

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Тулуна
«Средняя общеобразовательная школа № 1»

Принята на заседании
педагогического совета
МБОУ СОШ № 1
Протокол № 11 от «30» августа 2023 г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №1
Иванцова И.Г.
Приказ № 245-п от «31» августа 2023 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Юные инструкторы туризма»

Уровень: базовый

Срок реализации программы (общее количество часов) 1 год (144 часа)

Возрастная категория: от 11 до 15 лет

Составитель: Устинова Наталья
Владимировна,
педагог дополнительного
образования

г. Тулун
2023 г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Юные инструкторы туризма» (далее – Программа) реализуется в рамках туристско-краеведческой **направленности** и способствует удовлетворению индивидуальных потребностей детей в занятиях краеведением, туризмом и спортом, формированию культуры здорового, безопасного и экологичного образа жизни, развитию общей физической подготовки.

Программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 (ред. от 02.07.2021);
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 247 «Об обязательных требованиях в Российской Федерации» (в ред. от 11.06.2021);
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018, протокол № 3);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30.09.2020 № 533);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями от 02.02.2021 № 38);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением

дистанционных образовательных технологий»;

- 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»;

- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 30.08.2020 № 845/369 «Об утверждении Порядка зачета организацией, осуществляющей образовательную деятельность, результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, дополнительных образовательных программ в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

Актуальность

Актуальность данной программы заключается в том, что туризм обладает огромным воспитательным потенциалом, способствует воспитанию патриота, определению социально-значимых нравственных ориентиров, сохранению и укреплению здоровья, повышению интеллектуального и духовного потенциала, познанию родного края и культурных традиций. Педагогическая значимость данной программы заключается также в том, что в ней большое внимание уделяется командной деятельности, так как многие практические задачи, встающие перед обучающимися, требуют грамотного и эффективного разделения сфер ответственности и согласования совместной работы.

Отличительные особенности и новизна программы

Отличительные особенности данной программы от вышеназванных заключаются в следующем:

- программа направлена на подготовку подрастающего поколения к жизни на базе всестороннего гармонического развития личности, формирования духовно и физически здорового образа жизни;

- приоритетом программы является познавательно-творческая деятельность обучающихся по изучению родного края, по изучению природы и достопримечательностей малой родины;

- программа содержит материал об Иркутской области и Тулунском районе, который знакомит с историей, культурой, традициями, народами родного края;

- программа предполагает формирование умений и навыков в туристско краеведческой деятельности.

Адресат программы:

Программа адресована детям от 11 до 18 лет, как мальчикам, так и девочкам, у которых нет противопоказаний для занятий физической культурой и спортом.

Форма обучения:

Основная форма организации образовательной деятельности - занятие. В процессе занятия используются коллективные, индивидуальные, групповые формы работы с обучающимися.

Программа реализуется в очной форме. Программа предусматривает такую организацию учебно-воспитательного процесса, когда широко используются различные виды деятельности. Такое разнообразие делает процесс обучения интересным, а значит более эффективным.

Особенности организации образовательного процесса:

Занятия проводятся в разновозрастной группе постоянного состава.

Ведущей формой организации образовательного процесса является занятие. Программа предполагает использование аудиторных занятий (включающих освоение теории, практические упражнения). Помимо аудиторных занятий в программе используются внеаудиторные занятия: экскурсии, наблюдение за природой, походы выходного дня, соревнования.

Режим занятий соответствует требованиям СанПиН. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 4 академических часа с 10-минутным перерывом.

Продолжительность одного академического часа – 40 минут.

Программа рассчитана на 1 год обучения общим объемом 144 часа.

Цель и задачи программы

Цель: гражданско-патриотическое воспитание подростков средствами туристско-краеведческой деятельности.

Основные задачи

Обучающие:

- расширять познания обучающихся о природе, истории, культуре родного края и России;
- формировать навыки в области туризма, доврачебной медицинской помощи;
- расширять знания, умения и навыки в области топографии и ориентирования на местности;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры.

Развивающие:

- укреплять физическое здоровье детей;
- способствовать разностороннему развитию учащихся;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества учащихся;
- расширять географический кругозор учащихся.

Воспитательные:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям туризмом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных туристических мероприятий и праздников;
- формировать стойкий интерес к туристско-краеведческой деятельности;
- воспитывать патриотизм, гордость и уважение к истории, культуре, традициям малой Родины.

В случае реализации программы (части программы) в электронном виде с применением дистанционных технологий, для учащихся ставятся следующие задачи:

- формировать навыки владения техническими средствами обучения и программами;
- формировать навыки самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне информационных онлайн-платформ, контентх, сайтах, блогах и т.д.;
- развивать умения работать дистанционно в команде и индивидуально, выполнять задания самостоятельно бесконтактно;
- развивать умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность;
- развивать навыки использования социальных сетей в образовательных целях, др.

Содержание программы

Учебный план

	Название разделов	Кол-во часов, всего	Кол-во часов, теория	Кол-во часов, практика	Форма промежуточной аттестации
1.	Раздел 1. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста	66	19	47	
1.1	Введение. Информация о работе объединения, техника безопасности, анкетирование	2	1	1	Наблюдение
1.2	Туристические путешествия, история развития туризма	2	1	1	Опросник
1.3	Виды туризма	2	1	1	Опросник
1.4	Оздоровительная роль туризма	2	0	2	Поход выходного дня
1.5	Воспитательная роль туризма	2	0	2	Конкурс творческих работ
1.6	Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе	2	1	1	Наблюдение
1.7	Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектив	2	1	1	Практическая работа
1.8	Основы безопасности в природной среде	2	1	1	Индивидуальный опрос
1.9	Организация биваков и охрана природы	4	1	3	Практическая работа, викторина
1.10	Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря	4	1	3	Опрос
1.11	Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров	4	1	3	Самостоятельная работа
1.12	Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком	2	1	1	Индивидуальный опрос
1.13	Личное снаряжение и уход за ним	4	1	3	Поход выходного дня
1.14	Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки	2	1	1	Конкурс команд
1.15	Групповое снаряжение и уход за ним	2	1	1	Индивидуальный опрос, практическая

					работа
1.16	Узлы, работа с верёвками	8	2	6	Практическая работа
1.17	Питьевой режим на туристской прогулке	4	1	3	Практическая работа
1.18	Питание в туристическом походе	4	1	3	Конкурс команд
1.19	Подготовка к походу на отдаленную местность (постановка цели, распределение должностей)	4	1	3	Опрос
1.20	Туристская группа на прогулке (экскурсии, походе)	8	1	7	Наблюдение на экскурсии
2	Азбука топографии и туристского ориентирования	28	10	18	
2.1	Основные элементы топографии	2	1	1	Топографический диктант
2.2	Понятие о топографической и спортивной карте	2	1	1	Практическая работа
2.3	План местности	4	1	3	Творческая работа
2.4	Условные знаки	6	2	4	Тестирование
2.5	Ориентирование по горизонту, азимут	2	1	1	Конкурс команд
2.6	Компас	2	1	1	Наблюдение
2.7	Ориентирование по местным предметам	2	1	1	Тестирование
2.8	Измерение расстояний.	4	1	3	Индивидуальный опрос
2.9	Действия в случае потери ориентирования	4	1	3	Итоговое задание
3	Основы краеведения	18	3	15	
3.1	Достопримечательности г.Тулуна и Иркутской области	4	1	3	Индивидуальный опрос
3.2	История и культура родного края	4	1	3	Тестирование
3.3	Природа родного края	4	1	3	Тематическая викторина
3.4	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев	6	0	6	Наблюдение на экскурсии
4	Азбука спортивно-оздоровительного туризма	32	8	24	
4.1	Общая физическая подготовка и оздоровление организма	4	0	4	Наблюдение
4.2	Волевые усилия и их значение в походах и на	2	1	1	Конкурс команд

	тренировках				
4.3	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	4	1	3	Наблюдение
4.4	Личная гигиена юного туриста	2	1	1	Опрос
4.5	Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок	4	1	3	Практическое занятие
4.6	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	4	1	3	Практическое занятие
4.7	Пешеходный поход	4	1	3	Спортивный конкурс команд
4.8	Подготовка к туристическому слету. Туристический слет	8	2	6	Наблюдение в походе/на слете
	Итого	144	40	104	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста

Тема 1.1. Введение. Информация о работе детского объединения, техника безопасности, анкетирование

Теория: Ознакомление детей с курсом обучения, проведение инструктаж по технике безопасности. Беседа о туризме.

Практика: Знакомство детей с условиями проведения учебных занятий, заполнение анкеты.

Формы контроля: Наблюдение.

Тема 1.2. Туристические путешествия, история развития туризма

Теория: Туризм. Что это такое? Чем полезны и интересны туристские походы и путешествия. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны

Практика: Опрос учащихся по теме.

Формы контроля: Опросник.

Тема 1.3. Виды туризма

Теория: Виды спортивного туризма: пешеходный, горный, водный, лыжный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида

Практика: Игра «Кто я?»

Формы контроля: Опросник.

Тема 1.4. Оздоровительная роль туризма

Теория: Влияния занятий туризма на общее состояние организма. Какие физические и морально-волевые качества необходимы путешественнику. Рассказы о мужестве и находчивости туристов, спортсменов, проявленных ими в годы войны на фронте, в тылу врага и в походах в мирное время.

Практика: Спортивная игра.

Формы контроля: Спортивный конкурс команд.

Тема 1.5. Воспитательная роль туризма

Теория: Воспитание волевых качеств целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания.

Практика: Игра «Познай себя».

Формы контроля: Конкурс команд.

Тема 1.6. Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе

Теория: Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Её роль в подготовке к защите Родины, выборе профессии, предстоящей трудовой деятельности.

Практика: Диспут о влиянии занятий туризмом на выбор профессии.

Формы контроля: Наблюдение.

Тема 1.7. Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива

Теория: Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции коллектива туристов.

Практика: Составление правил и норм, традиций своего коллектива.

Формы контроля: Практическая работа.

Тема 1.8. Основы безопасности в природной среде

Теория: Правила поведения во время различных природных явлений (снегопада, гололеда, грозы, ливня, тумана и пр.). Правила поведения в парке, лесу при обнаружении задымления или очага возгорания.

Практика: Формирование практических навыков и умений соблюдения техники безопасности на занятиях

Формы контроля: Индивидуальный опрос.

Тема 1.9. Организация биваков и охрана природы

Теория: Выбор места для бивака. Выбор места для костра. Соблюдения правил поведения на природе.

Практика: Выбор места для бивака и костра на представленных фотографиях. Разработка схемы лагеря. Викторина.

Формы контроля: Практическая работа.

Тема 1.10. Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря

Теория: Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров.

Установка палаток. Размещение вещей в них. Защита палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Уборка места лагеря перед уходом группы.

Практика: Закрепление знаний по определению мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развешивание и свертывание лагеря (бивака).

Формы контроля: Опрос.

Тема 1.11. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров

Теория: Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров.

Практика: По выбору задания сложить один из типов костров. Объяснить для чего он применяется.

Формы контроля: Самостоятельная работа.

Тема 1.12. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком

Теория: Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Практика: Закрепление знаний по теме.

Формы контроля: Индивидуальный опрос.

Тема 1.13. Личное снаряжение и уход за ним

Теория: Понятие о личном снаряжении. Специальное туристское снаряжение. Правила эксплуатации. Перечень личного снаряжения для участника: спортивная форма, страховочные системы. Уход за ними.

Практика: Умение подобрать снаряжение, приводить снаряжение в рабочее или транспортное состояние.

Формы контроля: Конкурс команд.

Тема 1.14. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки

Теория: Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске.

Практика: Укладка рюкзака. Проведение игры «Что взять с собой в поход».

Формы контроля: Конкурс команд.

Тема 1.15. Групповое снаряжение и уход за ним

Теория: Понятие о групповом снаряжении. Правила эксплуатации и требования к нему. Перечень командного снаряжения: верёвки, рюкзаки, палатка.

Практика: Проверка комплектности и исправности снаряжения. Установка и снятие палатки. Укладка рюкзака.

Формы контроля: Индивидуальный опрос, практическая работа.

Тема 1.16. Узлы, работа с верёвками

Теория: Ознакомление детей с названием и вязанием узлов. Способы работы с веревками.

Практика: Вязание узлов на время.

Формы контроля: Практическая работа.

Тема 1.17. Питательный режим на туристской прогулке

Теория: Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки.

Практика: Рассчитать количество воды на группу в походе

Формы контроля: Практическая работа.

Тема 1.18. Питание в туристическом походе

Теория: Значение правильного питания в походе. Организация питания в 2-3 дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.

Практика: Составление меню и списка продуктов. Составление графика дежурств.

Формы контроля: Конкурс команд.

Тема 1.19. Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей)

Теория: Распределение должностей и обязанностей. Должности постоянные и временные.

Практика: Распределение обязанностей на период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

Формы контроля: Опрос.

Тема 1.20. Туристская группа на прогулке (экскурсии, походе)

Теория: Направляющий, замыкающий в туристской группе. Организация привалов во время прогулки (экскурсии). Правила перехода дорог, улиц.

Практика: Экскурсия

Формы контроля: Наблюдение на экскурсии.

Раздел 2. Азбука топографии и туристского ориентирования

Тема 2.1. Основные элементы топографии

Теория: Виды условных знаков. Масштабные, внемасштабные, линейные, площадные знаки.

Практика: Топографический диктант: упражнения на запоминание знаков, решение задач по практическому ориентированию

Формы контроля: Топографический диктант.

Тема 2.2. Понятие о топографической и спортивной карте

Теория: Понятие о топографической карте. Назначение топографической карты, её отличие от спортивной карты.

Практика: Работа с картами различного масштаба, упражнения по определению масштаба, измерения расстояния по карте.

Формы контроля: Практическая работа.

Тема 2.3. План местности

Теория: История развития способов изображения земной поверхности и их значение для человечества.

Практика: Рисунок и простейший план местности.

Формы контроля: Творческая работа.

Тема 2.4. Условные знаки

Теория: Простейшие условные знаки.

Практика: Закрепление знаний по теме.

Формы контроля: Тест «Топографические знаки».

Тема 2.5. Ориентирование по горизонту, азимут

Теория: Чтение карты, ориентирование по горизонту, определение азимута движения по карте, движение по азимуту.

Практика: Определение горизонта и азимута на заданный предмет, нахождение ориентиров по заданному азимуту, движение по азимуту

Формы контроля: Конкурс команд.

Тема 2.6. Компас

Теория: Компас, типы компасов, устройство, правила обращения с компасом.

Практика: Приемы работы с компасом. Ориентирование карты по компасу

Формы контроля: Наблюдение.

Тема 2.7. Ориентирование по местным предметам

Теория: Определение сторон горизонта по объектам местности (муравейник, мох, деревья, церковь и др.).

Практика: Определение сторон горизонта по объектам местности, по предоставленным фотографиям.

Формы контроля: Тест по ориентированию.

Тема 2.8. Измерение расстояний

Теория: Измерения расстояния по карте, по видимым объектам, по звукам.

Практика: Измерить расстояния на представленных фотографиях.

Формы контроля: Индивидуальный опрос.

Тема 2.9. Действия в случае потери ориентира

Теория: Знакомство с действиями в случае потери ориентира, телефоны экстренной службы, поведение людей в экстремальных ситуациях.

Практика: Поиск ориентира по ситуации.

Формы контроля: Итоговое задание.

Раздел 3. Основы краеведения

Тема 3.1. Достопримечательности г. Тулуна и Иркутской области

Теория: Ознакомление детей с достопримечательностями г. Тулуна.

Практика: Сообщение о какой-либо достопримечательности.

Формы контроля: Индивидуальный опрос.

Тема 3.2. История и культура родного края

Теория: История, культура и природные особенности города Гая.

Практика: Закрепление темы.

Формы контроля: Тест «Знаю и люблю свой край».

Тема 3.3. Природа родного края

Теория: Природа Оренбургской области: растительный животный мир. Погода, климат своей местности. Местные признаки погоды. Времена года, сезонные изменения в природе.

Практика: Изучение литературных источников.

Формы контроля: Тематическая викторина.

Тема 3.4. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи

Теория: Экскурсионные объекты города Гая: исторические, архитектурные, природные, заповедные, памятные места. Музеи. Требования к организации экскурсии.

Практика: Закрепление материала на экскурсии.

Формы контроля: Экскурсия.

Раздел 4. Азбука спортивно-оздоровительного туризма

Тема 4.1. Общая физическая подготовка и оздоровление организма

Теория: Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем физическом развитии спортсменов, в успешном овладении техникой и тактикой.

Практика: Разучивание комплекса упражнений.

Формы контроля: Наблюдение.

Тема 4.2. Волевые усилия и их значение в походах и на тренировках

Теория: Волевые усилия и их значение в походах и на тренировках. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания.

Практика: Игра «Смогу ли я».

Формы контроля: Конкурс команд.

Тема 4.3. Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений

Теория: Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов.

Практика: Разучивание комплекса утренней гимнастики.

Формы контроля: Наблюдение.

Тема 4.4. Личная гигиена юного туриста

Теория: Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений, ее значение и основные задачи. Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Практика: Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними

Формы контроля: Опрос.

Тема 4.5. Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок

Теория: Оказание помощи при травмах. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран; при тепловом и солнечном ударе, ожогах.

Практика: Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему (определение травмы, практическое оказание помощи).

Формы контроля: Практическая работа.

Тема 4.6. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках

Теория: Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение.

Практика: Ведение дневника самоконтроля.

Формы контроля: Практическая работа.

Тема 4.7. Горный туризм

Теория: Основы техники скалолазания. Виды лазанья. Понятие зацепа, их формы, расположение, использование. Приемы лазанья. Свободное лазание. Лазание с верхней страховкой.

Практика: Игра «Скала»

Формы контроля: Спортивный конкурс команд.

Тема 4.8. Пешеходный поход

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

Практика: Закрепления знаний по туризму в походе.

Формы контроля: Поход. Контрольный опросник.

Планируемые результаты

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- проявлять устойчивый интерес к занятиям по туристическому краеведению.

Межпредметные результаты:

- формировании устойчивого интереса к краеведению, к туризму, к спорту и здоровому образу жизни;
- формировании способности преодолевать трудности в условиях похода;
- в умении противостоять негативным явлениям (таким, как наркомания, алкоголизм, табакокурение, асоциальное поведение и т.д.);
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.

Предметные результаты:

- знает достопримечательности г. Тулуна: памятные знаки, объекты производства, природные ресурсы;
- имеет понятия о туристических навыках, обладает некоторыми из них;
- имеет представление о правилах оказания первой доврачебной помощи
- выполняет комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности;
- выполнять упражнения, воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- знает основы топографии и ориентирования.

При реализации программы (или частей программы) в электронном виде с применением дистанционных технологий учащиеся овладеют:

- овладение техническими средствами обучения и программами;
- развитие навыка самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне информационных онлайн-платформ, контентх, сайтах, блогах и т.д;
- овладение умением работать дистанционно в команде и индивидуально, выполнять задания самостоятельно бесконтактно;
- развитие умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации

Условия реализации программы

Формы аттестации

В связи с особыми требованиями к качеству образования в последнее время стало необходимо отслеживать результаты учащихся. Данная программа предусматривает сочетание разнообразных форм и видов аттестации. Во время всего периода обучения по программе ведется учет достижений учащихся, оценка результатов их деятельности, физической подготовки, фиксируется накопленный опыт и оценка индивидуальных достижений за определенный период.

В объединении создана система постоянного научно обоснованного, диагностико-прогностического слежения за состоянием результативности обучения, воспитания, развития учащихся.

Работа с детьми в системе дополнительного образования предполагает различные формы контроля/аттестации:

- демонстрационные: результативность участия в массовых мероприятиях;
- тестовые, контрольные, срез задания (устный опрос, тестирование физических

качеств);

- комбинированная: анкетирование, наблюдение, решение проблемы,
- зачет.

Предметом мониторинга на уровне ученика являются:

- самооценка обучающихся своих знаний и умений;
- контрольные нормативы.

Кроме того, в результатах обучения важны и такие его уровни, как сформированность у детей устойчивого интереса к профилю деятельности, стабильность достижений учащихся и качество освоения детьми программы физкультурно-спортивной направленности.

Контроль должен быть комплексным, проводиться регулярно и своевременно, основываться на объективных и количественных критериях. Контроль за эффективностью физической подготовки проводится с помощью специальных контрольных нормативов, которые представлены тестами, характеризующими уровень развития физических качеств. Упражнения проводятся на скорость, на силу, на выносливость.

Методы контроля: наблюдение, анкетирование и тестирование, беседа, тестирование общеразвивающих качеств.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

Планируемые результаты, в соответствии с целью программы, отслеживаются и фиксируются в формах

- портфолио,
- готовая работа;
- журнал посещаемости;
- конкурсы;
- фотографии;
- материал опросников и тестирования;
- дневник наблюдения.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

Образовательные результаты, в соответствии с целью программы, демонстрируются в формах контроля:

- конкурсы;
- тесты;
- индивидуальный опрос;
- опросники;
- викторины;
- открытое занятие,
- итоговое занятие,
- соревнование,
- поход.

Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса – все занятия проходят очно, в групповой форме.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная; групповая.

Формы организации учебного занятия: беседа, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются различными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами; практические занятия; учебно-тренировочные занятия на местности; походы выходного дня; соревнования; игры; конкурсы; опросники; наблюдения; тесты и занятия предмета; экскурсии.

Методы обучения:

- словесный (лекция; объяснение; рассказ; чтение; беседа; диалог; консультация);
- наглядно – иллюстрационный (показ наглядных пособий);

- репродуктивный (воспроизведение и повторение способа деятельности по заданиям педагога);
- практический (используется для познания действительности, формирования навыков и умений, углубления знаний);
- методы практико-ориентированной деятельности (упражнения; тренинг; тренировка;
- метод наблюдения (запись наблюдений (зарисовка, рисунки, фото-видео съемка; проведение замеров);
- метод проблемного обучения (самостоятельная постановка, формулировка и решение проблемы обучающимися: поиск и отбор аргументов, фактов, доказательств);
- метод игры (игры на развитие внимания, памяти, глазомера, воображения, игра-конкурс, игра-путешествие, ролевая игра, деловая игра);
- наглядный метод обучения (наглядные материалы: картины, рисунки, плакаты, фотографии, таблицы, схемы, чертежи, графики);
- демонстрационные материалы: модели, приборы, предметы.

Оценочные материалы

Для отслеживания личностных результатов используется педагогическое наблюдение.

Для отслеживания метапредметных результатов используется методика выявления коммуникативных способностей обучающихся.

Для отслеживания предметных результатов используются следующие методики: методика Григорьева Д.В., Кулешова И.В., Степанова П.В. «Отношение подростка к Отечеству; тестовые задания для контроля уровня знаний «Оказание первой доврачебной помощи»; тест по ориентированию.

Опросник

1. Что такое туризм?
2. Какое влияние, с социальной точки зрения, оказывает туризм на регионы?
3. Чему способствует туризм?
4. Кого можно назвать первыми путешественниками?
5. Как туристические навыки и умения помогают в жизни?
6. Каких русских путешественников вы знаете?
7. Какие достопримечательности древности вы знаете?
8. В какой стране возник первый паромный агент?
9. Кто первый агент Экскурсионных поездов?
10. Для каких народов путешествие - это образ жизни?

Контрольные вопросы «Виды туризма»

1. Что такое экологический туризм?
2. Назовите три формы религиозного туризма.
3. Где впервые зародился сельский туризм?
4. Какие центры делового туризма вам известны?
5. Что означает термин «талассотерапия»?
6. Чем отличается приключенческий спорт от приключенческого путешествия?
7. В чём заключается сущность культурно-познавательного туризма?
8. Чем отличается активный спортивный туризм от пассивного?
9. Каму присваивается значок «Юный турист России»

Календарный учебный график

Начало учебного периода начинается с 15 сентября нового учебного года. Конец учебного периода – 30 июня учебного года.

Количество учебных недель – 36.

Каникулы – отсутствуют.

Организованные выезды и экскурсии – по согласованию с принимающей стороной.

Соревнования проводятся по согласованию с администрацией ОУ и согласно плану воспитательной работы ОУ, ШСК.

Количество учебных часов в году	Количество учебных недель	Количество часов в неделю	Дата начала и окончания занятий	Промежуточная аттестация в формах, установленных программой по периодам	Каникулы
144	36	4	С 15.09 по 30.06	Практическая работа. Опрос	Июль-август

Условия реализации программы

Для реализации ДОП необходимо иметь учебную, информационную, методическую, материально-техническую базу, соответствующую содержанию образовательного процесса и способствующую достижению целей программы.

Материально-техническое обеспечение:

Для реализации необходимы специально оборудованный в соответствии с санитарными нормами и технически оснащенный спортивный зал, спортивное оборудование для развития физической активности и игры в волейбол, компьютер с подключением к сети Интернет, фотоаппарат, принтер и сканер.

Кадровое обеспечение:

Программу реализуют педагогические кадры, имеющие необходимую квалификацию для реализации задач, определенных ДОП, способные к инновационной профессиональной деятельности и непрерывному профессиональному развитию. Предусматривается сотрудничество со специалистами краеведческого музея, что позволит, через выставки музея, получить больше информации об истории города и края, организовать посещение тематических выставок, раскрывающих красоту родного края.

Информационно-методическое обеспечение включает картотеку дидактических и спортивных игр; конспекты занятий, бесед, заданий и других дидактических материалов; технологические карты и т. д.

Информационное обеспечение реализуется через участие в интернет - конкурсах, выставках, размещение информации о деятельности детского объединения на школы, также использование на занятиях презентаций и видеопособий:

- презентация «Ориентирование на местности»: <http://prdsdnt.griban.ru/fild/21-oriidntirovaniid-na-mdstnosti.html>;
- презентации по краеведению - <http://prdzdntacia.ucoz.ru/load/kradvdgdniid/27-1-2>;
- презентация «Ориентирование на местности» <http://prdsdnt.griban.ru/fild/21-oriidntirovaniid-na-mdstnosti.html>
- видео Россия – <http://gororarossii.blogspot.com/>;
- презентация Основы туризма <http://bank.59209.drusitd.ru/p50aa1.html>.

Воспитательная составляющая ДОП состоит в обеспечении позитивных межличностных отношений в группе; развитии и обогащении совместной деятельности; оптимизации общения участников сообщества между собой и на разновозрастном уровне (педагоги – дети – родители).

Данная программа предусматривает организацию взаимодействия участников групп разных лет (этапов) обучения, традиционные воспитательные мероприятия, обеспечивающие воспроизводство «корпоративной» культуры детско-подросткового объединения.

Целями воспитания можно считать:

Обеспечение актуализации обучающимися ценностно-смыслового компонента в осваиваемых сферах;

Содействие обучающимся в обретении личностных смыслов в избранных сферах

деятельности как основы для самореализации в социально-профессиональной и культурно-досуговой областях тематического профиля;

Помощь обучающимся в освоении способов регулирования собственных действий, взаимодействия с партнерами в различных сферах деятельности, освоение способов самопознания, самоопределения, преодоления собственных трудностей; обеспечение интеграции обучающихся в профессиональные сообщества, содействие реализации возможностей обучающихся в детско-взрослых сообществах.

Воспитательные практики универсальны и подходят для включения в программу любой направленности: коллективная деятельность (планирование, анализ, коммуникация, всестороннее развитие); соревнования, спортивный фестиваль.

Результатами программы модуля воспитания станут:

- приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в обществе;
- формирование у обучающихся основ российской идентичности;
- готовность обучающихся к саморазвитию;
- ценностные установки и социально значимые качества личности;
- активное участие в социально значимой деятельности.

Карта фиксации личных достижений учащегося

Дата	Мероприятие	Достижение

Календарный план воспитательной работы конкретизирует перечень воспитательных событий и мероприятий.

.№	Дата/месяц/ч етверть проведения	События, практики, мероприятия	Участники (группа/воз раст)	Ответственные
1	сентябрь	Участие в соревнованиях по скандинавской ходьбе	8-11 кл	Руководитель секции
2	октябрь	Поход выходного дня	6-11 кл	Руководитель секции
3	ноябрь	Экскурсия в городской архив города	7-10 кл.	Руководитель секции
4	декабрь- январь	Квест – игры, творческие конкурсы по топографии и спортивному ориентированию	6-10 кл.	Руководитель секции
5	февраль	Участие в городском мероприятии «Лыжня России»	6-11 кл.	Руководитель секции
6	март	Спортивные соревнования по ОФП	6-8 кл.	Руководитель секции
7	апрель	Поход выходного дня	6-11 кл.	Руководитель секции
8	май	Посещение памятных мест героям Вов в Тулунском районе	6-10 кл.	Руководитель секции
9	июнь	Туристический слет	7-8 кл.	Руководитель секции

Список литературы

Основная литература:

1. Балабанов И.В. Узлы / И. В. Балабанов Узлы - М.: ЭКСМО-Пресс, 2013. – 80 с.
2. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний: Учебно-практическое пособие / В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова – М., ООО Издательство АСТ. ООО. 2011. – 252 с.
3. Денисова Н. Путеводитель/ Н. Денисов – Челябинская область: Астрель 2013г.
4. Ильин А.А. Большая энциклопедия городского выживания./ А.А. Ильин – М.: Эксмо, 2013г. – 576 с.
5. Ильин А.А. Энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях. / А.А. Ильин – М.: ЭКСМО-Пресс, 2012. – 384 с.
6. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. Учебно-методическое пособие/Ю.С. Константинов – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2012г.
7. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии/В.М. Куликов, Ю.С. Константинов - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2014г.
8. Володин В. Личная безопасность / В.Володин – М.: Аванта+. 2001.
9. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся Школа безопасности / А.Г. Маслов - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2000. – 160 с.
10. Маслов А.Г., Константинов Ю.С. Программа обучения жизненным навыкам в системе дополнительного образования. / А.Г. Маслов Ю.С.Константинов – М.: МТО-ХОЛДИНГ, 2011. – 96 с.
11. Маслов А. Г., Константинов Ю. С., Дрогов И.А. Лето, дети и туризм / А. Г. Маслов, Ю. С. Константинов, И. А. Дрогов - М: ЦДЮТур МО РФ, 2013г
12. Рахманова С.М. Популярная психология для тинейджеров / С.М.Рахманова – Ростов н/Д: Феникс, 2013г. – 224 с.
13. Садикова Н.Б. 1000 + 1 совет туристу: Школа выживания / Н.Б.Садикова – Минск: Современный литератор, 2000. – 352 с

Дополнительная литература:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе / А. А. Алексеев — М.: 2013г.
2. Добарина И.А., Жигарев О.Л. Основы школьного туризма: Методическое пособие для учителей и студентов / И.А. Добарина, О.Л. Жигарев — Новосибирск: Издательство Новосибирского государственного педагогического университета, 2011г.
3. Шабанов А.М. Карманная энциклопедия туриста / А.М. Шабанов — М.: Вече, 2014г.
4. Смирнов А.Т., Хренников Б.О., Дурнев Р.А., Аюбов Э.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся // А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов / под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2014.
5. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М.: 2010г.
6. Талм Е.И. Энциклопедия туриста. / Е.И. Талм — М.: «Большая российская энциклопедия», 2014г.
7. Шаповал Г.Ф. История туризма / Г.Ф. Шаповал — Минск: Экоперспектива, 2013г.

Интернет-ресурсы:

1. Озеров А.Г. Методические рекомендации по организации исследовательской обучающихся Подготовка исследовательских работ учащихся по краеведению [Электронный ресурс] // А.Г. Озеров 12.11.2013г. - http://www.turcdntrrf.ru/stran/mjtor_razrab.htm
2. Смирнова Л.Л. Дидактические материалы. Готовимся к турслету [Электронный ресурс] // Л.Л. Смирнова. Персональный сайт - http://www.turcdntrrf.ru/stran/mjtor_razrab.htm
3. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я. и др. «Основы техники пешеходного и горного туризма» [Электронный ресурс] // В.И.Ганопольский, Е.Я. Безносиков. - М http://tourlib.ndt/books_tourism/ganopolsky07.htm
4. Детская мультимедийная энциклопедия. Опасности в природе. [Электронный ресурс]

- <http://www.spas-dxtrdm.ru/dl.php?SIG=146>

