

Управление образования

**Администрации городского округа Солнечногорск Московской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

Андреевская средняя общеобразовательная школа
Тел.: +79582717986 141551, Московская область, Солнечногорский район,
р. п. Андреевка, дом 9А
e-mail: DonskaiaIA@mosreg.ru

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом
от 27.08.2024
Приказ № 155.4-01.12

УТВЕРЖДЕНО

Директор
МБОУ Андреевская СОШ
Донская И.А.



**Дополнительная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности**

**«Турист»
(стартовый уровень)**

Возраст обучающихся: 11-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Богомолов Д.Д.
педагог дополнительного
образования

Р.п. Андреевка
2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	3
Учебно-тематический план.....	14
Содержание программы	15
Календарный учебный график	22
Материально-техническое обеспечение учебного процесса.....	24
Методическое обеспечение программы	25
Список литературы	27

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Турист» (далее – программа) туристско-краеведческой направленности (стартовый уровень) разработана на основе следующих нормативно-правовых документов, регламентирующих образовательную деятельность:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 13.07.2020 № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р (в редакции от 15.05.2023);
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р;
5. Паспорт национального проекта «Образование», утвержденный протоколом президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 24.12.2018 № 16;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 21.04.2023);
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391

«Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

11. Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

12. Письмо Министерства образования и науки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

13. Письмо Министерства образования и науки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»

Направленность программы. Программа является общеразвивающей, туристско-краеведческой направленности, модифицированной. Программа модифицирована на основе авторских программ доктора пед. наук, заслуженного учителя Российской Федерации Константинова Ю.С. «Юные инструкторы туризма» и «Юные туристы-краеведы» Смирнова Д.В., Константинова Ю.С., Маслова А.Г., изданных Федеральным центром детско-юношеского туризма и краеведения в сборнике программ туристско-краеведческой направленности. В данной программе краеведение выступает как форма исследовательской деятельности учащихся в походах и экскурсиях под руководством педагога.

Актуальность, новизна и педагогическая целесообразность программы. Туризм и краеведение, дополняя друг друга, осуществляют комплекс образовательно-воспитательных, спортивно-оздоровительных и научно-познавательных задач. Туристско-краеведческая деятельность является комплексным средством в деле воспитания и образования учащихся, и в тоже время очень действенным в силу своей демократичности и гуманности. Следовательно, туристско-познавательная деятельность учащихся является весьма актуальной для их всестороннего развития, занимает важное место в

общей системе обучения учащихся и остается педагогически целесообразной. Более чем столетний опыт России в применении краеведения в обучении подтверждает актуальность и педагогическую целесообразность туристско-краеведческих программ и этой формы деятельности учащихся. В последние годы развитию детского туризма в Российской Федерации уделяется значительное внимание. Постановлением Правительства от 4 ноября 2014 г. №1163 образован Координационный совет по развитию детского туризма в России, одними из приоритетных задач которого являются развитие и увеличение объемов детского туризма в границах страны и патриотическое воспитание подрастающего поколения. Именно туристско-краеведческая деятельность детей способствует выполнению этих задач и является весьма актуальной для нашего времени, для современных детей и их родителей.

Новизна программы заключается в том, что ее содержание дополнено разделом «Общая физическая подготовка», в результате освоения которого учащиеся приобретают навыки физической и начальной технической подготовки, приобщаются к здоровому образу жизни.

Отличительной особенностью программы от уже существующих программ данной направленности является то, что в нее внесены темы краеведческого характера, раскрывающие специфику многообразия природных условий и богатейшей истории Московской области и муниципального образования.

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

Достижение поставленной цели возможно при решении следующих задач:

Предметные (образовательные):

- формирование знаний и умений в области туризма, ориентирования, краеведения;
- расширение кругозора учащихся и повышение уровня краеведческих знаний;
- привитие учащимся начальных туристских знаний, умений и навыков.

Личностные:

- укрепление психического и физического здоровья учащихся;
- воспитание у учащихся патриотизма, бережного отношения к окружающему миру;
- обеспечение социальной адаптации учащихся;
- привитие навыков здорового образа жизни.

Метапредметные:

- формирование познавательного интереса учащихся;
- выработка навыков поисково-исследовательской работы.

Направленность (профиль) программы – туристско-краеведческая.

Уровень программы – стартовый.

Адресат программы. Возраст учащихся в объединении предлагается от 11 до 17 лет. Принимаются все желающие мальчики и девочки, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, по заявлению родителя (законного представителя).

Группа формируется из детей в возрасте 11-17 лет.

Обучение по программе будет актуальным для физически активных детей, проявляющих интерес к изучению окружающего мира, истории и культуры родного края. При зачислении в объединение проводится стартовая диагностика с целью выявления уровня готовности ребенка и его индивидуальных особенностей. Максимальное количество детей в группе – 20 человек.

Объем программы и сроки реализации. Общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы, составляет 72 часов.

Срок реализации программы – 1 год. Продолжительность обучения по программе – 36 недель, период обучения – с сентября по май. Во время каникул проводятся однодневные учебно-тренировочные походы, по окончании учебного года проводится двухдневный поход вне сетки часов. Учащиеся в ходе освоения программы знакомятся с туристско-краеведческой деятельностью, получают навыки начальной туристской подготовки.

Форма обучения – очная. Программа предусматривает 2 вида занятий: теоретические и практические. На теоретические занятия отводится 18 часов, на практические – 54 часа в год. В обучении применяется групповая форма с индивидуальным подходом, включающая обучение в малых группах.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий:

Программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа (72 ч/год) с перерывами между занятиями 10 минут.

Год обучения	Количество часов		Кол-во обучающихся в группе	Возраст обучающихся (лет)
	в год	в неделю		
I	72	2	20	11-17

Особенности организации образовательного процесса. Группы формируются из учащихся в возрасте 11-17 лет. Занятия по программе

спланированы в соответствии с возрастными потребностями учащихся 11-17 лет. Программа предусматривает проведение занятий с группой, в парах.

Программа предусматривает проведение занятий с группой, в парах, индивидуально. В индивидуальный план учащегося включаются занятия, пропущенные по болезни или иным причинам.

Возрастные особенности учащихся среднего и старшего возраста. Средний и старший школьный возраст – этапный возраст для окончательного формирования личности. Для него характерны наиболее осознанные и глубокие отношения со взрослыми и сверстниками, включение в целую систему коллективов, в новый вид деятельности – учение, которое предъявляет ряд серьёзных требований к обучающемуся. Всё это решающим образом сказывается на формировании и закреплении новой системы отношений к людям, коллективу, к учению и связанным с ними обязанностям, формирует характер, волю, расширяет круг интересов, развивает способности.

Организация учебного процесса.

Программа рассчитана для первичного ознакомления учащихся с туристско-краеведческой деятельностью и получения начальных туристских умений и навыков, носит выраженный деятельностный характер, создает возможность активного практического погружения детей в туристско-краеведческую деятельность.

В программе уделяется внимание общей физической подготовке учащихся, на которые отводится четверть всего количества часов. Занятия по основной физической подготовке равномерно распределяются на весь учебный период. Для реализации данной программы ознакомительного уровня требуется педагог, обладающий профессиональными знаниями в области краеведения и являющийся инструктором по детско-юношескому туризму. Большая часть занятий проводится на природе, где от педагога требуется повышенное внимание и контроль за действиями обучающихся.

Для выполнения поставленных задач необходимы взаимное сотрудничество педагога и учащегося, доверительные отношения между ними. Принцип реализации индивидуализации и дифференциации имеет важное значение в подборе для каждого обучающегося соответствующих методов и приемов дополнительного образования. Реализации программы способствует использование метода комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, морально-эстетических и других форм воспитания. Достижение цели программы зависит от количества и качества проведенных на местности занятий, прогулок и экскурсий.

Планируемые результаты:

а) требования к знаниям и умениям, которые должен приобрести обучающийся в процессе занятий по программе

В результате освоения программы, учащиеся будут знать:

- особенности природы района, области, географическое положение;
- историю своего района, области, их основные достопримечательности;
- правила поведения на природе.

В результате освоения программы, учащиеся будут уметь:

- давать общую характеристику района, области;
- проводить наблюдения и исследования на природе, простые опыты и практические работы;
- ориентироваться на местности по местным признакам, с помощью карты и компаса;
- пользоваться туристским снаряжением: укладывать рюкзак, устанавливать палатку и осуществлять простейший ремонт;
- обустраивать туристскую стоянку и убирать ее;
- приготовить пищу на костре;
- передвигаться в составе группы;
- оказывать первую доврачебную помощь пострадавшему;
- соблюдать правила поведения на природе и меры предосторожности.

б) компетенции и личностные качества, которые могут быть сформированы и развиты у учащихся в результате занятий по программе:

У обучающихся будут сформированы:

- положительное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к ежедневным занятиям физической культурой, к здоровому образу жизни, к природе, как основным ценностям в жизни человека;
- интерес к изучению истории и культуры родного края, Отечества;
- первоначальные туристские умения и навыки.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- экологического мышления;
- познавательной мотивации к истории возникновения физической культуры и туризма;
- умений и навыков, способов ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе;
- понимания значения занятий туризмом для общефизической подготовки и укрепления здоровья человека;
- мотивации к выполнению норм гигиены и закаливающих процедур.

в) личностные, метапредметные и предметные результаты, которые приобретают учащиеся по итогам освоения программы:

1. Культура здорового и безопасного образа жизни: учащиеся умеют выбрать место для бивака, поставить палатку, развести костер в любых погодных условиях; умеют ориентироваться по местным предметам с помощью карты и компаса.

2. Культура организации личного досуга: участвуют в творческих выставках, конкурсах, соревнованиях, проектах; участвуют в качестве помощника при организации культурных мероприятий; создают собственные произведения (рисунки, фотографии, объекты ландшафтного дизайна, куплеты гимна); владеют видами публичных выступлений (актёрство, презентация путевого дневника, презентация песни пересказ/описывание любимых произведений искусства), владеют способами участия в коллективной деятельности.

3. Культура социально значимой деятельности: способствуют сохранению и восстановлению природных ресурсов; знают географию (природно-климатические особенности), умеют их презентовать.

Условия реализации программы

Информационное обеспечение:

1. учебные фильмы;
2. презентации;
3. интернет сайты.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования или учитель, имеющий образование по профилю.

Психолого-педагогическая диагностика функционального и физического развития, тестирование обучающихся

Входное тестирование и диагностика (проводится осенью). Рассказ детей о своих друзьях и своих семьях «Я и моя семья». Рисование детей на тему «Моя семья». Выявление психолого-педагогического портрета окружения обучающихся. Режим дня, физическое развитие и подготовленность, самоконтроль учащихся. Проведение тестов с целью выявления темперамента, воображения, типа памяти и пр. Проведение в игровой (состязательной) форме тестов с целью определения (выявления) общего физического и функционального уровня развития воспитанников.

Констатирующее тестирование и диагностика (проводится весной). Организация самоконтроля за соблюдением режима дня, ведение (совместно с родителями учащихся) дневника наблюдений за параметрами физического развития организма обучающихся. Проведение в игровой (состязательной)

форме контрольных тестов с целью констатации динамики общего физического и функционального развития воспитанников за год.

Зачетный летний поход (вне сетки часов). Движение группы по маршруту протяженностью до 4-5 км с использованием плана местности (легенды) или спорткарты. Организация лагеря туристской группы, бивака совместно с родителями. Участие в заготовке дров и сборе хвороста. Посильное участие в приготовлении пищи на костре (совместно с родителями). Сервировка дежурными туристского походного стола. Соблюдение правил и требований гигиены. Туристские и другие игры и состязания. Конкурс знатоков растений на поляне привала. Операции «Помоги братьям меньшим» и «Помоги природе» (очистка ближайших окрестностей от бытового мусора) и др.

Формы аттестации

С целью установления соответствия результатов освоения данной программы заявленным целям и планируемым результатам проводится промежуточная и итоговая аттестация. Промежуточная аттестация проходит в конце первого полугодия (1 модуля) в форме тестирования, итоговая – в конце учебного года в результате прохождения учащимися туристской полосы препятствий. Аттестацию проводит аттестационная комиссия, ее результаты оформляются в протоколы.

Для полноценной реализации данной программы используются следующие виды контроля:

вводный – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью учащегося в процессе занятий и собеседования с ним;

текущий – контрольные задания на местности, тестирование, учебные тренировки, выполнение учащимися краеведческих заданий;

итоговый – участие в походах, конкурсах и викторинах.

Подведение итогов реализации программы происходит во время похода выходного дня, организуемого по окончании учебного года, где на практике проверяются знания, умения и навыки каждого учащегося.

Оценочные материалы

Средством обратной связи, помогающим корректировать реализацию программы, служит диагностический мониторинг. Диагностический материал собирается и копится непрерывно на всех стадиях реализации программы. Психологическая диагностика воспитанников проводится в виде тестов, тренингов, игр, анкет. В течение года в программу включены упражнения на развитие памяти, мышления и внимания, на развитие глазомера и ориентирование в пространстве. Отслеживается результативность в достижениях воспитанников объединения. Результативность выполнения учащимися образовательной программы оформляется в таблицы.

Мониторинг результатов обучения

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное число баллов	Методы диагностики
1. Теоретическая подготовка				
1.1 Теоретические знания по основным разделам учебно-тематического плана программы	Способность ответить на простые вопросы по всем темам за год	Минимальный уровень – ребенок овладел менее чем 0,5 объема знаний	1	Тестирование, контрольный опрос и др.
		Средний уровень – ребенок способен ответить на более половины вопросов	5	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объем знаний	10	
2. Практическая подготовка				
2.1.Туристская подготовка	Умение пользоваться снаряжением, организовать быт, ориентироваться , оказывать первую помощь	Минимальный уровень	1	Наблюдение
		Средний уровень	5	
		Максимальный уровень	10	
2.2.Краеведческие навыки	Умение проводить наблюдения, исследования и оформлять результаты	Минимальный уровень	1	Наблюдение
		Средний уровень	5	
		Максимальный уровень	10	
2.3.Физическая подготовка	Умение преодолевать препятствия	Минимальный уровень	1	Наблюдение
		Средний уровень	5	
		Максимальный уровень	10	
3. Общеучебные умения и навыки ребенка				
3.1 Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Минимальный уровень – ребенок испытывает серьезные затруднения в работе, нуждается в помощи педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень – работает с помощью педагога	5	
		Максимальный уровень – работает самостоятельно, не испытывает затруднения	10	
3.2 Учебно-организационные навыки и умения	Способность самостоятельно подготовиться к занятию и убрать за собой	Минимальный уровень – ребенок овладел менее чем ½ объема навыков	1	Наблюдение
		Средний уровень– объем усвоенных навыков более 1/2	5	

		Максимальный уровень – освоил практически весь объем навыков за данный период	10	
3.3 Умение соблюдать правила безопасности во время занятий	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	Минимальный уровень– ребенок овладел менее чем ½ объема навыков соблюдения правил безопасности	1	Наблюдение
		Средний уровень– объем усвоенных навыков более 1/2;	5	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объем навыков за данный период	10	

Мониторинг личностного развития ребенка

Показатели оцениваемые параметры	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное число баллов	Методы диагностики
1. Морально - волевые качества				
1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевая трудности	Терпения хватает менее чем на ½ занятия	1	Наблюдение
		Более чем на ½ занятия	5	
		На все занятие	10	
2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Волевые усилия ребенка побуждаются извне	1	Наблюдение
		Иногда – самим ребенком	5	
		Всегда самим ребенком	10	
3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному действию)	Ребенок постоянно действует под контролем извне	1	Наблюдение
		Периодически контролирует себя сам	5	
		Постоянно контролирует себя сам	10	
2. Ориентационные качества				
1. Самооценка	Способность оценить себя адекватно	Завышенная	1	Анкетирова- ние
		Заниженная	5	
		Нормальная	10	

	реальным достижениям			
2.Интерес к занятиям в детском коллективе	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы	Продиктован ребенку извне	1	Наблюдение
		Периодически поддерживается самим ребенком	5	
		Постоянно поддерживается самим ребенком	10	
3. Поведенческие качества				
1.Конфликтность (отношение ребенка к столкновению интересов (спору)	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации	Периодически провоцирует конфликты	1	Наблюдение
		Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать	5	
		Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	10	
2. Отношение к общим делам	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	Избегает участия в общих делах	1	Наблюдение
		Участвует при побуждении извне	5	
		Инициативен в общих делах	10	
3. Тип сотрудничества	Умение работать в коллективе	Пассивен	1	Наблюдение
		Сотрудничает иногда	5	
		Активен	10	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации/
		Всего	Теория	Практика	
Модуль 1					
1. Введение		2	2	-	
1.1	Туристско-краеведческая деятельность учащихся	2	2	-	Вводный (начальная диагностика уровня подготовки учащихся)
2. Основы туристской подготовки		30	10	20	
2.1	Основы безопасности и правила поведения туристов-краеведов	2	1	1	Собеседование, педагогическое наблюдение
2.2.	Организация и проведение туристских прогулок и походов	6	2	4	Собеседование, педагогическое наблюдение
2.3.	Туристское снаряжение	6	2	4	Укладка рюкзака
2.4.	Организация туристского быта	8	2	6	Учебно-тренировочный поход
2.5.	Топографическая подготовка и ориентирование	6	2	4	Контрольные задания на местности
2.6.	Медико-санитарная подготовка, гигиена	2	1	1	Промежуточный (опрос, тестовые задания)
Всего по модулю 1		32	12	20	
Модуль 2					
3. Краеведческая работа в походе		24	5	19	
3.1.	Общая характеристика муниципального образования: история, география, природа	4	1	3	Собеседование, педагогическое наблюдение, экскурсия
3.2.	Культура и народные традиции	4	1	3	Опрос, конкурс творческих работ
3.3.	Природа и экология, охрана природы	4	1	3	Опрос, игра, творческая работа
3.4.	Сбор краеведческого материала	12	2	10	Краеведческое задание
4.Общая физическая подготовка		14	2	12	
4.1.	Значение физической подготовки и закаливания. Общая физическая подготовка	14	2	12	Педагогическое наблюдение, контрольные упражнения
5.	Итоговое занятие	2	1	1	Итоговый (прохождение учащимися туристской полосы препятствий, зачет, подведение итогов работы)
Всего по модулю 2		40	8	32	
Итого		72	20	52	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Введение (2 часа)

1.1. Вводное занятие. Туристско-краеведческая деятельность учащихся (2 часа)

Теоретическое занятие (2 часа)

Инструктаж по ТБ. Знакомство с деятельностью объединения «Юный турист», определение понятий туризм и краеведение. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Туризм самостоятельный, экскурсионный, международный. Понятие о спортивном туризме. Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Ее роль в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе.

Знакомство детей с помещениями (учебным классом, спортивным залом) и сооружениями (туристско-спортивной площадкой, учебным полигоном), где будут проходить учебные занятия и оздоровительные тренировки. Правила поведения и меры безопасности во время занятий в учебном кабинете, спортивном зале, на местности, в парке (лесу). Инструктаж по технике безопасности. Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов.

Формы первичного контроля: начальная диагностика уровня подготовки учащихся, собеседование, педагогическое наблюдение.

2. Начальная туристская подготовка (30 часов)

2.1. Основы безопасности и правила поведения туристов-краеведов (2 часа)

Теоретическое занятие (1 час)

Правила поведения юных туристов на экскурсиях, туристских прогулках и походах. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Необходимость выполнения требований руководителя туристской (экскурсионной) группы. Основы безопасности в природной среде. Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии в парк (лес). Основные законы и правила поведения юных туристов. Права и обязанности юных туристов, их соблюдение в процессе занятий, традиции туристов. Взаимопомощь в туристской группе. Общественно полезная работа туристов-краеведов.

Практическое занятие (1 час)

Прогулка в парк (в лес) с целью закрепления знаний о правилах поведения во время занятий и на природе, выработки навыков наблюдательности.

Формы текущего контроля: собеседование, педагогическое наблюдение.

2.2. Организация и проведение туристских прогулок и походов (6 часов)

Теоретические занятия (2 часа)

Поход – основная форма туристско-краеведческой деятельности. Правила организации и проведения туристских походов. Планирование нитки маршрута и разработка плана-графика похода. Формирование туристской группы. Основные туристские должности и обязанности в группе, распределение обязанностей. Походная документация. Подведение итогов похода, путешествия. Разбор действий группы. Требования к отчету. Обработка собранных материалов. Строй туристской группы. Направляющий, замыкающий в туристской группе.

Ритм и темп движения туристской группы, организация привалов. Взаимопомощь в туристской группе. Распорядок дня юного туриста в походе. Характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи, снежники. Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте. Обеспечение безопасности при проведении полевого лагеря. Способы безопасного преодоления препятствий с туристским рюкзаком. Техника преодоления препятствий. Основные туристские узлы, их назначение и применение.

Практические занятия (4 часа):

Туристская прогулка (экскурсия). Построение в походную колонну, отработка движения группы. Работа направляющего и замыкающего. Строевой и походный шаг. Выбор пути движения, передвижение в составе группы. Отработка техники движения и практических умений и навыков преодоления естественных препятствий: канав, завалов, оврагов и др. Узлы: простой и двойной проводник, восьмерка, прямой, булинь, схватывающие узлы, встречный и др. Техника вязания узлов.

Сбор группы и прогулка по микрорайону в межсезонье для проверки умений готовиться к туристским мероприятиям.

Формы текущего контроля: собеседование, педагогическое наблюдение.

2.3. Туристское снаряжение (6 часов)

Теоретические занятия (2 часа)

Личное и групповое снаряжение юного туриста. Основные требования к снаряжению: легкость, прочность, удобство, гигиеничность, эстетичность. Требования к одежде и обуви. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток, тентов и правила ухода за ними. Рюкзак: виды рюкзаков, основные требования к ним; правила укладки рюкзака. Костровое и кухонное оборудование. Хранение и переноска режуще-колющих инструментов. Оборудование для краеведческой исследовательской работы: фотоаппарат, бинокль, видеокамера. Уход за снаряжением, его хранение и ремонт. Состав ремонтного набора. Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими. Обязанности ремонтного

мастера группы. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии). Завхоз туристской группы и его обязанности на туристской прогулке.

Практические занятия (4 часа)

Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением. Подготовка группового снаряжения к походу, ремонт туристского снаряжения. Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки: установка и снятие палатки, натягивание тента, приемы обращения с костровым оборудованием и режуще-колющими инструментами. Подготовка оборудования для наблюдений и исследовательских работ. Упаковка продуктов для перекуса. Укладка рюкзака, игра «Собери рюкзак к туристской прогулке». Игросостязание «Ремонт личного снаряжения» (способы штопки, наложения заплат, заклеивания дыр, пришивания пуговиц и пр.).

Форма текущего контроля: укладка рюкзака.

2.4. Организация туристского быта (8 часов)

Теоретические занятия (2 часа)

Привалы и ночлеги, требования к местам привалов и ночлегов. Организация мест отдыха и туристской стоянки. Требования к туристской стоянке: наличие питьевой воды, дров, безопасность при различных природных явлениях, эстетические и гигиенические требования. Типовая планировка территории туристской стоянки. Правила разведения костра. Типы костров и их назначение. Организация питания и питьевой режим в походе. Требования к упаковке продуктов для перекуса, соблюдение гигиенических требований. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки.

Практические занятия (6 часов)

Фасовка и упаковка продуктов, воды и соблюдение гигиенических требований. Планирование и организация места отдыха на местности во время туристской прогулки. Устройство и оборудование туристской стоянки: места для установки палаток, кострища, приготовления и приема пищи, отдыха, умывания, забора воды и мытья посуды, туалеты. Уборка мест привалов и стоянок. Заготовка дров, разведение костра и соблюдение мер безопасности. Приготовление пищи на костре. Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья, рациональное расходование воды и соблюдение питьевого режима во время туристской прогулки (тренировки).

Форма текущего контроля: учебно-тренировочный поход.

2.5. Топографическая подготовка и ориентирование (6 часов)

Теоретические занятия (2 часа)

Рисунок и простейший план местности (парка или своей улицы). Изображение местности на рисунке, фотографии, схеме или плане. Простейшие условные знаки. Знакомство с топографической картой, масштаб, условные знаки. Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута.

Горизонт и стороны горизонта. Компас, правила пользования им. Определение сторон горизонта по компасу, Солнцу, объектам растительного и животного мира и по местным признакам. Ориентирование с помощью карты в походе. Разведчик туристской группы, его обязанности и действия на туристской прогулке (экскурсии).

Практические занятия (4 часа)

Рисовка плана кабинета. Знакомство с планом улицы и поселка. Зарисовка топографических условных знаков. Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на местности, в парке. Освоение навыков чтения и движение по схеме (плану) на местности. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии. Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками. Выработка навыков определения сторон горизонта по компасу, солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях парка (леса). Ориентирование на местности. Ориентирование по описанию (легенде). Обсуждение историй из книг и мультфильмов, где герои использовали планы местности или рисунки в различных целях (поиск кладов, путешествия, постройка жилища для друзей).

Форма текущего контроля: контрольные задания на местности

2.6. Медико-санитарная подготовка (2 часа)

Теоретические занятия (1 час)

Личная гигиена юного туриста. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Обязанности санитара туристской группы. Состав медицинской аптечки. Организация первой доврачебной помощи.

Практические занятия (1 час)

Комплектование медицинской аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка срока годности медикаментов, их упаковки. Изучение приемов оказания доврачебной помощи при порезах, ушибах, ожогах, тепловых и солнечных ударах. Игра «Айболит» (первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок).

Формы промежуточного контроля: опрос, тестовые задания.

3. Краеведческая работа в походе (24 часа)

3.1. Общая характеристика муниципального образования (4 часа)

Теоретические занятия (1 час)

Знакомство с картой муниципального образования. Территория и географическое расположение края. История края, района, своего населенного пункта; памятные исторические места. Особенности природы края: климат, растительность, животный мир, полезные ископаемые. Туристские возможности района, области.

Практические занятия (3 часа)

Определение границ края и района на карте, просмотр фото, видео материалов, обзорная экскурсия. Экскурсия по своему населенному пункту, в краеведческий музей.

Формы текущего контроля: собеседование, педагогическое наблюдение, экскурсия.

3.2. Культура и народные традиции (4 часа)

Теоретические занятия (1 час)

Родословие. Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники. Население края, этнический состав. Культура и традиции народов. Народные традиции и обряды, праздники и гуляния. Выдающиеся деятели культуры.

Практические занятия (3 часа)

Рассказ о своих родителях, родственниках, друзьях. Составление древа рода. Народные игры наших предков и правила их проведения, игры на местности. Изучение культурных достопримечательностей района.

Формы текущего контроля: опрос, конкурс творческих работ.

3.3. Природа и экология (4 часа)

Теоретические занятия (1 час)

Природные сообщества. Особо охраняемые природные территории (ООПТ). Кавказский государственный биосферный заповедник. Экология и охрана природы. Правила поведения на природе. Охрана природы на туристской прогулке, при организации привалов и туристских стоянок. Природоохранная деятельность туристов.

Практические занятия (3 часа)

Просмотр фрагментов видеофильмов о выполнении общественно полезных дел: охране природы, заботе о птицах и животных и пр. Охрана природной среды (зеленой зоны) в своем микрорайоне. Экологические игры. Посадка зеленых насаждений.

Очистка лесов, родников. Охрана памятников природы. Изготовление и установка кормушек для зимующих птиц.

Формы текущего контроля: опрос, игра, творческая работа.

3.4. Сбор краеведческого материала в походе (12 часов)

Теоретические занятия (2 часа)

Краеведческая работа – один из видов общественно-полезной деятельности. Ведение краеведческой работы в походе. Методы сбора краеведческого материала: наблюдение, фотографирование, ведение дневника и путевых записей, описание экскурсионных объектов. Простейшие приборы для краеведческой и исследовательской работы. Проведение наблюдений за климатом, погодой, сезонными изменениями в природе в своей местности.

Практические занятия (10 часов)

Организация наблюдений во время туристских прогулок, экскурсий и походов, ведения календаря наблюдений. Метеорологические наблюдения, изучение народных примет и местных признаков погоды. Зоологические наблюдения: наблюдение за обитателями леса, луга, рек и водоемов в разные времена года. Наблюдение и исследование растительного мира своей местности, сезонных изменений в природе. Фотографирование и ведение дневника наблюдений. Посещение краеведческого музея, памятников истории и культуры своей местности, памятников природы и мест, интересных своеобразным проявлением природы. Составление описаний экскурсионных объектов. Встречи со старожилами-краеоведами, с ветеранами и интересными людьми. Оформление туристско-краеведческой газеты. Подготовка, организация и выполнение краеведческих заданий (сбор листы различных пород деревьев, поиск и зарисовка отпечатков следов животных и птиц, сбор растений для гербариев и пр.) по ходу экскурсии или туристской прогулки.

Форма текущего контроля: краеведческое задание.

4. Общая физическая подготовка (14 часов)

4.1. Значение физической подготовки и закаливания (1 час)

Теоретические занятия (1 час)

Значение общей физической подготовки, закаливания в оздоровлении организма. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями. Закаливание организма.

Форма текущего контроля: педагогическое наблюдение.

4.2. Общая физическая подготовка (14 часов)

Теоретические занятия (2 часа)

Значение общей физической подготовки, закаливания в оздоровлении организма. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями. Закаливание организма.

Практические занятия (12 часов)

Практические занятия по освоению навыков физической подготовки. Общеукрепляющие упражнения. Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Спортивные и народные игры. Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий.

Комплекс утренней физической зарядки.

Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки на месте и в движении.

Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.

Упражнения для туловища в различных исходных положениях на формирование правильной осанки: наклоны, повороты и вращения туловища, в положении лежа – поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.

Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с предметами. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки с вращением скакалки вперед, назад, на одной и обеих ногах, прыжки с поворотами в приседе и полуприседе. Упражнения с набивными мячами – бросать и ловить в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями.

Подвижные игры и эстафеты: игры с мячом; игры бегом с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий, с переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча; игры на внимание, сообразительность, координацию.

Спортивные игры (в том числе народные): ручной мяч, баскетбол, футбол, волейбол, лапта.

Ходьба по пересеченной местности. Движение по лесным массивам.

Преодоление завалов, простых водных преград (ручьев, канав).

Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).

Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям), по кочкам, переправа по бревну.

Формы текущего контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

Итоговое занятие (2 часа)

Форма текущего контроля: прохождение учащимися туристской полосы препятствий, зачет, подведение итогов работы.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Дополнительная общеразвивающая программа «Турист» (стартовый уровень)

Год обучения: 1

Группа: 1 (13-15 лет), 2 (16-17 лет)

Учебная нагрузка: 2 часа в неделю, 72 часа в год

Место проведения занятий:

№ п/п	Дата по расписанию	Дата по факту	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
Модуль 1						
1.			Комбинир.	2	Инструктаж по ТБ. Туристско-краеведческая деятельность учащихся	Вводный
2.			Комбинир.	2	Основы безопасности и правила поведения туристов-краеведов	Текущий
3.			Комбинир.	6	Организация и проведение туристских прогулок и походов	Текущий
4.			Комбинир.			
5.			Комбинир.			
6.			Комбинир.	6	Туристское снаряжение	Текущий, укладка рюкзака
7.			Комбинир.			
8.			Комбинир.			
9.			Комбинир.	8	Организация туристского быта	Текущий, учебно-тренировочный поход
10.			Комбинир.			
11.			Комбинир.			
12.			Комбинир.			
13.			Комбинир.	6	Топографическая подготовка и ориентирование	Текущий, контрольные задания на местности
14.			Комбинир.			
15.			Комбинир.			
16.			Комбинир.	2	Медико-санитарная подготовка, гигиена	Промежуточный
Модуль 2						
17.			Комбинир.	4	Общая характеристика муниципального	Текущий, тестирование
18.			Комбинир.			

					образования: история, география, природа	
19.			Комбинир.	4	Культура и народные традиции	Текущий
20.			Комбинир.			
21.			Комбинир.	4	Природа и экология, охрана природы	Текущий
22.			Комбинир.			
23.			Комбинир.	12	Сбор краеведческого материала	Текущий, краеведческое задание
24.			Комбинир.			
25.			Комбинир.			
26.			Комбинир.			
27.			Комбинир.			
28.			Комбинир.			
29.			Комбинир.	14	Значение физической подготовки и закаливания. Общая физическая подготовка	Текущий, контрольные упражнения
30.			Комбинир.			
31.			Комбинир.			
32.			Комбинир.			
33.			Комбинир.			
34.			Комбинир.			
35.			Комбинир.			
36.			Комбинир.	2	Итоговое занятие	Итоговый
ВСЕГО				72		

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для проведения теоретических занятий требуется учебный кабинет, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам и требованиям, предъявляемым к помещениям, в которых осуществляется образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам (в том числе СанПиН 1.2.3685-21, СП 2.4.3648-20) и согласно современным и актуальным стандартам оформления образовательных и общественных пространств.

Кабинет должен быть оснащен персональным компьютером с доступом в интернет, мультимедийным проектором с экраном. Проведение практических занятий на местности должно происходить на стадионе, в парке или в лесу.

Рекомендуемый перечень оборудования и снаряжения	Рекомендуемый перечень личного туристского снаряжения учащегося
1. Персональный компьютер 2. Проектор 3. Экран 4. Географическая карта муниципального образования 5. Карты топографические учебные 6. Спортивные карты местности 7. Компасы, компас жидкостный 8. Курвиметр 9. Условные знаки карт 10. Учебные плакаты 11. Секундомер 12. Часы 13. Палатки туристические с тентом (каркасно-дуговая) 4 –местная 14. Палатка хозяйственная 15. Туристские коврики 16. Рюкзаки туристические 17. Тенты 18. Костровое оборудование: котлы, тросик 19. Рукавицы костровые (брезентовые) 20. Лопата саперная в чехле 21. Пила походная 22. Топор в чехле 23. Аптечка медицинская в упаковке «ГАЛО» 24. Ремонтный набор 25. Навигатор	1. Рюкзак для туристских походов 2. Коврик туристский 3. Спальный мешок 4. Накидка от дождя 5. Фонарик налобный 6. Туристские ботинки или обувь на твердой подошве 7. Обувь спортивная (типа шиповки) 8. Сапоги резиновые 9. Фляжка или емкость для питьевой воды (1,0-1,5 л) 10. Головной убор 11. Штормовка и брюки (ветрозащитный костюм) 12. Спортивный тренировочный костюм 13. Свитер шерстяной 14. Брюки ветрозащитные 15. Столовые принадлежности (тарелка, кружка, ложка, нож складной) 16. Блокнот и ручка 17. Перчатки рабочие 18. Носки шерстяные 19. Сидушка походная 20. Индивидуальный медицинский пакет 21. Защитный костюм-Л-1 22. Радиостанции портативные 23. Спутниковый трек типа SPOT

26. Рулетка 15-20 м 27. Лента мерная 28. Фотоаппарат 29. Видеокамера 30. Бинобль 31. Термометр наружный 32. Термометр водный 33. Весы напольные 34. Веревки основные 35. Веревки вспомогательные 36. Репшнур 37. Карабины 38. Страховочные системы 39. Каски 40. Жумары 41. Спусковые устройства (восьмерки) 42. Рукавицы 43. Мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные) 44. Мячи набивные 45. Скакалки 46. Канцелярские принадлежности. 47. Маршрутные документы (маршрутные листы)	24. Горелка туристическая 25. Носилки спасательные
---	---

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

При составлении учебно-тематического плана педагог должен исходить из своей педагогической и туристско-краеведческой квалификации, необходимо учитывать следующие факторы: объем учебного материала, цикличность по сезонам, последовательное усложнение материала.

В соответствии с возрастными особенностями учащихся используются разнообразные формы организации занятий и методы обучения.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный.

Формы организации образовательного процесса: групповая.

Формы проведения занятий: фронтальная, групповая, коллективная

Формы организации учебного занятия: беседа, блиц-опрос, открытое занятие, встреча с интересными людьми, практическое занятие, соревнование, презентация, туристический поход.

Педагогические технологии: группового обучения, развивающего обучения, проблемного обучения, коллективной творческой деятельности, развития критического мышления, коммуникативная технология обучения.

Практическая часть занятий предполагает учебно-деятельностную игру учащихся, выполнение практических упражнений по изучаемой теме, оформление материалов краеведческой работы. При этом активно используются **информационно-коммуникативные технологии**. При проведении занятий применяются технологии **проблемного и диалогового обучения, поисково-исследовательские и игровые технологии, интерактивные методики, проводится рефлексия.**

Занятия на местности предусматривают практическую работу учащихся по выполнению заданий, физической подготовке, туристские прогулки и экскурсии, краеведческие наблюдения на природе, сбор краеведческого материала, проведение природоохранных мероприятий.

Вне сетки часов происходит участие в походах, в туристских слетах, краеведческих конкурсах, проектной деятельности.

Алгоритм учебного занятия: теоретическая часть, практическая анализ полученных результатов, оценивание.

Для успешной работы кружка необходима определенная **материально-техническая база**. Помещение для занятий отвечает всем требованиям безопасности труда, производственной санитарии. Инвентарь соответствует современным эстетическим представлениям.

1. Методические пособия: научная, специальная, методическая литература (см. список литературы).

2. Дидактические материалы: раздаточные материалы, инструкции, задания, упражнения, наглядные пособия, учебные фильмы, презентации.

3. Методические разработки: презентации.

4. Оборудование, инструменты, приспособления: компьютер, интерактивная доска, инвентарь для туристического похода.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. – М.: Физкультура и спорт, 1983
3. Алешин В.М., Серебrenиков А.В. Туристская топография. – М.: Профиздат, 1985.
4. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. – М.: Физкультура и спорт, 1990.
5. Константинов Ю.С, Слесарева Л.П., Туристско-краеведческая деятельность в школе. – М., 2011.
6. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. – М.: Профиздат, 1997.
7. Краткий справочник туриста. – М.: Профиздат, 1985.
8. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. – М.: ВЛАДОС, 2000.
9. Таланга Е. Энциклопедия физических упражнений / Пер. с польск. – М.: Физкультура и спорт, 1998.
10. Энциклопедия туриста /Е.И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.

Список литературы для учащихся и родителей

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Константинов Ю.С, Слесарева Л.П.. Туристско-краеведческая деятельность в школе. – М., 2011.
3. Энциклопедия туриста /Е.И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.