план, исходя из интересов воспитанников, использование различных форм, методов обучения и организации досуга воспитанников).

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- помещение, оборудованное для теоретических и практических занятий;
- компас, комплекты спортивных карт, контрольные пункты (призмы);
- снаряжение для походной деятельности (рюкзак, палатка, спальная мешки, котелки, костровые принадлежности);
- снаряжение для спортивного туризма (страховочные системы, карабины, веревки, спусковые устройства);
- секундомеры;
- аптечка.

Информационное обеспечение:

- специальная литература, освещающая туристскую сферу деятельности;
- учебные материалы: карты, атласы, схемы, учебные пособия, дидактический материал, аудио-видео средства, фотоаппарат;
- разработки методик, позволяющих воспитанникам эффективно осваивать программу.

Кадровое обеспечение:

- педагог дополнительного образования, владеющий основами спортивного ориентирования;

2.3. Оценочные материалы

Для оценки результативности занятий осуществляется комплексная диагностика, которая включает в себя оценку личностных, метапредметных и предметных результатов, что позволяет оценить продвижение обучающегося по мере освоения программы, и, если потребуется, своевременно провести коррекцию.

Уровень усвоения материала выявляется при опросе, занимательном проверочном материале, собеседовании, педагогическом наблюдении, тестировании, викторине, практикуме, прохождении учебной дистанции, выполнении упражнений, игры, зачете, он-лайн викторине, составлении легенды карты, прохождении маршрута, обсуждении, экскурсии.

Оценочные материалы представлены в Приложении 2.

Уровень занятий, умений и навыков учащихся оценивается по следующим критериям:

– *Высокий* – обучающийся с удовольствием работает на занятиях, самостоятельно и с радостью занимается самостоятельно, проявляет желание совершенствоваться в ориентировании и туризме. Помогает другим. Умеет применять полученные знания и умения в жизни, выполняет практические задания, принимает участие в работе кружка, спортивных соревнованиях и слётах.

– *Средний* – обучающийся с удовольствием работает на занятиях, с радостью занимается самостоятельно. Помогает другим, если попросит педагог. Принимает участие в работе кружка, спортивных соревнованиях и слётах только если педагог пообещает помочь с подготовкой.

– *Низкий* – обучающийся мало и с трудом находит контакт с окружающими – детьми и взрослыми. Капризен. Участвует в работе кружка, спортивных соревнованиях и слётах если пообещают награду. Сосредоточен на собственной персоне и своих интересах. Не уверен в своих силах.

Список используемой литературы

Литература для педагога:

1. «Туристская игротка». Под редакцией Ю.С. Константинова. Москва, 2000 г.
2. «Система подготовки младших школьников в начальный период обучения спортивному ориентированию» (Методические рекомендации). Москва, 1978 г.
3. Васильева З.А., Любинская С.М. Резервы здоровья. - Л.: Медицина, 2000.
4. Черновол В. "Справочник туриста". Издательство "Феникс", Ростов-наДону, 2001 г.
5. Колесникова, Л.В. «Ориентирование с основами туризма и краеведения» [Текст] / Л.В. Колесникова. - г. Новокузнецк, 2007. -10-20с.

6. Колесникова, Л.В. Зрелищные виды спортивного ориентирования (методическое пособие) [Текст] / Л.В. Колесникова, г. Новокузнецк, 2007.- 20с.

7. Куприн, А.М. С картой и компасом М., ДОСААФ, 1981

Литература для учащихся и родителей:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе.

2. Куприн И.М. Как создается карта. – М., 1987.

3. Берман А.Е. Юный турист. – М., 1977.

4. Фесенко. Книга молодого ориентировщика. – М., 2001.

**Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
«У похода есть начало!»**

№ п/ п	дата	Врем я занят ий	Форма занятия	Колич ество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
				4	Раздел 1. Введение в туризм		
1.			Комбинированное	2	Вводный, первичный инструктажи по технике безопасности. Занимательный проверочный материал	Актный зал	Опрос, занимательный проверочный материал
2.			Комбинированное	2	Оздоровительная роль туризма. Правила поведения юных туристов	Актный зал	Собеседование, он-лайн викторина
				24	Раздел 2. Туристско-бытовые навыки юного туриста		

3.			Комбинированное	2	Основы безопасности в природной среде.	Актальный зал	Собеседование, опрос
4.			Комбинированное	2	Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии: рюкзак, обувь, одежда (белье, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор и пр.); личная посуда; средства личной гигиены. Требования к упаковке продуктов для перекуса. Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением	Актальный зал	Собеседование
5.			Комбинированное	2	Игра «Собери рюкзак к туристской прогулке». Сбор группы и прогулка для проверки умений готовиться к туристским мероприятиям.	Территория ДПиШ	Собеседование, игра
6.			Комбинированное	2	Питьевой режим в походе.	Актальный зал	Опрос, собеседование

7.			Комбинированное	2	Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним	Актный зал	Собеседование, практикум
8.			Практическая работа	2	Состав ремонтного набора (иголки, нитки, булавки, набор пуговиц, набор заплаток, запасные шнурки, клей и пр.). Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими.	Актный зал	Собеседование
9.			Комбинированное	2	Состав ремонтного набора (иголки, нитки, булавки, набор пуговиц, набор заплаток, запасные шнурки, клей и пр.). Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими.	Актный зал	Собеседование
10			Практическая работа	2	Игра-соревнование «Ремонт личного снаряжения» (способы штопки, наложения заплат, заклеивания дыр, пришивания пуговиц и пр.)	Актный зал	Игра-соревнование
11			Комбинированное	2	Обязанности ремонтного мастера группы. Ремонт личного и группового снаряжения.	Актный зал	Собеседование
12			комбинированное	2	Бивак на туристской прогулке. Охрана природы при организации	Актный зал	Собеседование

					привалов и биваков. Требования к бивакам.		
13			Практическая работа	2	Планирование места организации бивака по плану местности. Планирование и организация бивака на местности во время туристской прогулки. Организация бивачных работ. Проверка комплектации палатки и ее целостности перед выходом на прогулку. Упаковка палатки для транспортировки.	Территория ДПиШ	Практикум
14			Практическая работа	2	Овладение навыками установки, снятия и упаковки палатки (на площадке или в парке	Левый берег реки Карай.	Практикум
				20	Раздел 3 .Азбука топографии.		
15			Комбинированное	2	История развития способов изображения земной поверхности и их значение для человечества		Собеседование
16			Практическая работа.	2	Рисовка плана стола, территории ДПиШ.	Актный зал	Зарисовка плана
17			Комбинированное	2	Измерение расстояний (шагами и парами шагов).	Территория ДПиШ.	Практикум
18			Комбинированное	2	Освоение навыков чтения и движение по схеме.	Территория ДПиШ	Собеседование, практикум

19			Комбинированное	2	Обсуждение историй из книг и мультфильмов, где герои использовали планы местности или рисунки в различных целях (поиск кладов, путешествия, постройка жилища для друзей)	Актальный зал	Опрос
20			Комбинированное	2	Способы изображения на рисунках, схемах и планах водных объектов, искусственных сооружений, растительности и пр.	Актальный зал	Собеседование
21			Практическая работа	2	Простейшие условные знаки. Рисовка условных знаков.	Актальный зал	Практикум
22			Практическая работа	2	Кроссворды по условным знакам.	Актальный зал	Кроссворд
23			Практическая работа	2	Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Туристическая прогулка.	Актальный зал	Собеседование, практикум
24			Комбинированное	2	Легенда туристского маршрута. Составление легенды движения группы условными знаками	Берег реки Карай	Составление легенды
				22	Раздел 4. Туристское и экскурсионное ориентирование	Территория ДПиШ.	
25			Комбинированное	2	Горизонт. Стороны горизонта.		Собеседование
26			Комбинированное	2	Ориентирование по сторонам горизонта.	Актальный зал	Собеседование, практикум

27			Комбинированное	2	Определение сторон горизонта по объектам растительного и животного мира, по местным признакам.	Территория ДПиШ.	практикум
28			Практическая работа	2	Способы ориентирования на местности. Линейные ориентиры (дорожки, тропы, линии электропередачи и др.), точечные ориентиры и объекты. Рельеф.	Территория ДПиШ.	Практикум
29			Комбинированное	2	Измерение расстояний на местности: временем движения, парами шагов.	Актный зал	Собеседование, практикум
30			Комбинированное	2	Ориентирование по описанию (легенде). Разведчик туристской группы, его обязанности и действия на туристской прогулке (экскурсии)	Актный зал	Собеседование, практикум
31			беседа	2	Знакомство с основами правил соревнований по туристскому ориентированию.	Актный зал	Собеседование,
32			Практикум	2	Прохождение дистанции «Маркированный маршрут» совместно с педагогом.	Актный зал	Собеседование, прохождение маршрута
33			Беседа	2	Экскурсионные объекты: памятники истории, архитектуры, природы и т. п. в Романовском районе.	Берег реки Карай	Собеседование

34			Комбинированное	2	Чтение легенды. Движение по легенде по улице с отслеживанием указанных в легенде объектов, расстояний и направлений. Работа туристской группы при движении по легенде на экскурсии	Актный зал	Собеседование
35			Практическая раб	2	Прохождение дистанции под руководством педагога.	Территория ДПиШ	Прохождение учебной дистанции
				20	Раздел 5.Личная гигиена и первая доврачебная помощь.	Территория ДПиШ.	
36			комбинированное	2	Личная гигиена юного туриста		Собеседование, обсуждение
37			Комбинированное	2	Соблюдение гигиенических требований в походе. Профилактика заболеваний и травматизма	Актный зал	Собеседование, опрос
38			Комбинированное	2	Походный травматизм и возможные заболевания	Актный зал	Собеседование, опрос
39			Комбинированное	2	Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок	Актный зал	Опрос, собеседование
40			Комбинированное	2	Правила и способы обработки ран, ссадин. Правила наложения повязок, материалы для обработки ран и наложения повязок.	Актный зал	Собеседование, обсуждение

41			Комбинированное	2	Игра «Айболит» (первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок)	Актальный зал	Игра, обсуждение
42			Комбинированное	2	Индивидуальная и групповая медицинская аптечки	Актальный зал	Собеседование
43			Практическая работа	2	Упаковка и маркировка аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки.	Актальный зал	Практикум
44			Беседа	2	Способы транспортировки пострадавшего.	Актальный зал	Практикум
45			Практикум	2	Изготовление транспортных средств из курток, штормовок. Транспортировка условно пострадавшего на слабо пересеченном рельефе на руках, простейших транспортных средствах	Актальный зал	Практикум, собеседование
				8	Раздел 6. Основы краеведения		
46			Беседа	2	Природа и культура района, перспектива его развития. Сведения о прошлом края.		Собеседование

47			Комбинированное.	2	Экскурсия в музей боевой и трудовой славы Романовского района.	Актальный зал	Экскурсия
48			Комбинированное	2	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	Музей ДПиШ.	Собеседование
49			Экскурсия	2	Экскурсия в музей МОУ Романовская СОШ им. Серещенко	МОУ РСОШ	Экскурсия
				10	Раздел 7.Азбука спортивно-оздоровительного туризма		
50			Комбинированное	2	Пешеходный туризм	Актальный зал	Собеседование,
51			Комбинированное	2	Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения).	Актальный зал	Собеседование
52			Практическая работа	2	Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий. Переправа через условное болото по кочкам. Переправа по бревну.	Территория ДПиШ	Практикум
53			Комбинированное	2	Полоса препятствий пешеходного туризма	Берег реки Карай	Собеседование

54			соревнования	2	Соревнования по преодолению полосы препятствий.	Берег реки Карай	Практикум
				36	Раздел 8.Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.		
55			комбинированное	2	Общая физическая подготовка и оздоровление организма	Актальный зал	Собеседование
56			комбинированное	2	Освоение основ техники бега. Бег в колонне по одному по пересеченной местности , бег с препятствиям	Территория ДПиШ	Выполнение физических упражнений
57			Практическая работа	2	Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей.	Берег реки Карай	Выполнение физических упражнений
58			комбинированное	2	Спортивные игры.	Актальный зал	Игра
59			комбинированное	2	Психолого-педагогическая и врачебно-медицинская диагностика функционального и физического развития воспитанников.	Территория ДПиШ	Собеседование
60			комбинированное	2	Рассказ детей о своих друзьях и своих семьях «Я и моя семья». Рисование детей на тему «Моя семья».	Актальный зал	Педагогическое наблюдение

61			Практическая работа	2	Проведение в игровой форме тестов с целью определения общего физического и функционального уровня развития воспитанников	Актальный зал	Тест «Психолого-педагогическая и врачебно-медицинская диагностика функционального и физического развития.»
62			Практическая работа	2	Учебный поход	Лесная зона р.п. Романовка	Собеседование, прохождение учебной дистанции
63			Практическая работа	2	Учебный поход	Лесная зона р.п. Романовка	Собеседование, прохождение учебной дистанции
64			Практическая работа	2	Учебный поход	Лесная зона р.п. Романовка	Собеседование, прохождение учебной дистанции
65			Практическая работа	2	Учебный поход	Лесная зона р.п. Романовка	Собеседование, прохождение учебной дистанции

66			Практическая работа	2	Учебный поход	Лесная зона р.п. Романовка	Собеседование, прохождение учебной дистанции
67			Практическая работа	2	Учебный поход	Лесная зона р.п. Романовка	Собеседование, прохождение учебной дистанции
68			Практическая работа	2	Учебный поход	Лесная зона р.п. Романовка	Собеседование, прохождение учебной дистанции
69			Практическая работа	2	Учебный поход	Лесная зона р.п. Романовка	Собеседование, прохождение учебной дистанции
70			Практическая работа	2	Учебный поход	Лесная зона р.п. Романовка	Собеседование, прохождение учебной дистанции
71			Практическая работа	2	Учебный поход	Лесная зона р.п. Романовка	Собеседование, прохождение учебной дистанции
72			Практическая работа.	2	Эстафета туристов.	Лесная зона р.п. Романовка	Эстафета
			ИТОГО	144			

Оценочные материалы

Занимательный проверочный материал

Какие два местоимения портят дорогу?

Какое слово состоит из полубуквы?

Название, какой птицы состоит из четырех десятков букв?

С какой буквой заостренная палка становится птицей?

Какой буквой, взятой два раза, можно назвать военный праздник?

До чего надо дойти, чтобы появилось неприятное чувство?

На какой части, какой буквы растет пшеница?

За какую букву скрывается лес, когда появляется собака?

К какой гласной букве надо прибавить участки земли, чтобы получить город?

Слева направо - на ногах стоит, справа налево - без ног бежит.

Чем оканчивается как день, так и ночь?

Как написать «сухая трава» четырьмя буквами?

У трёх братьев по одной сестре. Сколько всего детей в семье?

Ты да я да мы с тобой. Сколько нас?

В корзине 5 яблок. Как их разделить между пятью девочками так, чтобы одно яблоко осталось в корзине?

Растут 4 березы. На каждой березе по 4 больших ветки. На каждой большой ветке по 4 маленьких, а на каждой маленькой ветке по 4 больших яблока. Сколько всего яблок?

Может ли дождь идти два дня подряд?

Почему покупают новые ботинки?

Когда в пустом кармане что-нибудь да бывает?

Как сорвать ветку, не спугнув птичку, сидящую на ней?

Когда рубашка бывает пахучим растением?

У какой фигуры нет ни начала, ни конца?

Не корабль и не лодка. Ни паруса, ни весла. А туристы на нем плавают. Что это?

То рыжая, то серая, а по названию белая. Кто это?

Не вода и не суша: на лодке не проплывешь, ногами встанешь - утонешь. Что такое?

Если встала бы, так до неба достала бы.

Пристала ко мне в лесу. Искал ее - не нашел. А домой в ладошке принес. Что это?

Катался, был мал, а покатался - большим стал.

Кто, задравши носики, бегут по просеке?

Что ни в огне не горит, ни в воде не тонет?

Ее не видно и не слышно. Но стоит только заговорить, о ней и нет ее.

Что это?

Таблица к практикуму «Личное снаряжение»

Форма раскладки личного походного снаряжения.

Наименование	Количество (шт.)	Масса (кг.)
Рюкзак	12	14.4
Коврик	12	1.2
кружка, чашка, ложка,	12	3.6
Дождевик.	12	0.4
Пустые пластиковые бутылки 1,5 л	12	0.2
Личная одежда и обувь	12	24
Туалетные принадлежности	12	3.6
Спальный мешок	12	6
Итого масса группового снаряжения: 53.4кг. Итого масса/человека: 4.4 кг.		

Таблица к практикуму «Групповое снаряжение»

Форма раскладки группового походного снаряжения

Наименование	Количество (шт.)	Масса(кг)
Групповое бивачное снаряжение		
Палатки	3	13.2
Топоры	2	2
Пилы и т.д.	1	0.3
Костровые принадлежности	1	3
Набор варочных котлов	1	1.4
Групповое специальное снаряжение		
Компас, планшет с картами и схемами	1	1
Кухонный набор	1	0.4
Вспомогательное снаряжение		
Лампа осветительная	1	0.4
Гитара	1	1.5
Фотоаппарат и т.д.	1	0.3
Термос	2	2

Аптечка	1	0.8
Итого масса группового снаряжения: 26.3кг. Итого масса/человека: 2.2 кг.		

Викторина по теме занятия: Привалы и ночлеги. Требования к биваку.

1. Что такое бивак?
2. Каким требованиям должно соответствовать место для бивака?
3. Назовите основные требования к месту для разведения костра.
4. Нельзя разводить костер ближе, чем ... (на сколько метров?) от деревьев, кустарника, палаток, а также от места для рубки и складывания дров.
5. Какие меры безопасности вы должны соблюдать при разведении костра?

Он-лайн викторина

<https://wordwall.net/ru/resource/66410523/обж/безопасный-туризм>

Ссылка на игру «Айболит»-- <https://multiurok.ru/files/aibolit-na-poliane-nevezeniia-delovaia-igra-prakti.html>

Тест «Психолого-педагогическая и врачебно-медицинская диагностика функционального и физического развития»

1. Вырезание из бумаги (дырочки на сложенных листах).
2. Перевернутый треугольник (дополнить).
3. Установить различия: удовольствие и счастье, развитие и переворот, восшествие и происшествие, бедность и нищета, гордость и тщеславие.
4. Повторить 7 цифр: 2, 1, 8, 3, 4, 3, 9; 9, 7, 2, 8, 4, 7, 5.
5. Пересказ басни.
6. Арифметические задачи. Задача: «Рабочий получает 20 руб. в неделю, расходует 14 руб. Сколько надо времени, чтобы накопить 300 руб.?» 167
7. Запас слов 42%.
8. Заполнение пробелов в тексте.

9. Дополнить смысл незаконченных рассказов.

10. Вывод правила (вырезание дырочек на 6 бумажках или на одной).

11. Перестановка стрелок на часах: 6 ч 22 мин, 8 ч 8 мин, 2 ч 46

Ситуационная задача №1

Представьте себе, вы спланировали провести выходной день в походе. С утра выдалась хорошая погода. Прибыли на место, выбрали место для бивака, поставили палатку. В это время набежали тучи и начался дождь, который сопровождался сильным и порывистым ветром.

Опишите ваши действия

Ситуационная задача №2

Представьте себе, вы спланировали провести выходной день в походе. Прибыли на место, выбрали место для бивака, поставили палатку и обнаружили, что забыли взять воду. Что будете делать в таком случае?