

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ

АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД ВОРОНЕЖ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

РАССМОТРЕНО

экспертным советом ДТДиМ от 21.05.
2021 г. (протокол №5) и педагогическим
советом ДТДиМ от 26.05.2021 г.
(протокол № 4)

УТВЕРЖДЕНО

приказом МБУДО Дворец творчества
детей и молодежи
от 26.05.2021г. №72

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)
ПРОГРАММА
«ТУРИСТ»**

Направленность: туристско-краеведческая

Возраст обучающихся: 10-17 лет

Срок реализации: 1 год

Уровень сложности: стартовый

Автор-разработчик: Шишлянников

Сергей Михайлович, педагог

дополнительного образования

Воронеж, 2021 г.

Автор-разработчик:

Шишлянников Сергей Михайлович - педагог дополнительного образования Дворца творчества детей и молодёжи

Под редакцией Глущенко Натальи Николаевны, замдиректора по научно-методической работе

Программа разработана и реализуется с 2021 года.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Турист» предусматривает комплексное обучение, воспитание и гармоничное развитие подрастающей личности через туризм. Систематические занятия спортивным туризмом способствуют физическому развитию, закаливанию и укреплению здоровья обучающихся, формированию таких ценных качества, как самостоятельность, ответственность, выносливость, сила, координация движений. Программа разработана на основе многолетнего опыта педагога дополнительного образования, инструктора детско-юношеского туризма Сергея Михайловича Шишлянникова.

© Шишлянников С.М.

© ДТДиМ

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.....	9
1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ: УЧЕБНЫЙ ПЛАН, СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА.....	10
1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....	14

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 ФОРМЫ КОНТРОЛЯ/АТТЕСТАЦИИ.....	15
2.2 ОЦЕНОЧНЫЕ И КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.....	15
2.3 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.....	16
2.4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ: МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ, КАДРОВОЕ, ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	18
2.5 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	20
Список литературы.....	21
Приложение	22

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Миссия дополнительного образования, как открытого вариативного образования состоит в обеспечении права детей и молодежи на свободный выбор различных видов обучения и развития. О правильном воспитании детей сейчас мало кто заботится, даже родители, поглощенные заботами о хлебе насущном. В связи с этим, все острее встает задача понимания роли основного и дополнительного образования в вопросах становления подрастающего поколения, его личностного и профессионального самоопределения. Дополнительное образование во всех формах способствует всестороннему гармоничному развитию личности ребенка. Оно направлено на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, приобретение навыков самостоятельной деятельности. В основных направлениях современной «Концепции развития дополнительного образования детей» большое внимание уделено созданию образовательных и развивающих сред для различных форм активности обучающихся. Занятия туризмом в любую погоду, в любое время года полезны для детей и подростков, поскольку благоприятно влияют на сохранение и укрепление здоровья ребенка, закаливание и физическое развитие. Систематические занятия спортивным туризмом гармонически развивают все группы мышц, совершенствуют такие ценные физические качества, как выносливость, силу, быстроту, координацию движений. Туристские навыки необходимы и для формирования психологических качеств, таких как, воля, упорство, настойчивость, смелость, которые необходимы школьнику для повседневной учебной деятельности. Более того они жизненно необходимы для человека любого возраста. Однажды приобретённые навыки туризма сохраняется у человека на всю жизнь. Прикладное значение туризма - поисково-спасательная работа, обеспечение сохранения жизни людей. Этими навыками должен владеть каждый, занимающийся спортивного туризма. Огромное количество несчастных случаев в природной среде ежегодно происходит из-за того, что люди не умеют вести себя в простейших ситуациях, не говоря уже об экстремальных. Не могут оказать первую помощь. Программа «Турист» имеет практико-ориентированную направленность, предусматривает отработку умений и навыков работы с туристским снаряжением до автоматизма и строжайшее соблюдение техники безопасности.

Программа разработана с учетом специфики образовательного учреждения и условий работы в Воронежской области.

Программа актуальна, так как отвечает потребностям и запросам не только обучающихся, но и их родителей, общества в целом. Она ориентирована на эффективное решение жизненно важных проблем всестороннего гармоничного развития и гражданского становления личности. Программа востребована, т.к. постоянно растет круг желающих заниматься и развиваться по туристским методикам. Полученные знания, умения, навыки обучающиеся могут применять в жизни сразу, по принципу «Здесь и сейчас!», а не через некоторое время.

Основанием для разработки программы служат следующие нормативно-правовые документы:

- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ (ред. от 01.05.2017 г.),
- Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся от 31 июля 2020 г., регистрационный N 304-ФЗ,
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года,
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (утв. приказом Минпросвещения РФ от 09.11.2018 г. №196),
- Приказ Министерства просвещения РФ от 30.09.2020 №533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196,
- 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»,
- Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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»,
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р,
- Федеральный проект Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации,
- Приказ Минобрнауки от 23 августа 2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную

деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»,

- Приказ «Об организации образовательной деятельности в организациях, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, образовательные программы среднего профессионального образования и дополнительные общеобразовательные программы, в условиях распространения новой коронавирусной инфекции на территории российской Федерации» от 17 марта 2020 г. № 104,
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации 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»),
- «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)». Письмо Минобрнауки от 18 ноября 2015 г. N 09-3242,
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»,
- Приказ Министерства просвещения РФ от 02.02.2021г. №38 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019г. №467»,
- Распоряжение Правительства Воронежской области от 23 июня 2020 № 784-р «Об утверждении Концепции выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи Воронежской области на 2020-2025 годы»,
- Положение об организации образовательного процесса в МБУДО ДТДиМ (утв. приказом директора МБУДО ДТДиМ №73 от 27 мая 2019 г. г. Воронеж),
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБУДО ДТДиМ (утв. приказом МБУДО ДТДиМ от 07.10.2020г. №88),
- Положение об аттестации обучающихся МБУДО ДТДиМ по реализации дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ (утв. приказом и.о. директора МБУДО ДТДиМ № 72 от 26 мая 2021 г.),

- Программа воспитания МБУДО ДТДиМ на 2021-2023гг. (утв. приказом и.о. директора МБУДО ДТДиМ № 72 от 26 мая 2021 г.),
- Положение о рабочей программе воспитания МБУДО ДТДиМ (утв. приказом и.о. директора МБУДО ДТДиМ № 72 от 26 мая 2021 г.).

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Турист» имеет **туристско-краеведческую направленность**, интегрирует в себе основные взаимосвязанные виды туристско - краеведческой деятельности: спортивный туризм (туристские походы, соревнования), спортивное ориентирование, краеведение. Каждое направление туристско-краеведческой деятельности с точки зрения обучения, воспитания, развития уникально по-своему. Ведущим из этих направлений является туризм, без которого, по сути, не могут обойтись ни ориентирование, ни краеведение. В туристских походах образование, воспитание и развитие происходит в процессе организации коллективной походной жизни и активной деятельности обучающихся в естественных природных условиях, что способствует приобретению ими необходимого социального опыта, опыта общественных и личностных отношений, способствует процессу самоутверждения. Главным стимулом туристских соревнований является не соревнования ради соперничества, а возможность свободного общения со сверстниками в условиях походной жизни, обретение новых друзей, обмен опытом. Занятия спортивным ориентированием содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу. Кроме оздоровительной и спортивной направленности ориентирование имеет большое прикладное значение. Изучению своей «малой родины», расширению кругозора ребят способствует краеведение. Программа «Турист» дает целостное представление о перечисленных видах деятельности, закладывает основы организации туристского быта и техники передвижения в походе, самостоятельного прохождения дистанций спортивного ориентирования, активного и углубленного изучения истории родного края, его природы.

Программа имеет **стартовый** уровень сложности, предусматривает приобретение начальных знаний в области туристско-краеведческой деятельности, физической культуры, безопасной жизнедеятельности. Освоение программы дает возможность выявить индивидуальные склонности детей к определенному роду деятельности, пробудить интерес к приобретению новых знаний и умений, развить мотивацию к занятиям туризмом.

Особенностью реализации данной программы является использование научно обоснованных современных подходов и технологий в организации образовательного процесса, направленных на формирование социально ориентированной среды,

определяющей личностную зрелость обучающихся, развитие их физических и духовно-нравственных качеств. Содержание программы разработано с учетом местных, региональных природных и территориальных особенностей.

Программу отличает многополярность содержательной составляющей, которая обеспечивает успешное изучение таких предметов, как краеведение, история, география, туризм, спортивное ориентирование, гражданское и патриотическое воспитание. Ее комплексность позволяет использовать инвариантные блоки, предусматривающие изучение истории России и родного края, разнообразные виды туристской, физической подготовки, воспитание гражданственности и патриотизма. В процессе обучения постоянно идет работа по раскрытию лучших сторон и качеств обучающихся через коллектив. Богатый эколого-краеведческий материал, изучение которого предусмотрено программой, изложен так, чтобы, постигая отечественное культурное прошлое и расширяя свои знания в области истории, культуры и экологии, обучающиеся могли оценить красоту и богатства родного края, впоследствии смогли воспитать в себе лучшие качества человеческого характера. Программа дополняет воспитательную деятельность семьи и школы через физическое и нравственное совершенствование, гармоничное развитие личности путем приобщения к традициям и культуре России, родного края.

Адресат программы: в реализации программы принимают участие обучающиеся 10-17 лет. Количество обучающихся в группе - 12 человек. В состав группы входят обучающиеся разного возраста. Состав группы постоянный. Ограничений при приеме в группу детей нет, принимаются все желающие (необходима справка - разрешение врача заниматься физической культурой). Группа комплектуется с учетом индивидуально-психологических и возрастных особенностей обучающихся.

Психологические особенности подросткового возраста (10-14 лет) заключаются в активном процессе усвоения системы социальных связей и отношений, формировании миропонимания, выработке нравственных ориентиров, принципов поведения, что благоприятно для развития самосознания, самовоспитания. В возрасте 15-17 лет юноши и девушки определяют свой специфический устойчивый интерес к той или иной науке, отрасли знания, области деятельности. Участие подростков и старшеклассников в спортивном лагере или туристском походе - это школа самообслуживания в полевых условиях, пример бережного отношения к природе, основа экологического воспитания и познания новой для них информации по прикладно-ориентированной направленности получаемых на занятиях знаний. Во время походов особенно ярко раскрываются черты характера и личные качества обучающихся. Здесь проходят проверку и закалку важные

моральные и волевые качества: смелость, решительность, организованность, ответственность, дисциплинированность, способность к взаимовыручке и др.

Формы реализации: очная/дистанционная. Программа адаптирована для реализации в условиях дистанционного обучения по санитарно-эпидемиологическим основаниям и включает все необходимые инструменты электронного обучения: электронную почту, социальную сеть «ВКонтакте», приложение смартфона WhatsApp, Viber.

В очном формате программа реализуется в **основных формах** (индивидуальной, групповой и фронтальной), и в сопутствующих (соревнования, экскурсии, учебно-тренировочные походы, лагеря, тренинги, соревнования). Программа построена таким образом, что теоретические занятия постоянно чередуются с туристской практикой. Практические занятия проводятся на природе, в лесу, в парках. В период осенних, зимних, весенних каникул практические навыки отрабатываются в многодневных походах, учебно-тренировочных сборах, на соревнованиях.

Срок освоения дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Турист» - 1 года.

Режим занятий: 2 раза в неделю: 1-е занятие 2 часа,
2-е занятие 4 часа (на местности).

Общее количество часов в год – 216 часов.

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Целью программы является создание условий для воспитания, обучения и гармоничного развития детей и молодежи, базирующейся на основах формирования здорового образа жизни и позициях гражданина великой России.

Задачи:

- приобретение предметных знаний по туристской программе, развитие мотивации к участию в походах, получению необходимых спортивных навыков и туристских умений;
- развитие личностных качеств и творческих способностей, самостоятельности, ответственности, активности;
- воспитание общественной активности личности, гражданской позиции, высоких морально - волевых и нравственных качеств, экологической культуры и культуры поведения в социуме.

1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ: УЧЕБНЫЙ ПЛАН, СОДЕРЖАНИЕ

УЧЕБНОГО ПЛАНА

Учебный план

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение в программу. Символика России	2	2		Входной (опрос)
2	Туристская подготовка	60	6	54	Текущий (тестирование, тренинг)
3	Краеведение	12	4	8	Текущий (тестирование)
4	Навигация	14	6	8	Текущий (контрольные испытания)
5	Психологическая подготовка	8	2	6	Текущий (тренинг)
6	Основы гигиены и первая помощь	18	4	14	Текущий (контрольные испытания)
7	Общая и специальная физическая подготовка	60	6	54	Итоговый (тренинг, сдача нормативов по ОФП и СФП, ведение дневника)
8	Учебно-тренировочные походы. Соревнования	40	-	40	Текущий (контрольные испытания, соревнования)
9	Итоговое занятие	2		2	Итоговый (отчет, итоговое тестирование)
	Итого	216	30	186	

Содержание учебного плана

Тема 1 (2 часа).

«Введение в программу. Символика России»

Теория: Содержание, цели и задачи программы. Государственная символика России: флаг, гимн, герб. Опрос (2 часа).

Тема 2 (60 часов).

«Туристская подготовка»

Теория: Техника безопасности. Безопасность при проведении занятий в учебном классе, спортивном зале, на местности, на соревнованиях. Нормативные документы по туризму. Подготовка к походу. Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий. Переправы через реки. Переправа по кладям по жердям, брёвнам, камням. Использование переправы по веревке с перилами, навесной переправы.

Способы движения по склонам: в лоб, траверсирование, глиссирование. Страховка альпенштоком, выбивание ступеней, положение корпуса при движении, темп, интервал, использование веревочных перил для страховки. Требования к подведению итогов похода. Тестирование (6 часов).

Практика: Отработка навыков обеспечения собственной и командной безопасности, контроля соблюдения правил безопасности, отработка навыков правильного и своевременного применения средств индивидуальной защиты на этапах и дистанциях. Изучение нормативных документов по спортивному туризму. Разработка маршрутов для проведения учебных походов. Изучение района и разработка маршрута зачетного похода. Отработка навыков преодоления естественных препятствий, организации страховки и самостраховки при прохождении опасных участков. Организация переправ. Тренинг. Ремонт туристского инвентаря и снаряжения. Составление отчета о проведенном походе (54 часа).

Тема 3 (12 часов).

«Краеведение»

Теория: Наша Родина – Россия. Общие сведения, федеральные округа, население, реки, озера, моря России. Исторические периоды развития России, родного края. Изучение района похода. Природные условия района похода. История, памятные события, произошедшие на территории района похода. Население, известные люди. Экскурсионные объекты на маршруте. Обзор района похода (4 часа).

Практика: «Разведка» ближайших окрестностей. Изучение материалов по району предстоящего похода. Растения и животные в «Красной книге». Природоохранная работа во время туристских мероприятий. Работа по приведению в порядок памятников истории и культуры, воинских захоронений. Тестирование (8 часов).

Тема 4 (14 часов).

«Навигация»

Теория: Способы определения сторон света по местным признакам, по часам, по солнцу, по звездам. Основы топографии и ориентирования. Топографическая и спортивная карты. Условные знаки на картах. Компас. Работа с компасом. Действия в случае потери ориентировки. Электронные средства навигации. ГЛОНАСС, GPS (6 часов).

Практика: Определение сторон горизонта, определение азимута. Определение сторон горизонта, определение азимута. Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки на картах. Компас. Работа с компасом. Способы ориентирования.

Ориентирование по местным предметам. Работы с топографическими и спортивными картами, определение длины среднего шага, измерение расстояния. Ориентирование на местности. Действия в случае потери ориентировки. Электронные средства навигации. ГЛОНАСС, GPS. Контрольные испытания (8 часов).

Тема 5 (8 часов).

«Психологическая подготовка»

Теория: Микроклимат в группе (2 часа).

Практика: Тренинг командообразования. Лидерский тренинг (6 часов).

Тема 6 (18 часов).

«Основы гигиены и первая помощь»

Теория: Личная гигиена, профилактика заболеваний. Личная и групповая походная аптечка. Основные приемы оказания первой помощи при ушибах, переломах, укусах, ожогах. Симптомы, обработка ран, остановка кровотечения. Десмургия. СЛР. Приемы транспортировки пострадавшего (4 часа).

Практика: Личная гигиена, профилактика заболеваний. Личная и групповая походная аптечка. Отработка основных приемов оказания первой помощи при ушибах, переломах, укусах, ожогах. Симптомы, обработка ран, остановка кровотечения. Десмургия. СЛР. Изготовление носилок и волокуш. Транспортировка пострадавшего. Контрольные испытания (14 часов).

Тема 7 (60 часов).

«Общая и специальная физическая подготовка»

Теория: Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Понятия общая физическая подготовка (ОФП) и специальная физическая подготовка (СФП), их значение. Упражнения на развитие физических качеств, необходимых для специальной подготовки. Правила выполнения физических упражнений (6 часов).

Практика: ОФП. Строй, команды, подаваемые голосом, свистком и руками. Упражнения для рук, плечевого пояса, туловища, ног. Упражнения с сопротивлением, с предметами. Элементы акробатики. Упражнения на равновесие. Упражнения на ловкость, гибкость, быстроту, выносливость. Переправа по бревну через овраг, ручей, канаву; переправа по качающемуся бревну. Подъем по гимнастической лестнице, стенке, в том числе без помощи ног. Подъем по крутым склонам оврагов, берегам ручьев. Элементы скалолазания. Эстафеты с применением сложных двигательных

заданий, требующих координации движения. Беговая подготовка. Преодоление препятствий городского типа.

СФП. Ориентирование. Движение по азимуту по открытой и закрытой местности. Измерение расстояний на местности во время бега по дорогам, тропам, просекам, по лесу различной проходимости, склонам различной крутизны. Движение без помощи компаса по Солнцу. Бег «в мешок». Бег с выходом на линейные и площадные ориентиры. Бег с выходом в заданную точку со строгим контролем направления и расстояния. Выбор пути и движение с учетом рельефа местности, проходимости растительности, почвенного покрова. Движение по маркированной трассе с фиксацией основных встречающихся ориентиров. Выход на контрольные пункты и уход с них в заранее выбранном направлении.

Туристская техника. Движение по ровной, по сильно пересеченной местности, по лесу через кустарники и завалы, движение по заболоченной местности, движение по дорогам, тропам и без троп, по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями. Прохождение различных этапов соревнований по спортивному туризму. Игры, в том числе с различными упражнениями туристской техники. Изучение приемов самомассажа. Тренинг. Сдача нормативов. Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля (54 часа).

Тема 8 (40 часов).

«Учебно-тренировочные походы. Соревнования»

Практика: Учебно-тренировочные походы. Соревнования. Контрольные испытания. Участие в зачетном походе (40 часов).

Тема 9 (2 часа).

«Итоговое занятие»

Практика: Отчет по зачетному походу. Выпуск фотогазеты. Итоговое тестирование по пройденному материалу (2 часа).

1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные:

- формирование представлений о туристском движении, значении туристско-краеведческой деятельности, физической культуры для человека;
- владение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия);
- приобретение начальных знаний, необходимых туристу.

Обучающиеся должны знать:

- порядок организации и проведения учебно-тренировочных походов;
- правила поведения вне населенных пунктов, вопросы экологии, туризма;
- основы туристской техники;
- основы топографии и ориентирования;
- иметь общие представления о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи.

Обучающиеся должны уметь:

- передвигаться по дорогам, тропам в составе группы;
- организовать походный быт;
- преодолевать несложные естественные препятствия;
- ориентироваться по карте и компасу;
- оказывать элементарную медицинскую помощь.

Личностные:

- развитие самостоятельности, дисциплинированности;
- формирование ответственного отношения к обучению и целенаправленной познавательной деятельности.

Метапредметные:

- формирование межпредметных понятий и универсальных учебных действий (регулятивных, познавательных, коммуникативных), способности их использования в учебной, социальной и познавательной практике.

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 ФОРМЫ КОНТРОЛЯ/АТТЕСТАЦИИ

Формами контроля в ходе реализации программы являются:

- входной контроль (опрос) с целью определения начального уровня подготовки обучающихся, имеющих знания, умения и навыки, связанных с предстоящей образовательной деятельностью;
- текущий контроль (тестирование, контрольные испытания, тренинг, соревнования) осуществляется по конкретным темам, с целью диагностирования качества усвоения изученного материала, накопления показателей физического развития и уровня специальной подготовки;
- итоговый контроль (итоговое тестирование, отчет) проводится в конце учебного года и предполагает комплексную проверку образовательных результатов по всем ключевым темам.

Формы отслеживания и фиксации результатов: материалы тестирований, протоколы сдачи контрольных нормативов, соревнований.

Формами предъявления и демонстрации результатов освоения программы являются: итоговое тестирование, отчет.

2.2 ОЦЕНОЧНЫЕ И КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Тестовые задания, компьютерные тесты, таблицы нормативов, опросники.

2.3 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Использование словесных, наглядных и практических **методов обучения** способствует быстрому освоению изучаемого материала. Метод «обратной связи» помогает в процессе обучения проверить, в правильном ли направлении идет работа, оценить успешность детей в освоении программы.

Применение элементов **здоровьесберегающей технологии, технологии развивающего обучения**, воспитательных методов (организация деятельности и формирование опыта поведения, педагогическое требование, воспитывающие ситуации) дает возможность обучающимся развиваться во всех сферах, направляет их энергию в конструктивное русло социальной практики.

Методическое обеспечение программы

№ п/п	Тема	Формы занятий	Приемы и методы	Дидактические материалы	Виды и формы контроля	Формы и содержание подведения итогов
1	Введение в программу. Символика России	Фронтальные (рассказ, объяснение) Индивидуальные (работа с карточками, выполнение рисунков)	Словесный, наглядный, практический	Иллюстрации и по государственной символике РФ	Входной (опрос)	Контроль умения рисовать флаг РФ, знания текста гимна РФ
2	Туристская подготовка	Фронтальные (объяснение) Индивидуальные (работа с карточками, отработка практических навыков)	Словесный, наглядный, практический	Книга «Жизнь в природе»	Текущий (тестирование, тренинг)	Контроль усвоения знаний, отработки практических навыков
3	Краеведение	Фронтальные (объяснение) Индивидуальные (работа с тестами)	Словесный, наглядный, практический	Иллюстрации и по истории Воронежского края	Текущий (тестирование)	Контроль выполнения тестовых заданий
4	Навигация	Фронтальные (объяснение) Индивидуальные (работа с картами, приборами)	Словесный, наглядный, практический	Книга «Жизнь в природе».	Текущий (контрольные испытания)	Контроль знания особенностей ориентирования
5	Психологическая подготовка	Фронтальные (рассказ, объяснение), Индивидуальные (тренинг)	Словесный, наглядный, практический	Книга «Жизнь в природе».	Текущий (тренинг)	Лидерский тренинг
6	Основы гигиены и первая помощь	Фронтальные (объяснение), Индивидуальные (выполнение заданий)	Словесный, наглядный, практический	Презентации, пособия по ПМП	Текущий (контрольные испытания)	Контроль знания приемов оказания первой помощи
7	Общая и специальная физическая подготовка	Фронтальные (объяснение) Индивидуальные (выполнение нормативов)	Словесный, наглядный, практический	Таблицы с нормативами	Итоговый (тренинг, контрольные испытания)	Контроль сдачи нормативов по ОФП и СФП
8	Учебно-тренировочные походы, соревнования	Фронтальные (рассказ, объяснение), Групповые (работа в группах) Индивидуальные (участие в походах, соревнованиях)	Словесный, наглядный, практический	Инструкции по туризму, книга «Жизнь в природе»	Текущий (контрольные испытания, соревнования)	Контрольные испытания, походная и соревновательная практика
9	Итоговое занятие	Фронтальные (объяснение), Индивидуальные (работа с тестами, составление отчета)	Словесный, наглядный, практический	Книга «Жизнь в природе», фотогазета	Итоговый (итоговое тестирование, отчет)	Контроль освоения тем программы, отчет по итогам участия в зачетном походе

2.4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ: МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ, КАДРОВОЕ, ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Материально-техническое обеспечение программы Перечень учебного инвентаря и оборудования

№ п/п	Наименование оборудования	Ед. измерения	Кол-во
1	Палатка хозяйственная	шт.	1
2	Коврик теплоизоляционный	шт.	12
3	Тент от дождя	шт.	2
4	Комплект котелков для приготовления пищи (8,9,10л)	шт.	комплект
5	Сидушка	шт.	12
6	Топор туристический	шт.	1
7	Пила	шт.	1
8	Трос костровой	шт.	1
9	Таганок	шт.	1
10	Радиостанция	шт.	3
11	Каска туристическая	шт.	6
12	Карабины туристические	шт.	30
13	Система страховочная	шт.	6
14	Спусковое устройство	шт.	6
15	Жумар	шт.	6
16	Веревка, м	шт.	50
17	Рюкзак туристический объемом не менее 85 литров	шт.	12
18	Палатка туристическая с тентом(каркасно-дуговая) 4 местная	шт.	3

Технические средства обучения (ТСО): компьютер, аудиозаписи музыкального сопровождения, видеоматериалы с записями походов и учебных занятий, презентации.

Оборудование и приспособления общего пользования для занятий в помещении: гимнастические маты, гимнастическая стенка, гимнастическая скамейка, перекладина.

Инструменты и приспособления индивидуального пользования: скакалка, гимнастическая палка, теннисный мяч, резиновый амортизатор. Спортивная форма. Спортивная обувь.

Перечень расходных материалов

№ п/п	Расходные материалы	Количество на одного обучающегося	Примечание
1	Флешка 4 гигабайта	1	
2	Общая тетрадь для ведения дневника	1	
3	Шариковая ручка	2	

Кадровое обеспечение программы

Педагог дополнительного образования, реализующий дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу «Турист» является инструктором детско-юношеского туризма, имеет высшее образование (Воронежский государственный педагогический институт, специальность: преподаватель истории и обществоведения), имеет высшую квалификационную категорию.

Информационное обеспечение программы

Учебно-методический комплекс

- 1.Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Турист».
- 2.Учебные пособия: учебные пособия и сборники упражнений по туризму, выживанию, по методике и организации тренировок.
- 3.Комплекты методической продукции. Учебно-методические разработки туристских игр: ролевых, ночных, подвижных, спортивных, эстафет.
- 4.Учебно-методические разработки заданий и упражнений: без предметов, со специальным снаряжением, с туристским снаряжением.
Тренировочные задания по решению учебно-тренировочных задач: стандартных, нестандартных.
Методические разработки тестов, опросников, анкет.
Схемы-комплекты круговой тренировки (КГ): специальной направленности, общефизической подготовки.
Календарно-тематическое планирование.
Планы-конспекты учебных занятий.
Инструкции и указания по использованию ТСО.
Инструкции по технике безопасности.
- 5.Комплект наглядных средств обучения: рисунки по туризму, учебные материалы. демонстрационные плакаты, слайды, фото-видеоматериалы.
- 6.Электронные средства обучения: компьютер, электронные учебные пособия, диски с тренировочным материалом.

**2.5 Календарный учебный график реализации
дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы
«Турист»**

название программы

Шишлянникова Сергея Михайловича

ФИО педагога

на 2021-2022 учебный год

Год обучения	№ группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель в год	Кол-во учебных дней в год	Кол-во учебных часов нед./год.	Режим занятий
1-й	1	15.09. 21	31.05.22	36	72	6/216	2 раза в неделю: 1-е занятие 2 часа, 2-е занятие 4 часа

Список литературы

1. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях / В.Г. Волович. - Москва: Воениздат, 1983. - 107 с.
2. Волков Н.Н. Спортивные походы в горах / Н.Н. Волков. - Москва: ФиС, 1990. – 76 с.
3. Жизнь в природе: справочник скаута-разведчика, авт. - сост. Шишлянников С.М. - Воронеж: Кор-полиграф, 2019. - 238 с.
4. Шишлянников С.М. Умельцы скаутского лагеря / С.М. Шишлянников. - Воронеж: Кор-Полиграф, 2003. - 32 с.
5. Шишлянников С.М. Полезные советы вожаку / С.М. Шишлянников. - Воронеж: Кор-Полиграф, 2003. - 32 с.
6. Шишлянников С.М. Игры и тренинги / С.М. Шишлянников. - Воронеж: Кор-Полиграф, 2004. - 16 с.
7. Шишлянников С.М. Развитие личных качеств/ С.М. Шишлянников. - Воронеж: Кор-Полиграф, 2004. - 32 с.
8. SURVIVAL (Выживание) /Сост. С.И. Коледа, П.Н. Драчев. - Минск: ООО “Лазурак”, 1996. - 125 с.

Интернетресурсы

- <https://edu.orioncentr.ru> – Образовательный центр «Орион» (Воронежская область).
- <http://obzh.mosolymp.ru> – Московская олимпиада по комплексной безопасности.
- <https://predpohod.ru> – Подготовка к туристским походам.
- <https://learningapps.org> - создание мультимедийных интерактивных упражнений.
- <http://school-detsad.ru/DistantSchoolMarafonMarafon> - Форум педагоги России, дистанционное обучение для детских садов и школ.
- <https://padlet.com> – как создать интерактивную доску для работы с обучающимися.
- <https://summercamp.ru> – Летний лагерь. Методическая Википедия для вожатых.

Приложение

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЕ
«ТУРИСТ»
НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Направленность: туристско-краеведческая

Год обучения: первый

Номер группы: 1

Возраст обучающихся: 10-14 лет

Уровень сложности: стартовый

Форма реализации: очная/дистанционная

Автор-составитель: Шишлянников С.М.,
педагог дополнительного образования

Воронеж, 2021 год

Пояснительная записка

Данная рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы туристско-краеведческой направленности «Турист», продолжительность образовательного цикла которой 1 год. Основным вариантом программы «Турист» предусматривается комплексное обучение, воспитание и гармоничное развитие подрастающей личности через занятия туризмом.

Актуальность рабочей программы в решении не только образовательных задач и задач, связанных с физическим развитием, но и с воспитанием морально-волевых качеств личности, уверенности в своих силах, целеустремленности, инициативы и самообладания, что соответствует потребностям времени и весьма востребовано. Содержание программы ориентировано на эффективное решение важных проблем всестороннего гармоничного развития и гражданского становления личности. Полученные в результате освоения программы знания, умения, навыки обучающиеся могут применять в жизни сразу, по принципу «Здесь и сейчас!», а не через некоторое время.

Рабочая программа имеет **стартовый** уровень сложности, так как предусматривает изучение начальных навыков туризма.

Особенности реализации рабочей программы в том, что в ней четко определены методы обучения и воспитания, режим занятий с учетом характеристик психологических особенностей и возрастной физиологии обучающихся 10-14 лет, участвующих в её реализации. Психологические особенности обучающихся данного возраста заключаются в активном процессе усвоения системы социальных связей и отношений, формировании миропонимания, выработке нравственных ориентиров, принципов поведения, что благоприятно для развития самосознания, самовоспитания. Для них участие в спортивном лагере или походе - это школа самообслуживания в полевых условиях, пример бережного отношения к природе, основа экологического воспитания и познания новой для них информации по прикладно-ориентированной направленности получаемых на занятиях знаний. Во время походов особенно ярко раскрываются черты характера и личные качества обучающихся.

Количество обучающихся в группе - 12 человек.

Содержание рабочей программы отличается по сравнению с основным вариантом дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Турист». Оно имеет конкретные изменения и дополнения в структурировании учебного материала, последовательности изучения тем, количестве часов, использовании организационных форм обучения, для более глубокого практического наполнения освоения основной дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Турист».

Большое внимание в программе уделено изучению техники безопасности, правил поведения в походе, основ гигиены, физической подготовленности, самоконтролю. Применение элементов технологии развивающего обучения, коллективного обучения и взаимообучения в команде позволяет осуществлять работу сразу по нескольким видам подготовки, теоретической, практической, психологической.

Цель рабочей программы: создание благоприятных условий для всестороннего развития обучающихся посредством занятий туризмом.

Задачи:

- формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью;
- овладение умениями, навыками, знаниями в области спортивного ориентирования и туризма;
- расширение кругозора обучающегося.

Режим занятий: 2 раза в неделю (1-е занятие - 2 часа; 2-е занятие – 4 часа, на местности). Общее количество часов в год – 216 часов.

Формы организации занятий - фронтальная, групповая и индивидуальная (работа в малых группах применяется для отработки технических приемов со снаряжением).

Методы обучения: словесный (объяснение, опрос, инструктаж), наглядный (использование плакатов, таблиц, схем, видеоматериала), практический (тренировка, отработка практических умений).

Программа реализуется в очной форме, при необходимости - в дистанционном формате, с использованием онлайн - сервисов, доступных для организации образовательного процесса, социальной сети «ВКонтакте».

Планируемые результаты

Предметные результаты:

- сформированность представлений о значении туризма, значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- владение умениями организовывать здоровый образ жизни (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия);
- освоение и владение приемами безопасной жизнедеятельности в походных условиях.

Обучающиеся должны знать: порядок организации и проведения учебно-тренировочных походов, правила поведения вне населенных пунктов, вопросы экологии, туризма, основы туристской техники, основы топографии и ориентирования, иметь общие представления о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи.

Обучающиеся должны уметь: передвигаться по дорогам, тропам в составе группы, организовать походный быт, преодолевать несложные естественные препятствия, ориентироваться по карте и компасу, оказывать элементарную медицинскую помощь.

Личностные результаты:

- развитие самостоятельности, творчества и личной ответственности за свои поступки;
- формирование ответственного отношения к обучению и целенаправленной познавательной деятельности.

Метапредметные результаты:

- осуществление учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками;
- формирование межпредметных понятий и универсальных учебных действий (регулятивных, познавательных, коммуникативных), способности их использования в учебной, социальной и познавательной практике.

Формами контроля в ходе реализации рабочей программы являются: входной контроль (опрос), текущий контроль (тестирование, тренинг, контрольные испытания).

Формами итогового контроля и методами определения эффективности освоения рабочей программы являются: итоговое тестирование, участие обучающихся в зачетном походе, тестирования.

Календарный учебный график реализации рабочей программы

Год обучения	№ группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	К-во учебных недель в год	К-во учебных дней в год	К-во учебных часов нед./год	Режим занятий
1	1	15 сентября	31 мая	36	72	6/216	1 занятие - 2 часа, 2 занятие - 4 часа