

КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ, ДИНСКОЙ РАЙОН, СТАНИЦА ДИНСКАЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДИНСКОЙ РАЙОН  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2»  
ИМЕНИ АЛЕКСАНДРА ВАСИЛЬЕВИЧА СУВОРОВА

Принята на заседании  
педагогического совета  
«28» августа 2023г.  
Протокол №1

Утверждаю  
Директор МАОУ СОШ №2  
МО Динской район  
\_\_\_\_\_ Н.М. Дмитренко  
«30» августа 2023г.  
Приказ №402-О от 30.08.2023г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**ТУРИСТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ШАГАТЬ»**

*(кружок дополнительного образования)*

**Уровень программы:** углубленный

**Срок реализации программы:** 1 год: 68 ч.

**Возрастная категория:** от 9 до 14 лет

**Состав группы:** до 15 человек

**Форма обучения:** очная

**Вид программы:** модифицированная

**Программа реализуется на бюджетной основе**

**ID-номер Программы в Навигаторе:**

Автор-составитель:  
Дерова Надежда Сергеевна,  
педагог дополнительного  
образования

ст. Динская, 2023

## **Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Программа разработана как нормативно правовой документ для организации внеурочной деятельности в 5-9 классе. Программа реализует требования ФГОС второго поколения к условиям и результатам образования обучающихся основной школы.

В основе программы лежат следующие законодательные акты и нормативно-правовые документы:

- Приказ №1897 от 17.12.2010г «Об утверждении ФГОС ООО»;
- Примерная программа основного общего образования;
- Приказ Мин.образования и науки от 12.05.2011г №03-296 « Об организации внеурочной деятельности».

Самодеятельный пешеходный туризм - непростой, трудоемкий, но бесконечно интересный и полезный способ организации детского досуга. Ведь такой туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, трудности и лишения, сдерживает развитие их инфантилизма, эгоизма и капризности; учит брать на себя ответственность за общее дело, бережному отношению к родной природе и культуре, рациональному использованию своего времени, сил, имущества; формирует навыки самообслуживающего труда и способствует развитию их самостоятельности.

Утверждение подростком себя как «взрослой» личности неразрывно связано с реализацией им собственных потребностей:

- в самопознании (проявлении интереса к своим взглядам, отношениям, поступкам, определении своих потенциальных возможностей, стимулируемого к тому же быстрыми изменениями в физическом облике и внутреннем мире подростка),
- в самореализации (раскрытии своих потенциальных возможностей и личностных качеств, а также предъявлении их окружающим),
- в самоидентификации (определении своей принадлежности к тем или иным социальным группам).

В какие формы выльется реализация этих потребностей, каков будет ее характер - во многом зависит от той среды, которая окружает подростка, общности, с которой он себя идентифицирует, и деятельности, в которую он включен. Все вместе это образует некое пространство его личностного самоутверждения. Педагогам важно создать для подростков подобное пространство, которое отвечало бы насущным возрастным потребностям подростка и при этом было бы благоприятным для его нравственного развития. Взрослым надо поддержать его природное любопытство и желание все испытать самому, неуемную физическую энергию и страсть к

приключениям, фантазии и романтизм, стремление к независимости и самостоятельной ответственности, потребность проявить себя среди других.

На наш взгляд, в наибольшей мере перечисленным выше условиям соответствуют всевозможные формы организации жизнедеятельности детей в естественной, природной, «нецивилизованной», не обустроенной среде - и в том числе самодетельные туристские путешествия. Здесь ребенку предоставляются дополнительные «ниши», где он смог бы реализовать свои природные свойства и актуальные устремления. Здесь подросток в большей степени (по сравнению с семьей или школой) ощущает собственную независимость от взрослых. Здесь ослабевает влияние родительских сценариев и тем самым открываются возможности для его свободного и автономного бытия, для самостоятельного поступка, самостоятельного выбора позиции. Здесь, попадая в новую обстановку, он имеет больше возможностей познакомиться с иными человеческими отношениями. Здесь, при повышенных физических нагрузках, сильных эмоциональных переживаниях, включении в групповую работу у него появляется принципиальная возможность проверить себя, показать себя, что-то доказать себе и другим. Здесь, в сложных (физически и морально сложных) жизненных условиях при поддержке педагога он может научиться поступаться собственными интересами, удобствами, благополучием ради других

Туристско-краеведческая деятельность, таким образом, позволяет решать как возрастные задачи, которые встают перед ребенком младшего школьного и подросткового возраста, так и собственно педагогические задачи, связанные с воспитанием этих детей. Эта особенность туристско-краеведческой деятельности и положена в основу данной образовательной программы.

Программа может быть реализована как в работе педагога с отдельно взятым классом, так и в его работе с группой учащихся из разных классов и параллелей. Занятия могут проводиться в виде кружковых или клубных занятий.

**Её назначение** приносить значительные результаты в плане социализации и благополучия каждого ребенка, формировать у детей социальные навыки поведения, уверенность в себе, понимание своих и чужих чувств, желаний и мнений, гражданскую позицию в обществе. Программа организует сотрудничество с семьей. Система работы предусматривает участие семьи, как в общих, так и в индивидуальных мероприятиях для родителей.

## **1.2. Цель и задачи программы**

### **Цель программы:**

Укрепление здоровья, повышение умственной и физической работоспособности, выработка к систематическим занятиям ФУ, приобщение к природе края, приобретение навыков техники преодоление естественных препятствий, навыков жизни в полевых условиях, пропаганда здорового образа жизни, антинарко.

## **Задачи:**

- Сформировать понятие о правилах ведения здорового образа жизни; о правилах поведения человека в лесу, у водоемов, на болоте, в горах; о правилах передвижения по дорогам; о правилах обращения с огнем; о правилах обращения с опасными инструментами; о правилах общения с незнакомыми людьми; об основных нормах гигиены; о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе; о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры; о рисках и угрозах нарушения этих норм; о действенных способах защиты природы; об истории и культуре родного края; о тендерных нормах поведения мальчиков и девочек; об основах организации коллективной творческой деятельности.
- Сформировать ценностные отношения школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.
- Приобретение школьником опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей, опыта волонтерской (добровольческой) деятельности

Деятельность кружка «Вместе весело шагать» имеет новый подход к организации психолого-педагогических условий внутри школы. Основная цель занятий - обеспечение наиболее благоприятных условий для гармоничного развития, самореализации и социализации каждого ребенка.

**Основные принципы**, на которых строится данная программа, полностью согласуются с базовыми принципами современного педагогического процесса: принципом развития личности за счет ее собственной активности, ориентация на субъект - субъективное взаимодействие, принципов непрерывности, открытости, гуманизации, индивидуализации.

**Пути и средства** деятельности кружка направлены на достижение целей программы:

1. Развитие мышления, речи, воображения, восприятия и других познавательных процессов.
2. Воспитание нравственных ценностей, толерантности, правильных оценок событий.
3. Развить у них чувства любви к своему краю, а также улучшение их физического и духовного состояния.

### **1.3. Содержание программы**

«Содержание курса включает совокупность сведений, обеспечивающих необходимый уровень знаний о негативных тенденциях в состоянии здоровья, обусловленных воздействием различных антропогенных факторов.

Знание закономерностей и эколого-физиологических механизмов адаптации человека к различным климатогеографическим и антропогенным

факторам среды позволяет разработать мероприятия по профилактике болезней, связанных с окружающей средой.

Выполнение практических работ и наблюдений позволяет выработать умение формулировать познавательные задачи, выявлять причинно-следственные связи.

Программа построена с учётом реализации межпредметных связей с курсом физической культуры, географии, кубановедения и туризма.

Исходя из задач обучения программа кружка, с одной стороны, должна способствовать формированию особых географических, необходимых в повседневной жизни, с другой стороны, данный курс должен заложить фундамент для дальнейшего совершенствования туристических знаний, умений. Решению этих задач служат разнообразные методы и организационные формы работы. При изучении данного курса целесообразно использовать следующие методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности учащихся: лекции, беседы, исследовательская деятельность учеников, дискуссии, видеofilмы, проведение практических занятий.

Большая роль в изучении данного курса принадлежит практическим занятиям. Они играют роль источника знаний, служат основой закрепления знаний и умений.

Предлагается использовать дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся при выполнении практических заданий.

В завершении курса учащимся предлагается выполнить однодневный или многодневный поход.

Программа включает материал, в процессе изучения которого открывается возможность реализовать систему обобщений, что позволяет учащимся понять роль туризма, его значение для человечества.

Программа курса «Вместе весело шагать» учитывает региональные особенности станицы Динской и Краснодарского края в целом. С этой целью необходимо привлекать к учебным занятиям публикации из местной прессы, радио и телевидения, статистические данные и материалы краевого «Центра туризма и экскурсий».

#### **1.4. Планируемые результаты**

1. Ожидается выработка у детей положительной мотивации на здоровый образ жизни и развитие у них чувства любви к своему краю, а также улучшение их физического и духовного состояния.
2. Рост познавательной активности детей и взрослых.
3. Овладение навыками туристических и краеведческих должностей.
4. Высокий уровень коммуникативности учащихся.
5. Результаты побед на районных туристических слетах.
6. Положительные отзывы о воспитании детей со стороны педагогов, родителей и руководителя туристического кружка.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.

Результатом изучения данного курса занятий будет подготовленный самими учащимися поход в летнее время, который даст возможность каждому из них почувствовать себя настоящим туристом, получить заряд положительных эмоций от общения с природой, а романтика туризма никого не оставит равнодушным.

### **Личностные результаты**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов;

### **Метапредметные результаты**

- развитие социальных навыков школьников в процессе групповых взаимодействий;
- повышение степени самостоятельности, инициативности учащихся и их познавательной мотивированности;
- приобретение детьми опыта исследовательско-творческой деятельности;
- умение предъявлять результат своей работы; возможность использовать полученные знания в жизни;
- формирование социально адекватных способов поведения;
- формирование способности к организации деятельности и управлению ею.

К концу первого года обучения учащиеся должны:

### **ЗНАТЬ:**

Основы туристической подготовки, технику безопасности при проведении туристических походов, занятий, топографию и способы ориентирования, историю родного края и его особенности, памятники истории, музеи края, основы гигиены и основные приемы оказания первой доврачебной помощи, предупреждение спортивных травм.

### **УМЕТЬ:**

Выбирать место для бивуака, привала, устанавливать палатку, разводить костер, читать и изображать топографические знаки, ориентироваться по карте и компасу, измерять расстояние на карте и на местности, определять ориентиры движения, собирать краеведческий материал, выполнять краеведческие задания на маршруте, изучать интересные места родного края, подбирать состав медицинской аптечки для похода, участвовать в исследовательских фестивалях и проектах.

*1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):* приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни; о правилах поведения человека в лесу, у водоемов, на болоте, в горах; о правилах передвижения по дорогам; о правилах обращения с огнем; о правилах обращения с опасными инструментами; о правилах общения с незнакомыми людьми; об основных нормах гигиены; о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе;

о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры; о рисках и угрозах нарушения этих норм; о действенных способах защиты природы; об истории и культуре родного края; о тендерных нормах поведения мальчиков и девочек; об основах организации коллективной творческой деятельности.

*2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):* развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.

*3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):* приобретение школьником опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей, опыта волонтерской (добровольческой) деятельности.

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

### **2.1. Календарный учебный график программы**

#### **Учебный план**

*Общее количество часов-68 часов*

#### **Вводные занятия (2 ч)**

Что такое туризм и каково его значение в физическом и духовном развитии ребенка. Анонс будущих занятий, форм и направлений деятельности. Нормы поведения в туристском коллективе и правила личной безопасности. Шуточные конкурсы начальных туристских навыков: укладка рюкзака «вслепую», бег в спальных мешках, переправа через «болото» по «кочкам» и т.п. Туристские песни под гитару.

**Краеведение (6 ч)** Интересные страницы истории родного края: родной край в Древности, в Средневековье, в Новое время, в годы Великой Отечественной войны и т.п. Местные легенды и мифы. Герои и яркие личности родного края. Экскурсия в краеведческий музей: подготовительная

беседа (куда идем, зачем идем, как себя ведем, что смотрим, что обсуждаем после экскурсии?), посещение музея и беседа с экскурсоводом, возвращение и итоговая беседа о проведенной экскурсии (что запомнилось, что понравилось, что не понравилось, где и как можно организовать следующую экскурсию?). Экскурсии или походы выходного дня к местам интересных исторических событий.

**Топография (4 ч)** Топографическая карта. Топографические знаки. Топографические игры. Топографический кроссворд. Топографический диктант.

**Туристские узлы (24 ч)** Ознакомление с тур снаряжением. Вязки узлов, узлы и их применение, работа с карабинами, альпенштоком, веревками. Виды палаток, рюкзаков, спальников, котлы. Перильная переправа, страховка, наведение, снятие, стенка, альпенштоковая. Спуск по склону спортивным способом. Наведение переправы. Наведение переправы челнок.

**Спортивное туристическое многоборье (2 ч)** Виды многоборья, правила и место проведения

**Спортивное ориентирование (18 ч)** Что нужно делать, если заблудился в лесу и что нужно знать, чтобы не заблудиться. Север, юг, запад, восток. Компас и его назначение. Нахождение сторон света без компаса. Ориентиры на местности. Карты. Масштаб. Легенда карты. Чтение карт. Обращение с компасом и картой. Азимут. Азимутальный ход. Спортивное ориентирование: обучение и тренировки.

**Туристская газета (2 ч)**

Совместная подготовка, изготовление и презентация стенных газет, посвященных совершенным туристами экскурсиям и походам, а также знаковым датам туристского календаря (например, Всемирному дню туризма, Дню Земли и т.п.).

**Природоохранные акции (4 ч)**

Такие акции могут быть самыми разными. Например, «Очистим лес», «Внимание, муравейник!», «Поможем птицам зимовать», «Марш парков», «Чистый берег» и т.п. Суть их проста - желающие принять участие в такой акции просыпаются и приводят в порядок свою планету. Заметим, не устраивают игры в пресс-конференцию ученых, разглагольствующих о загрязнении окружающей среды, не рисуют правильные плакаты на экологические темы, а чистят, убирают, наводят порядок, строят. Было бы хорошо, если бы эти акции предварялись обсуждением (или анкетным опросом): для чего мы это делаем, зачем нам это нужно, как привлечь других школьников, педагогов, родителей, жителей микрорайона. Организующий эту акцию Совет дела может собрать необходимые инструменты, приготовить для всех пришедших малышей нехитрые подарки, провести конкурсы на самый большой пакет собранного мусора или самую оригинальную кормушку, вручить всем памятные самодельные сертификаты «Друг Greenpeace». Для ребят постарше после работы можно организовать пикник с угощениями и подвижными играми.

**Походы выходного дня (8 ч)** Совместная подготовка, осуществление и последующий анализ похода в осенний лес - с целью созерцания красот осенней природы, сбора гербария и зарисовок родной природы. Совместная подготовка, осуществление и последующий анализ лыжного похода в зимний лес - с целью изучения следов животных. Совместная подготовка, осуществление и последующий анализ похода в весенний лес - с целью наблюдения за тем, как просыпается природа. Совместная подготовка, осуществление и последующий анализ похода вдоль небольшой лесной речки - с целью отработки навыков преодоления препятствий

№ урока	Содержание (разделы, темы)	Количество во часов	Оборудование
	<b>Кубань – край туризма</b>	<b>1</b>	
1	ТБ на занятиях. Кубань – край туризма. Краевые турбазы. Всероссийские маршруты. Местные маршруты. Ландшафт, фауна, флора. Скалодромы.	1	Видео фильм
	<b>Ориентирование</b>	<b>10</b>	
2	Общая характеристика видов ориентирования. Компас. Виды компасов. Карты. Виды карт. Работа с компасом, привязка к местности.	1	Компас. Карты (топокарты)
3	КП. Определение азимутов. Привязка карты к местности. Ориентирование на предметы, обратный азимут.	1	Компас. Карты (топокарты)
4	Ориентирование в заданном направлении, по выбору. Привязка карт. Топографические обозначения.	1	Компас. Карты (топокарты)
5	Ориентирование в заданном направлении. Расстановка КП	1	Компас. Карты (топокарты)
6	ОФП. Ориентирование в заданном направлении по кроку.	1	Компас. Карты (топокарты)
7	ОФП. Расстановка КП. Ориентирование по выбору.	1	Компас. Карты (топокарты)
8	ОФП. Ориентировочные карты, топографические карты, кроки. Ориентирование по заданным азимутам.	1	Компас. Карты (топокарты)
9	ОФП. Расстановка КП. Ориентирование по «белой карте».	1	Компас. Карты (топокарты)
10	ОФП. Расчет беговых шагов в переводе в метры (сов. Табл.). Ориентирование по счету.	1	Компас. Карты (топокарты), шагомер
11	ОФП. Расстановка КП. Соревнования – тренировка по ориентированию.	1	Компас. Карты (топокарты)
	<b>Туристская техника</b>	<b>17</b>	
12	ТБ на занятиях. Ознакомление с тур снаряжением. Вязки узлов, работа с карабинами, ледорубом, альпенштоком, веревками. Виды палаток, рюкзаков, спальников, котлы, примуса и т. д.	1	Тур снаряжение (карабины, альпеншток, веревка, палатка, рюкзак, спальник)
13	ОФП. Вязка узлов, узлы и их применение.	1	Прусик

	Перильная переправа, страховка, наведение, снятие.		
14	ОФП. Вязка узлов. Броды. перильные, стенка, альпенштоковая.	1	Прусик, веревка
15	ОФП. Вязка узлов. Брод по перилам, наведение, снятие. применение узлов.	1	Прусик, веревка, веревка
16	ОФП. Параллельные перила, наведение, страховка (челнок), снятие.	1	Прусик, веревка, веревка
17	ОФП. Переправа по бревну. Наведение, установка перил, снятие, страховка.	1	Прусик, веревка, веревка, альпеншток
18	ОФП. Траверсирование по перилам. Подъем, спуск, страховки, наведение, снятие, узлы.	1	Прусик, веревка, веревка, альпеншток
19	ОФП. Траверсирование склона по перилам. Траверсирование склона с альпенштокам, подъем, самостраховка.	1	Прусик, веревка, веревка, альпеншток
20	ОФП. Спуск по склону спортивным способом, страховка, узлы.	1	Прусик, веревка, веревка, альпеншток
21	ОФП. Наведение переправы. Наведение страховки, снятие веревок. Узлы. Подгонка систем.	1	Прусик, веревка, веревка, альпеншток, восьмерка
22	ОФП. Наведение переправы. Страховка. Узлы. Наведение переправы челнок.	1	Прусик, веревка, веревка, альпеншток
23	ОФП. Наведение переправы на время. Вязание узлов.	1	Тур снаряжение (карабины, альпеншток, веревки, восьмерки)
24	ОФП. Устройство бивуаков. Виду костров. ТБ при выборе места.	1	Тур снаряжение (карабины, альпеншток, веревки, восьмерки)
25	ОФП. Устройство бивуака на скорость. Разведение костра, пережигание нити.	1	Тур снаряжение (карабины, альпеншток, веревки, восьмерки)
26	ОФП. Навешивание перил. Снятие перил на отвесном склоне. Спуск способом «Дюльфер».	1	Тур снаряжение (карабины, альпеншток, веревки, восьмерки)
27	ОФП. Туристическая полоса препятствий, завалы, сыпучие грунты, камнепад.	1	Тур снаряжение (карабины, альпеншток, веревки, восьмерки)
28	ОФП. Туристическая полоса: установка, прохождение на время.	1	Тур снаряжение (карабины, альпеншток, веревки, восьмерки)
	<b>Топографии</b>	<b>9</b>	

29	ОФП. Виды карт, схем, кроссов. Топографические знаки. Чтение топонимов.	1	Карты, схемы, компасы
30	ОФП. Определение высот, ширины рек, привязка карт к местности, легенды кроков.	1	Карты, схемы, компасы
31	ОФП. Топо съемка маршрутная, полярная, центральная, кроки, инструменты.	1	Карты, схемы, компасы
32	ОФП. Съёмка маршрутная (камеральная), масштабные топонимы, ориентирование.	1	Карты, схемы, компасы
33	ОФП. Съёмка крока, составление легенды, камеральная обработка.	1	Карты, схемы, компасы
34	ОФП. Чтение топонимов по карте. Определение высот. измерение высоты деревьев, склонов, ширину рек.	1	Карты, схемы, компасы
35	ОФП. Топографический диктант	1	Карты, схемы, компасы
36	ОФП. Составление крока. вычерчивание по легенде.	1	Карты, схемы, компасы
37	ОФП. Полярная, центральная топо съемка.	1	Карты, схемы, компасы
	<b>Спасательная работа</b>	<b>5</b>	
38	ОФП. Задачи КСС. Месторасположение КСС. Маршрутный лист, маршрутная книжка, МКК. Заявка на поход.	1	Видеофильм
39	ОФП. Сигналы безопасности. Организация спасательной работы, снаряжение.	1	Видеофильм
40	ОФП. Организация поиска, изготовление носилок, волокуш.	1	Видеофильм
41	ОФП. Организация и установка, снятие, страховка, подъем по склону вверх, в низ.	1	Тур снаряжение (карабины, альпеншток, веревки, восьмерки, жумар)
42	ОФП. Транспортировка пострадавшего. Подъем и спуск на склонах.	1	Тур снаряжение (карабины, альпеншток, веревки, восьмерки, жумар)
	<b>Доврачебная помощь</b>	<b>4</b>	
43	ОФП. Доврачебная помощь при переломах и ушибах. Наложение шины.	1	Аптечка
44	ОФП. Оказание помощи при порезах, кровотечениях, наложение жгута. Искусственное дыхание.	1	Аптечка
45	ОФП. Переохлаждение, ожог, травма глаза, укус.	1	Аптечка
46	ОФП. Ядовитые змеи, утопление, реанимация.	1	Видеофильм
	<b>Гигиена и безопасность</b>	<b>4</b>	
47	ОФП. Личная гигиена туриста в походе. Гигиенические средства. Одежда и обувь.	1	
48	ОФП. Продукты питания, заготовка, приготовление. Грибы, ягоды.	1	Видеофильм
49	ОФП. Укладка рюкзака. Весовая характеристика.	1	Рюкзак, личные

	Опасные растения. Вода.		вещи, видеофильм
50	ОФП. Продукты, их хранение, калорийность, упаковка, сушка. Составление меню.	1	
	<b>Походы</b>	<b>18</b>	
51	ОФП. Поход выходного дня.	4	Тур снаряжение
52	ОФП. Поход выходного дня.	4	Тур снаряжение
53	ОФП. Поход с одной ночевкой	10	Тур снаряжение
	<b>Итого</b>	<b>68</b>	

## 2.2. Условия реализации программы

### Кадровое обеспечение:

Для реализации программы требуется педагог, обладающий профессиональными знаниями в предметной области, знающий специфику системы дополнительного образования, имеющий практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей.

№ п/п	Названия разделов	Общее количество часов	Часы аудиторных занятий	Часы внеаудиторных активных занятий
1	Вводные занятия	2	2	
2	Краеведение	6	8	2
3	Топография	4	4	4
4	Туристские узлы	24	16	8
5	Спортивное туристическое многоборье	2	2	
6	Спортивное ориентирование	18	2	16
7	Туристская газета	2	2	
8	Природоохранные акции	4		4
9	Поход выходного дня	8		8
	<b>Итого</b>	<b>64</b>	<b>36</b>	<b>32</b>

## 2.3. Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

## 2.4. Оценочные материалы

Эффективность программы основывается на результатах обучения, которые проявляются в ходе контроля качества знаний, умений и навыков обучающихся. Основными формами подведения итогов реализации программы является тестирование, самоанализ обучающихся своих достижений, применяемых в конце изучения наиболее важных тем.

#### **Формы контроля:**

- Тестирование;
- Зачет;
- Соревнования, конкурсы и т.д.

Итоговый контроль: предусматривает проверку не только теоретических, но и практических знаний, умений, навыков. Программа предусматривает методы и приемы:

- беседы (вопрос-ответ, обсуждение ситуаций);
- наглядно-действенные, эмоционально-образные (интерпретация, создание ситуации выбора);
- практические (вязка узлов, переправа)
- тренинг-приемы;
- наблюдение за деятельностью детей;
- проективные методы.

Методы могут варьироваться, модифицироваться, добавляться. Каждое занятие, цель будут требовать подчас ситуативного выбора метода.

## **2.5. Методические материалы**

На занятиях используются различные методы обучения (словесный, наглядный, практический) и их сочетание.

Рассказом начинается новая тема, например, об истории туризма. Рассказом о применении и назначении сопровождается демонстрация вязки узлов.

К наглядным методам обучения относится демонстрация на занятиях различных фотографий, картинок, схем и образцов. Кроме того, используется работа по мотивам заданного образца или выполнение различных вариантов.

Во время использования практических методов обучения применяются следующие приемы: постановка задания, планирование его выполнения, анализ итогов практической работы.

*Методы обучения* можно классифицировать:

- способ подачи материала: словесный (рассказ, беседа, объяснение, инструктаж);
- характер деятельности учащихся: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемный, частично-поисковый, исследовательский.

В процессе творческо-познавательной деятельности учащиеся изучают, систематизируют и самостоятельно используют полученные знания, разрабатывают конспекты, схемы, таблицы, маршруты походов и т. д.

*Практические работы* включают вязку узлов, установку палаток, наведение переправы, наведение перил, расстановка КП, ориентирование, работа с карабинами, ледорубами. Все объекты труда максимально познавательные, имеют практическую значимость и дают представление о технике туризма.

**Формы и методы обучения:**

В организации обучения используются современные образовательные технологии:

1. Информационно-коммуникационные технологии
2. Технология проектного обучения.
3. Игровые технологии.
5. Интерактивные формы и методы обучения.

В процессе обучения используются следующие методы: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, деятельностный, эвристический, исследовательский.

В процессе обучения предусматриваются следующие формы учебных занятий:

- комбинированное занятие (сочетающее в себе объяснение и практическое упражнение),
- беседа,
- консультация,
- экскурсия,
- дискуссия,
- практическое упражнение под руководством педагога по закреплению определенных навыков;
- учебная игра.

**Формы организации учебной деятельности:** индивидуальная, фронтальная, коллективное творчество.

Занятия включают в себя теоретическую часть и практическую деятельность учащихся. Теоретическая часть дается в форме бесед с просмотром иллюстративного материала (с использованием компьютерных технологий).

Формы занятий выбираются с учетом возрастных и психологических особенностей, учащихся и изучаемой темы программы.

Важными принципами при реализации программы являются доступность и последовательность обучения. Весь учебный процесс построен на пошаговом обучении: от простого к сложному. Изучение последующих тем построено на изучении предыдущих.

Занятия логически связаны между собой, составлена система обучения, которая позволяет достичь высоких образовательных результатов, полностью реализовать и развивать творческий, познавательный потенциал каждого учащегося.

В учебной деятельности гармоническое сочетание *беседы, рассказа, системы вопросов с изучением практических навыков и приемов* является важным условием для развития способностей каждого учащегося.

Учебный процесс предусматривает следующие формы обучения:

- коллективную, позволяющую развивать в детях чувство ответственности, сопереживания, подчинения своих интересов общей цели (учебные занятия и воспитательные мероприятия);
- групповую, помогающую детям при реализации своих возможностей (учебные занятия, воспитательные мероприятия);
- индивидуальную, позволяющую осуществлять индивидуальный подход к ребенку (учебные занятия и консультации).

Совместные занятия подростков разных возрастов имеет большое значение при формировании у учащегося устойчивых эмоциональных связей, устраняет трудности в общении.

#### **Методы воспитательной работы с детьми:**

- методы формирования познания - убеждение, инструктаж, рассказ, лекция, этическая беседа, внушение, объяснение, разъяснение, пример, диспут;
- методы организации деятельности и формирования опыта поведения – упражнение - поручение, педагогическое требование, общественное мнение, воспитательные ситуации;
- методы стимулирования – мотивация – соревнование, поощрение.

Основной формой организации учебного процесса является *учебное занятие*.

#### **Структура занятий:**

1. Вводный инструктаж к началу работы.
2. Особенности выполнения работы.
3. Беседа. Демонстрация наглядных пособий
4. Практическое выполнение работы.
5. Подведение итогов занятия. Анализ положительных результатов, затруднений.

#### **Материальное обеспечение**

Наименование туристического индивидуального снаряжения	Количество
Рюкзак Конжак 80 л.	16
Ковер туристический	16
Спальный мешок «Пижда» СОПЗ	16
Сиденье для туриста	16
Тенты 3*5	4
Веревка статика 10 мм	300
Веревка статика 0,8 мм	200
Каска Альпинистская Вента	6
Страховочная система поясная Стандарт и грудная Бабочка	12

Палатка 3+RL	5
Палатка 2+RL	1
Котел Боб 10л. Нерж.	3
Тросик костровой Вертикаль	2
Карабин «Классический автомат байонет»	45
Спусковое устройство 8 классическая Вента	8
Зажим Жумар правый Вента	8
Зажим Жумар левый Вента	2
Компас КЖ С-1	3
Веревка 0,6 мм	45

## 2.6. Список литературы

### Список литературы для педагогов

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе - М. ЦДЮТур МОРФ, 1996
2. Бринк И.Ю. Ателье туриста - М. ФиС, 1990
3. Ганопольский В.И. Уроки туризма. Минск. НМЦентр, 1998
4. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. М. Физкультура и спорт, 1990
5. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. М. ЦДЮТур, 1995
6. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста - М. Профиздат, 1987
7. Кошельников С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. М. ЦДЮТур, 1997
8. Курилова В.И. Туризм - М. Просвещение, 1998
9. Никишин П.Ф. Туризм и здоровье. Киев «Здоровье», 1991
10. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование - М. Просвещение, 1990
11. ЦДЮТур Организация и финансирование ТКР учащихся, 1998
12. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме, действительные и мнимые - М. ФиС, 1972
13. Щербаков Г.П. Молодость старого завода - Ч, ЮУр. кн. изд., 1990
14. Алешин В. М. Карта в спортивном ориентировании. - М.: Физкультура и спорт, 1983.
15. Аникеева Н. П. Учителю о психологическом климате в коллективе. -М.: Просвещение, 1983.
16. Аппенинский А. И. Психоэмоциональное регулирование в туризме. - М.: ЦСПТиЭ ВЦСПС институт повышения квалификации работников ТЭО, 1989.
17. Аппенянский А. И. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. - М.: ЦРИБ «Турист», 1990.
18. Аппенянский А. И. Физическая тренировка в туризме: Метод, рекомендации. -М.: ЦРИБ «Турист», 1988.

19. Бабенко Т. И., Каминский И. И. Экспресс-оценка физического здоровья школьников, условий их обучения и воспитания: Метод, рекомендации. - Ростов-н/Д: Изд-во облИУУ, 1995.
20. Богатое С. Ф., Крюков О. Г. Спортивное ориентирование. -М.: Воениздат, 1982.
21. Бутин И. М. Лыжный спорт: Учеб. для студентов пед. институтов. -М.: Просвещение, 1983.
22. Варламов В. Г. Физическая подготовка туристов-пешеходников: Метод, рекомендации. - М.: ЦРИБ «Турист», 1979.
23. Велитченко В. К, Физкультура без травм. - М.: Просвещение, 1993. - (Б-ка учителя физ. культуры).
24. Возрастная и педагогическая психология. - М.: Просвещение, 1984.
25. Воронов Ю. С. Индивидуализация тренировочного процесса начинающих ориентировщиков на основе методик и активного обучения: Метод, рекомендации для тренеров. - Смоленск, СГИФК, 1999.
26. Воронов Ю. С. Тесты и занимательные задачи для юных ориентировщиков: Учеб. пособие. -М.: ФСО РФ, 1998.
27. Воронов Ю. С, Николин М. В., Малахова Г. Ю. Методика обучения юных ориентировщиков тактическим действиям и навыкам: Учеб. пособие для тренеров ДЮСШ, учителей физической культуры и руководителей туристских кружков. - Смоленск, 1998.
28. Ганопольский В. И. Туризм в общеобразовательной школе: Учебно-метод. материал. -Минск: ООО «Финадо», 1996.
29. Гозман Л. Я, Психология эмоциональных отношений. - М.: Изд-во МГУ, 1987.
30. Иванов Е. И. Начальная подготовка ориентировщика. - М.: Физкультура и спорт, 1985.
31. Ильичев А. А. Зимняя аварийная ситуация. - М.: МГЦТК «Дорога», 1991.
32. Ильичев А. А. Популярная энциклопедия выживания. - 2-е изд., испр., доп. и перераб. - М.: ЗАО «Изд-во ЭКСМО-Пресс», 2000.
33. Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации Приложение 1 к приказу Минобразования РФ от «13» июля 1992г. № 293.
34. Кодыш Э. Н. Соревнования туристов: пешеходный туризм. - М.: Физкультура и спорт, 1990.
35. Козлова Ю. В., Ярошенко В. В. Полевой туристский лагерь школьников: Для организаторов школьного туризма и краеведения. -М.: ООО «ИздатШкола», 1997.
36. Константинов Ю. С, Куликов В. М. Педагогика школьного туризма: Учебно-метод. пособие. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.
37. Константинов Ю. С. Туристские слеты и соревнования учащихся: Учебно-метод. пособие. - М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000.

38. Кошельков С. А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
39. Кулагина И. Ю. Возрастная психология: (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): Учеб. пособие. - 3-е изд. - М.: УРАО, 1997.
40. Лекарственные препараты, применяемые в спортивной медицине / Под ред. Вайнбаума. - М.: Медицина, 1974.
41. Линчевский Э. Э. Психологический климат туристской группы. - М.: Физкультура и спорт, 1981.
42. Лукоянов П. И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
43. Лукоянов П. И. Зимние спортивные походы. - М.: Физкультура и спорт, 1988.
44. Мартынов А. И. Психология спорта. - М.: СпортАкадем-Пресс, 2001.
45. Минделевич С. Пора в поход. - М.: Молодая гвардия, 1985.
46. Михайлов Б. А., Федотова А. А., Федотов Ю. П. Физическая подготовка туристов: Метод, рекомендации. - М.: ЦРИБ «Турист», 1985.
47. Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, расположенных на территории РФ: Сб. документов Минобразования и Госкомспорта России. - М.: Минобразования, 1995.
48. Нурмица В. Спортивное ориентирование / Сокр. пер. с фин. Р. И. Сюкияйнена. - М.: ФСО, 1997.

### **Список литературы для учащихся**

1. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1981.
2. Борисов В.И. Занимательное краеведение. Краснодар, Кн. изд., 1969.
3. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
4. Иванов Е. Знакомьтесь - ориентирование, - В сб.: Сам выбирай туристский маршрут. М., Профиздат, 1968
5. Каледин С.В. Физическая подготовка юных спортсменов. М., Физкультура и спорт, 1968
6. Канонников А.М. Природа Кубани и Причерноморья. Краснодар, 1977.
7. Ковешников В.Н. Очерки о географических названиях Краснодарского края. Краснодар, КрайсЮТур, 1999.
8. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М.: Профиздат, 1987.
9. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. М.: Профиздат, 1990.
10. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
11. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. М., «Толк», 1996.
12. Меньчуков А.Е. В мире ориентиров. М., Мысль, 1966.
13. Расторгуев М. Ситникова С. Карабинные узлы. М., «Кроу лимитед», 1995.

14. Туристская игротека, под ред. Константинова Ю.С. М., ВЛАДОС 2000.
15. Фредерик Лисак «Горы». М., АСТ. Астрель, 2003.
16. Энциклопедия туриста. М., 1993.

### **Список литературы для родителей**

1. Бардин К.В. Азбука туризма. М. Просвещение, 1981
2. Беленький В.П. Возьмемся за руки друзья. М. Молодая гвардия, 1990
3. Виноградов Н.Б. и др. Очерки истории Челябинской области - Ч.ЮУр. кн. изд., 1991
4. Куприн А.М. Занимательная картография - М. Просвещение, 1989
5. Морозов В.В. Миасс-город в золотой долине. Челябинск, Южноуральское книжное издательство, 1983
6. Первая медицинская помощь, популярная энциклопедия. М. БМР, 1994
7. Предания и легенды Урала. Свердловск, Среднеуральское изд., 1991
8. Тургояк. Чел. Рифей, 1993
9. Энциклопедия туриста - М. БРЭ, 1993
10. Алексеев В. А. 300 вопросов и ответов о животных. - Ярославль: Академия развития, 1997.
11. Астапенко П. Д. Вопросы о погоде. - Л.: Гидрометеиздат, 1982.
12. Беме Р. Л., Кузнецов А. А. Птицы открытых и околоводных пространств СССР. - М.: Просвещение, 1983.
13. Буланова Н. А. Как пойти в поход? - Дубна: ЦДЮТиЭВ, 2000.
14. Васечкин В. И. Справочник по массажу. - СПб.: Гиппократ, 1992.
15. Водный туризм / Сост. В. Н. Григорьев. - М.: Профиздат, 1990.
16. Второе П. П., Дроздов Н. Н. Определитель птиц фауны СССР. -М.: Просвещение, 1980.
17. Головачев М. В., Мухамадиев Н. Ф. Школа выживания: организация и обустройство полевого лагеря: (Вопросы безопасности): Пособие по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». - Нижний Новгород: Изд-во НГТУ, 2001