

Управление образования Администрации Суджанского района Курской области  
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Гончаровская средняя общеобразовательная школа»

<p>«Принята» на заседании педагогического совета Протокол №1 от 31.08.2023 г.</p>	<p>Утверждаю: Директор МКОУ «Гончаровская СОШ» С.С. Лифатова</p> <p>Приказ №1-238 от 31.08.2023 г.</p> <p>М.П.</p> 
---	---

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа**

**туристско-краеведческой направленности**

**«Спортивный туризм»**

**(стартовый уровень)**

**Возраст обучающихся: 7-18 лет**

**Срок реализации: 1 год**

Авторы-составители:

Сафронова Марина Владимировна

Черткова Виктория Петровна

Зубарев Александр Михайлович

Педагоги дополнительного

образования

## 1. Комплекс основных характеристик программы

### 1.1 Пояснительная записка

#### Нормативно-правовая база

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Спортивный туризм» разработана в соответствии со следующими нормативными и распорядительными документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020г.) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);
2. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г. № 996-р.;
3. Федеральный Закон от 1.04.2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022г. № 678-р.;
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
7. Приказ Минобрнауки России № 882, Минпросвещения России № 391 от 05.08.2020г. (ред. от 26.07.2022г.) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
8. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021г. № 4652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАУО ВО «Московский государственный

педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;

11. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»;

12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха детей и молодежи»;

13. Закон Курской области от 09.12.2013г. № 121-ЗКО (ред. от 14.12.2020г. № 113-ЗКО) «Об образовании в Курской области»;

14. Устав МКОУ «Гончаровская средняя общеобразовательная школа»;

15. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МКОУ «Гончаровская средняя общеобразовательная школа»;

16. Положение о текущем контроле освоения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в МКОУ «Гончаровская средняя общеобразовательная школа»;

17. Положение о комплектовании и наполняемости групп объединений дополнительного образования в МКОУ «Гончаровская средняя общеобразовательная школа»;

18. Положение о приеме, зачисления, учащихся в объединения дополнительного образования в МКОУ «Гончаровская средняя общеобразовательная школа» и отчисления из них.

### Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Спортивный туризм» направлена на адаптацию учащихся к процессам, протекающим в современном обществе и его социализацию в условиях современной жизни. Данная программа дает знания по профессии спасатель, пожарный, высотник, что может стать определяющим в выборе будущей профессии. Также она предусматривает приобретения учащимися основных знаний о своём крае, техники и тактики туризма, ориентирования на местности, ведения краеведческих наблюдений и исследований, оказание первой медицинской помощи, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для получения спортивных разрядов по туризму, туристическому многоборью, спортивному ориентированию.

При составлении программы учтены следующие разделы: специальная подготовка (туристское многоборье), подготовка к походу (туристский быт), спортивное ориентирование, общая физическая подготовка.

### Актуальность программы

Актуальность данной программы заключается в воспитании детей посредством спортивно-оздоровительного туризма.

Спортивный туризм - это не только средство физического и прикладного воспитания. Туристические навыки могут пригодиться и при преодолении чрезвычайных ситуаций, в которые современный человек попадает, к сожалению, очень часто в повседневной жизни. Велика роль Спортивного туризма в идейно-политическом и военно-патриотическом воспитании учащихся. Он воспитывает у подрастающего поколения чувство патриотизма, бережного отношения к природному и культурному наследию родного края, совершенствованию нравственного и физического воспитания личности. Необходимо передавать накопленный опыт и обучать молодое поколение правильным действиям в полевых природных условиях.

### Отличительная особенность программы

Отличительной особенностью программы «Спортивный туризм» является то, что она дает представление о туристско-краеведческой деятельности в целом, нацелена на подготовку учащихся к участию в массовых туристско-краеведческих мероприятиях, закладывает основы организации туристского быта и техники передвижения в походе, самостоятельного прохождения дистанций спортивного ориентирования, организации краеведческих исследований.

### Уровень и адресат программы

Уровень программы — стартовый. Возраст учащихся, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы предлагает от 7-18 лет. Количество учащихся в группе 15 человек, что позволяет отследить работу каждого ребенка на любом этапе усвоения знаний, получаемых в процессе обучения, а также найти индивидуальный подход к каждому учащемуся. Группы формируются с учетом возрастных особенностей детей. В процессе занятий возможен естественный отбор детей. Принимаются все желающие мальчики и девочки, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

### Объем, сроки освоения дополнительной образовательной общеразвивающей программы, продолжительность образовательного процесса.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа рассчитана на 1 год обучения. Уровень сложности – стартовый (ознакомительный). Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и

необходимых для освоения программы, определяется содержанием программы и составляет 216 часов в течение 1 года обучения. Количество учебных недель 36 и составляет 6 часов в неделю. Занятия начинаются с 1 сентября учебного года, включая межчетвертные каникулы, и заканчиваются 31 мая.

### Режим занятий

Занятия проводятся 3 раза в неделю, (3 раза по 2 академических часа в неделю).

Программа рассчитана на учебные группы с постоянным составом учащихся. Наполняемость учебной группы - 15 человек.

### Формы обучения

Программа реализуется в формате *очного обучения* в соответствии с учебным планом в объединении, а также при необходимости может реализовываться с применением электронного обучения в режиме дистанционного обучения с применением электронно-информационного оборудования. Программа адаптирована для реализации в условиях временного ограничения (приостановки) для учащихся занятий очной (контактной) формы по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям и включает все необходимые инструменты электронного обучения и воспитания.

#### *Дистанционная работа*

При дистанционном обучении по программе, используются следующие формы дистанционных технологий:

- Онлайн занятие;
- Видеоурок;
- Адресные дистанционные консультации.

В организации дистанционного обучения по программе используются следующие платформы и сервисы:

- [www.zoom.us](http://www.zoom.us)—этооблачнаяплатформадляпроведенияонлайнвидео-конференциии видеовебинаровв формате высокой четкости.
- <https://moodle.org>-одна из наиболее популярных систем дистанционного обучения в России.
- [iSpringOnline](http://iSpringOnline.com)—система для организации дистанционного обучения;
- Социальных сетей Одноклассники, ВКонтакте;

## **1.2 Цель программы**

*Цель программы* - это всестороннее развитие личности ребёнка и его жизненное самоопределение средствами туристско-краеведческой деятельности,

подготовка юных туристов к проведению познавательных и безаварийных путешествий.

### **1.3 Задачи программы**

#### *Образовательные:*

1. Сформировать систему знаний, умений, навыков по основам туристской подготовки (знания о снаряжении, быте, питании, техники и тактики в туристском походе).
2. Познакомить детей с основами топографии и ориентирования (топографическая и спортивная карта, компас, способы ориентирования).
3. Поддержать интерес в изучении природы, истории и культуры родного края.
4. Обучить детей основным приемам оказания первой доврачебной помощи.
5. Овладеть знаниями и умениями, необходимыми для участия в соревнованиях по ориентированию.

#### *Развивающие:*

1. Развить индивидуальные способности и инициативу учащихся.
2. Развить внимательность при выполнении практических упражнений, наблюдательность к предметам и явлениям внешнего мира, творческое воображение в походах и путешествиях.
4. Развить мыслительные процессы: анализ, синтез, обобщение, оценка, установление причинно-следственных связей и закономерностей.
5. Развить физические качества: силу, выносливость и координацию движений.

#### *Воспитательные:*

1. Воспитать гуманное отношение к природе.
2. Выработать организаторские навыки, умение взаимодействовать, доводить начатое дело до конца, работать и правильно вести себя в коллективе.
3. Сформировать уважение к истории и культуре родного края.
4. Воспитать коммуникативные навыки, потребность во взаимоотношениях и умении общаться в коллективе.

### **1.4 Планируемые результаты**

В результате изучения программы, обучающиеся должны показать следующие результаты:

#### *Личностные:*

- разумная инициатива и индивидуальные творческие способности: логическое мышление, творческая инициативность;
- потребность к здоровому образу жизни, к физическому совершенствованию.
- Стремление к развитию нравственных качеств, гражданственности и патриотизму.

*Метапредметные:*

- проявлять интерес к занятиям туризмом и краеведением как активной, познавательной, оздоровительной и досуговой деятельности;
- проявлять общечеловеческие качества: взаимовыручку, честность, бескорыстие, отзывчивость, умение дружить через участие в коллективных действиях;
- планировать действия с помощью педагога и самостоятельно;
- адекватно воспринимать предложения товарищей, педагога, родителей;
- готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою точку зрения.

*По завершении обучения, учащиеся должны знать:*

- основы теории туризма при совершении путешествий малой и средней длительности;
- порядок организации и правила поведения в походах и на соревнованиях;
- основы топографии и ориентирования;
- способы ориентирования по местным признакам и звёздам;
- опасные и ядовитые растения края, иметь представление о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;
- порядок организации, подготовки и проведения экскурсии и похода;
- способы преодоления различных естественных препятствий;
- способы организации и проведения поисково-спасательных работ;
- основные исторические и географические сведения о родном крае;
- правила поведения в природе;
- знать способы оказания первой медицинской помощи при кровотечении, переломах, вывихах, ранениях, ожогах, обморожениях;
- различные способы ориентирования на местности.

*Учащиеся будут уметь:*

- преодолевать вместе естественные препятствия на пути;
- ориентироваться по компасу и карте в походе и на соревновании по спортивному ориентированию;
- организовать походный быт;
- передвигаться по дорогам, тропам и пересечённой местности в составе группы;
- владеть приёмами самостраховки, преодолевать различные естественные или искусственные препятствия;
- уметь правильно применять туристские узлы;
- проводить поисково-спасательные работы;
- оформлять отчёт и задания, выполненные в походах и на экскурсиях;
- организовать походный быт и распределять продукты на весь поход или слёт;

- оказывать доврачебную помощь и правильно транспортировать пострадавшего.
- уметь ориентироваться по местным признакам, компасу, карте, определять азимут, двигаться по компасу и карте;
- уметь соорудить временное убежище из подручного материала, уметь добывать пищу, воду, огонь, изготавливать оружие для охоты и рыбалки;
- уметь укладывать рюкзак, вязать основные узлы (проводник, прямой, схватывающий, штык, встречный, восьмёрка, встречная восьмерка, брамшкотовый, стремя, академический, грепвайн, булинь, двойной проводник, австрийский проводник), обладать туристскими навыками;
- уметь разбивать туристический бивак;
- уметь разрабатывать простейшие маршруты выходного дня;
- уметь самостоятельно выбирать тему краеведческого задания для похода;
- уметь переносить известные ему знания и навыки, варианты решения, приемы общения в условия новой ситуации, трансформируя их в соответствии со спецификой ее конкретных условий;
- вести фото и видеосъемку, ориентирования и топографии.

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

## **1.5 Содержание программы**

### ***Содержание учебного плана***

#### ***Раздел 1. Организационно-контрольный раздел (5 часов)***

##### ***1.1. Введение. Что такое туризм. Спортивный туризм – вид спорта***

**Теория.** Ознакомление с Программой. Цели и задачи, общая структура и содержание Программы. Правила поведения на занятиях. Форма одежды и внешний вид. Краткий исторический обзор развития туризма в России и за рубежом. Современное состояние спортивного туризма. Прикладное значение спортивного туризма. Особенности ориентирования. Виды соревнований по спортивному туризму.

**Практика:** практическая работа на выявление уровня начальной подготовки обучающихся. Тестирование.

**Форма контроля:** опрос.

##### ***1.2. Инструктаж по технике безопасности. Порядок тренировок.***

**Теория.** Основы безопасности.

**Форма контроля:** беседа, опрос

#### ***Раздел 2. Основы туристской подготовки (40 часов)***

## *2.1. История возникновения и развития спортивного туризма. Туризм, как интересная игра. Виды туризма.*

Теория: что такое поход. Маршрут и подготовка к походу.

Что такое поход. Цели и задачи похода. Выбор маршрута. Обязанности в группе. Распределение обязанностей в группе.

Туристское снаряжение, используемое в походах выходного дня. Подбор снаряжения, продуктов и медикаментов для похода. Правила размещения предметов в рюкзаке. Понятие о личном и групповом снаряжении. Требование к одежде и обуви в зависимости от времени года и вида похода.

Составление меню в зависимости от характера похода и времени года, в зависимости от имеющихся продуктов. Понятие о герметичной упаковке.

Практика: укладка рюкзака. Движение в походе. Костер. Виды костров. Принадлежности для костра. Правила разведения костра. Меры безопасности.

Заготовка дров, выбор места для костровища, разведение костра. Приготовление чая на костре. Установка палатки.

Форма контроля: беседа, опрос.

## *2.2. Правила размещения предметов в рюкзаке. Составление меню на занятиях по туризму.*

Теория: правила размещения предметов в рюкзаке. Понятие о личном и групповом снаряжении. Требование к одежде и обуви в зависимости от времени года и вида похода. Составление меню в зависимости от характера похода и времени года, в зависимости от имеющихся продуктов. Понятие о герметичной упаковке.

Практика: Укладка рюкзака. Движение в походе. Костер. Виды костров. Принадлежности для костра. Правила разведения костра. Меры безопасности.

Заготовка дров, выбор места для костровища, разведение костра. Приготовление чая на костре. Установка палатки.

Форма контроля: беседа, практикум.

## *2.3. Основы безопасности на занятиях по туризму.*

Теория: Поведение на улице во время движения к месту занятий, на учебно-тренировочном занятии, в спортивном зале. Техника безопасности при проведении занятий на местности. Контрольное время на занятиях.

Правила безопасного поведения при переезде в транспорте, на воде, у костра. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

Практика: Моделирование простейших аварийных ситуаций и решение ситуационных задач.

Форма контроля: беседа, практикум.

## *3.Тактико-техническая подготовка (54 часа)*

### *3.1. Снаряжение спортсмена-туриста.*

Практика: первоначальное понятие о страховке. Самостраховка. Обеспечение безопасности на соревнованиях (контрольное время, ограничивающие ориентиры, выход к месту старта при потере ориентировки).

### *3.2. Вязка узлов и их применение.*

Теория: знакомство со страховочной системой, блокировкой, карабинами, репшнуром. Их применение. Знакомство с основной веревкой. Знакомство с узлами: восьмерка, прямой, встречный, штык. Их применение.

Практические занятия: надевание страховочной системы. Вязка узлов. Тренировка работы с карабинами.

Форма контроля: беседа, практикум

### *3.3. Тактика преодоления дистанций по тур. Многоборью.*

Практика: задача, поставленная тренером на соревнованиях. Анализ и разбор соревнований. Практические занятия, решение ситуационных задач.

### *3.4. Техника преодоления препятствий.*

Дистанции 1-го класса на соревнованиях по спортивному туризму. Препятствия, встречающиеся на соревнованиях, их описание, методы преодоления. Личные дистанции, связки и правила их преодоления.

Практические занятия: переправы по бревну (в том числе и качающемуся) способом маятник и по перилам, по кочкам, гатям из жердей, маятник, параллельные веревки, навесная переправа, «бабочка». Преодоление склонов: Подъем, спуск спортивным способом. Техника свободного лазания.

Форма контроля: беседа, опрос, практика

## 4. Топография и ориентирование (48 часов)

### *4.1. Топографическая и спортивная карта.*

Теория: топографические карты и их особенности, отличие от спортивных карт. Спортивная карта, цвета карты, масштаб карты. Условные знаки. Виды условных знаков. Знакомство с картой. Спортивная карта, ее масштаб, условные знаки. Виды карт. Карты, используемые в походах и на соревнованиях, их отличительные особенности. Изображение рельефа на топографических и спортивных картах.

Практические занятия: Словесное описание ориентиров, их изображение на карте. Игры и упражнения на запоминание условных знаков. Сопоставление карты с местностью. Ориентирование вдоль линейных ориентиров. Чтение объектов с линейных ориентиров. Игры и упражнения с использованием спортивных карт. Ориент-шоу – тренировки в спортивном зале.

Форма контроля: беседа, опрос

### *4.2. Компас. Работа с компасом.*

Теория: Знакомство с компасом. Строение компаса. Правила обращения с компасом. Определение сторон света.

Практические занятия:

Игра на движение по компасу (на север, юг и т.д.). Диктант на понимание сторон света.

Форма контроля: опрос, соревнование

### *4.3. Измерение расстояний.*

Теория: Способы измерения расстояний по карте и на местности. Счет шагов при движении шагом, бегом на местности различной проходимости. Глазомер. Масштаб карты.

Практические занятия: Сопоставление расстояния на карте и на местности. Измерение расстояния на карте с помощью линейки. Измерение длины шага. Измерение различных отрезков на местности шагом. Упражнения по определению расстояния «на глаз». Работа с масштабом.

Форма контроля: опрос, соревнование

#### *4.4. Способы ориентирования.*

Теория: виды ориентиров: точечный, линейный, звуковой, ориентир цель.

Практические занятия: движение с картой на местности, движение по легенде. Определение точки стояния. Движение по линейным ориентирам. Упражнения по отбору основных ориентиров на карте и на местности.

Форма контроля: беседа, опрос

#### *4.5. Соревнования по ориентированию.*

Практические занятия: подготовка и участие в соревнованиях по ориентированию.

#### *5. Краеведческая и экскурсионная работа в походах (4 часа)*

Теория: краткая история города. Основание и становление города. План застройки города. Улицы города, история и современность. Достопримечательности города Суджи. Памятники скульптуры и архитектуры.

#### *6. Основы гигиены. Первая доврачебная помощь (20 часов)*

##### *6.1. Личная гигиена туриста. Профилактика различных заболеваний.*

Теория: личная гигиена при занятии туризмом, значение водных процедур. Гигиена одежды и обуви.

##### *6.2. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.*

Теория: основные причины заболеваний и травм в походе, на тренировках. Первая помощь при различных видах травм: ушибы, ссадины, порезы. Тепловой и солнечный удар, ожоги, обморожения. Пищевые отравления.

Практические занятия: оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему. Обработка ран, наложение повязки, при ушибах, ссадинах, порезах, ожогах, обморожениях. Тесты по медицине.

Форма контроля: опрос, зачет

#### *7. Самостоятельная работа (5 часов)*

#### *8. Спортивное ориентирование (10 часов)*

Теория: стороны горизонта. Устройство компаса. Пользование компасом в походе. Азимут. Определение азимута по карте и на местности. Определение азимута на заданный ориентир, движение группы по азимутам на заданное расстояние. Определение сторон горизонта по солнцу, звездам и местным признакам.

**Практические занятия:** определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Определение направлений по заданным азимутам. Ориентирование карты по компасу. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов. Ориентирование с помощью карты и компаса. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейным и числовыми масштабами. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение направлений (азимутов) на карте. Ориентирование на маршруте с помощью карты и компаса. Зарисовка топографических знаков (40—50 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. Топографический диктант. Разбор топографического диктанта. Ориентирование по карте.

При обучении особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, при проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия.

**Форма контроля:** беседа, практикум, опрос

#### 9. Туристско-краеведческие слеты, соревнования, походы (30 часов)

**Практика:** участие в слетах, походах, соревнованиях.

*Таблица 1. Учебный план*

№	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
<i>Раздел 1. Организационно – контрольный раздел</i>		5	3	2	
1	Введение. Что такое туризм. Спортивный туризм – вид спорта.	3	2	1	опрос
2	Инструктаж по технике безопасности. Порядок тренировок.	2	1	1	беседа, опрос
<i>Раздел 2. Основы туристской подготовки</i>		40	15	25	
3	История возникновения и развития спортивного туризма. Туризм, как интересная игра. Виды туризма. Что такое поход. Маршрут и подготовка к походу.	3	3	0	беседа, опрос
4	Правила размещения предметов в рюкзаке. Составление меню на занятиях по туризму.	27	7	20	практика, беседа
5	Правила безопасности поведения в пешем походе	10	5	5	беседа, практика

<i>Раздел 3. Тактико-техническая подготовка</i>		<i>54</i>	<i>10</i>	<i>44</i>	
6	Снаряжение спортсмена – туриста. Самостраховка.	7	1	6	практика
7	Вязка узлов и их применение.	10	1	9	практика
8	Техника работы со снаряжением (обвязка, карабин, жумар, репшнур).	20	3	17	беседа, практика
9	Техника и тактика преодоления препятствий.	15	5	10	беседа, опрос
10	Анализ ситуационных задач	2	0	2	беседа, опрос
<i>Раздел 4. Топография и ориентирование</i>		<i>48</i>	<i>20</i>	<i>28</i>	
11	Топографическая и спортивная карты. Условные знаки.	12	5	7	беседа, опрос
12	Компас. Работа с компасом.	12	5	7	опрос, соревнования
13	Измерение расстояний. Масштаб.	12	5	7	опрос, соревнования
14	Виды ориентиров. Определение точки стояния.	12	5	7	практика
15	<i>Раздел 5. Краеведческая и экскурсионная работа в походах.</i>	<i>4</i>	<i>4</i>	<i>0</i>	беседа, опрос
<i>Раздел 6. Основы гигиены. Первая доврачебная помощь.</i>		<i>20</i>	<i>8</i>	<i>12</i>	
16	Личная гигиена туриста. Профилактика различных заболеваний.	5	5	0	опрос, зачёт
17	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	15	3	12	опрос, зачёт
18	<i>Раздел 7. Самостоятельная работа.</i>	<i>5</i>	<i>0</i>	<i>5</i>	практика
19	<i>Раздел 8. Спортивное ориентирование.</i>	<i>10</i>	<i>2</i>	<i>8</i>	практика, беседа, опрос
20	<i>Раздел 9. Туристско-краеведческие слеты, соревнования. Поход.</i>	<i>30</i>	<i>0</i>	<i>30</i>	поход
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>62</b>	<b>154</b>	

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Составной частью программы является календарный учебный график, содержащий комплекс основных характеристик образования и определяющий даты и окончания учебных периодов (этапов), количество учебных недель, срок и контрольных процедур. Составляется график для каждой учебной группы на текущий учебный год.

### 2.1 Календарный учебный график

1. Начало учебного года–01.09.2023г.
2. Окончание учебного года– 31.05.2024г.
3. Учебный год составляет 36 учебных недель.
4. Праздничные дни: 4 ноября, 1-7 января, 23 февраля, 8 марта.
5. В каникулярный период на протяжении учебного года программа реализуется в полном объеме.
6. Продолжительность недели 5 дней.
7. Режим учебных занятий определяется расписанием, утвержденным директором.
8. Сроки проверки результатов освоения программы обучающимися устанавливаются согласно учебного плана.

*Таблица 2. Календарный учебный график*

<b>№</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>Группа</b>	№ 1	№ 2
<b>Год обучения, номер группы</b>	2023 -2024	2023- 2024
<b>Дата начала занятий</b>	11.09. 2023 г.	12.09.2023 г.
<b>Дата окончания занятий</b>	31.05.2024 г.	31.05.2024 г.
<b>Количество учебных недель</b>	36	36
<b>Количество учебных дней</b>	108	108
<b>Количество учебных часов</b>	216	216
<b>Режим занятий</b>	3 раза в неделю по 2 часа	3 раза в неделю по 2 часа
<b>Нерабочие праздничные дни</b>	4 ноября; с 1-7 января; 23 февраля; 8 марта	4 ноября; с 1-7 января; 23 февраля; 8 марта
<b>Сроки проведения промежуточной аттестации</b>	29.12.2023 г.	29.12.2023 .

## 2.2 Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение

Программа реализуется в спортивном зале. Размещение учебного оборудования должно соответствовать требованиям и нормам СанПиН, правилам техники безопасности и пожарной безопасности. Установлены лампы дневного освещения. Спортивный зал регулярно проветривается и проводится влажная уборка.

*Перечень оборудования:*

#### 1. Туристское снаряжение:

1.1. Групповое: палатки, веревки, карабины, костровое оборудование, топографические карты, компасы, жумары, ремнабор, мед. аптечка, таблицы с топографическими знаками.

1.2. Личное: рюкзаки, страховочные системы, усы самостраховки, рукавицы, спальные мешки, спальные коврики, каски, дождевики, фонари, часы, посуда, средства для личной гигиены, штормовки, спортивные костюмы, обувь, лопата складная .

#### 1.3. Комплект котелков для приготовления пищи

Кол-во в комплекте не менее 1(1л), 1(2л),1(3л).

Материал алюминий

Материал рукояти алюминий

Толщина стенок, мм

3 литра - 0.75 мм; 2 литра - 0.75 мм; 1 литр - 0.6 мм

Материал крышки алюминий

Крышки в комплекте каждого котелка наличие

Антипригарное покрытие отсутствует

Крышка каждого котелка может использоваться как сковорода, и имеют удобные ручки.

Компас жидкостный

Компас ученический

Интерактивная панель

Интерактивная LED панель NewlineТТ-8620НО: 86" дюймов, 4К, 20 касаний, FHD-камера, 4 микрофона, стекло 2 мм

Для обеспечения учебного процесса используются методические пособия, дидактические материалы, Интернет-ресурсы. Обеспечение программы методическими материалами представлено в таблице 3 «Методическое обеспечение».

Таблица 3. Методическое обеспечение

Раздел, или тема программы	Форма занятий	Приемы и методы организации образовательной деятельности (в рамках занятия)	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы проведения итогов
<i>Организационно-контрольный раздел.</i>	лекция, беседа	объяснение, наблюдение, показ фото, иллюстраций, презентаций, фильмов	Видеофильмы с различных соревнований по спортивному туризму, наборы карт по спортивному ориентированию различных местностей, одежда и обувь туриста, компасы, презентация	видео и аудио аппаратура	наблюдение педагога, опрос
<i>Основы туристской подготовки.</i>	лекция; беседа; практика; консультации; контрольное задание	объяснение; наблюдение; проведение бесед; показ фото; иллюстраций; видеоматериалов; презентаций; показ оборудования, его правильного применения	Карточки задания, наглядные пособия, демонстрационный и раздаточный материал, литература, фото и видеозаписи, презентации, журнал инструктажа обучающихся по охране труда и технике	видео и аудио аппаратура, оборудование	педагогическое наблюдение во время работы, проведения беседы, показа видеофильма, презентаций

			безопасности, два вида компаса, карточка, беговая форма и обувь		
<i>Тактико-техническая подготовка.</i>	лекция; беседа; практика; консультация	объяснение; наблюдение; проведение бесед; показ фото, иллюстраций видеоматериалов	Наборы топографических и спортивных карт, комплекты таблиц с условными знаками, учебная презентация по теме «Условные знаки». Простейшие карты и схемы. «Проверочные тесты и задания по спортивному туризму», «Рабочая тетрадь юного ориентировщика»	видео, аудио аппаратура, столы, стулья, маты, страховочные системы, личное и групповое снаряжение, маты, веревки инструменты и материалы	педагогическое наблюдение во время работы, проведения беседы, показа видео фильма, зачеты в игровой форме на выявление уровня знаний по теме: «Условные знаки», тестирование
<i>Топография и ориентирование.</i>	лекция; беседа; практика; консультация; мастер-класс; конт-	объяснение; наблюдение; проведение бесед; показ фото, иллюстраций, видеоматериалов, показ	КП (призма с компостером), контрольные карточки для отметки КП, спортивные карты, компаса. Учебные дистанции на	видео и аудио аппаратура столы, стулья, инструменты материалы; оборудованный	педагогическое наблюдение во время работы, проведение беседы, показа видео

	рольное задание	двигательного действия; упражнение	местности для отработки простейших технических действий. Учебные презентации по темам, видеофильмы, фотоматериал.	спортивный зал, учебная дистанция на местности	фильма, педагогический анализ результатов зачета на местности
<i>Краеведческая и экскурсионная работа в походах.</i>	лекция; беседа; практикум; консультация	объяснение; наблюдение; проведение бесед; показ фото, иллюстраций, видеоматериалов; демонстрация способов прохождения дистанции, тактики при выборе пути движения	Видеофильмы с соревнований по спортивному туризму. «Проверочные тесты и задания по спортивному туризму». Учебные дистанции по спортивному туризму. Учебные презентации по темам.	видео, аудио аппаратура, столы, стулья, маты, аптечка, оборудованный спортивный зал, учебная дистанция	педагогическое наблюдение во время работы, Проведение беседы, показа видео фильма, педагогический анализ работы обучающихся на основе результатов тестирования и прохождения учебной дистанции
<i>Основы гигиены. Первая доврачебная помощь.</i>	лекция; беседа; практикум; консультация;	объяснение; наблюдение; проведение бесед; показ фото, иллюстраций,	Видеоролики и презентации, наглядные пособия, аптечка	аудио и видео аппаратура, столы, стулья, маты	педагогический анализ уровня подготовки обучаю-

	конт- рольное задание	видеоматериа лов; демонстрация приемов оказания первой доврачебной помощи			щихся по результатам зачета по оказанию первой помощи
<i>Спор- тивное ориенти- рование.</i>	лекция; беседа; практи- ка; консуль- тация; мастер- класс; конт- рольное задание	объяснение; наблюдение; проведение бесед; показ фото, иллюстраций, видеоматериа лов; показ двигательного действия; упражнение	Карточки- задания, иллюстрации, презентации, видеоролики	Видео, аудио аппаратура, столы, стулья, маты, шведская стенка, скакалка, мячи, веревочная лестница, турники, канат	педагоги- ческий анализ работы по результатам сдачи установ- ленных нормативов
<i>Туристс- ко-крае- ведческие слеты, соревно- вания. Поход.</i>	поход; практи- кум	объяснение; наблюдение; проведение бесед; показ фото, иллюстраций, видеоматериа лов; демонстрация выполнения действий; упражнения	Карточки- задания, иллюстрации, презентации, видеоролики	видео, аудио аппаратура, столы, стулья, маты, одежда и обувь ориентиров- щиков, оборудо- ванная учебная дистанция	Педагоги- ческий анализ работы по результатам сдачи установ- ленных нормативов

### Информационное обеспечение

#### *Информационное обеспечение*

- Наличие постоянных связей с культурными и образовательными учреждениями, музеями
- Интернет-источники.

- Литература, фотоматериалы, видеофильмы, компьютерные диски, флэшки с записями по темам программы.

#### *Кадровое обеспечение*

Учебные занятия проводят педагоги дополнительного образования, имеющие педагогическое образование и опыт работы с учащимися, а также знают специфику образовательного учреждения и имеют специализацию, или курсовую подготовку по программе спортивный туризм.

### **2.3 Формы аттестации**

Важнейшим элементом процесса обучения является контроль успеваемости учащегося, который должен быть систематическим, результаты аргументированными. Исходя из этого, используются разные виды контроля: текущий, промежуточный и итоговый контроль.

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

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

*Формой итогового контроля* является поход.

В соответствии с результатами итогового контроля определяется, насколько достигнуты результаты программы каждым учащимся, полнота выполнения программы. В процессе обучения предусматриваются: итоговая и промежуточная аттестации, теоретические зачеты, тестирование, зачетные соревнования и многодневные походы.

*Таблица 4. Этапы педагогического контроля*

<b>Вид</b>	<b>Содержание</b>	<b>Форма</b>	<b>Критерии</b>
Текущий (в течении года)	Тактико-техническая подготовка	Практическая проверка преодоления препятствий	«отлично» - оптимальное решение; «хорошо» - решение с допуском невыгодных вариантов. «удовлетворительно» - решение с ошибками
Текущий (в течении года)	Топография и ориентирование	Опрос, практическая работа.	«отлично»- 80-100% правильных ответов «хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлет.»- 40-60% правильных ответов

Текущий (в течении года)	Контрольные старты и соревнования	Соревнования	Закончить дистанцию.
Входящий (сентябрь)	Основы туристской подготовки	беседа, анкета, опрос.	
Итоговый (в течении года)		Игра «Готов ли ты в поход?»	«отлично» - 80-100% правильных ответов «хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлет.»- 40-60% правильных ответов
Итоговый (апрель – май)	Краеведение	Отчет по походу	Зачет путешествия

## 2.4 Оценочные материалы

В качестве методов диагностики результатов обучения используются наблюдение, анкетирование, беседа, опрос, тестирование, туристский поход и соревнования. Наивысшей оценкой деятельности является завоевание призовых мест, получение грамот и дипломов по итогам соревнований, а также обязательное участие в пешем походе 1 и 2 категории сложности.

Мониторинг результатов обучения обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Спортивный туризм» представлен в таблице, в которой на основе критериев показателей и степени выраженности оцениваемого качества определяется уровень освоения программы (Приложение №2).

## 2.5 Методические материалы

Программа реализуется в формате очного обучения в соответствии с учебным планом в объединении.

Образовательный процесс в системе дополнительного образования детей представляет собой специально организованную деятельность учителей и обучающихся, направленную на решение задач обучения, воспитания, развития личности. Процесс обучения в дополнительном образовании имеет менее формализованный характер по сравнению с общеобразовательной школой, не имеет жестких рамок. Индивидуализация обучения в системе дополнительного образования детей осуществляется со стороны самого ребенка, который сам осуществляет выбор интересного для себя вида деятельности. Изменяется и позиция учителя: он выступает не только как носитель знаний, но и как помощник в становлении личности обучающегося. Выполняя функцию

консультанта, учитель дополнительного образования чаще всего оказывает на детей сильное личностное влияние.

#### Формы организации образовательного процесса:

##### Формы работы:

Фронтальная: подача учебного материала всей группе учащихся;

Индивидуальная: Самостоятельная работа учащихся с оказанием помощи при возникновении затруднения, не уменьшая активности учащихся и содействуя выработке навыков самостоятельной работы.

Групповая: предоставление возможности самостоятельно построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны друг друга, учесть возможности каждого на конкретном этапе деятельности. Всё это способствует более быстрому и качественному выполнению задания. Особым приемом при организации групповой формы работы является ориентирование учащихся на создании малых групп с учетом их возраста и опыта работы.

##### Формы организации учебного занятия

Формы и методы организации деятельности ориентированы на индивидуальные и возрастные особенности учащихся.

Формы проведения занятий: учебные занятия проводятся в спортивном зале, а учебно-тренировочные занятия на местности. Занятия по общей физической подготовке и по специальной физической подготовке также проводятся в спортивном зале и на местности. Кроме того, используются такие формы как: соревнование, игра, конкурс, путешествие, поход, лекция, видео занятие и др.

Форма организации образовательной деятельности - групповая, которая позволяет дифференцированно, с учетом возрастных и психологических особенностей, подойти к каждому учащемуся. Образовательный процесс построен на основе практико-ориентированного подхода.

При реализации данной программы применяются разнообразные *методы обучения:*

- ✓ Вербальный (беседа, рассказ, лекция, сообщение);
- ✓ Наглядный (использованием мультимедийных устройств, пакеты документов, показ педагогом примеров работы в личном кабинете на сайтах Ростуризма, использование интернет-ресурсов и т.д.);
- ✓ Практический (спортивные тренировки, соревнования, походы, зачетные занятия);
- ✓ Для эффективного усвоения учебного материала практическую деятельность следует проводить на местности в форме соревнований, походов, сборов.
- ✓ (выполнение практических заданий и физических упражнений в объединении);
- ✓ Самостоятельной работы (самостоятельное выполнение домашних заданий и т.д.).

*Тип занятий:* теоретические, практические, комбинированные, контрольные.

Отбор содержания учебного материала основан на следующих *принципах*: учет возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, научность и системность.

В процессе обучения применяется фронтальная, коллективная и групповая форма работы.

#### Педагогические технологии

Для реализации интересов и способностей детей, более полного развития их природных задатков, на занятиях применяют элементы современных педагогических технологий: развивающего обучения, личностно-ориентированного и дифференцированного подхода к обучающимся, игровой деятельности, информационно-коммуникационных технологий.

Построение всего образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовывать информацию оптимальным способом. У детей появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

#### Алгоритм учебного занятия

Примерная структура занятия:

- Организационная часть. Проверка готовности к занятию.
- Основная часть. Теоретическая (лекционная) часть.
- Перерыв – разминка.
- Практическая часть: выполнение текущих заданий по теме занятия (индивидуальное, коллективное выполнение, выполнение в парах).
- Заключительная часть. Подведение итогов.
- Обучение проводится по групповой обучающей технологии, где заранее подготовленные старшеклассники делятся опытом с младшими. Обучение на всех практических занятиях проводится в малых группах 3-4 человека на каждом учебном месте, а также в парах или индивидуально. После усвоения навыка переходят на следующие учебные места по принципу «карусели». Теоретические занятия проводятся в кабинете информационных технологий с использованием мультимедийного оборудования для изучения тем по электронным учебникам, учебным фильмам.

#### Дидактические материалы

Видеофильмы, компьютерные программы, методические разработки, наглядные пособия, образцы моделей, схемы, чертежи и проверочные материалы

## **2.6 Рабочая программа воспитания**

Спортивный туризм является одним из приоритетных направлений в воспитательной работе. Это дело не новое, но новизна состоит в том, что имеет

более широкую педагогическую идею в плане воспитания духовности, физической выносливости, уважения и любви к природе своей Родины.

Никто из туристов не пошёл бы второй раз в поход, если бы на личном опыте не убедился, что всё виденное, пережитое, слышанное, пройденное, спетое у ночного костра, делает нашу жизнь духовно богаче и по сравнению с этим, все тяготы и неудобства туристического похода выглядят не имеющими значения мелочами.

*Цель воспитательной работы* — создание условий для воспитания свободной, интеллектуально развитой, духовно богатой, физически здоровой личности, ориентированной на высокие нравственные ценности, способной к самореализации и самоопределению в современном обществе, склонной к овладению различными профессиями, с гибкой и быстрой ориентацией в решении сложных жизненных проблем.

*Задачи:*

- формирование у детей гражданской ответственности и правового самосознания, духовности и культуры, инициативности, самостоятельности, толерантности, способности к успешной социализации в обществе и активной адаптации на рынке труда;
- формирование грамотной, самостоятельной, ответственной и разносторонне развитой личности.

*Основные принципы воспитательной работы:*

- воспитание с учетом отечественных традиций, национально-региональных особенностей, достижений современного опыта;
- гуманистической направленности воспитания;
- личностной самоценности, личностно-значимой деятельности;
- коллективного воспитания;
- создания дополнительных условий для социализации детей с особыми образовательными потребностями;
- демократизма;
- толерантности;
- применения воспитывающего обучения.

*Формы и методы воспитательной работы.*

*Проекты:* В настоящее время проекты являются самой распространенной формой взаимодействия всех участников образовательных отношений. Традиционные события оформляются в различные проекты, где предусматриваются различные виды детской деятельности и формы проведения. В конце каждого проекта проводится итоговое мероприятие.

*Творческие конкурсы в организации:* Творческие конкурсы - обязательный атрибут творческой деятельности. Для растущего человека очень важно сравнить себя с другими - это дает детям материал для самооценки и более глубокого понимания себя и окружающих. Участие в конкурсах внутри детского объединения или группы создает особую соревновательную атмосферу, если победа в них

становится путевкой на конкурс более высокой ступени. Эта перспектива движения - радость для участника. В завершении конкурса проходит выставка и награждение победителей.

*Выставки:* По тематике многих мероприятий проводятся выставки: информационные, фотовыставки, декоративно-прикладного искусства, экологические, социальные.

*Фестивали:* На фестивалях представляются творческие работы обучающихся. Активно привлекаются родители для участия в фестивалях семейного творчества по различным направлениям.

*Социальные и экологические акции:* В акциях принимают участие сотрудники, родители и обучающиеся образовательных учреждений. В ходе акций обучающиеся получают знания, социокультурные и экологические навыки, активную жизненную позицию.

*Конкурсы, викторины:* Эти мероприятия имеют познавательное содержание и проходят в развлекательной форме. Проводятся по всем направлениям развития обучающихся.

*Соревнования:* Проводятся среди участников в целях их полноценного отдыха, развлечения, оздоровления, формирования навыков совместной деятельности, личностных качеств на специально созданных дистанциях с использованием элементов техники туризма.

#### Планируемые результаты воспитательной работы

1. приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в обществе;
2. формирование у обучающихся основ российской гражданской идентичности;
3. готовность обучающихся к саморазвитию;
4. ценностные установки и социально-значимые качества личности;
5. активное участие коллектива и его отдельных представителей в социально-значимой деятельности и др.

Воспитательная работа с учащимися ведется в течение всего периода обучения и представлена в приложении № 3 (Календарный план воспитательной работы)

## 2.7 Список литературы

### *Литература, используемая педагогом для разработки программы и организации образовательного процесса:*

1. Государственная программа Курской области от 15.10.2013 № 737-па «Развитие образования в Курской области» – Текст: электронный.– URL: <https://docs.cntd.ru/document/441605164> / (дата обращения 24.03.2021 г).
2. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» Курчатовского района Курской области, утвержденный Постановлением Администрации Курчатовского района Курской области от 28.07.2021 г. № 576.– Текст: электронный.– URL: <http://kursc-zdt.ru/oshcole/dokumenti/145-ustav.html/> .
3. Положение о порядке разработки и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ муниципального казенного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» Курчатовского района Курской области, утвержденное приказом №29 от 01.09.2021.– Текст: электронный.– URL: <http://kursc-zdt.ru/obychenie/polojenia.html/> .
4. Константинов Ю.С., Куликов В.М. : Учебно-методическое пособие. 2-е издание, дополненное. – Текст: непосредственный// М.: ФЦДЮТиК, 2006, 208 с.
5. Константинов Ю.С., Митрахович С.С. Туристско-краеведческая деятельность в школе. Учебно-методическое пособие. – Текст: непосредственный // М.: ФЦДЮТиК, ИСВ РАО, 2011. - 352 с., ил.
6. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися (Текст) / Под общ.ред. М.М. Бостанджогло. – Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ДОД «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения Российской Федерации». – Текст: непосредственный // М.: Изд-во «Канцлер», 2015. - 24 с.
7. Акимов В.Г. Подготовка спортсмена - ориентировщика – Текст: непосредственный // Минск: Польша, 2012.
8. Елаговский С.Б. Спортивное ориентирование на лыжах. - Текст: непосредственный // М.: ФИС, 2011.
9. Константинов Ю.С., Персин А.И., Куликов В.М., Ротштейн Л.М. /Под общей редакцией доктора педагогических наук Ю.С.Константинова). Словарь юного туриста-краеведа. Учебно-методическое пособие. – Текст: непосредственный // ФЦДЮТиК, ЦПВиСППДМ, МАДЮТК. –М.: 2014. – 208 с.
10. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие - 2-е изд., стереотип. – Текст: непосредственный // М.: ФЦДЮТиК, 2008 г. - 600 с., ил.
11. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов выходного дня/под.ред. ЕлисеевойК.Н. – Текст: непосредственный//Южно-Сахалинск, 2016. – 24 с.

***Литература, рекомендуемая для детей и родителей по данной программе:***

1. Жихарев А.М. Собираемся в поход - Текст: непосредственный // Ярославль: Академия развития, 2004. – 191с.
2. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. - Текст: непосредственный // М.: ФИС, 2012. – 166с.
3. Константинов Ю.С., Туристская игротка./Ю.С. Константинов – Текст: непосредственный.//Москва,2000.
4. Константинов Ю.С., Персин А.И., Куликов В.М., Ротштейн Л.М. /Под общей редакцией доктора педагогических наук Ю.С.Константинова). Словарь юного туриста-краеоведа. Учебно-методическое пособие. – Текст: непосредственный // ФЦДЮТиК, ЦПВиСППДМ, МАДЮТК. –М.: 2014. – 208 с.
5. Курский край. История образования. С древнейших времен до наших дней/ А.С. Амоскин. – Текст: непосредственный. //Курск: РГСУ,2010.- 356с
6. Новиков А.Л. Учебно-познавательные игры с элементами топографии - Текст: непосредственный // М.: УДЮТиК, 2014. – 137с.
7. Сидорчук Е.В. Подготовка туриста [Текст]: учебное пособие /Е. В. Сидорчук, Д.Н. Немытов – Текст: непосредственный.// М.: Издательский центр «Академия», 2009. 208 с.
8. Шимановский, В.С. Питание в туристском путешествии [Текст]: учебное пособие /В.С. Шимановский, В. И. Ганопольский, П. И. Лукоянов. -Текст: непосредственный.// М.: Профиздат, 2006. 176 с.

## 2.8 Приложения

Приложение № 1

**Таблица 5.**

### Календарно-тематическое планирование группы № 1

№ п/п	Дата план	Дата факт	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	06.09.		Лекция	2	Введение. Что такое туризм. Спортивный туризм – вид спорта.	Кабинет №7	Опрос
	07.09.			1			
2	07.09.		Практика	1	Инструктаж по технике безопасности. Порядок тренировок	Спортивный зал	Опрос
	08.09.			1			
3	08.09.		Лекция	1	История возникновения и развития спортивного туризма. Туризм, как интересная игра. Что такое поход. Маршрут и подготовка к походу	Кабинет №7	Беседа, опрос
	13.09.			2			
4	14.09.		Лекция, практика	2	Правила размещения предметов в рюкзаке. Составление меню на занятиях по туризму.	Кабинет №7	Беседа, опрос
	15.09.			2			
	20.09.			2			
	21.09.			2			
	22.09.			2			
	27.09.			2			
	28.09.			2			
	29.09.			2			
	04.10.			2			
	05.10.			2			
	06.10.			2			

	11.10.			2			
	12.10.			2			
	13.10.			1			
5	13.10.		Лекция, практика	1	Правила безопасности поведения в пешем походе	Кабинет №7	Беседа, опрос
	18.10.			2			
	19.10.			2			
	20.10.			2			
	25.10.			2			
	26.10.			1			
6	26.11.		Практика	1	Снаряжение спортсмена – туриста. Самострахов- ка.	Кабинет №7	Беседа, опрос
	27.10.			2			
	01.11.			2			
	02.11.			2			
7	03.11.		Практика	2	Вязка узлов и их применение.	Спортив- ный зал	Беседа, опрос
	08.11.			2			
	09.11.			2			
	10.11.			2			
	15.11.			2			
8	16.11.		Практика	2	Техника работы со снаряжением (Обвязка, карабин, жумар, репшнур).	Кабинет №7	Беседа, опрос
	17.11.			2			
	22.11.			2			
	23.11.			2			
	24.11.			2			
	29.11.			2			
	30.11.			2			
	01.12.			2			
	06.12.			2			
	07.12.			2			
9	08.12.		Практика	2	Техника и тактика преодоления препятствий.	Кабинет №7	Беседа, опрос
	13.12.			2			
	14.12.			2			
	15.12.			2			
	20.12.			2			
	21.12.			2			
	22.12.			2			
	27.12.			1			

10	27.12.			1	Анализ ситуационных задач.	Кабинет №7	Беседа, опрос
	28.12.			1			
11	28.12.		Лекция, практика	1	Топограф ическая и спортивная карта.	Спортив- ный зал	Беседа, опрос
	29.12.			2			
	10.01.			2			
	11.01.			2			
	12.01.			2			
	17.01.			2			
	18.01.			1			
12	18.01.		Лекция, практика	1	Компас. Работа с компасом	Спортив- ный зал	Беседа, опрос
	19.01.			2			
	24.01.			2			
	25.01.			2			
	26.01.			2			
	31.01.			2			
	01.02.			1			
13	01.02.		Практика	1	Измерение расстояний. Масштаб	Спортив- ный зал	Беседа, опрос
	02.02.			2			
	07.02.			2			
	08.02.			2			
	09.02.			2			
	14.02.			2			
	15.02.			1			
14	15.02.		Лекция, практика	1	Виды ориентиров. Определение точки стояния.	Спортив- ный зал	Беседа, опрос
	16.02.			2			
	21.02.			2			
	22.02.			2			
	28.02.			2			
	29.02.			2			
	01.03.			1			
15	01.03.		Лекция	1	Краеведческая и экскурсионная работа в походах.	Спортив- ный зал	Беседа, опрос
	06.03.			2			
	07.03.			1			
16	07.03.		Лекция	1	Личная	Спортив-	Беседа,

	13.03.			2	гигиена туриста.	ный зал	опрос
	14.03.			2	Профилактика различных заболеваний.		
17	15.03.		Лекция, практика	2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Спортивный зал	Беседа, опрос
	20.03.			2			
	21.03.			2			
	22.03.			2			
	27.03.			2			
	28.03.			2			
	29.03.			2			
	03.04.			1			
18	03.04.		Лекция, практика	1	Спортивное ориентирование	Спортивная площадка	Беседа, опрос
	04.04.			2			
	05.04.			2			
	10.04.			2			
	11.04.			2			
	12.04.			1			
19	12.04.		Практика	1	Самостоятельная работа	Спортивная площадка	Беседа, опрос
	17.04.			2			
	18.04.			2			
20	19.04.		Практика	2	Туристско-краеведческие слеты, соревнования. Поход.		Беседа, опрос
	24.04.			2			
	25.04.			2			
	26.04.			2			
	03.05.			2			
	08.05.			2			
	15.05.			2			
	16.05.			2			
	17.05.			2			
	22.05.			2			
	23.05.			2			
	24.05.			2			
	29.05.			2			
	30.05.			2			
31.05.		2					

**Таблица 6. Календарно-тематическое планирование группы № 2**

<b>№ п/п</b>	<b>Дата план</b>	<b>Дата факт</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Форма контроля</b>																																																							
1	04.09.		Лекция	2	Введение. Что такое туризм. Спортивный туризм – вид спорта.	Кабинет №7	Опрос																																																							
	05.09.			1				2	05.09.		Практика	1	Инструктаж по технике безопасности. Порядок тренировок	Спортивный зал	Опрос	07.09.		1	3	07.09.		Лекция	1	История возникновения и развития спортивного туризма. Туризм, как интересная игра. Что такое поход. Маршрут и подготовка к походу	Кабинет №7	Беседа, опрос	11.09.		2	4	12.09.		Лекция, практика	2	Правила размещения предметов в рюкзаке. Составление меню на занятиях по туризму.	Кабинет №7	Беседа, опрос	14.09.		2	18.09.		2	19.09.		2	21.09.		2	25.09.		2	26.09.		2	28.09.		2	02.10.		2	03.10.
2	05.09.		Практика	1	Инструктаж по технике безопасности. Порядок тренировок	Спортивный зал	Опрос																																																							
	07.09.			1				3	07.09.		Лекция	1	История возникновения и развития спортивного туризма. Туризм, как интересная игра. Что такое поход. Маршрут и подготовка к походу	Кабинет №7	Беседа, опрос	11.09.		2	4	12.09.		Лекция, практика	2	Правила размещения предметов в рюкзаке. Составление меню на занятиях по туризму.	Кабинет №7	Беседа, опрос	14.09.		2		18.09.			2				19.09.		2	21.09.		2	25.09.		2	26.09.		2	28.09.		2	02.10.		2	03.10.		2	05.10.		2	
3	07.09.		Лекция	1	История возникновения и развития спортивного туризма. Туризм, как интересная игра. Что такое поход. Маршрут и подготовка к походу	Кабинет №7	Беседа, опрос																																																							
	11.09.			2				4	12.09.		Лекция, практика	2	Правила размещения предметов в рюкзаке. Составление меню на занятиях по туризму.	Кабинет №7	Беседа, опрос	14.09.		2		18.09.			2				19.09.		2		21.09.			2				25.09.		2	26.09.		2	28.09.		2	02.10.		2	03.10.		2	05.10.		2							
4	12.09.		Лекция, практика	2	Правила размещения предметов в рюкзаке. Составление меню на занятиях по туризму.	Кабинет №7	Беседа, опрос																																																							
	14.09.			2																																																										
	18.09.			2																																																										
	19.09.			2																																																										
	21.09.			2																																																										
	25.09.			2																																																										
	26.09.			2																																																										
	28.09.			2																																																										
	02.10.			2																																																										
	03.10.			2																																																										
05.10.		2																																																												

	09.10.			2			
	10.10.			2			
	12.10.			1			
5	12.10.		Лекция, практика	1	Правила безопасности поведения в пешем походе	Кабинет №7	Беседа, опрос
	16.10.			2			
	17.10.			2			
	19.10.			2			
	23.10.			2			
	24.10.			1			
6	24.10.		Практика	1	Снаряжение спортсмена – туриста. Самострахов- ка.	Кабинет №7	Беседа, опрос
	26.10.			2			
	30.10.			2			
	31.10.			2			
7	02.11.		Практика	2	Вязка узлов и их применение.	Спортив- ный зал	Беседа, опрос
	06.11.			2			
	07.11.			2			
	09.11.			2			
	13.11.			2			
8	14.11.		Практика	2	Техника работы со снаряжением (Обвязка, карабин, жумар, репшнур).	Кабинет №7	Беседа, опрос
	16.11.			2			
	20.11.			2			
	21.11.			2			
	23.11.			2			
	27.11.			2			
	28.11.			2			
	30.11.			2			
	04.12.			2			
	05.12.			2			
9	07.12.		Практика	2	Техника и тактика преодоления препятствий.	Кабинет №7	Беседа, опрос
	11.12.			2			
	12.12.			2			
	14.12.			2			
	18.12.			2			
	19.12.			2			
	21.12.			2			
	25.12.			1			

10	25.12.			1	Анализ ситуационных задач.	Кабинет №7	Беседа, опрос
	26.12.			1			
11	26.12.		Лекция, практика	1	Топограф ическая и спортивная карта.	Спортив- ный зал	Беседа, опрос
	28.12.			2			
	08.01.			2			
	09.01.			2			
	11.01.			2			
	15.01.			2			
16.01.		1					
12	16.01.		Лекция, практика	1	Компас. Работа с компасом	Спортив- ный зал	Беседа, опрос
	18.01.			2			
	22.01.			2			
	23.01.			2			
	25.01.			2			
	29.01.			2			
30.01.		1					
13	30.01.		Практика	1	Измерение расстояний. Масштаб	Спортив- ный зал	Беседа, опрос
	01.02.			2			
	05.02.			2			
	06.02.			2			
	08.02.			2			
	12.02.			2			
13.02.		1					
14	13.02.		Лекция, практика	1	Виды ориентиров. Определение точки стояния.	Спортив- ный зал	Беседа, опрос
	15.02.			2			
	19.02.			2			
	20.02.			2			
	22.02.			2			
	26.02.			2			
27.02.		1					
15	27.02.		Лекция	1	Краеведческая и экскурсионная работа в походах.	Спортив- ный зал	Беседа, опрос
	29.02.			2			
	04.03.			1			
16	04.03.		Лекция	1	Личная	Спортив-	Беседа,

	05.03.		2	гигиена туриста.	спортивный зал	опрос
	07.03.		2	Профилактика различных заболеваний.		
17	11.03.		2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Спортивный зал	Беседа, опрос
	12.03.		2			
	14.03.		2			
	18.03.		2			
	19.03.		2			
	21.03.		2			
	25.03.		2			
	26.03.		1			
18	26.03.		1	Спортивное ориентирование	Спортивная площадка	Беседа, опрос
	28.03.		2			
	01.04.		2			
	02.04.		2			
	04.04.		2			
	08.04.		1			
19	08.04.		1	Самостоятельная работа	Спортивная площадка	Беседа, опрос
	09.04.		2			
	11.04.		2			
20	15.04.		2	Туристско-краеведческие слеты, соревнования. Поход.		Беседа, опрос
	16.04.		2			
	18.04.		2			
	22.04.		2			
	23.04.		2			
	25.04.		2			
	29.04.		2			
	30.04.		2			
	06.05.		2			
	07.05.		2			
	13.05.		2			
	14.05.		2			
	16.05.		2			
	20.05.		2			
21.05.		2				

## Оценочные материалы

### *Методика оценки уровня психологического климата коллектива (А.Н.Лутошкин)*

Психологический климат на эмоциональном уровне отражает сложившиеся в коллективе взаимоотношения, характер делового сотрудничества, отношение к значимым явлениям жизни. Складывается же психологический климат за счет "психологической атмосферы – также группового эмоционального состояния, которая, однако, имеет место в относительно небольшие отрезки времени и которая в свою очередь создается ситуативными эмоциональными состояниями коллектива.

Социально-психологический климат - это преобладающий и относительно устойчивый психический настрой коллектива, который находит многообразные формы проявления во всей его жизнедеятельности.

Для общей оценки некоторых основных проявлений психологического климата коллектива можно воспользоваться картой-схемой Л.Н. Лутошкина.

*Цель методики* – изучить уровень благоприятности или не благоприятности коллектива туристского объединения.

В предлагаемом задании уровень благоприятности психического климата определяется методом опроса. Методика ценна тем, что позволяет изучить не только степень благоприятности, но и выявить те свойства коллектива, которые объединяют его (+), и те, которые разобщают коллектив (–).

Уровень социально-психологического климата в коллективе оценивается по полярным профилям: 3 2 1 0 -1 -2 -3.

*Инструкция:* Оцените, пожалуйста, как проявляются перечисленные свойства психологического климата в коллективе детского объединения.

Прочтите сначала предложенный текст слева, затем – справа и после этого знаком «+» отметьте в верхней части листа ту оценку, которая соответствует истине, по Вашему мнению.

#### *Оценки*

3 – свойство проявляется в коллективе всегда;

2 – свойство проявляется в большинстве случаев;

1 – свойство проявляется нередко;

0 – проявляется в одинаковой степени и то, и другое свойство.

Обработка полученных данных осуществляется в несколько этапов.

*Первый этап:* необходимо сложить все абсолютные величины сначала (+), потом (-) оценок, данных каждым участником опроса. Затем из большей величины вычесть меньшую. Получается цифра с положительным или отрицательным знаком. Так обрабатывают ответы каждого члена коллектива.

*Второй этап:* все цифры, полученные после обработки ответов каждого обучающегося, необходимо сложить и разделить на количество отвечающих. Затем полученную цифру сравнивают с «ключом» методики:

Таблица 7

22 и более	высокая степень благоприятности социально-психологического климата
от 8 до 22	средняя степень благоприятности социально-психологического климата;
от 0 до 8	низкая степень (незначительная) благоприятности;
от 0 до (-8)	начальная не благоприятность социально-психологического климата;
от (-8) до (-10)	средняя не благоприятность;
от (-10) и ниже	сильная не благоприятность

*Такой подсчет можно сделать по каждому свойству:*

а) записать, затем сложить оценки, данные отдельному свойству каждым участником опроса;

б) полученную цифру разделить на число участников. Когда будут подсчитаны индексы по каждому свойству, выстраивают ранжированный ряд из этих цифр, по степени убывания их величины. Таким образом, мы выявляем свойства, способствующие как сплочению коллектива (положительно), так и его разобщению (свойства с отрицательным знаком).

Приведенная методика диагностирует уровень сформированности группы как коллектива и позволяет (при многократном исследовании) проследить динамику его развития (тех свойств, которые заложены в опросном листе).

*Опросник « Мотивы выбора учебного объединения»*

Фамилия, имя ребёнка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Вид и название детского объединения \_\_\_\_\_

Ф.И.О. педагога \_\_\_\_\_

Дата заполнения анкеты \_\_\_\_\_

*Вопрос. Что привело тебя в детское объединение?*

(Поставьте галочку напротив соответствующей строки. Ответов может быть много).

№ п/п	Мотивы выбора учебного объединения	20__ г.
1	Желание заняться любимым делом	
2	Желание развить свои способности	
3	Желание получить разностороннее образование	
4	Желание занять свободное время	
5	Желание найти друзей	
6	Помощь в школе, учёбе	
7	Желание подготовиться к выбору профессии	
8	Преодоление недостатков	
9	Развитие интересов	
10	Желание дополнить общее образование специализированными занятиями	
11	Добрый педагог	
12	Узнать новое, интересное	
13	Духовно вырасти	

Таблица 8 .Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия	Форма проведения	Время проведения	Уровень
1	День туризма	Эстафета	Сентябрь	Объединение
2	Осенние краски	Конкурс	Октябрь	Муниципальный
3	Туризм в объективе	Конкурс	Октябрь	Региональный
4	Курские мадонны	Конкурс	Ноябрь	Региональный
5	Помоги бездомным животным	Акция	Декабрь	Муниципальный
6	Конституция глазами детей	Конкурс	Декабрь	Муниципальный
7	СТОПВИЧСПИД	Акция	Декабрь	Муниципальный
8	Город мастеров	Творческий конкурс	Январь	Муниципальный
9	Покорми птиц зимой	Конкурс	Январь	Муниципальный
10	Блокада Ленинграда	Акция	Январь	Объединение
11	Неопалимая купина	Конкурс	Февраль	Региональный
12	Зимние радости	Игротека	Февраль	Муниципальный
13	Память Воинам - освободителям	Акция	Февраль	Муниципальный
14	Мир творчества	Фестиваль	Март	Муниципальный
15	Мы рисуем космос	Конкурс	Март	Муниципальный
16	Каждой птице нужен дом	Конкурс	Март	Муниципальный
17	Древо Добра	Акция	Апрель	Муниципальный
18	Школа безопасности	Соревнования	Май	Муниципальный
19	Помним всех поимённо	Акция памяти	Май	Муниципальный

