

Оглавление

[2. Комплекс основных характеристик программы 3](#_Toc157676429)

[2.1. Пояснительная записка 3](#_Toc157676430)

[Направленность программы 3](#_Toc157676431)

[Актуальность программы. 3](#_Toc157676432)

[Отличительная особенность 4](#_Toc157676433)

[Новизна программы 4](#_Toc157676434)

[Адресат программы 4](#_Toc157676435)

[Режим занятий 4](#_Toc157676436)

[Объем и срок освоения программы 4](#_Toc157676437)

[Особенности организации образовательного процесса 4](#_Toc157676438)

[Формы работы 5](#_Toc157676439)

[2.2. Цели и задачи программы 6](#_Toc157676440)

[2.3. Содержание общеразвивающей программы 8](#_Toc157676441)

[2.4. Содержание программы. 11](#_Toc157676442)

[2.5. Планируемые результаты 13](#_Toc157676443)

[3. Организационно-педагогические условия 14](#_Toc157676444)

[3.1. Календарный учебный график 14](#_Toc157676445)

[3.2. Условия реализации программы 14](#_Toc157676446)

[Материально-техническое обеспечение 14](#_Toc157676447)

[Дидактический материал в электронном виде, раздаточный материал 14](#_Toc157676448)

[Методический материал. 15](#_Toc157676449)

[Кадровое обеспечение 15](#_Toc157676450)

[3.3. Формы аттестации/контроля 15](#_Toc157676451)

[4. Список литературы 16](#_Toc157676452)

# Комплекс основных характеристик программы

# Пояснительная записка

# Направленность программы

Направленность дополнительной общеразвивающей программы носит образовательно-развивающий характер. Программа направлена на овладение туристическими навыками, позволяющими жить и ориентироваться в природе, самостоятельно подготовить и провести поход, раскрытие индивидуальных психологических особенностей обучающихся.

# Актуальность программы.

В современных сложных экономических и социальных условиях спортивно-оздоровительный туризм является одним из оптимальных способов организации здорового, активного и экономичного досуга всех слоев населения и прежде всего – детей, как наиболее подверженных отрицательному влиянию внешней среды. Спортивный туризм во всех формах своей деятельности способствует разностороннему развитию личности ребенка, общему оздоровлению его организма, укреплению физических и духовных сил, совершенствованию технико-тактического мастерства, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, изучению своего края и воспитывает патриота своей Родины.

Соревнования по спортивному туризму заключаются в командном прохождении дистанции туристско-спортивных соревнований, содержащей естественные и искусственные препятствиях, выполнение специальных заданий с использованием снаряжения, облегчающего и ускоряющего передвижение, обеспечивающего безопасность выполнения технических и тактических задач.

Воспитание молодого поколения в духе патриотизма — это первоочередная задача современного образования. Современный ребенок стремится к тому, что он получает с экранов телевизоров. Он не видит и не замечает мира, существующего за границами его «виртуального бытия». Отсюда идет и массовое ухудшение здоровья детей — слабая физическая активность, интенсивные информационные нагрузки, и, как итог, психические расстройства, доводящие многих до девиантного поведения. Активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически — вот еще важнейшие задачи современного образования. Туризм позволяет реализовать все эти задачи в полном объеме через путешествия, знакомящие с культурой, историей, природой родной страны.

Программа дополнительного образования (ДО) туристический клуб «Весёлые туристы» разработана на основе нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 №273-ФЗ.
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р).
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), направленными письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242.
5. Методические рекомендации по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей, направленными письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.04.2017 № ВК-1232/09.
6. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
7. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
8. Устав МАОУ СОШ № 5.
9. Образовательная программа дополнительного образования МАОУ СОШ №5 на 2024-2025 учебный год.

# Отличительная особенность

Данная программа позволяет конкретизировать цель обучения - дать знания о видах туризма и типах туристского природопользования, о влиянии туристской деятельности на окружающую среду, формирование экологической культуры человека. Программа составлена с учётом возрастных особенностей детей на основе планомерного формирования и развития туристических, экологических понятий.

# Новизна программы

Новизна данной программы заключается в преимущественно практико-ориентированных педагогических технологиях в проведении занятий. Суть их заключается в учете особенностей развития и потребностях современных детей и подростков, а также в постоянном обращении к опыту обучающихся, к их интересам, склонностям, устремлениям, индивидуально-значимым ценностям, которые определяют своеобразие восприятия и осознания окружающего мира каждым обучающимся.

# Адресат программы

Обучающиеся в возрасте 12-17 лет. В группе могут обучаться обучающиеся разного возраста, не имеющие медицинских противопоказаний к освоению программы.

Режим занятий**:**

Продолжительность одного академического часа - 40 мин.

Перерыв между учебными занятиями - 10 мин.

Общее количество часов в неделю - 2 часа.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

Объем и срок освоения программы**.**

Объем часов по программе составляет 68 часов в год.

Данная программа рассчитана на 1 год обучения.

# Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса происходит в группах обучающихся разных возрастных категорий. Состав групп постоянный.

В основу программы положены базовые блоки:

- спортивно-туристская подготовка;

- физическая культура;

- основы первой медицинской помощи.

При планировании теоретических и практических занятий, экскурсий, путешествий и соревнований учитываются сезонные изменения погоды. Во время каникул планируются массовые мероприятия: экскурсии, походы, соревнования и т.д.

Наряду с групповыми, коллективными формами работы проводятся индивидуальные занятия с кружковцами согласно действующему Положению о порядке организации индивидуальной и групповой работы во внешкольных учебных заведениях. Создаются условия для дифференциации и индивидуализации обучения в соответствии с творческими способностями, одаренностью, возрастом и психофизическими особенностями состояния здоровья детей.

**Форма обучения**

Преимущественно очная форма обучения, допускается сочетание с заочной формой в виде элементов дистанционного обучения в период приостановки образовательной деятельности учреждения. Отдельные темы могут предполагать индивидуальную и подгрупповую работу с обучающимися.

# Формы работы

1. Активные: участие в туристических слетах, соревнованиях, военно-спортивных играх.

2.Полуактивные: практические занятия в помещениях и на местности.

3. Проведение конференций, викторин, спортивных эстафет по охране природы.

4. Пассивные: лекции, беседы, просмотр видеофильмов.

**Уровень программы**

Базовый уровень предполагает совершенствование туристских знаний, умений, навыков обучающихся, а также знакомство с основными понятиями краеведения и получение первоначальных знаний о родном крае. Обучающиеся приобретают комплекс теоретических знаний и практических навыков, необходимых для участия в походе выходного дня с развитием навыков самоорганизации и распределения походных ролей.

**Формы подведения результатов**

1. Анализ результатов диагностики, сдачи зачетов, нормативов.

2. Анализ результатов участия обучающихся в соревнованиях.

3. Анкетирование, тестирование, собеседование.

Основной метод диагностики уровня обученности и воспитанности детей – педагогическое наблюдение и тестирование. Уровень знаний и умений, полученный при изучении разделов «Топография и ориентирование», «Специальная подготовка» проверяется во время участия в соревнованиях по туризму и спортивному ориентированию, ежегодных муниципальных соревнованиях «Школа безопасности». Уровень теоретической подготовки отслеживается методом педагогического наблюдения и тестирования.

# Цели и задачи программы

**Цель программы** - формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

**Задачи.**

***1. В области образования:***

- расширение и углубление знаний обучающихся, дополняющих школьную программу по географии, истории, биологии, ОБЖ, физике, математике, литературе и физической подготовки;

- приобретение умений и навыков в работе с картой, компасом;

- приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;

- обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

***2. В области воспитания:***

- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;

- формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;

- гуманное отношение к окружающему миру;

- умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости.

***3. В области физической подготовки:***

- физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);

- выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в туристических слётах, соревнованиях и походах.

С учётом возрастной периодизации для занятий зачисляются обучающиеся с 6-го по 11-й классы. Можно начинать заниматься с любого возраста предложенных классов. Зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

**Прогнозируемые результаты и критерии их оценки.**

Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение комплексной программы, прирост спортивных достижений, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах, экологических акциях.

Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива кружка, заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, воспитание физически здоровых, нравственно мыслящих и образованных патриотов страны.

В конце обучения подросток сможет осознанно выбрать подходящую специализацию и, используя широкий комплекс полученных знаний и навыков, продолжить своё развитие в специальных образовательных учреждениях по определённому профилю.

**По завершении обучения кружковцы должны**

***знать:***

- порядок организации и правила поведения в походах и на соревнованиях;

- вопросы туризма и экологии;

- основы топографии и ориентирования;

- умение ориентироваться по местным признакам и звёздам;

- опасные и ядовитые растения края, иметь представление о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;

- основные разделы пройденной программы;

- порядок организации, подготовки и проведения экскурсии и похода;

- способы преодоления различных естественных препятствий;

- способы организации и проведения поисково-спасательных работ;

- основные исторические и географические сведения о родном крае;

- различные способы ориентирования на местности.

***уметь:***

- передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;

- преодолевать вместе естественные препятствия на пути;

- ориентироваться по компасу и карте в походе и на соревновании по спортивному ориентированию;

- организовать походный быт и оказывать элементарную медицинскую помощь;

- передвигаться по дорогам, тропам и пересечённой местности в составе группы;

- владеть приёмами самостраховки, преодолевать различные естественные или искусственные препятствия;

- уметь правильно применять туристские узлы;

- проводить поисково-спасательные работы;

- уметь ориентироваться по карте и компасу, а также местным признакам и участвовать в туристических слётах, соревнованиях по спортивному ориентированию и походах;

- оформлять отчёт и задания, выполненные в походах и на экскурсиях;

- организовать походный быт и распределять продукты на весь поход или слёт;

- оказывать доврачебную помощь и правильно транспортировать пострадавшего.

# Содержание общеразвивающей программы

**Учебный (тематический) план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название раздела (модуля) | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
| Всего | Теория | Практика |
| **1** | История спортивного туризма. | **1** | **1** | **-** | опрос |
| **2** | Организация похода. | **3** | **3** | **-** | опрос |
| **3** | Снаряжение. | **2** | **2** | **-** | опрос |
| **4** | Первая медицинская помощь. | **4** | **2** | **2** | тестирование  практика |
| **5** | Устройство бивака. | **7** | **2** | **5** | тестирование  практика |
| **6** | Ориентирование. | **8** | **4** | **4** | тестирование  практика |
| **7** | Краеведение. | **2** | **2** | **-** | опрос |
| **8** | Условные знаки. | **7** | **5** | **2** | тестирование  практика |
| **9** | Рельеф местности. | **4** | **3** | **1** | опрос |
| **10** | Чтение карты. | **15** | **10** | **5** | тестирование  практика |
| **11** | Изучение узлов. | **2** | **1** | **1** | практика |
| **12** | Физическая подготовка. | **7** | **3** | **4** | тестирование  практика |
| **13** | Тактико-технические приемы выбора пути движения | **2** | **1** | **1** | наблюдение за выполнением хода работы |
| **14** | Веревочный курс | **3** | **1** | **2** | практика |
| **15** | Итоговое занятие | **1** | **1** |  |  |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Дата** | | |
| **план** | **факт** | |
| 1 | История спортивного туризма. |  |  | |
| 2 | Организация похода. |  |  | |
| 3 | Питание в походе. Составление рациона. |  |  | |
| 4 | Упаковка и хранение продуктов. Приготовление пищи. |  |  | |
| 5 | Снаряжение. Личное снаряжение. |  |  | |
| 6 | Групповое снаряжение. |  |  | |
| 7 | Первая медицинская помощь. |  |  | |
| 8 | Первая медицинская помощь. |  |  | |
| 9 | Заболевания. Ожоги и обморожения |  |  | |
| 10 | Помощь утопающему. |  |  | |
| 11 | Устройство бивака. |  |  | |
| 12 | Работа с палаткой. |  |  | |
| 13 | Свёртывание лагеря. |  |  | |
| 14 | Костёр, его виды. Разведение и поддержание костра. |  |  | |
| 15 | Практическое занятие. |  |  | |
| 16 | Практическое занятие. |  |  | |
| 17 | Костровое хозяйство. Меры предосторожности. |  |  | |
| 18 | Топографические карты. Спортивные карты |  |  | |
| 19 | Компас. Строение и работа с ним. |  |  | |
| 20 | Приёмы ориентирования карты по компасу. |  |  | |
| 21 | Определение расстояний и работа с компасом. |  |  | |
| 22 | Определение расстояний и работа с компасом. |  |  | |
| 23 | Ориентирование. Первый способ ориентирования. |  |  | |
| 24 | Ориентирование. Второй способ ориентирования. |  |  | |
| 25 | Азимут истинный и азимут магнитный. |  |  | |
| 26 | Краеведение. История Сухоложского района, его культурное наследие. |  | |  |
| 27 | Сухой Лог и его окрестности. |  | |  |
| 28 | Условные знаки. |  | |  |
| 29 | Условные знаки спортивных карт. |  | |  |
| 30 | Практическое занятие. |  | |  |
| 31 | Практическое занятие. |  | |  |
| 32 | Сигналы бедствия. |  | |  |
| 33 | Закрепление навыка чтения условных знаков. |  | |  |
| 34 | Закрепление навыка чтения условных знаков. |  | |  |
| 35 | Рельеф местности. |  | |  |
| 36 | Географические особенности Свердловской области и Сухоложского района. |  | |  |
| 37 | Изображение рельефа местности на спортивных картах. |  | |  |
| 38 | Закрепление практического навыка чтения рельефа. |  | |  |
| 39 | Выработка навыка беглого чтения карты. |  | |  |
| 40 | Комплексное чтение карты. |  | |  |
| 41 | Перенос КП. |  | |  |
| 42 | Учебные соревнования. |  | |  |
| 43 | Учебные соревнования. |  | |  |
| 44 | Приёмы ориентирования карты. |  | |  |
| 45 | Приёмы ориентирования карты. |  | |  |
| 46 | Способы определения точки стояния. |  | |  |
| 47 | Способы определения расстояний на местности. |  | |  |
| 48 | Движение по азимуту. |  | |  |
| 49 | Движение по азимуту. |  | |  |
| 50 | Отклонение при движении по азимуту. Выход по азимуту на КП. |  | |  |
| 51 | Практическое занятие. |  | |  |
| 52 | Практическое занятие. |  | |  |
| 53 | Учебные соревнования. |  |  | |
| 54 | Тактико-технические приёмы выбора пути движения. |  |  | |
| 55 | Тактико-технические приёмы выбора пути движения. |  |  | |
| 56 | Узлы. |  |  | |
| 57 | Узлы. |  |  | |
| 58 | Физическая подготовка (техника бега ориентировщика). |  |  | |
| 59 | Игры на местности. |  |  | |
| 60 | Техника и практика движения в сложном пешеходном путешествии. |  |  | |
| 61 | Техника и практика движения в сложном пешеходном путешествии. |  |  | |
| 62 | Учебные соревнования. |  |  | |
| 63 | Учебные соревнования. |  |  | |
| 64 | Игры на местности. |  |  | |
| 65 | Верёвочный курс. |  |  | |
| 66 | Практическое занятие. |  |  | |
| 67 | Практическое занятие. |  |  | |
| 68 | Итоговое занятие. |  |  | |

# Содержание программы.

1. **История туризма и спортивного ориентирования как вида спорта.**

**Теория:** Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. История развития туризма в России. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный. Понятие о спортивном туризме и ориентировании.

1. **Организация похода.**

**Теория:** Изучение района похода, составление плана, маршрута, составление графика движения.

1. **Снаряжение**

**Теория:** Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно- трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, их преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов, типы лыж. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение рем. набора. Хозяйственный набор: оборудование, рукавицы, ножи, половники и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

1. **Первая медицинская помощь.**

**Теория:** Состав медицинской аптечки, понятие «травма», основные травмы, приемы транспортировки пострадавшего.

**Практика:**Составление списка медикаментов для многодневных походов (горных, пеших, водных). Применение приемов иммобилизации и транспортировки пострадавшего. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.

1. **Устройство бивака.**

**Теория:** Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Привалы и биваки. Требования к месту бивака: наличие питьевой воды, дров, изолированность от посторонних, безопасность при ухудшении погодных условий (подъем воды в реке, падение деревьев при ветре, туман в низинах и т. п.). Эстетические требования к месту бивака. Гигиенические требования к месту бивака. Планирование и разведка места бивака, вынужденная остановка на ночлег.

**Практика:** Установка лагеря, работа с бивачным снаряжением, выполнение туристских обязанностей.

1. **Ориентирование.**

**Теория:**Изучение условных знаков топографических и спортивных карт; теоритические основы работы с компасом.

**Практика:**Работа на местности со спортивными и топографическими картами», определение основных и промежуточных направлений по компасу, Участие в соревнованиях по ориентированию

1. **Краеведение.**

**Теория:** История Сухоложского района. Город Сухой Лог и его окрестности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Географические особенности и его окрестностей. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества.

1. **Условные знаки.**

**Теория:** Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топознаков по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

 Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонтали основные, утолщенные, полугоризонтали. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

**Практика:**Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

1. **Рельеф местности.**

**Теория**: Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонтали основные, утолщенные, полугоризонтали. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

**Практика:** Работа с картой.

1. **Чтение карты.**

**Теория:** Масштаб карты, измерение расстояний по карте с использованиемизвестного масштаба, информация об объектах топографических карт, комплексныезадания,местности.

**Практика:** ориентирование по выбору, ориентирование по маркированнойтрассе.

1. **Изучение узлов.**

**Теория:** Узлы и их назначение. Грудная обвязка и страховочная система. Приёмы обращения с верёвкой.

**Практика:** Вязка узлов.

1. **Физическая подготовка.**

**Теория:** Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов. Место специальной физической подготовки на различных этапах процесса тренировки. Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач общей и специальной физической подготовки. Основная цель тренировочных походов - приспособление организма к походным условиям. Привыкание к нагрузке (выносливость): постепенность, систематичность, использование разнообразных средств для этого. Зависимость вида тренировок от характера предстоящего похода.

**Практика:**Упражнение на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц.

1. **Тактико-технические приемы выбора пути движения**

**Теория:** Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

**Практика:**Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.

1. **Веревочный курс**

**Теория:** Познакомить обучающихся с приемами работы с веревкой, способами и методами её использования. Объяснить значение туристических узлов; их практическое применение; последовательность техники вязания. История возникновения узлов, их классификация, техника вязания.

**Практика:** Работа с веревкой.

1. **Итоговое занятие**

**Теория:** Подведение итогов работы кружка за год. Награждение лучших воспитанников кружка по итогам обучения. Задание на лето.

# Планируемые результаты

**Личностные результаты:**

• 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;

• оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные результаты** включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

• определять наиболее эффективные способы достижения результатов;

договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

* взаимодействовать со сверстниками в туристической деятельности и адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнёра;

• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

• организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

• планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

• анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

• управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

**Предметные результаты:**

• формирование знаний о туризме и его роли в укреплении здоровья;

• оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнениях учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

• бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

• в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

• находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

• применять жизненно важные двигательные навыки и умения в различных изменяющихся, вариативных условиях.

# Организационно-педагогические условия

# Календарный учебный график

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Основные характеристики образовательного процесса** | **учебный год** |
| 1 | Количество учебных недель | 34 |
| 2 | Количество часов в неделю | 2 |
| 3 | Количество часов | 68 |
| 4 | Недель в первом полугодии | 16 |
| 5 | Недель во втором полугодии | 18 |
| 6 | Каникулы | 26 октября – 5 ноября  28 декабря – 8 января  22 марта – 30 марта |
| 7 | Окончание учебного года | 26 мая 2025 г. |

# Условия реализации программы

# Материально-техническое обеспечение

Программа предполагает наличие кабинета, необходимого личного и группового туристского и специального снаряжения, бивуачного и вспомогательного (хозяйственного, медицинской аптечки и пр.), обзорные карты края; схемы; топографические и спортивные карты всех масштабов; компасы, веревки, карабины, страховочные системы; основные и вспомогательные веревки.

1. Палатка с тентом четырехместная (каркасно-дуговая) 3 шт.
2. Комплект котелков для приготовления пищи 2 (8, 9, 10 л)
3. Топор туристский 2 шт.
4. Костровое оборудование 2
5. Веревка 10 мм 50 м.
6. Веревка 6 мм 40 м.
7. Каска туристическая 10 шт.
8. Индивидуальная страховочная система (комплект) 5 шт.
9. Спусковое устройство 10 шт.
10. Жумар 10 шт.
11. Коврик теплоизоляционный 15 шт.
12. Компас жидкостный 10 шт.
13. Тент туристский 1 шт.
14. Пила 2 шт.
15. Лопата складная 2 шт.
16. Ремонтный набор универсальный
17. Карабины туристские 90 шт.
18. Ноутбук для педагога 1 шт.
19. Столы 20 шт.
20. Стулья 25 шт.
21. мультимедийный проектор 1 шт.
22. Звуковые колонки 1 шт.
23. Точка доступа. Комплект сетевого оборудования 1 шт.
24. Комплект учебной канцелярии 1 шт.

# Дидактический материал в электронном виде, раздаточный материал

1. Учебные материалы (тесты)

2. Карты

3. Учебные пособия для детей (таблицы)

4. Раздаточный материал (веревки, карабины, обвязки)

5. Аудио - видео средства туристские, спортивные.

# Методический материал.

1. Методическая разработка

«Оздоровительная функция самодеятельного туризма»

2. Методические рекомендации для судей и участников соревнований

3. Методические рекомендации в помощь тренеру, спортсмену

4. Методическая разработка занятия «Подготовка к походу»

6. Видеофильмы на экологическую тему, как выживать в природе, краеведческая тематика и др.

# Кадровое обеспечение

Должность **-** педагог дополнительного образования

# Формы аттестации/контроля

**Формы оценочных средств** журнал посещаемости, отслеживание результатов осуществляется в виде текущего, промежуточного и итогового контроля.

**Текущий** контроль осуществляется на каждом занятии. По мере накопления учащимися знаний и опыта проводятся соревнования в группах по техническим навыкам, которые применяются в туристических соревнованиях, как особая форма оценки результатов освоения материала.

Формами **промежуточного и итогового** контроля являются соревнования между учащимися школ и внутри секции по технике пешеходного туризма и спортивного ориентирования, краеведческой олимпиады.

# Список литературы

**Нормативные документы**

Дополнительное (нормативно-правовое) направление.

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-Ф3 «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ № 273) с последующими изменениями.

2. Федеральный закон от 29.12.2010 г. № 436-ФЗ (ред. от 18.12.2018) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».

3. Федеральный закон от 24.06.1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».

4. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).

5. Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 10).

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».

7. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.06.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН).

10. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № 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»).

11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК- 2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ)».

12. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

13. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

14. Закон Свердловской области «Об образовании в Свердловской области» от 16 июля 1998 года № 26-ОЗ с последующими изменениями.

15. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

16. Устав МАОУ СОШ №5.

**Литература для педагога и обучающихся**

Белоусов, А.В. Основы спортивного туризма [Текст]: учебно-методическое пособие / А.В. Белоусов. Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2009. 136 с.

Булашев, А.Я. Специфика организации питания в лыжных и пешеходных сложных туристских походах [Текст]: учебное пособие / А.Я. Булашев, Л.И. Каплина, Ю.Л. Шальков. М.: 2007. 145 с.

Варламов, В.Г. Основы безопасности в пешем походе[Текст]: методические рекомендации / В.Г. Варламов. М.: Центральное рекламно-информационное бюро «Турист», 1983. 296 с.

Варламов, В.Г. Физическая подготовка туристов-пешеходников [Текст]: учебное пособие /В. Г. Варламов. М.: 2009. 261 с.

Волков, В. Г. Методические основы пешеходного туризма [Текст]: учебно-методическое пособие / В. Г. Волков, А. В. Соболев, Р. И. Ляпин. Пенза: ПГПУ им. В. Г. Белинского, 2011. 79 с.

Востоков, И.Е. Классификация пешеходных маршрутов [Текст]: учебное пособие / И. Е. Востоков. М.: 2000. 189 с.

Вяткин, Л.А Туризм и спортивное ориентирование [Текст]: учебное пособие / Л.А Вяткин. М.: 2003. 154 с.

Ганопольский, В. И. Организация и подготовка спортивного туристского похода [Текст]: учебное пособие / В. И. Ганопольский. М.: ЦРИБ «Турист», 2006. 321 с.

Ганопольский, В.И. Туризм и спортивное ориентирование [Текст]: учебник для институтов и техникумов физической культуры / В.И. Ганопольский, Е.Я. Безносиков,В.Г. Булатов. М.: Физкультура и спорт, 1987. 240 с.

Гориневская, В.В., Лейсаков Н.К. Пешеходный туризм [Текст]: учебное пособие /В. В. Гориневская, Н. К. Лейсаков. М.: 2001. 154 с.

Рыльский, С.В., Шилова В.С. Социально-экологическая компетентность будущего учителя: актуальность и необходимость [Текст]: учебное пособие/ С.В.Рыльский, В.С.Шилова. Белгород:2005. 264 с.

Зорин, И.В., Квартальнов В.А Энциклопедия туризма [Текст]: пособие для учителей, руководителей туристских походов со школьниками / И. В. Зорин, В. А. Квартальнов. М.: «Просвещение», 1981. 205 с.

Ильина, Е. Н. Туризм и путешествия [Текст]: учебное пособие / Е.Н. Ильина. М.: Физкультура и спорт, 1998. 165 с.

Карнацевич, И.В. Причины несчастных случаев, опасные ситуации и природные явления в туристских походах [Текст]: учебное пособие/ И.В. Карнацевич, А.Л. Статва. Омский научный вестник, 2007. 203 с.

Кодыш, Э.Н. Соревнования туристов: пешеходный туризм [Текст]: учебное пособие / Э. Н. Кодыш. М.: 2000. 273 с.

Кошельков, С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слётов и соревнований учащихся [Текст]: учебное пособие / С. А. Кошельков. М.: ЦДЮТур МО РФ, 2007. 138 с.

Князькина, Е.П. Методическое сопровождение к программе «Пешеходный туризм» [Текст]: методическое пособие / Е.П. Князькина. Казань: Новое знание, 2006. 75 с.

Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1983г.

Ю.С. Константинов «Туристская игротека». - М.: Владос, 2000г..

Г. Лагздынь «Зеленая аптека». – М.: Алтей, 2020г.

Первая медицинская помощь дома и на улице. Под ред. Профессора В.А. Попова. – Ленинград, 1991г.

**Интернет-источники**

<http://cdutur-armavir.ru/wp-content/uploads/2022/02/ПРАВИЛА-Спорт-Туризм-regplay_2021-1.pdf>

<https://mchs.gov.ru/deyatelnost/bezopasnost-grazhdan/universalnyy-algoritm-okazaniya-pervoy-pomoshchi_5>

<http://rus-sur.ru/Biblioteka/first_aid_St_John_Ambulance.pdf>

**Аннотация**

Рабочая программа внеурочной деятельности кружок «Туризм» создана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Программа реализуется в рамках физкультурно-спортивного и оздоровительного направления дополнительного образования, направлена на формирование у обучающихся «чувства команды», на усвоение знания о необходимости соблюдения правил и норм безопасного поведения, соблюдения доброжелательных отношений во время походов.

В программе кружка предусматривается исследовательская деятельность, духовно-нравственное воспитание чувства патриотизма, гражданственности. Занятия помогут детям осознать важность здорового образа жизни, активного отдыха и правильного двигательного

режима. Программа оздоровительной деятельности детей разработана на основе их физического развития, формирования установки на систематические занятия физической культурой и спортом на основе осознания собственных возможностей. Во время занятий обеспечивается двигательная активность ребенка, проводится профилактика заболеваний костно-мышечной и сердечнососудистой систем.

Программа разработана для обучающихся 11-17 лет, рассчитана на 1 год

обучения.