

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Малонагаткинская средняя школа
муниципального образования "Цильнинский район" Ульяновской области

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от 22.08.2024г

УТВЕРЖДАЮ
Директор *Малонагаткинской средней
школы*
И.Н. Вражкина
Приказ № 163 от 22.08.2024г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
туристско-краеведческой направленности
«Туристический клуб»**

Возраст обучающихся: 11-17
Срок реализации: 1 год
Уровень программы: *стартовый*

Разработчик программы:
*Педагог дополнительного образования
Мерлушкин Николай Васильевич*

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	6
1.3. Планируемые результаты освоения программы	7
1.4. Учебно-тематический план	8
1.5. Содержание учебно-тематического плана	9
2. Комплекс организационно-педагогических условий	18
2.1. Календарный учебный график	18
2.2. Формы аттестации/контроля	24
2.3. Оценочные материалы	24
2.4. Методическое обеспечение программы	25
2.5. Условия реализации программы	28
2.6. Воспитательный компонент	30
3. Список литературы	32

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовое обеспечение программы:

Дополнительное общеобразовательная общеразвивающая программа "Туристический клуб" разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;

СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Локальные акты образовательной организации:

Устав образовательной организации Малонагаткинская средняя школа;

Положение о разработке, структуре и порядке утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в Малонагаткинская средняя школа;

Положение о порядке проведения входного, текущего контроля, итогового контроля освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся в Малонагаткинской средней школы;

Нормативные документы, регулирующие использование сетевой формы: Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);

Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

Положение о реализации дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме Малонагаткинская средняя школа;

Договор о сетевой форме реализации дополнительных общеразвивающих программ.

Положение о порядке зачета результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), дополнительных

образовательных программ в других образовательных организациях, осуществляющих образовательную деятельность.

Нормативные документы, регулирующие использование электронного обучения и дистанционных технологий: *(указываются в случае реализации программы с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий)*

Методические рекомендации от 20 марта 2020 г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Положение о реализации дополнительных общеобразовательных программ с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в Малонагаткинской средней школе;

Направленность (профиль): туристско-краеведческая

Актуальность программы:

Воспитание молодого поколения в духе патриотизма — это первоочередная задача современного образования. Беда нашей страны — растущее число малолетних преступников, наркоманов, ранняя алкоголизация населения. 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.

Отличительные особенности программы:

Программа рассчитана на 11-17 лет и предусматривает приобретение ими основных знаний о своем крае, технике и тактике туризма, ориентировании на местности, ведении краеведческих наблюдений и исследований, оказании первой медицинской помощи; получение спортивных разрядов по туризму, туристскому многоборью, спортивному ориентированию.

Теоретические и практические занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик. Воспитываются у обучающихся умения и навыки самостоятельного принятия решений, неукоснительного выполнения требований «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с обучающимися, воспитанниками» и «Правил организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации». Обязательным

условием является практическое участие обучающихся в подготовке и проведении соревнований.

Практические умения и навыки отрабатываются на занятиях в помещении (учебный кабинет, спортзал) и на местности (стадионе, в парке, лесной зоне). Практические навыки отрабатываются в однодневных и категорийных походах, на соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях.

Новизна программы:

Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное расширение области теоретических знаний и практических умений и навыков.

Программа носит системный характер, включает в себя диагностику и анализ состояния здоровья и способностей ребёнка, т.е. является гибкой, отвечает возрастным особенностям и индивидуальным потребностям учащихся.

Предметом обучения программы является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

Адресат программы:

Программа предназначена для обучения детей (подростков) в возрасте 11-17.

Складываются собственные моральные установки и требования, которые определяют характер взаимоотношений со старшими и сверстниками. Появляется способность противостоять влиянию окружающих, отвергать те или иные требования и утверждать то, что они сами считают несомненным и правильным. Они начинают обращать эти требования и к самим себе. Они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную подготовительную работу, упорно преодолевая препятствия. Чем насыщеннее, энергичнее, напряженнее их жизнь, тем более она им нравится. Больше не существует естественный авторитет взрослого. Они болезненно относятся к расхождениям между словами и делами взрослого. Они все настойчивее начинают требовать от старших уважения своих взглядов и мнений и особенно ценят серьезный, искренний тон взаимоотношений.

14-17 лет Этот возраст называют подростковым. Это наиболее сложный, критический период. Главная особенность подросткового периода – резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития личности: стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность,

независимость, личную автономию. Несмотря на это, этот возраст – самый благоприятный для творческого и профессионального развития. Он является наиболее интересным в процессе становления и развития личности. Именно в этот период молодой человек входит в противоречивую, часто плохо понимаемую жизнь взрослых, он как бы стоит на ее пороге, и именно от того, какие на данном этапе он приобретет навыки и умения, какими будут его социальные знания, зависят его дальнейшие шаги.

Уровень освоения программы: стартовый

Наполняемость группы: 5-19

Объем программы: 72 часа

Срок освоения программы: 1 год

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 академическому часу. Продолжительность одного академического часа – 40 минут, при электронном обучении или обучении с применением дистанционных технологий – 30 минут.

Форма реализации: с применением дистанционных образовательных технологий

Форма(ы) обучения: очная

Особенности организации образовательного процесса:

При реализации программы используются в основном групповая форма организации образовательного процесса и работа по подгруппам, в отдельных случаях – индивидуальная в рамках группы. Занятия по программе проводятся в соответствии с учебными планами в разновозрастных группах обучающихся, являющихся основным составом объединения. Состав группы является постоянным.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: обучение детей и подростков навыкам туризма, создание оптимальных условий для развития и самореализации школьников, формирование позитивных жизненных ценностей в процессе туристско-краеведческой деятельности.

Задачи программы:

Образовательные:

- обучать навыкам туристско-краеведческой деятельности, оказания первой медицинской помощи, правилам поведения при вынужденной автономии;
- обучать двигательным действиям, нацеленным на укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- изучать культуру и природу России через туристские походы, посещение памятников истории.

Развивающие:

- развивать основные физические качества: координационные, ориентационно-пространственные, скоростно-силовые; выносливость,

гибкость и ловкость;
 -способствовать развитию и тренировке психических процессов, моторико – двигательной и логической памяти обучающихся;
 -обеспечить формирование правильной осанки, укрепление мышечного корсета;
 -способствовать укреплению здоровья и совершенствованию физической подготовленности обучающихся;

Воспитательные:

-способствовать формированию и развитию нравственно – коммуникативных качеств личности обучающихся;
 -воспитывать личность обучающегося с установкой на здоровый образ жизни;
 -воспитывать физически сильного, высокоморального, трудоспособного, толерантного гражданина современной России.

1.3. Планируемые результаты освоения программы

Предметные образовательные результаты:

– умение использовать разученные игры для своего досуга;
 – осознание оздоровительной роли туризма;
 – понятие о личном и групповом снаряжении;
 – способность самостоятельно готовиться к походу;
 – способность оказывать первую доврачебную помощь;
 – умение учитывать требования безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий в помещении, сохранность природы во время занятий на улице;
 – умение пользоваться картой и компасом;
 – умение организовать бивак;
 – умение ориентироваться в лесу;
 – умение преодолевать простейшие препятствия;
 – умение выполнять простейшие строевые приемы и движения.

Метапредметные результаты:

самостоятельность и творческая инициативность, успешная социальная адаптация, умение организовать свой досуг, активно включаться в коллективную деятельность;
 – умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять сдержанность, рассудительность;
 – умение участвовать в соревнованиях и походах выходного дня.

Личностные результаты:

активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи;
 – уважительное отношение к традициям своей Родины, толерантность;

– положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

1.4. Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Туристские путешествия, история развития туризма	1	1	-	
2.	Личное и групповое туристское снаряжение	3	В процессе занятий	3	тестирование
3.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	3	1	2	наблюдение, анкетирование, анализ, деловая игра
4.	Подготовка к походу, путешествию.	4	2	2	наблюдение, анкетирование, анализ, деловая игра
5.	Питание в туристском походе.	2	1	1	тестирование
6.	Туристские должности в группе..	2	1	1	тестирование
7.	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	4	1	3	наблюдение, анкетирование, анализ, деловая игра
8.	Техника безопасности при проведении походов, занятий.	2	2	-	тестирование
9.	Понятие о топографической и спортивной карте.	4	1	3	наблюдение, анкетирование, анализ, деловая игра
10.	Условные знаки.	3	В процессе занятий	3	тестирование
11.	Ориентирование по горизонту, азимут.	3	1	2	тестирование
12.	Компас. Работа с компасом.	3	1	2	наблюдение, анкетирование, анализ, деловая игра
13.	Измерение расстояний.	3	1	2	наблюдение, анкетирование, анализ,

					деловая игра
14.	Способы ориентирования. Действия в случае потери ориентировки	3	1	2	тестирование
15.	Личная гигиена туристов	1	1	-	тестирование
16.	Походная медицинская аптечка.	1	1	-	наблюдение, анкетирование, анализ, деловая игра
17.	Основные приемы оказания первой помощи.	3	1	2	наблюдение, анкетирование, анализ, деловая игра
18.	Приемы транспортировки пострадавшего	3	1	2	наблюдение, анкетирование, анализ, деловая игра
19.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физических упражнений.	1	1	-	тестирование
20.	Врачебный контроль и самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	1	1	-	тестирование
21.	Общая физическая подготовка	9	В процессе занятий	9	наблюдение, анкетирование, анализ, деловая игра
22.	Специальная физическая подготовка	13	В процессе занятий	13	наблюдение, анкетирование, анализ, деловая игра
	Итого	72	20	52	

1.5. Содержание учебно-тематического плана

Раздел 1. Название раздела

Тема 1. Название темы раздела

Теория: описание изучаемых терминов и понятий.

Практика: выполнение практических заданий, упражнений, лабораторных, проектных и исследовательских работ и т.д.

Оборудование:

1. Туристские путешествия, история развития туризма

Туризм — средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

2. Личное и групповое туристское снаряжение

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу.

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

Практические занятия

Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

3. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

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. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов.

Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт).

Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Организация ночлегов в помещении.

Правила купания.

Практические занятия

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов.

Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

4. Подготовка к походу, путешествию

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные образовательные и другие учреждения, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.

Разработка маршрута, составление плана - графика движения.

Подготовка личного и общественного снаряжения.

Практические занятия

Составление плана подготовки 1-3-дневного похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана - графика движения в 1-3-дневном походе. Подготовка личного и общественного снаряжения.

5. Питание в туристском походе

Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Организация питания в 2-3-дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

Практические занятия

Составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

6. Туристские должности в группе

Должности в группе постоянные и временные.

Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе.

Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг

и т.д.

Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды).

Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

Практические занятия

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

7. Правила движения в походе, преодоление препятствий

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.

Практические занятия

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

8. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.

Дисциплина в походе и на занятиях — основа безопасности.

Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице.

Правила поведения при переездах группы на транспорте.

Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком.

Использование простейших узлов и техника их вязания.

Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

Практические занятия

Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой. Вязание узлов.

9. Понятие о топографической и спортивной карте

Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов.

Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации.

Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координат точки на карте.

Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты.

Масштабы спортивной карты. Способы и правила копирования карт.

Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Практические занятия

Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку

участка топографической карты.

10. Условные знаки

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов 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. Горизонталы основные, утолщенные, полу горизонталы. Берг штрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практические занятия

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

11. Ориентирование по горизонту, азимут

Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»).

Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник.

Практические занятия

Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

12. Компас, работа с компасом

Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

Практические занятия

Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки» и т.п.).

13. Измерение расстояний

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица перевода шагов в метры.

Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

Практические занятия

Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

14. Способы ориентирования, действия в случае потери ориентировки.

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.

Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути). Протокол движения.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, выходе к ближайшему жилью.

Практические занятия

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по восстановлению местонахождения.

15. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний

Понятие о гигиене. Гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха в занятиях физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание).

Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

Практические занятия

Разучивание комплекса гимнастических упражнений. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

16. Походная медицинская аптечка

Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов: ампульные, таблеточные, порошковые, линименты, смазки. Различия в принципе действия. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Перечень и назначение, показания и противопоказания к применению лекарственных препаратов. Новейшие фармакологические препараты. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

Практические занятия

Формирование походной медицинской аптечки.

17. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания.

Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Практические занятия

Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи ус-

ловно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

18. Приемы транспортировки пострадавшего

Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

Практические занятия

Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

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

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

Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен.

Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система — центральная и периферическая.

Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности.

Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом.

20. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках

Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Объективные данные: вес, динамометрия, спирометрия. Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.

Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке. Дневник самоконтроля.

Практические занятия

Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.

21. Общая физическая подготовка

Основная задача общей физической подготовки — развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов.

Всесторонняя физическая подготовка — основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрутов туристских походов.

Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем

физическом развитии спортсменов, в успешном овладении техникой и тактикой. Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные индивидуальные занятия членов группы.

Практические занятия

Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения со скакалкой, гантелями. Элементы акробатики.

Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Лыжный спорт. Гимнастические упражнения. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол. Плавание — освоение одного из способов.

22. Специальная физическая подготовка

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.

Практические занятия

Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц.

Раздел 1. Название раздела

Тема 1. Название темы раздела

Теория: описание изучаемых терминов и понятий.

Практика: выполнение практических заданий, упражнений, лабораторных, проектных и исследовательских работ и т.д.

Оборудование:

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Место проведения: спортзал, спортивная площадка

Время проведения занятий: 15.00-15.40

Год обучения: 1 год

Количество учебных недель: 36

Количество учебных дней: 72

Сроки учебных периодов: 1 полугодие – 02.02-31.12

2 полугодие – 08.01-31.05

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Месяц	Примечание
1	Туристские путешествия, история развития туризма	1	Теоретическое занятие (лекция)	тестирование	сентябрь	
2	Личное и групповое туристское снаряжение	1	Комплексное занятие	наблюдение	сентябрь	
3	Личное и групповое туристское снаряжение	1	Теоретическое занятие (лекция)	наблюдение	сентябрь	
4	Личное и групповое туристское снаряжение	1	Теоретическое занятие (лекция)	тестирование	сентябрь	
5	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	1	Теоретическое занятие (лекция)	тестирование	сентябрь	
6	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги..	1	Комплексное занятие	наблюдение	сентябрь	
7	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	1	Комплексное занятие	наблюдение	сентябрь	
8	Подготовка к походу, путешествию.	1	Комплексное занятие	наблюдение	сентябрь	

9	Подготовка к походу, путешествию.	1	Комплексное занятие	наблюдение	октябрь	
10	Подготовка к походу, путешествию.	1	Комплексное занятие	наблюдение	октябрь	
11	Подготовка к походу, путешествию.	1	Комплексное занятие	наблюдение	октябрь	
12	Питание в туристском походе.	1	Комплексное занятие	наблюдение	октябрь	
13	Питание в туристском походе.	1	Комплексное занятие	наблюдение	октябрь	
14	Туристские должности в группе.	1	Теоретическое занятие (лекция)	наблюдение	октябрь	
15	Туристские должности в группе.	1	Комплексное занятие	наблюдение	октябрь	
16	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	1	Комплексное занятие	наблюдение	октябрь	
17	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	1	Комплексное занятие	наблюдение	ноябрь	
18	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	1	Комплексное занятие	наблюдение	ноябрь	
19	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	1	Комплексное занятие	наблюдение	ноябрь	
20	Техника безопасности при проведении походов, занятий.	1	Теоретическое занятие (лекция)	тестирование	ноябрь	
21	Техника безопасности при проведении походов, занятий.	1	Комплексное занятие	наблюдение	ноябрь	
22	Понятие о топографической и спортивной карте.	1	Теоретическое занятие (лекция)	тестирование	ноябрь	
23	Понятие о топографической и спортивной карте.	1	Теоретическое занятие (лекция)	наблюдение	ноябрь	
24	Понятие о топографической и спортивной карте.	1	Теоретическое занятие (лекция)	наблюдение	ноябрь	

25	Понятие о топографической и спортивной карте.	1	Теоретическое занятие (лекция)	наблюдение	декабрь	
26	Условные знаки.	1	Теоретическое занятие (лекция)	наблюдение	декабрь	
27	Условные знаки.	1	Комплексное занятие	наблюдение	декабрь	
28	Условные знаки.	1	Комплексное занятие	тестирование	декабрь	
29	Ориентирование по горизонту, азимут.	1	Комплексное занятие	наблюдение	декабрь	
30	Ориентирование по горизонту, азимут.	1	Комплексное занятие	наблюдение	декабрь	
31	Ориентирование по горизонту, азимут.	1	Комплексное занятие	наблюдение	декабрь	
32	Компас. Работа с компасом	1	Комплексное занятие	наблюдение	декабрь	
33	Компас. Работа с компасом	1	Комплексное занятие	наблюдение	январь	
34	Компас. Работа с компасом	1	Комплексное занятие	наблюдение	январь	
35	Измерение расстояний.	1	Комплексное занятие	наблюдение	январь	
36	Измерение расстояний.	1	Комплексное занятие	наблюдение	январь	
37	Измерение расстояний.	1	Комплексное занятие	наблюдение	январь	
38	Способы ориентирования. Действия в случае потери ориентировки	1	Комплексное занятие	наблюдение	январь	
39	Способы ориентирования. Действия в случае потери ориентировки	1	Комплексное занятие	наблюдение	январь	
40	Способы ориентирования. Действия в случае потери ориентировки	1	Комплексное занятие	наблюдение	январь	

41	Личная гигиена туристов	1	Теоретическое занятие (лекция)	тестирование	февраль	
42	Походная медицинская аптечка.	1	Комплексное занятие	тестирование	февраль	
43	Основные приемы оказания первой помощи	1	Комплексное занятие	наблюдение	февраль	
44	Основные приемы оказания первой помощи	1	Комплексное занятие	наблюдение	февраль	
45	Основные приемы оказания первой помощи	1	Комплексное занятие	наблюдение	февраль	
46	Приемы транспортировки пострадавшего.	1	Комплексное занятие	наблюдение	февраль	
47	Приемы транспортировки пострадавшего.	1	Комплексное занятие	наблюдение	февраль	
48	Приемы транспортировки пострадавшего.	1	Комплексное занятие	наблюдение	февраль	
49	Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физических упражнений.	1	Теоретическое занятие (лекция)	тестирование	март	
50	Врачебный контроль и самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	1	Теоретическое занятие (лекция)	тестирование	март	
51	Общая физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	март	
52	Общая физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	март	
53	Общая физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	март	
54	Общая физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	март	
55	Общая физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	март	

56	Общая физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	март	
57	Общая физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	апрель	
58	Общая физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	апрель	
59	Общая физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	апрель	
60	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	апрель	
61	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	апрель	
62	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	апрель	
63	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	апрель	
64	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	апрель	
65	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	май	
66	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	май	
67	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	май	
68	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	май	
69	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	май	
70	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	май	
71	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	наблюдение	май	

72	Специальная физическая подготовка	1	Комплексное занятие	тестирование	май	
	Всего	72				

2.2. Формы аттестации/контроля

Формы аттестации/контроля для выявления предметных и метапредметных результатов:

тестирование, исследовательский проект, конкурс, олимпиада, зачетный поход, экспедиция, сдача нормативов,

Формы аттестации/контроля формы для выявления личностных качеств:

наблюдение, беседа, опросы, анкетирование,

Особенности организации аттестации/контроля:

тестация проводится, как правило, в форме открытого занятия с приглашением родителей и представителей педагогического коллектива и руководства организации.

Входная аттестация проводится с целью определения уровня знаний, умений, навыков обучающихся, а также их потенциала к развитию.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится с целью промежуточной оценки обучающимися поставленных задач по ДООП и достижению личностных результатов, объективная оценка усвоения обучающимися ДООП. Проводится в сроки, установленные локальными актами организации. В учебном журнале проставляется результат аттестации.

Итоговая аттестация обучающихся проводится по итогам освоения ДООП с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств ребенка и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительных образовательных программ. Формы итоговой аттестации могут быть любыми (показательное выступление, выставка, защита проектов и т.д.).

Текущий контроль обучающихся проводится с целью установления фактического уровня освоения теоретических знаний по темам (разделам) программы, их практических умений и навыков.

2.3. Оценочные материалы

Уровень и критерии оценки теоретической подготовки учащихся:

– Низкий уровень (1 балл) - ребенок не справляется с тестом, т.е. правильных ответов не более чем 1-2 вопросов теста, его объем знаний по программе менее чем $\frac{1}{2}$;

– Средний уровень (2 балла) - ребенок ответил на 3-4 вопроса, его объем знаний по программе составляет более $\frac{1}{2}$.

– Высокий уровень (3 балла) - ребенок справился с тестом, ответил на 5-6 вопросов – освоен практически весь объем знаний по программе.

Уровень и критерии оценки практической подготовки учащихся:

– Низкий уровень (1 балл) - ребенок не может самостоятельно провести организацию привала и разбивание бивака, т.к. не может объяснить содержание и правила жизни в лагере или совсем отказывается от деятельности;

- Средний уровень (2 балла)- ребёнок самостоятельно устраивает привал и разбивает бивак, используя алгоритм разбивки лагеря и помощь педагога, т.к затрудняется в объяснениях содержания и правил лагеря; 28
- Высокий уровень (3 балла)- ребёнок без замечания, без помощи педагога самостоятельно устраивает привал и разбивает бивак, используя алгоритм разбивки лагеря, вовлекая всех ребят в деятельность.

2.4. Методическое обеспечение программы

Методические материалы:

Самую большую радость получают дети от походов. Идущий человек – счастливый человек! В походах мы ходим с первого дня знакомства с ребятами.

Лучше всего совершать походы по окрестностям своего населенного пункта,

стараясь выбирать новые маршруты, обязательно пользоваться картой.

В походе на руководителя ложится большая нагрузка, он должен быть готов

к тому, чтобы самому разжечь костер в любую погоду, оказать первую помощь, в

экстренных ситуациях самостоятельно принять решение.

Методики и технологии:

Туризм – дело коллективное. Нигде, я думаю, так не сплочивается детский

коллектив, как в походах, потому что в них ребята учатся помогать друг другу.

Овладение туристскими навыками – дело не такое уж простое. Ребятам необходимо научиться, как:

- Найти дрова для костра, разжечь его во время дождя, уложить рюкзак, поставить палатку;

- Пользоваться топором, пилой, сделать очаг, вскипятить чай, приготовить на костре пищу;

- Высушить одежду в походе, оказать первую помощь пострадавшему.

- Рассчитывать необходимое для похода количество продуктов и закупить их

в магазине.

Желательно, чтобы в туристической группе был свой фотограф или видеооператор.

Краткое описание работы с методическими материалами:

На первых занятиях ребята изучают простые элементы туристской техники –

приемы «кочка», «мышеловка», «маятник», «наклонное бревно», учатся переправляться с помощью каната, спускаться по веревке, устанавливать

палатку, метать в цель и т.п. В дальнейшем они будут обучаться приемам вязания туристских узлов и обвязки, способом преодоления рек с помощью параллельных

веревек и навесной переправы. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть, в процессе которой, в основном происходит освоение программного материала. Каждое учебное занятие является звеном системы занятий, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом. Важнейшим требованием современного учебного занятия является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся, с учетом их состояния здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств. Содержание программы основывается на следующих основных педагогических принципах образования: демократизации, гуманизации, детоцентризма, природосообразности, культуросообразности, педагогики сотрудничества, дифференциации и индивидуализации. В зависимости от поставленных педагогических задач, занятия могут быть:

- вводное (введение в предмет, постановка учебных цели и задач, определение средств и методов достижения цели, инструктаж по ТБ)
 - занятия – изучение нового материала;
 - занятия – повторение, направленные на закрепление, совершенствование ранее освоенных навыков;
 - комбинированное (сочетающее изучение, повторение, совершенствование ранее освоенных упражнений) – имеют наибольшее распространение в процессе обучения, -контрольное занятие - проводятся после прохождения части программного материала;
 - соревнование, поход, экскурсия и т.д.
- Основные принципы построения учебного занятия:
- постепенность в развитии природных данных обучающихся;
 - строгая последовательность в изучении и овладении танцевальной лексикой и техническими приемами;
 - систематичность, регулярность занятий;
 - целенаправленность учебного процесса;
 - проявление педагогической гибкости по отношению к обучающимся;
 - принцип эмоционально
 - психологической комфортности (создание образовательной среды, обеспечивающей снятие, по возможности, всех стрессообразующих факторов учебного процесса);
 - принцип деятельности (новое знание вводится не в готовом виде, а через самостоятельное открытие);

- принцип интеграции разных видов деятельности (хореографии, музыки, спорта);
 - принцип взаимосвязи и взаимопроникновения программных разделов;
 - принцип совместной деятельности педагога, обучающегося и родителей
 - принцип учета индивидуальных особенностей обучающихся.
- Основные методы, используемые в учебно-воспитательном процессе.

1. Демонстрационные:

- показ;
- пример;
- видеоиллюстрация.

2.

Вербальные:

- объяснение;
- беседа;
- рассказ;
- анализ;
- инструктаж.

3. Практические:

- упражнение;
- игра;

- творческая
- взаимоконтроль;
- самоконтроль;

импровизация;

4. Стимулирующие:

- соревнование;
- конкурс;
- поощрение,
- показательные

выступления

Структура

учебного

занятия

Занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной, заключительной.

Подготовительная

часть

занятия.

Выполняет служебную функцию, так как обеспечивает лишь создание предпосылок для основной учебно-воспитательной работы. Задачи подготовительной части

—сообщение задач и намеченного содержания занятия, общее разогревание организма обучающихся и подготовка к предстоящим нагрузкам. Содержание подготовительной части зависит от исходного состояния воспитанников. Эта часть имеет тем большее значение, чем выше степень сложности, интенсивности и травмоопасности предстоящей основной

двигательной деятельности. Граница между подготовительной и основной частью занятия условна, поскольку первая как бы переходит во вторую.

Основная

часть

занятия

Выполняет главную функцию, так как именно в ней решаются все

категории задач. Задачи, и содержание основной части изменяются в широких пределах в зависимости от подготовленности занимающихся, их возраста, пола и физического состояния в данный момент. Структура основной части бывает однородной или комплексной (комбинированной). Однородная структура типична для занятий, где все направленно на реализацию одной главной задачи (разучивание сложного двигательного упражнения или развивающие воздействие на определенные функции организма). Комплексная структура типична для занятий, в которых решаются в качестве основных несовпадающие задачи. Почти всегда эти задачи решаются в определенной последовательности: обучение технике, развитие скорости, развитие силы, развитие выносливости. Заключительная часть занятия. Выполняет функцию организации завершения учебно-воспитательного процесса.

Основная задача заключительной части – постепенное снижение нагрузки, приведение организма к состоянию, близкое к норме. Это достигается постепенным уменьшением интенсивности выполняемых действий, переключением на действия, дающие эффект активного отдыха, использованием дыхательных, релаксационных и других упражнений, способствующих активизации восстановительных процессов. Эти упражнения имеют и профилактическое значение, поскольку предупреждают функциональные нарушения, которые могут возникать, особенно у малотренированных людей, в случае резкого прекращения двигательной деятельности. Вместе с тем в заключительной части важно подвести итоги занятия, определить насколько удалось решить намеченные задачи, и сориентировать обучающихся на очередные цели.

2.5. Условия реализации программы

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определённые условия:

наличие помещения для учебных занятий, рассчитанного на 5-19 и отвечающего правилам СанПин;

наличие ученических столов и стульев, соответствующих возрастным особенностям обучающихся;

шкафы стеллажи для оборудования, а также разрабатываемых и готовых прототипов проекта;

наличие необходимого оборудования согласно списку;

наличие учебно-методической базы: качественные иллюстрированные определители животных и растений, научная и справочная литература, наглядный материал, раздаточный материал, методическая литература.

Материально-техническое обеспечение программы:

Наименование	Количество	Область применения
Рюкзак туристический	15 шт.	Для практических занятий
Каска туристическая	15 шт.	Для практических занятий
Жумар для веревок	15 шт.	Для практических занятий
Карабин	45 шт.	Для практических занятий
Спусковое устройство совместимое с веревками	15 шт.	Для практических занятий
Грудная обвязка	15 шт.	Для практических занятий
Поясная обвязка, поясной ремень	15 шт.	Для практических занятий
Компас жидкостный	15 шт.	Для практических занятий
Веревка альпинисткая	3 шт.	Для практических занятий
Комплект котелков	1 шт.	Для практических занятий
Сидушка	15 шт.	Для практических занятий
Коврик теплоизоляционный	15 шт.	Для практических занятий
Тренога костровая	1 шт.	Для практических занятий
Фонарь туристский налобный	15 шт.	Для практических занятий
Спальный мешок	15 шт.	Для практических занятий
Тент туристический водонепроницаемый	1 шт.	Для практических занятий
Палатка туристическая	4 шт.	Для практических занятий
Макет массо-габаритный	2 шт.	Для практических занятий
Граната учебная, 300 гр.	3 шт.	Для практических занятий
Граната учебная, 500 гр.	3 шт.	Для практических занятий
Учебный магазин	2 шт.	Для практических занятий

Информационное обеспечение программы:

Наименование	Ссылка	Область применения
Единая коллекция Цифровых Образовательных ресурсов	http://school-collection.edu.ru/	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий
Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»	http://window.edu.ru	Используется для поиска необходимой информации по темам занятий

Для обучения с применением дистанционных образовательных технологий используются технические средства, а также информационно-телекоммуникационные сети, обеспечивающие передачу по линиям связи указанной информации (образовательные онлайн-платформы, цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах, видеоконференции, вебинары, Skype - общение, E-mail, облачные сервисы и т.д.).

Кадровое обеспечение программы:

Для реализации программы требуется педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

2.6. Воспитательный компонент

Цель воспитательной работы

воспитание высоконравственного, творчески мыслящего гражданина России, принимающего судьбу Отечества как свою личную, осознающего ответственность за настоящее и будущее своей страны, сохраняющего и приумножающего ее национальное достояние, активно познающего окружающий мир и себя в этом мире.

Задачи воспитательной работы

-способствовать формированию и развитию нравственно – коммуникативных качеств личности обучающихся;
 -воспитывать личность обучающегося с установкой на здоровый образ жизни;
 -воспитывать физически сильного, высокоморального, трудоспособного, толерантного гражданина современной России.

Приоритетные направления воспитательной деятельности

гражданско-патриотическое воспитание, нравственное и духовное

воспитание, воспитание семейных ценностей, воспитание положительного отношения к труду и творчеству, здоровьесберегающее воспитание, социокультурное и медиакультурное воспитание, культурологическое и эстетическое воспитание, правовое воспитание и культура безопасности учащихся, экологическое воспитание, профориентационное воспитание

Формы воспитательной работы

беседа, дискуссия, экскурсия, культпоход, прогулка, викторина, трудовой десант, конференция, акция, агитбригада, деловая игра, сюжетно-ролевая игра, спортивная игра,

Методы воспитательной работы

рассказ, беседа, дискуссия, пример, упражнение, поручение, требование, создание воспитывающих ситуаций, соревнование, игра, поощрение, наблюдение, анкетирование, тестирование, анализ результатов деятельности,

Планируемые результаты воспитательной работы

активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи;
 – уважительное отношение к традициям своей Родины, толерантность;
 – положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия	Задачи	Форма проведения	Сроки проведения
1	Конкурс «Отечество: история, культура, природа, этнос»	Воспитание у обучающихся бережного отношения к природному и культурному наследию родного края.	Дистанционная	Октябрь-ноябрь 2024
2	Конференция обучающихся «Ульяновская область-край родной2	Воспитание у обучающихся бережного отношения к природному и культурному наследию родного края.	Дистанционная	Октябрь-ноябрь 2024
3	Областной конкурс «Не просто экскурсия»	Воспитание у обучающихся бережного отношения к природному и культурному наследию родного края.	Дистанционная	Сентябрь-октябрь 2024
4	Олимпиада по краеведению	Выявление и поддержка талантливых детей и молодёжи в области краеведения.	Дистанционная	Сентябрь-декабрь 2024
5	Конкурс исследовательских работ и	Выявление и поддержка талантливых детей и	Дистанционная	Октябрь-декабрь

	творческих проектов «Сельская глубинка»	молодёжи в области краеведения.		2024
6	Творческий конкурс «Моя семейная реликвия»	Выявление и поддержка талантливых детей и молодёжи в области краеведения.	Дистанционная	Январь- март 2025

3. Список литературы

для педагога:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Аппенянский А.И. Физическая подготовка туристов. М.: ЦРИБ «Турист», 1985.
3. Богатов С.Ф., Крюков О.Г. Спортивное ориентирование на местности. М., Воениздат, 1971.
4. Велитченко В.К. Физкультура без травм. М.: «Просвещение», 1993.
5. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование: Учебник. М.: ФиС, 1987
6. Гранильщикова Ю.В. и др. Горный туризм. М., Физкультура и спорт, 1966.
7. Инструкция по организации и проведению туристских походов, путешествий и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ: Сб. документов. Воспитательная работа в школе. М., Просвещение, 1977, с. 192.
8. Лахин А.Ф., Былинский В.И. Военная топография. М., Воениздат, 1963
9. Нурмимаа В. Спортивное ориентирование. М., Физкультура и спорт, 1967
10. Рощин А.Н. Ориентирование на местности. М., Недра, 1966.
11. Спутник туриста. М., Физкультура и спорт, 1969
12. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1972.

для обучающихся:

1. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1981.
2. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
3. Иванов Е. Знакомьтесь - ориентирование, - В сб.: Сам выбирай туристский маршрут. М., Профиздат, 1968
4. Каледин С.В. Физическая подготовка юных спортсменов. М., Физкультура и спорт, 1968
5. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М.: Профиздат, 1987.
6. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. М.: Профиздат, 1990.
7. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
8. Меньчуков А.Е. В мире ориентиров. М., Мысль, 1966.

для родителей (законных представителей):

1. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1981.

2. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
3. Иванов Е. Знакомьтесь - ориентирование, - В сб.: Сам выбирай туристский маршрут. М., Профиздат, 1968
4. Каледин С.В. Физическая подготовка юных спортсменов. М., Физкультура и спорт, 1968
5. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М.: Профиздат, 1987.
6. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. М.: Профиздат, 1990.
7. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
8. Меньчуков А.Е. В мире ориентиров. М., Мысль, 1966.

Информация для карточки в Навигаторе

Полное название: Дополнительное общеобразовательная общеразвивающая программа "Туристический клуб"

Публичное название: Туристический клуб

Краткое описание:

Образовательная программа «Туристический клуб», реализуемая в МОУ Малонагаткинской СШ Цильнинского района Ульяновской области, разработана на основе примерных (типовых) программ для системы дополнительного образования детей «Юные туристы», «Юные туристы-спасатели» одобренной и утвержденной Министерством образования РФ и Министерством по чрезвычайным ситуациям РФ, в соответствии с законом «Об образовании» и Федеральным законом «Об основах туристической деятельности»

В последние годы Правительство Российской Федерации одной из важнейших задач считает оздоровление нации. Наша задача - как можно быстрее отвлечь подростков и молодёжь от вредных привычек: наркомании, курения, алкоголизма, токсикомании и бродяжничества. Для этого необходимо привлечь учащихся к занятиям физической культурой и спортом. Многолетний опыт работы показывает, что двухчасовых, даже трёхчасовых занятий в неделю физической культурой на уроках в школе недостаточно. Выход из ситуации возможен при добровольном обучении учащихся в системе дополнительного образования, различных спортивных секциях и кружках. Но не все дети с удовольствием посещают традиционные секции и кружки по отдельным видам спорта.

Данная программа предлагает разнообразные виды деятельности учащихся: дети обучаются туристским навыкам, правилам поведения вынужденной автономии, оказанию первой медицинской помощи, знакомятся с историей, монументами и памятниками своего района и края. Программа предусматривает выездные и пешие походы по историческим местам, по местам отдыха с целью опознавания, тренировки и наведения порядка на территории памятников, в пути следования и местах отдыха. При использовании современных технологий имеется возможность использования сети Интернет для знакомства с другими клубами по краю, для встреч, совместных походов, отдыха и соревнований. Туризм, личность, труд – звенья одной цепи: это и познание, и повышение культурного уровня, и важное средство общения, и дружба, и укрепление здоровья учащихся, и немало важно

- любовь к своей малой родине, природе и истории. Туризм – это и спорт.