

Управление образования администрации
муниципального образования Красноармейский район

**Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
станция детского и юношеского туризма и экскурсий**

Принята на заседании
педагогического совета
от 20 мая 2021 год
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУДО СДЮТЭ
Корж С.В.
от 20 мая 2021 год



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«РУСИЧИ»

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 1 год - 216 часов

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Состав группы: до 15 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется: на бюджетной основе

ID программы в АИС Навигатор: 1851

Автор-составитель:
Кривчук Сергей Владимирович
педагог дополнительного образования

*Управление образования администрации
муниципального образования Красноармейский район*

***Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
станция детского и юношеского туризма и экскурсий***

Принята на заседании
педагогического совета
от 20 мая 2021 год
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУДО СДЮТЭ
_____ Корж С.В.
от 20 мая 2021 год

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«РУСИЧИ»

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 1 год - 216 часов

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Состав группы: до 15 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется: на бюджетной основе

ID программы в АИС Навигатор: 1851

Автор-составитель:
Кривчук Сергей Владимирович
педагог дополнительного образования

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты:	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель образовательной программы.....	6
1.3. Содержание программы.....	7
1.4. Планируемые результаты:	15
Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации».	17
2.1. Календарный учебный график программы.....	17
2.2. Условия реализации программы.....	19
2.3. Формы аттестации.....	21
2.4. Оценочные материалы.....	22
2.5. Методические материалы.....	23
2.6. Список литературы	25

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты:

1.1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**РУСИЧИ**» (далее программа) составлена в соответствии с требованиями:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 30.11.2016 г. № 11;
- Федеральный проект «Успех каждого ребёнка», утвержденный 07 декабря 2018 года;
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Далее – Приказ № 196);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 05 декабря 2014 г. «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества образовательной деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность»;
- 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»;
- Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-1232/09 от 28 апреля 2017 года;
- Приложения к письму Министерства образования и науки Краснодарского края от 06.07.2015 г. № 13-1843/15-10 «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ и программ электронного обучения»;
- Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Рыбалёвой И.А., канд. пед. наук, доцент, зав. кафедрой дополнительного образования ГБОУ «Институт развития образования» Краснодарского края от 2016 г;

- Краевые методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ и программ электронного обучения от 15 июля 2016 г.
- Краевые методические рекомендаций по организации образовательного процесса в организациях, реализующих дополнительные общеобразовательные программы, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в период режима повышенной готовности от 2020г.
- Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, 2020.
- Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования станция детского и юношеского туризма и экскурсий муниципального образования Красноармейский район и иные локальные акты, регламентирующие организацию образовательного процесса в учреждении.

Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «РУСИЧИ» имеет туристско-спортивную направленность. Программа направлена на пропаганду здорового образа жизни среди учащихся, а также популяризацию спортивного туризма среди подрастающего поколения.

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность

Новизна. Новизна программы заключается в учете особенностей развития и потребностях современных детей и подростков, проживающих в сельской местности, а также в постоянном обращении к опыту учащихся, к их интересам, склонностям, устремлениям, индивидуально-значимым ценностям, которые определяют своеобразие восприятия и осознания окружающего мира каждым учащимся. Также в данной программе расширены и углублены вопросы по автономному выживанию в экстремальных ситуациях, доврачебной помощи.

Актуальность. Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья обучающихся.

На сегодняшний день одним из важных направлений в дополнительном образовании остается укрепление здоровья. ДООП «РУСИЧИ» является средством включения детей в активную физическую деятельность и приобщения к здоровому образу жизни. Именно самодетельный туризм способствует закалке детского организма, его укреплению, физическому развитию, а также овладению навыками поведения в природе.

Актуальность программы определяется тем, что туристические навыки могут пригодиться и при преодолении чрезвычайных ситуаций, в которые часто попадает современный человек. Да и в повседневной жизни могут пригодиться такие навыки как преодоление естественных преград, оказание первой доврачебной помощи, приготовление пищи в полевых условиях.

Важным фактом является то, что туризм даёт нам здоровье и отвлекает детей от вредных привычек.

Педагогическая целесообразность. Данная образовательная программа педагогически целесообразна, так как туризм обеспечивает решение многих педагогических задач, которые невозможно выполнить при помощи других видов упражнений. В первую очередь – это высокий оздоровительный эффект; формирование сугубо прикладных, жизненно необходимых умений и навыков; развитие умения ориентироваться в экстремальных ситуациях; формирование смелости и психологической устойчивости; выявление творческого потенциала занимающихся. Туристские походы вызывают у детей и подростков потребность к самосовершенствованию. В этом их несомненная педагогическая ценность. Туризм дарит опыт побед над своей ленью, пассивностью, робостью, недогадливостью. Значимость активного отдыха для современных школьников определяется также развитием высоких человеческих качеств, проявляемых в экстремальных условиях жизни, возможностью проявления личности в творческой, общественно-полезной деятельности, а также ее социальной адаптации, что в условиях современной стрессовой обстановки способствует выработке навыков самовыражения.

Отличительная особенность ДООП «РУСИЧИ» является то, что она является практико-ориентированной. Учащиеся знакомятся с основами пешеходного и спортивного туризма, способами выживания в экстремальных ситуациях, выполняют работу оказанию первой доврачебной помощи непосредственно в учебно-тренировочных походах и занятиях на местности, на соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях. Программа разработана на основе принципа «Расскажи – и я забуду, покажи - и я запомню, дай попробовать – и я пойму». Поэтому основной смысл работы в этом направлении заключается в том, что ребенок, научившись сам основам туризма, впоследствии помогает педагогу в обучении младших, новичков и вместе с ними адаптируются в этом мире.

Содержание данной программы разработано с учетом местных условий и особенностей, она ориентирована на детей, живущих в сельской местности, и позволяет обучающимся расширить географию своих путешествий. В программу добавлены темы «Техника пешеходного туризма» и «Туристские соревнования» по дисциплинам – маршрут и дистанция, что обосновано подготовкой к участию в соревнованиях «Кросс-поход 48 часов» и походах различной степени и категории сложности.

Адресат программы:

Программа адресована подросткам (юношам и девушкам) от 12 до 18 лет.

Статус, вид группы – профильный;

Состав группы - постоянный; количество обучающихся в группе – 12-15 человек.

Особенности набора детей. Для зачисления в группу, специальных знаний и подготовки не требуется, зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Запись в группу осуществляется по заявлению родителей (законных представителей) через АИС «Навигатор». Обязательно для всех допуск врача к занятиям.

Уровень программы, объем и сроки

Уровень программы. Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «РУСИЧИ» является программой базового уровня, так как направлена на формирования у учащихся интереса, устойчивой мотивации к туристской деятельности. Предполагает освоение базовых знаний, умений и навыков по туризму.

Объем и срок обучения. Срок реализации программы – 1 год. Продолжительность обучения по программе в год: 216 часов, 36 недель, период обучения - с сентября по май.

Форма обучения – очная. В период эпидемий, стихийных бедствий, непогоды, возможна дистанционная форма реализации программы.

Режим занятий. Режим работы туристского кружка в течение года постоянен, но расписание может меняться в зависимости от возможностей детей посещать кружок. Учебная нагрузка 6 часов в неделю. Теоретические занятия проводятся 2 раз в неделю по 2 академических часа. Остальные часы отводятся на практику – походы, экскурсии, совершаемые в выходные дни и каникулярный период. Учебные походы проводятся в зависимости от погодных условий. Продолжительность аудиторного занятия - 45 минут. 10 минут перемена. При дистанционной форме обучения продолжительность занятия сокращается до 30 мин. Выездное занятие от 4 до 8 часов в день.

Летние походы, соревнования, учебно-тренировочные сборы, культурно познавательные туристские мероприятия, турслёты и т.д. в сетку часов не включены.

Особенности организации образовательного процесса.

Форма реализации образовательного процесса: **линейная.** Учащиеся изучают темы образовательной программы последовательно в установленном объеме в определенные сроки в условиях аудитории или вне ее. По уровню организации педагогической деятельности программа интегрированная, по уровню усвоения теоретического материала - познавательная.

Занятия: групповые.

Состав группы: постоянная, разнополая, одновозрастная - группы комплектуются близкие по возрасту, допускается разница в возрасте 1-2 года. Такое требование к составу группы обуславливается тем, что дети одного возраста имеют схожие интересы и физическое развитие;

Программа предусматривает 2 вида занятий: теоретические и практические занятия в аудитории и практические выездные занятия – походы, экскурсии, ПВД.

Виды занятий - лекции, практические занятия, игры, квесты, мастер-классы, онлайн-конференции, видео-чаты, видео-уроки, форумы, дискуссии, дистанционные конкурсы, электронные экскурсии и т.д.

1.2. Цель образовательной программы

Основная цель образовательной программы – развитие у детей мотивации к занятиям спортивным туризмом через практическое овладение туристской техникой и целесообразное, разумное применение туристских навыков с учетом конкретной обстановки в походах и путешествиях.

Задачи:

Обучающие:

- ❖ изучить материал по технической, тактической, специальной и общефизической, психологической, тактической и теоретической подготовке;
- ❖ обучить техническим и тактическим приемам спортивного туризма на дистанциях 1-2 классов;
- ❖ обучить приемам пользования туристским снаряжением;
- ❖ освоить умения постановки технических этапов и дистанций по спортивному туризму;
- ❖ научить правильно оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим;
- ❖ научить действовать в чрезвычайных ситуациях;
- ❖ научить вязать и применять туристские узлы;
- ❖ научить ориентироваться в походе по местным признакам, по карте, определять направление по компасу и азимуту;
- ❖ развить техническое и тактическое мастерство по спортивному туризму;
- ❖ сформировать навыки владения техническими средствами обучения и программами;
- ❖ сформировать навыки самостоятельного поиска информации в представленном перечне информационных онлайн-платформ, контентх, сайтах, блогах и т.д.

Развивающие:

- ❖ развивать физические и технические качества, которые позволят в полной мере освоить навыки спортивного туризма и спортивного ориентирования, навыки поведения в «дикой среде».
- ❖ содействовать развитию личности, совершенствование духовных и физических качеств;
- ❖ развить способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации;
- ❖ развить умение работать дистанционно в команде и индивидуально, выполнять задания самостоятельно и коллективно бесконтактно;
- ❖ развить умение самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность;
- ❖ развить навыки использования социальных сетей в образовательных целях.
- ❖

Воспитательные:

- ❖ формировать жизненную самостоятельность;
- ❖ формировать гуманное отношение к окружающей среде;
- ❖ воспитать чувство патриотизма, уважения, любви к своей культуре и истории;
- ❖ создать ситуации для повышения уровня самооценки;
- ❖ повысить занятость детей в свободное время;
- ❖ выработать организаторские навыки, умения вести себя в коллективе;
- ✓ воспитать чувство ответственности перед окружающими.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№	Название раздела, темы	Всего	Количество часов		Форма аттестации/контроля
			Теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	наблюдение
2.	Основы туристской подготовки.	2	2	-	опрос
3.	Снаряжение	8	4	4	Практические задания
4.	Туристский лагерь	8	4	4	Практические задания
5.	Питание в походе	4	4		тестирование
6.	Движение в пути	12	5	7	Практические задания
7.	Топография и ориентирование	16	11	5	Практические задания
8.	Первая доврачебная помощь	10	6	4	Тестирование
9.	Веревки и узлы	10	4	6	Практические задания
10.	ОФП туриста	14	2	12	Сдача нормативов
11.	Тактико – техническая подготовка	26		26	Практические задания
12.	Организация и подготовка путешествий	6		6	наблюдение
13.	Практика путешествий	88		88	Поход 3 степени сл.
14.	Подведение путешествий	6		6	наблюдение
15.	Итоговое занятие.	2		2	соревнование
		216	44	172	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие

Теория: Вводное, организационное занятие. Родительское собрание. Комплектование группы. Знакомство с коллективом. Беседа о туризме, работе объединения «РУСИЧИ» краткий обзор тем. Нормативы значков «Юный турист Кубани» и «Турист России». Рассказы об интересных походах и путешествиях (показ видеофильмов и презентаций). Знакомство с районами путешествий. Обсуждение плана работы на год. Ознакомление с историей предмета. Чем полезны и интересны походы и экскурсии. ТБ на занятиях.

2. Основы туристской подготовки.

Теория: Основные понятия в туризме. Виды и формы туризма. Законы туристов. История туризма. Первые путешественники. Исторические цели путешествий. Туристская группа. Принципы комплектования, количественный состав. Распределение обязанностей в группе. Должности постоянные и временные. Командир группы, его обязанности, контроль выполнения заданий, поддержание микроклимата в группе. Завхоз, его обязанности. Заместитель командира по снаряжению, штурман, краевед, санитар, ремонтный мастер, ответственный за отчет. Временные должности: дежурные по кухне, их обязанности.

Практика. Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки к многодневному путешествию, в однодневных походах.

3. Снаряжение

Теория. Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения, требования к нему. Типы рюкзаков, их преимущество и недостатки. Правила укладки рюкзака. Перечень группового снаряжения. Типы палаток. Костровое хозяйство: топоры, пилы, рукавицы, половники, их упаковка и переноска. Ремонтный набор: состав и назначение. Специальное снаряжение: каски, страховочные системы, карабины, веревки, спусковые и подъемные устройства, рации, GPS- навигаторы.

Практика. Составление списка группового и личного снаряжения. Укладка рюкзака. Установка и свертывание палатки. Подготовка и ремонт имеющегося снаряжения.

4. Туристский лагерь

Теория. Привалы и ночлеги в походе. Выбор места. Требования к месту привала и бивака с учетом природного окружения, планирование, размещение лагеря, выбор места для палаток, костра, определение места для забора воды, умывания, мытья посуды, туалетов, мусорных ям. Уход за одеждой и обувью в походе. Типы костров. Меры безопасности при разведении костров. Уборка места лагеря. Режим дня в походе. Правила поведения туристов в походе.

Практика. Пользование топором, пилой, лопатой, ремонтным набором. Разжигание костра, устройство кострища.

5. Питание в походе

Теория. Продукты для похода. Норма на человека. Предпоходная упаковка продуктов. Меню – раскладка. Пополнение запасов продуктов в походе. Значение, режим, особенности организации питания туристов в походе. Организация питания в 2-3 дневном походе: фасовка, упаковка, переноска продуктов в рюкзаке. Особенности приготовления пищи на костре. Весовые и калорийные суточные нормы.

Практика. Составление меню для похода. Предпоходная упаковка продуктов.

6. Движение в пути

Теория. Режим и распорядок походного дня. Темп движения. Порядок движения группы. Линия движения. Туристский строй. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Темп движения: нормальный темп движения (ориентирован на самого слабого в группе). Изменение темпа в течение дня, с течением дней в походе, в зависимости от состава группы, почвы, рельефа, погоды и др. условий. Весовые нагрузки: допустимые и оптимальные для мальчиков и девочек, разгрузка заболевшего товарища, типичные ошибки при укладке рюкзака, его деформация при переноске. Основные правила поведения в строю, обеспечение безопасности при движении по автомагистралям. Шаг, темп, интервал, положение корпуса тела и рук. Преодоление спусков и подъемов. Движение без троп и дорог по равнине. Характеристика типов естественных препятствий при движении по травянистым поверхностям, по песку, мокрому грунту, кустарникам, по каменистым поверхностям, по болоту. Движение травянистым склонам, преодоление буреломов. Непреодолимые естественные препятствия и техника их прохождения. Броды.

Практика. Отработка техники движения. Преодоление естественных препятствий.

7. Топография и ориентирование

Теория. Основы топографии. Способы ориентирования. Способы изображения земной поверхности. Карта. Масштаб. Определение сторон горизонта по местным предметам. Суточное движение солнца по небосводу. Полярная звезда, ее местонахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов. Условные обозначения топографических карт. Компас, его устройство, правила пользования. Азимут и движение по нему. Действия в случае потери ориентировки. Причины потери ориентировки. Порядок действий в данном случае. Анализ пройденного пути. Попытка найти опорные ориентиры.

Практика. Ориентирование по компасу, карте и местным признакам.

8. Первая доврачебная помощь

Теория. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и спортивных занятий. Личная гигиена занимающихся туризмом. Гигиена одежды и обуви. Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличение сопротивляемости организма к простудным заболеваниям.

Походная медицинская аптечка. Состав медицинской аптечки туриста, ее хранение и транспортировка. Назначение и дозировка препаратов. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые при хронических заболеваниях.

Основные приемы оказания первой медицинской помощи. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Укусы насекомых, змей. Пищевые отравления.

Практика. Оказания первой помощи условно пострадавшему, определение травмы, диагноз, практическое оказание помощи. Комплектование походной медицинской аптечки.

9. Вербки и узлы

Теория. История применения узлов. Виды веревок. Статика. Динамика. Диаметр веревок. Область применения.

Практика. Вязание узлов: прямой, брамшкотовый, восьмерка, штык, удавка, пруссик, контрольные узлы.

10. ОФП туриста

Теория. Значение ОФП для туриста. Комплекс утренней гимнастики. Самоконтроль. Самомассаж. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. Значение и содержание контроля при занятиях спортом. Объективные данные: вес, динамометрия, спирометрия. Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие «спортивная форма», распознавание утомления, перетренировка. Упражнения на развитие основных физических качеств: ловкость, сила, быстрота, гибкость, равновесие. Тестирование: бег, подтягивание, прыжки с места, прыжки через скакалку, отжимания, теппинг- тест.

Практика. Упражнения для рук плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения со скакалкой, гантелями. Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Гимнастические упражнения. Спортивные игры: футбол, пионербол (с элементами волейбола).

11. Тактико – техническая подготовка

Практика. Требования к участникам и снаряжению: веревки, устройства, ИСС (индивидуальная страховочная система), ус самостраховки. Требования к участникам и снаряжению: экипировка участника, узлы, судейское оборудование.

Переправа первого участника вброд, Переправа первого участника через водное препятствие по бревну. Траверс склона первым участником, Организация, восстановление и снятие перил, Сопровождение. Переправа по перилам вброд, по бревну, по параллельным перилам, Движение по навесной переправе.

12. Организация и подготовка путешествий

Оформление документации. Инструктаж по ТБ. Контрольный сбор. Выдача снаряжения. Закупка продуктов. Проверка готовности группы перед выходом на маршрут. Распределение обязанностей в путешествии.

13. Практика путешествий

3-х дневные походы, 4-х дневные походы, экскурсии, ПВД, прогулки, турслеты, комплексные экскурсии в Лаго-Наки.

14. Подведение путешествий

Подведение итогов путешествия. Обсуждение в группе. Составление фотоотчета о путешествии. Написание статьи в газету. Ремонт, сушка, чистка снаряжения. Сдача снаряжения

15. Итоговое занятие

Итоговая эстафета

Учебный план 2 год обучения

	Название тем	Всего о	Количество часов		Форма аттестации/контроля
			Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Комплектование группы.	2	2	-	Наблюдение, опрос
2.	Спортивное ориентирование				
	Карты для спортивного ориентирования. Масштаб. Условные знаки. Легенда.	2	2		Практические задания
	Техника движения на различных участках местности. Измерение расстояний.	2	1	1	
	Соревнование по спортивному ориентированию. Виды дистанций.	2	2		
	Практические занятия.	4		4	
3.	Туристский лагерь				
	Оборудование туристского лагеря.	2	2		Практические задания
	Разжигание костров в различных	4		4	

	погодных условиях. Костер без спичек				
	Питание в походе.	2	2		
4.	Узлы				
	Узлы для связывания концов веревки	2		2	Практические задания
	Узлы для присоединения веревки к опоре	2		2	
	Схватывающие узлы. Петли.	2		2	
5.	Первая доврачебная помощь.				
	Травмы и заболевание, обусловленные неправильными действиями туристов. Травмы и заболевание, связанные с дикими животными и растениями	2	2		опрос
	Травмы и заболевание, связанные со специфическими условиями путешествий. Транспортировка пострадавших. Сооружение носилок	4	2	2	
6.	Движение в походе.				
	Переходы по равнинной местности Движение по тропам, травянистым склонам, преодоление буреломов.	2		2	тестирование
	Непреодолимые естественные препятствия. Элементы техники и тактики переправ.	8		8	
7.	Основы выживания в природе				
	Факторы выживания. Психологические аспекты выживания.	2	2		Контрольные задания
	Добывание, фильтрация, очистка воды	4		4	
	Элементарные укрытия.	4		4	
	Сигналы бедствия.	2		2	
8.	Общефизическая подготовка				
	Развитие физических качеств: равновесия, выносливости силы, скорости, ловкости, гибкости	20		20	Сдача нормативов
	Тестирование	4		4	
9.	Тактико-техническая подготовка				
	Отработка туристских навыков и умений, тактико-технических знаний; ориентирование; отработка прохождений эстафетных дистанций, отработка этапов контрольно-туристского маршрута. Работа с верёвками, вязка узлов. СФП.	36	-	36	Практические задания
10.	Организация и подготовка путешествий				

	Предпоходная подготовка. Контрольный сбор.	6	-	6	наблюдение
11.	Практика путешествий				
	Комплексная экскурсия	24		24	
	Многодневные походы	64		64	Получение разрядов
12.	Подведение итогов путешествий				
	Подведение итогов путешествия, ремонт, сушка, сдача снаряжения	6		6	наблюдение
13.	Итоговое занятие				
	Итоговая эстафета. Контрольно-туристский маршрут.	2	-	2	Соревнование
	ИТОГО:	216	19	197	

Содержание учебного плана 2 года обучения

1. Вводное занятие

Теория. Вводное, организационное занятие. Родительское собрание. Знакомство с коллективом, беседа о туризме, о работе объединения «Энциклопедия туризма» краткий обзор тем. Обсуждение плана работы на год. ТБ на занятиях. Комплектование группы.

2. Спортивное ориентирование.

Теория. Карты для спортивного ориентирования. Масштаб. Условные знаки. Легенда. Техника движения на различных участках местности. Измерение расстояний. Соревнование по спортивному ориентированию. Виды дистанций.

Практика. Прохождение дистанции по спортивному ориентированию.

3. Туристский лагерь

Теория. Оборудование туристского лагеря. Техника безопасности при разбивке лагеря. Расстояния от костра до палаток, деревьев. Сооружение походной мебели: стол, лавочки. Полочки для посуды. Оборудование ступенек.

Разжигание костров в различных погодных условиях: дождь, ветер, снег. Где искать сухие дрова. Костер без спичек. Разведение костра при помощи линз, марганцовки и сахара, батареек, трением.

Питание в походе. Продукты для похода. Правила упаковки и хранения. Меню - раскладка. Рецепты походных блюд. Пополнение запасов в походе.

Практика. Сооружение походной мебели: стол, лавочки. Полочки для посуды. Оборудование ступенек. Разведение костра при помощи линз, марганцовки и сахара, батареек, трением. Упаковка продуктов перед походом.

4. Узлы

Теория. Узлы для связывания концов веревки: *прямой, брамикотовый, академический, ткацкий, встречный*. Узлы для присоединения веревки к опоре: *штык, удавка, булинь, стремя*. Схватывающие узлы: *пруссик*. Петли: *восьмерка, двойной проводник, австрийский проводник*.

Практика. Вязание узлов

5. Первая доврачебная помощь.

Теория. Травмы и заболевание, обусловленные неправильными действиями туристов: *ожоги, порезы, ушибы, потертости, опрелости, мозоли, переломы, обмороки*. Травмы и заболевание, связанные с неблагоприятными погодными условиями: *обморожения, простуда, солнечный ожог, тепловой и солнечный удары, засорение глаз*. Травмы и заболевание, связанные с дикими животными и растениями: *укусы змей и насекомых, укусы клещей, отравления ядовитыми растениями и грибами*. Травмы и заболевание, связанные со специфическими условиями путешествий: *горная болезнь, несчастные случаи на воде, травмы при камнепадах*. Транспортировка пострадавших. Аптечка.

Практика. Наложение повязок, жгута, шины. Сооружение носилок. Комплектование аптечки.

6. Движение в походе.

Теория. Переходы по равнинной местности Движение по тропам, травянистым склонам, преодоление буреломов. Спуски и подъемы. Постановка стопы. Альпеншток. Непреодолимые естественные препятствия. Элементы техники и тактики переправ. Виды переправ: по кладям, мосткам, бревнам, вплавь, вброд, с помощью веревок. Параллельные перила. Навесная переправа.

Практика. Отработка техники движения на различном рельефе. Техника работы с альпенштоком. Наведение переправ.

7. Основы выживания в природе

Теория. Факторы выживания. Психологические аспекты выживания. Страх. Стресс, воля к жизни. Примеры людей, выживших в экстремальных природных условиях. Добывание, фильтрация, очистка воды. Элементарные укрытия. Сигналы бедствия.

Практика: фильтрация и очистка воды. Сооружение фильтра. Сооружение шалаша.

8. Общефизическая подготовка

Практика. Развитие физических качеств: равновесия, выносливости силы, скорости, ловкости, гибкости. Тестирование: *прыжки на скакалке, подтягивание, отжимание, бег на различные дистанции, тест на равновесие*.

9. Тактико-техническая подготовка

Практика. Отработка туристских навыков и умений, тактико-технических знаний; ориентирование; отработка прохождений эстафетных дистанций, отработка этапов контрольно-туристского маршрута. Работа с верёвками, вязка узлов. СФП.

10. Организация и подготовка путешествий

Предпоходная подготовка. Контрольный сбор.закупка и подготовка продуктов.

11. Практика путешествий

Практика: Экскурсии, комплексные экскурсии и многодневные походы по местам боевой славы, с целью расширения кругозора, знакомства с флорой и фауной, отработкой туристской техники на искусственном (веревочные парки, скалодромы, тематические парки) и природном рельефе.

12. Подведение итогов путешествий

Практика: Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы. Просмотр фотоматериала. Ремонт, чистка, сушка и сдача снаряжения.

Для зачетного похода: составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий. Оформление значков и спортивных разрядов участникам.

13. Итоговое занятие

Итоговая эстафета. Контрольно-туристский маршрут.

1.4. Планируемые результаты:

Предметные результаты:

обучающиеся должны знать:

- правила техники безопасности и соблюдение основных правил личной гигиены в походе и на тренировках;
- перечень личного, специального и группового снаряжения для однодневных походов, тренировок по спортивному туризму, спортивного ориентирования;
- оказание первой доврачебной помощи при травмах и заболеваниях в походах, принципы самоконтроля, профилактики травматизма, состав аптечки;
- функциональные обязанности каждого члена группы;
- правила приготовления пищи, устройство бивака в природной среде;
- структуру и основные разделы Регламента по группе дисциплин "дистанция";
- виды условных знаков спортивных и топографических карт;
- планирование и организацию многодневного похода;
- виды и принципы организации страховки и сопровождения;
- нормативно – правовые документы по спортивному туризму и спортивному ориентированию;
- структуру системы обеспечения безопасности в туристском походе;
- задачи, выполняемые участниками на соревнованиях по поисково-спасательным работам;
- причины возникновения экстремальных ситуаций и меры их предупреждения, действия группы в экстремальных ситуациях.

обучающиеся должны уметь:

- применять указанные знания на практике;
- ориентироваться на местности;
- самостоятельно пользоваться личным, групповым и специальным снаряжением во время походов и тренировок;
- проходить дистанции 1- 2 класса (лично, связкой, группой) по спортивному туризму в соответствии с требованиями Регламента;
- проверять комплектность и исправность снаряжения для походов и соревнований;
- формировать походную аптечку, безопасно эксплуатировать бивачное снаряжение;
- пользоваться узлами по Регламенту для постановки и прохождения дистанций;
- оборудовать этапы и дистанции 1-2 классов;

- применять виды страховки в зависимости от выполнения технического приёма;
- самостоятельно ориентироваться на местности, используя разные виды ориентирования;
- организовать транспортировку пострадавшего в зависимости от характера травмы;
- организовывать походный быт в любых погодных условиях и на любом характере местности;
- организовать и провести поисково-спасательные работы
- ориентироваться на местности с учётом соотношения техники и тактики по выбору, в заданном направлении, по маркированной трассе
- составлять раскладку продуктов с учётом калорийности рациона продуктов

Личностные результаты

- ❖ применять туристские знания (соблюдать инструктаж по технике безопасности, преодолевать естественные препятствия на местности и в закрытых помещениях в зале, ставить палатку, разжигать костёр, готовить пищу, организовывать бивуак, оказывать первую доврачебную помощь, уметь ориентироваться на знакомой и не знакомой местности, правильно передвигаться по маршруту);
- ❖ выявлять и различать виды основного и специального снаряжения, используемые при работе на рельефе и в зале, предметы одежды в соответствии с климатическими и температурными условиями;
- ❖ владеть способами выполнения технических условий;
- ❖ уметь пользоваться и подбирать снаряжение при работе на технических этапах, соблюдая технику безопасности;
- ❖ самостоятельно выполнять работу на дистанции;
- ❖ уметь разбираться и пользоваться картой и компасом при работе на длинных дистанциях, включающих в себя этап ориентирование;
- ❖ уметь работать с дидактическим материалом.

Метапредметные результаты

- ❖ освоение способов решения проблем поискового характера; развитие физического потенциала личности, способности оперативно мыслить самостоятельно решать поставленные задачи.
- ❖ развитие визуального – образного мышления, способности откликаться на происходящее в мире, в ближайшем окружении;
- ❖ формирование способности сравнивать, анализировать, обобщать и переносить информацию с одного вида спортивной деятельности на другой, с одного вида работы на другое;
- ❖ формировать умение накапливать знания и развивать представления о военно-прикладных видах спорта;
- ❖ воспитание умения и готовности слушать собеседника;
- ❖ воспитание нравственных и эстетических чувств; любви к родной природе, своему народу, к многонациональной культуре;
- ❖ воспитание чувства взаимопомощи и коллективизма;

- ❖ формирование специальных знаний по предмету основ туристской подготовки

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации».

2.1. Календарный учебный график программы

№	Дата	Наименование тем	Кол-во ч.	Форма занятий	Место проведения	Форма контроля
1.	2 сентября	Вводное занятие	2 часа	групповая	спортзал	наблюдение
2.	7 сентября	Основы туристской подготовки.	2 часа	групповая	спортзал	опрос
3.	9 сентября	Снаряжение	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
4.	14 сентября	Снаряжение	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
5.	16 сентября	Снаряжение	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
6.	21 сентября	Снаряжение	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
7.	23 сентября	Туристский лагерь	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
8.	28 сентября	Туристский лагерь	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
9.	30 сентября	Туристский лагерь	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
10.	5 октября	Туристский лагерь	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
11.	7 октября	Питание в походе	2 часа	групповая	спортзал	Тестирование
12.	12 октября	Питание в походе	2 часа	групповая	спортзал	Тестирование
13.	14 октября	Движение в пути	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
14.	19 октября	Движение в пути	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
15.	21 октября	Движение в пути	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
16.	26 октября	Движение в пути	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
17.	28 октября	Движение в пути	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
18.	2 ноября	Движение в пути препятствий	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
19.	9 Ноября	Топография ориентирование и	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
20.	11 ноября	Топография ориентирование. и	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
21.	16 ноября	Топография ориентирование и	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
22.	18 ноября	Топография ориентирование и	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
23.	23 ноября	Топография ориентирование и	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
24.	25 ноября	Топография ориентирование. и	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
25.	30	Топография и	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания

	ноября	ориентирование.				
26.	2 декабря	Топография и ориентирование	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
27.	7 декабря	Первая доврачебная помощь	2 часа	групповая	спортзал	Опрос
28.	9 декабря	Первая доврачебная помощь	2 часа	групповая	спортзал	Опрос
29.	14 декабря	Первая доврачебная помощь	2 часа	групповая	спортзал	Опрос
30.	16 декабря	Первая доврачебная помощь	2 часа	групповая	спортзал	Опрос
31.	21 декабря	Первая доврачебная помощь	2 часа	групповая	спортзал	тестирование
32.	23 декабря	Веревки и узлы	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
33.	28 декабря	Веревки и узлы	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
34.	30 декабря	Веревки и узлы	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
35.	5 января	Организация и подготовка путешествий.	2 часа	групповая	спортзал	наблюдение
36.	8-10 января	Практика путешествий.	24 часа	групповая	Апшеронский район	Практ. задания
37.	11 января	Подведение итогов путешествий.	2 часа	групповая	спортзал	наблюдение
38.	13 января	Веревки и узлы	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
39.	18 января	Веревки и узлы	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
40.	20 января	ОФП туриста	2 часа	групповая	спортзал	наблюдение
41.	25 января	ОФП туриста	2 часа	групповая	спортзал	Сдача нормативов
42.	27 января	ОФП туриста	2 часа	групповая	спортзал	Сдача нормативов
43.	1 февраля	ОФП туриста	2 часа	групповая	спортзал	Сдача нормативов
44.	3 февраля	ОФП туриста	2 часа	групповая	спортзал	Сдача нормативов
45.	8 февраля	ОФП туриста	2 часа	групповая	спортзал	Сдача нормативов
46.	10 февраля	ОФП туриста	2 часа	групповая	спортзал	Сдача нормативов
47.	15 февраля	Тактико – техническая подготовка	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
48.	17 февраля	Тактико – техническая подготовка	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
49.	24 февраля	Тактико – техническая подготовка	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
50.	1 марта	Тактико – техническая подготовка	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
51.	3 марта	Тактико – техническая подготовка	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
52.	15 марта	Тактико – техническая подготовка	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
53.	22 марта	Тактико – техническая подготовка	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
54.	29 марта	Тактико – техническая	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания

		подготовка				
55.	5 апреля	Тактико – техническая подготовка	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
56.	12 апреля	Тактико – техническая подготовка	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
57.	19 апреля	Тактико – техническая подготовка	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
58.	26 апреля	Тактико – техническая подготовка	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
59.	28 апреля	Организация и подготовка путешествий.	2 часа	групповая	спортзал	наблюдение
60.	29 апреля – 2 мая	Практика путешествий.	32 часа	групповая	спортзал	поход
61.	4 мая	Подведение итогов путешествий.	2 часа	групповая	спортзал	наблюдение
62.	5 мая	Организация и подготовка путешествий.	2 часа	групповая	спортзал	наблюдение
63.	6-9 мая	Практика путешествий.	32 часа	групповая	спортзал	поход
64.	12 мая	Подведение итогов путешествий.	2 часа	групповая	спортзал	наблюдение
65.	17 мая	Тактико – техническая подготовка	2 часа	групповая	спортзал	Практ. задания
66.	24 мая	Итоговое занятие	2 часа	групповая	спортзал	соревнование

2.2. Условия реализации программы

Программа реализуется во время проведения занятий:

- в спортивном зале на специально подготовленных веревочных этапах;
- при проведении занятий на местности, используются для отработки технических приемов естественные преграды (спуск подъем по склону, бревно и т.д.)

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы

Таблица 1. Индивидуальное снаряжение			
№ п/п	Наименования	Ед. изм-я	Кол-во
1.	Обувь (кроссовки, кеды, ботинки на подошве «Вибрам»).	Пар.	3
2.	Носки простые и шерстяные.	Пар.	4
3.	Теплое нижнее бельё.	Шт.	1
4.	Штормовой, ветровочный костюм.	Шт.	1
5.	Куртка тёплая.	Шт.	1
6.	Шапка тёплая	Шт.	1
7.	Рукавички или перчатки тёплые.	Пар.	1
8.	Рукавицы брезентовые.	Пар.	1
9.	Свитер тёплый.	Шт.	1

10.	Накидка от дождя.	Шт.	2
11.	Набор личной посуды (кружка, миска, ложка, нож).	Комп.	1
12.	Рюкзак.	Шт.	1
13.	Страховочная система.	Комп.	1
14.	Карабины	Шт.	4
15.	Блокировка д-10мм, 5м.	Шт.	1
16.	Кольцо репшнур д-6мм.	Шт.	2
17.	Каска.	Шт.	1
18.	Приспособление для спуска, по вертикальным перилам (восьмёрка).	Шт.	1
19.	Приспособление для подъёма по вертикал. перилам (жумар, кроль).	Шт.	1
20.	Фонарь электрический.	Шт.	1
21.	Запасные батарейки	Шт.	2
22.	Компас.	Шт.	1
23.	Мешок непромокаемый для личных вещей.	Шт.	1

Таблица 2. Групповое снаряжение			
№ п/п	Наименование	Ед. изм-я	Кол-во
1.	Котлы.	Копл.	1
2.	Топор.	Шт.	3
3.	Нож.	Шт.	6
4.	Часы ручные механические.	Шт.	4
5.	Свечи стеариновые.	Шт.	4-6
6.	Сухой спирт.	Упак.	2
7.	Фляга для воды 1,5-2л.	Шт.	1
8.	Палатка 3-4 местная с непромокаемым тентом.	Шт.	4 на гр.
9.	Блокнот, ручка, линейка.	Комп.	1
10.	Верёвка основная диаметром 10мм, 40м.	Шт.	6 шт.
11.	Верёвка основная д-10 мм, 30м.	Шт.	5
12.	Карабин с муфтой.	Шт.	20
13.	Система для транспортировки пострадавшего.	Шт.	3
14.	Блок ролики.	Шт.	6
15.	Петли двойные, д-10мм, 3-5м.	Шт.	8
16.	Полотно для изготовления носилок.	Шт.	3
17.	Медицинская аптечка.	Комп.	1
18.	Ремонтный набор.	Комп.	1
19.	Спальники.	Шт.	10
20.	Коврики.	Шт.	10
21.	Костровые принадлежности (троссик и т.д.) из металла.	Комп.	1
22.	Фотоаппарат с цветной пленкой.	Комп.	1
23.	Картографический материал.	Комп.	1
24.	Курвиметр.	Шт.	5

25.	Горелка	Шт.	2
26.	Пила	Шт.	1

Оборудование:

- Ноутбук
- Фотоаппарат 1
- Экран 1
- Проектор
- Принтер

Программное обеспечение для ведения уроков с применением дистанционных технологий:

- ☐ Приложение WhatsApp;
- ☐ Электронная почта;

• Конспекты занятий, положения о соревнованиях, технические условия дистанций, регламенты дистанций.

- Топографические и спортивные карты.
- видео-уроки и видео-лекции.

Источники;

- видеофильмы о природе из видеотеки СДЮТЭ;
- фотографии достопримечательностей Краснодарского края;
- интернет-источники:
 - <https://infourok.ru/>
 - <https://sport-marafon.ru/>
 - <https://zclub-caspian.ru/>
 - <http://www.tssr.ru/>
 - http://tourlib.net/books_tourism/ganopolsky07.htm

Кадровое обеспечение

ДООП «РУСИЧИ» реализует педагог дополнительного образования МАУДО СДЮТЭ, инструктор детско-юношеского туризма Кривчук Сергей Владимирович.

2.3. Формы аттестации

Формы аттестации: аттестация проводится 1 раз в год. Теоретическая часть представлена в виде теста, практическая представляет собой прохождение дистанции с набором технических этапов.

1 год обучения- 1 класс дистанции;

2-3 год обучения- 2 класс дистанции

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

Для контроля качества усвоения программы имеется разработанная система контроля, направленная на отслеживание результативности по всем модулям программы. Формами контроля являются: наблюдение (на занятиях, в походах, на соревнованиях), собеседование (с учащимися, родителями), участие в соревнованиях, спортивные достижения учащихся, мини-соревнования и

контрольные упражнения по туристским навыкам, прохождению этапов на время, тесты и задания на знание методики прохождения этапов соревнований и т.д.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- Создание коллектива единомышленников, повышение уровня сплоченности и развития коллектива.
- Сохранение контингента учащихся в течение 3 лет работы по программе.
- Повышение уровня физического развития учащихся, стремление к саморазвитию, самосовершенствованию, к постоянному здоровому образу жизни.
- Создание в коллективе нравственной обстановки, обстановки уважения к товарищу, самоуважения и самодостаточности учащихся.
- Рост уровня спортивных достижений команды (выступление на соревнованиях, слетах);
- Формирование стремления учащихся к победе в соревнованиях только честным способом, приобретение чувства собственного достоинства.
- Заметная психическая коррекция учащихся, высокий уровень адаптации в коллективе сверстников и общества.
- Высокие спортивные достижения. Постоянный рост спортивно-технического мастерства (от участия в степенных походах к участию в походах 1-2 категории сложности);

2.4. Оценочные материалы

Теория: Сборник тестов по «Руководству для судей и участников по пешеходному и лыжному туризму» авторы А.В. Дегтярев, М.А. Чесноков

Практика: таблица 4.2 Классификация дистанций на искусственном рельефе (в закрытых помещениях) «Регламента...»

✓ **Входная диагностика** проводится в сентябре с целью выявления уровня знаний и умений.

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

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- участие в соревнованиях;
- сдача нормативов физической подготовки;
- выполнение тестовых заданий на знание основ пешеходного туризма, ТБ, первой помощи, разрядных требований, организации быта и приготовления пищи;
- решение ситуационных задач (кейсов);
- выполнение практической работы по подготовке к походам;
- выполнение практической работы в природных условиях, установке бивака, приготовлении пищи;
- онлайн викторины,

- фото и видеоотчеты.
- ✓ **Промежуточный контроль** предусмотрен два раза в год (январь, май) с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.
- ✓ **Итоговый контроль** проводится в конце обучения по программе.

2.5. Методические материалы.

На каждом этапе реализации программы используется широкий спектр методов, обеспечивающих максимально эффективное усвоение материала каждым воспитанником. Конкретные методы работы выбираются согласно составу данной группы, ее обученности, личностным возможностям.

Теоретические занятия разумно проводить в форме бесед, лекций-консультаций, семинаров, используя наглядные материалы, сочетая теорию с практикой, полевые занятия – семинары, практикумы (в том числе индивидуальные), творческие, экспериментальные практические работы на местности. Обучение строится по принципу «от простого к сложному» и по принципу расширения кругозора по данным темам. Для дистанционных занятий: видео-лекции, виртуальные экскурсии, дискуссия, опрос в чате.

Занятия проходят с группой в целом, однако акцент ставится на индивидуальный подход к каждому воспитаннику 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» воспитанников к обучению младших. Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик.

Выбор педагогических технологий, применяемых при реализации данной программы, определяется целями и задачами, возрастными особенностями детей и спецификой содержания учебного материала. Личностно ориентированные технологии, технологии сотрудничества, развивающие.

Для достижения результатов при реализации задач программы используются следующие разнообразные педагогические методы и приемы:

Репродуктивный метод. Цель – воспроизведение информации. Используется при объяснении новой темы. Приемы: рассказ, составление картосхем, репродуктивная беседа.

Объяснительно-иллюстративный. Цель – проиллюстрировать информацию с помощью наглядных средств. Приемы: словесный, работа с наглядным материалом, с туристским снаряжением, с видеоматериалами.

Игровые методы. Применяются при изучении материала, закреплении, во время проведения учебно-тренировочных сборов. Приемы: игры на местности, в помещении, упражнения на развитие памяти, внимания и мышления.

Метод проблемного обучения. Цель – новые знания достигаются детьми в решении проблемных вопросов. Приемы – создание проблемной ситуации, ролевые игры.

Частично-поисковый метод. Цель навести ребенка на решение каких-то проблем. Используется при закреплении материала, при разработке маршрута.

Метод взаимодействия. Приемы: работа во временных группах, ситуации совместных переживаний.

Метод контроля. Прием: сдача нормативов, соревнования.

Образовательные технологии

✓ технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология дифференцированного обучения, технология игровой деятельности, технология коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающая технология, Кейс-технологии, Сетевые технологии.

1 этап - организационный.

Задача: подготовка детей к работе на занятии. Содержание этапа: организация начала занятия, создание психологического настроя на учебную деятельность и активизация внимания.

II этап - проверочный.

Задача: проверка усвоения знаний предыдущего занятия. Содержание этапа: проверка усвоения знаний предыдущего занятия.

III этап – подготовительный

Задача: мотивация и принятие детьми цели учебно-познавательной деятельности. Содержание этапа: сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности .

IV этап - основной. В качестве основного этапа выступают:

1. Усвоение новых знаний и способов действий.

Задача: обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в объекте изучения. Целесообразно использование заданий и вопросов, активизирующих познавательную деятельность детей.

2. Закрепление знаний и способов действий. Применяются тренировочные упражнения, задания, выполняемые детьми самостоятельно.

3. Обобщение и систематизация знаний. Задача: формирование целостного представления знаний по теме. Беседа и практические задания.

V этап – контрольный.

Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция.

Используются тестовые задания, виды устного и письменного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности .

VI этап - итоговый.

Задача: дать анализ и оценку успешности достижения цели и наметить перспективу последующей работы. Содержание этапа: как работали учащиеся на занятии, что нового узнали, какими умениями и навыками овладели.

VII этап - рефлексивный.

Задача: мобилизация детей на самооценку. Оцениваются работоспособность, психологическое состояние, результативность работы, содержание и полезность учебной работы.

Структура дистанционного урока.

Модель структуры дистанционного урока включает в себя следующие элементы:

Мотивационный блок. Мотивация - необходимая составляющая дистанционного урока, которая должна поддерживаться на протяжении всего процесса обучения. Большое значение имеет четко определенная цель, которая ставится перед учеником. Мотивация быстро снижается, если уровень поставленных задач не соответствует уровню подготовки обучающегося.

Инструктивный блок (инструкции и рекомендации по выполнению задания, урока).

Информационный блок (система информационного наполнения).

Контрольный блок (система тестирования и контроля).

Коммуникативный и консультативный блок (система интерактивного взаимодействия участников дистанционного урока с учителем и между собой).

2.6. Список литературы

Список литературы для педагога дополнительного образования.

1. Брондзя С.Н. Азимут. Определение и движение по азимуту. – Краснодар, 2001. – 22 с.
1. Булгаков А.А. Два дня в конце недели. – Москва: Физкультура и спорт, 1984. – 125
2. Вишневский М. Путеводитель по грибным местам. Город и окрестности. – Москва: Проспект, 2019. – 111 с.
3. Воробьева Ю.Л. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для общеобразовательных учреждений. - Москва: АСТ Астрель, 2008. – 190 с.
4. Все о съедобных грибах. – Санкт-Петербург: ООО «СЗКЭО», 2016. – 128 с.
5. Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование. – Москва: АCADEMA, 2006. – 207 с.
6. Джон Уайзман. Выживание везде и всегда. – Москва: АСТ, 2018. – 672 с.
7. Жукова И. Н. Блюда, приготовленные на открытом огне. – Ростов н/Д.: ООО «Удача», 2008. -288 с.
8. Ильин А. Школа выживания в природных условиях. – Москва: ЭКСМО, 2002. – 384 с.
9. Карел Поломис. Дети на отдыхе. – Москва: Культура и традиции, 1995. – 383 с.
10. Кудряшов Б. Энциклопедия выживания. Один на один с природой. – Краснодар, Советская Кубань, 1996. – 384 с
11. Куликов В.М. Топография и ориентирование в туристском путешествии/ учебное пособие. – Москва 2001. – 72 с.

12. Лебедева Г.М. Рюкзачок: Напутствие туристу - новичку. – Пермь: Пермское книжное издательство, 1983. – 32 с.
13. Маслов А.Г. Полевые туристские лагеря. – Москва: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2000. – 151 с.
14. Пит Хилл. Навыки альпинизма. Курс тренировок. – Москва: Фаир-Пресс, 2005. – 190 с.

Для учащихся

1. Акимченков Г.Ф. Путеводитель Абинское предгорье. – Краснодар: Советская Кубань, 2007. 240 с.
2. Ковешников В.Н. Путешествия по красавице Кубани: практическое руководство к четырнадцати маршрутам по Краснодарскому Краю.- Краснодар: Советская Кубань, 2012. – 440 с.
3. Самойленко А.А. Электричкой в горы: путеводитель/Твердый А.В. – Издатель И. Платонов, 2008. – 256 с.
4. Станица Полтавская/Администрация Полтавского сельского поселения, ООО «Редакция газеты «Голос правды». – Краснодар: ИП Профатилов 2019. – 256 с.
5. Усков А.С. Практика Туристских путешествий. Учебное пособие по туризму и краеведению. – СПб.: Творческий Учебный Центр «ГЕОС», 1999. – 264 с.

Для родителей

1. Роберт Дж. Маккензи «Упрямый ребёнок. Как установить границы дозволенного» . Психология. Искусство быть родителем.- Москва: Эксмо, 2018. - 352 стр.
2. Гиппенрейтер Ю. «Общаться с ребёнком. Как?» [электронный ресурс] / Режим доступа: https://librebook.me/obchatsia_s_rebenkom_kak/vol1/5 (Дата обращения 27.08.2020).
3. Джон Готтман «Эмоциональный интеллект». [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.litmir.me/br/?b=430015&p=1>. (Дата обращения 27.08.2020).