

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
"ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА"
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО
Методическим советом
МБОУДО ЦДЮТ
Протокол № 1
от «31» 08 2022г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ
Виноградненская СОШ
Е.В. Маслова



от «31» 08 2022г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУДО

ЦДЮТ

А.К. Муслединова



2022г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Спортивный туризм»
(сетевая форма)

Направленность: туристско-краеведческая

Срок реализации программы: 1 год

Тип программы: общеобразовательная
общеразвивающая

Вид программы: модифицированная

Уровень: базовый

Возраст учащихся: 8-17 лет

Составитель: Жилияков Вадим Арсенович

Должность: педагог дополнительного образования

пгт Ленино
2022 г

РЕЦЕНЗИЯ

на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Спортивный туризм» (туристско-краеведческой направленности), реализуемую в МБОУДО ЦДЮТ,
представленную Жиляковым В.А., педагогом дополнительного образования
Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования "Центр детского и юношеского творчества" Ленинского района Республики Крым

Актуальность программы заключается в том, что самостоятельный туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения.

Программа предполагает развитие у учащихся начальных, основных знаний и умений, без которых сложно и небезопасно заниматься спортивным туризмом; развитие коммуникативных и организаторских способностей учащихся, включающих в себя коммуникативный компонент, лидерство, способности к организации и самоорганизации, формирование потребности в самопознании, мотивации к самосовершенствованию, что актуально для их будущего самоопределения.

Структура программы представлена в соответствии с требованиями и содержит следующие разделы: пояснительная записка, в которой отражена общая характеристика работы; учебно-тематический план с четкой разбивкой на теоретическую и практическую части; содержание программы; планируемые результаты; формы контроля, оценочные материалы; комплекс организационно-педагогических условий; список литературы.

Педагогом в пояснительной записке показана актуальность и педагогическая целесообразность работы, выделены основные задачи: расширение и углубление знаний учащихся по спортивному туризму; приобретение умений и навыков в работе с картой, компасом; выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в туристических слетах, соревнованиях и походах.

Материал изложен доступным языком с применением как общенаучной, так и специальной терминологии.

Данная программа соответствует требованиям и может быть реализована в системе дополнительного образования.

Рецензент: магистр АЛЕКСАНДР ЧИЖОВ
(должность, место основного трудоустройства)

АЧ
(подпись)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Спортивный туризм» является *модифицированной* и составлена на основе дополнительной образовательной программы «Школа туризма», разработанной педагогом дополнительного образования ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК» С.М. Аппазовым и утвержденной коллегией Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым (решение от 26.08.2014г №2/3).

Настоящая программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 01.07.2020 г.);
- Федеральным законом Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31.07.2020г.);
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015г №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период 2025 года»;
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. №678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Минпросвещения России от 03.09.2019г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;
- Методическими рекомендациями для педагогических работников и руководителей образовательных организаций Республики Крым, реализующих дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы различной направленности (одобрено протоколом от 24.05.2021 г №3 на заседании Ученого совета ГБОУ ДПО КРИПО; утверждено решением от 23.06.2021г №4/4 на заседании коллегии Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым);
- Уставом МБОУДО ЦДЮТ;
- Положением о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах, реализуемых в МБОУДО ЦДЮТ.

Программа относится к **туристско-краеведческой направленности**, поскольку она подразумевает возможность познания учащимися родного края, реализации интересов в изучении природного разнообразия и историко-

культурного наследия Крыма, совершенствование туристских, спортивных и краеведческих знаний, умений и навыков средствами дополнительного образования.

Программа направлена на совершенствование знаний, умений и навыков, необходимых в спортивном туризме и ориентировании, а также общефизического развития, социального, нравственного, духовно-патриотического, интеллектуального уровня учащихся, воспитания самостоятельности учащегося.

Актуальность программы обусловлена тем, что она имеет туристско-спортивную направленность с элементами краеведческой деятельности и предусматривает подготовку учащихся по видам спортивного туризма, элементам спортивного ориентирования, краеведческим экспедициям.

Участие в многодневных походах и соревнованиях предоставляет учащимся возможность приобрести практический опыт самообслуживания (обустройство лагеря, приготовление пищи, поддержание гигиены тела, вещей, следят за состоянием снаряжения, чистотой лагеря и т.д.), который является немаловажным в процессе социализации.

Программа способствует обучению грамотно действовать в чрезвычайных ситуациях: оказывать первую медицинскую помощь, ориентироваться на местности, обеспечивать укрытия в непогоду и т.д. Все эти жизненно необходимые знания и навыки учащиеся получают в ходе походов, на соревнованиях.

В процессе туристской деятельности расширяется сфера общения учащихся, происходит приобретение навыков социального воздействия, накопления положительного опыта поведения, создаются благоприятные условия для формирования нравственных качеств личности. Занятия по данной программе готовят учащихся к самостоятельной жизни в обществе.

Новизна данной программы заключается в том, что она направлена не только на укрепление здоровья, развитие общефизических и спортивных качеств ребенка, но и на развитие творческих способностей учащихся с разной физической подготовкой. В ней интегрированы физическая и интеллектуальная подготовка по основам топографии, географии, истории, ботаники и краеведения. Неотъемлемой частью программы является участие в походах.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она составлена на основе личностно-ориентированного подхода, где учебный материал дифференцируется с учётом физических и психологических особенностей каждого учащегося. Общая физическая подготовка разбивается на циклы, а каждый учащийся ведет индивидуальный дневник тренировок с фиксацией своих результатов.

При современном неблагоприятном экологическом состоянии городов и населенных пунктов однодневные туристские походы являются эффективным средством оздоровления и профилактики заболеваний. Походы, слеты и соревнования, экскурсии, проводимые на природе, разрывая напряжённую учебную деятельность, снимают нервное напряжение, что

способствует повышению эффективности качества учебно-воспитательного процесса.

Отличительной особенностью данной программы является то, что педагог, в зависимости от интересов учащихся, своего опыта, от возможностей помещения и материально-технической базы объединения может планировать свою деятельность, уделив должное внимание изучению каждой темы.

Программа направлена на адаптацию детей к процессам, протекающим в современном обществе, формирование социальной активности в условиях современной жизни, развитие самостоятельности, ответственности, дает багаж знаний, необходимых для выживания в экстремальных условиях и профориентационные знания по профессиям: спасатель, высотник, инструктор-проводник и др.

Адресат программы. Данная программа разработана для учащихся 8-17 лет, зачисляющихся в объединение при обязательном наличии медицинской справки с допуском к занятиям данной направленности.

Ведущей деятельностью учащихся является общение, поскольку именно в этот период закладываются основы сознательного поведения, формируются нравственные представления и социальные установки, происходит изменение мышления.

Программа составлена таким образом, что на протяжении всего курса обучения учащиеся развивают коммуникационные навыки, попытки саморегуляции, осваивают этические нормы поведения. Учет возрастных особенностей детей, интересов, желаний, вкусов, предпочтений и даже настроения способствуют установлению доверительных отношений между учащимися и педагогом.

Важной составляющей образовательного процесса, является дифференцированный подход к каждому учащемуся, рациональное сочетание разных видов деятельности, баланс интеллектуальных, эмоциональных и двигательных нагрузок. Занятия основываются на индивидуальном подходе к каждому ребенку с учетом его возможностей.

Объем и срок освоения программы. Программа рассчитана на один учебный год продолжительностью в 36 недель (I полугодие – 17 недель, II полугодие – 19 недель) и рассчитана на 144 часа.

Форма обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе – очная, групповая с применением сетевой формы взаимодействия; в случае необходимости допускается использование дистанционных технологий.

Наряду с групповыми, коллективными формами работы проводятся индивидуальные занятия с учащимися. Создаются условия для дифференциации и индивидуализации обучения в соответствии с творческими способностями, одаренностью, возрастом и психофизическими особенностями состояния здоровья детей.

Методы обучения. Для достижения поставленной цели и реализация задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация техники; просмотр видео материалов с соревнований, мастер-классов, посещение туристских слетов и соревнований для повышения общего уровня развития учащихся);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание ситуаций, приближенных к походным);
- индивидуальный подход к каждому учащемуся с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

При проведении практических занятий предпочтение отдается подвижным и спортивным играм с элементами туризма, краеведческим исследованиям на природе, посещение историко-культурных объектов.

Проверка компетентности воспитанников осуществляется во время проведения практических занятий в форме викторин, конкурсов, соревнований и посещения экскурсионных объектов.

Педагог, учитывая уровень подготовки, возраст, интересы учащихся, в установленном порядке может вносить изменения в распределение учебного времени на изучение отдельных тем программы.

Уровень программы – базовый. Данный уровень предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления данной программы.

Особенности организации образовательного процесса. Программа предусматривает вариативность, как дидактических принципов, так и элементов инновационных методов обучения, направленных на формирование личности.

В первые недели занятий проводятся родительские собрания, на которых сообщается о плане работы объединения, расписании занятий и личном снаряжении для практических занятий.

Весь учебный материал рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков в соответствии с уровнем обученности групп.

Необходимым условием организации экскурсий и практических занятий на местности является соблюдение санитарно-гигиенических требований и техники безопасности.

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

Для закрепления и реализации приобретенных воспитанниками знаний, умений и навыков в конце учебного года проводится летний туристско-краеведческий поход (вне сетки учебных часов).

Программа предусматривает вариативность, как дидактических принципов, так и элементов инновационных методов обучения, направленных на формирование личности.

Режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность одного занятия – 2 академических часа (по 45 мин. с перерывом в 15 мин). Обучение происходит в группе численностью 15 человек.

Учебные занятия проводятся согласно расписанию, утвержденному директором МБОУДО ЦДЮТ, включая каникулярное время.

Во время перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления глаз и т.д. выполняются комплексы упражнений.

Целью программы является создание благоприятных условий для всестороннего развития подрастающего поколения средствами туристско-краеведческой работы.

Исходя из цели программы реализуются следующие **задачи**:

1) образовательные:

- формирование необходимых знаний, умений и навыков для безопасного занятия спортивным туризмом и применения полученных знаний в повседневной жизни;
- приобретение умений и навыков в работе с картой, компасом;

2) развивающие:

- развитие у ребенка самостоятельной, активной, ответственной, личностной позиции;
- укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию учащихся;

3) воспитательные:

- формирование у учащихся волевых качеств, профессионального определения;
- воспитание чувства гражданственности, патриотизма, терпимости, трудолюбия, целеполагания, мотивационная деятельность;
- формирование духовно-нравственных качеств личности (доброта, честность, воля к победе, ответственность).

Воспитательный потенциал программы. Программа предполагает проведение туристских мероприятий, связанных с организацией и проведением туристских походов, слетов и соревнований в природной среде познавательными, оздоровительными, спортивными, образовательными и другими средствами. Регулярные занятия туризмом формируют духовный облик человека, его характер, жизненные ориентиры, отношения к другим людям, к Родине, к природе, к труду.

Походы по родному краю, работа в коллективе содействует общекультурному уровню и экологическому воспитанию, формирует любовь к большой и малой Родине.

Педагогом разрабатывается план воспитательной работы объединения (*Приложение № 1*).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

БЛОК «Общетуристская подготовка»					
№ п/п	Наименование тем	Всего	Теория	Практика	Форма контроля
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	2		беседа
2	Туристский потенциал региона.	2	2		беседа
3	Гигиена в туризме	2	2		беседа
4	Обеспечение безопасности в туризме	4	2	2	беседа
<i>Итого:</i>		<i>10</i>	<i>8</i>	<i>2</i>	
БЛОК «Топография и ориентирование»					
№ п/п	Наименование тем	Всего	Теория	Практика	Форма контроля
1	Ориентирование как вид спорта. Нормативная документация	2	2		беседа
2	Картографический материал	4	2	2	практическое задание
3	Масштаб. Азимут.	4	2	2	практическое задание
4	Техника и тактика ориентирования	4		4	практическое задание
5	Ориентирование на маршруте	4		4	практическое задание
<i>Итого:</i>		<i>18</i>	<i>6</i>	<i>12</i>	
БЛОК «Физическая подготовка»					
№ п/п	Наименование тем	Всего	Теория	Практика	Форма контроля
1	Физ. подготовка в туризме	2	2		беседа
2	Общая физическая подготовка	14		14	практическое задание
3	Специальная физподготовка	14		14	практическое задание
<i>Итого:</i>		<i>30</i>	<i>2</i>	<i>28</i>	
БЛОК «Группа дисциплин «Дистанции»					
№ п/п	Наименование тем	Всего	Теория	Практика	Форма контроля
1	Нормативная документация	2	2		беседа
2	Туристское снаряжение.	8	4	4	беседа
3	Основы страховки, само страховки	10	4	6	практическое задание
4	Техника и тактика преодоления препятствий	40	4	36	практическое задание
5	Участие в соревнованиях	18		18	практическое задание
<i>Итого:</i>		<i>78</i>	<i>14</i>	<i>64</i>	

БЛОК «Краеведение»					
№ п/п	Наименование тем	Всего	Теория	Практика	Форма контроля
1	Физико-географическая характеристика Крыма	4	2	2	беседа
2	Природа Крыма. Географическое краеведение.	2		2	беседа
3	Экспедиционная и исследовательская работа.	2		2	наблюдение
<i>Итого:</i>		8	2	6	
<i>Всего:</i>		144	32	112	

Содержание учебно-тематического плана

Блок «Общетуристская подготовка» (10 часов)

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ (2 часа)

Теория. Информация о работе объединения. Инструктаж по технике безопасности. Анкетирование учащихся.

Форма контроля. Беседа.

Тема 2. Туристский потенциал региона (2 часа)

Теория. Природно-ресурсный потенциал Крыма. Историко-культурный потенциал Крыма.

Форма контроля. Беседа.

Тема 3. Гигиена в туризме (2 часа)

Теория. Личная гигиена, средства и возможности в походных условиях. Гигиенические требования к личному снаряжению, предметам быта, обуви и одежде. Основы закаливания организма. Особенности работы организма в режиме повышенных нагрузок. Меры по профилактике травм и заболеваний в походе. Потертости и мозоли, ожоги, обморожения, солнечный и тепловой удары, желудочно-кишечные заболевания, простудные заболевания. Ядовитые растения и животные. Основные правила самоконтроля, саморегуляции.

Форма контроля. Беседа.

Тема 4. Обеспечение безопасности в туризме (4 часа)

Теория. Правила безопасности в туризме. Характерные аварийные ситуации.

Практика. Действия группы в аварийных ситуациях.

Форма контроля. Беседа.

Блок «Топография и ориентирование» (18 часов)

Тема 1. Ориентирование как вид спорта.

Нормативная документация (2 часа)

Теория. Спортивное ориентирование как вид спорта. Правила вида спорта "Спортивное ориентирование" (утвержденные приказом Министерства спорта РФ от 3.05.2017 г. N 403).

Форма контроля. Беседа.

Тема 2. Картографический материал (4 часа)

Теория. Картографический материал: топокарты, планы, легенды, кроки, фотоматериал, схемы ЛП.

Практика. Чтение карты.

Форма контроля. Практическое задание.

Тема 3. Масштаб. Азимут (4 часа)

Теория. Масштаб, определение расстояний по карте. Компас, азимут, определение сторон горизонта различными способами.

Практика. Определение азимута. Движение по азимуту. Условные обозначения различных карт. Топографические знаки спортивных карт и карт масштаба 1:50000, 1:25000.

Форма контроля. Практическое задание.

Тема 4. Техника и тактика ориентирования (4 часа)

Практика. Ориентирование карты. Выбор оптимального пути движения. Движение в мешок, движение с упреждением, движение по тормозному, опорному ориентиру.

Форма контроля. Практическое задание.

Тема 5. Ориентирование на маршруте (4 часа)

Практика. Чтение рельефа по карте, определение перепада высот. Привязка к местности. Движение на маршруте по карте, крокам, схеме.

Форма контроля. Практическое задание.

Блок «Физическая подготовка» (20 часов)

Тема 1. Физическая подготовка в туризме (2 часа)

Теория. Физическая подготовка туриста. Виды физических упражнений и спортивных игр, способствующие развитию силы, координации и скорости движений, выносливости.

Форма контроля. Беседа.

Тема 2. Общая физическая подготовка (14 часов)

Практика. Общеразвивающие упражнения, специальные беговые упражнения, подвижные спортивные игры.

Форма контроля. Практическое задание.

Тема 3. Специальная физическая подготовка (14 часов)

Практика. Силовая подготовка, кроссовая подготовка, упражнения на выносливость.

Форма контроля. Практическое задание.

Блок «Группа дисциплин «Дистанции»» (78 часов)

Тема 1. Нормативная документация (2 часа)

Теория. Регламент проведения спортивных соревнований по спортивному туризму «Дисциплина-дистанция».

Форма контроля. Беседа.

Тема 2. Туристское снаряжение (8 часов)

Теория. Общие требования к туристскому снаряжению, классификация, видовое разнообразие.

Практика. Основное специальное снаряжение. Личное специальное снаряжение. Экипировка участника.

Форма контроля. Беседа.

Тема 3. Основы страховки, самостраховки (10 часов).

Практика. Самостраховка участников на перилах, верхняя командная страховка, верхняя судейская страховка, нижняя командная страховка, сопровождение.

Форма контроля. Практическое задание.

Тема 4. Техника и тактика преодоления препятствий (42 часа)

Практика. Подъем спортивным способом, спуск спортивным способом, переправа методом «Вертикальный маятник», переправа по параллельным перилам, переправа по бревну методом «Горизонтальный маятник», траверс склона по перилам, подъем по вертикальным перилам, спуск по вертикальным перилам.

Форма контроля. Практическое задание.

Тема 5. Участие в соревнованиях (16 часов)

Практика. Участие в соревнованиях по спортивному туризму группы дисциплин «Дистанции».

Форма контроля. Практическое задание.

Блок «Краеведение» (8 часов)

Тема 1. Физико-географическая характеристика Крыма (4 часа)

Теория. Рельеф, гидрография, климат, почвы, флора, фауна Крымского полуострова.

Форма контроля. Беседа.

Тема 2. Природа Крыма. Географическое краеведение (2 часа)

Практика. Главная гряда Крымских гор. Крымское предгорье (Внутренняя и Внешняя гряды). Крымское Южнобережное субсредиземноморье (ЮБК). Равнинно-степной Крым и Керченское мелкогорье. Заповедный фонд Крымского полуострова. Охраняемые территории.

Форма контроля. Беседа.

Тема 3. Экспедиционная и исследовательская работа (2 часа)

Практика. Участие в краеведческих экспедициях.

Форма контроля. Наблюдение.

Планируемые результаты

По окончании реализации программы учащиеся должны знать:

- нормативную документацию, регламентирующую туристско-краеведческую деятельность в Республике Крым;
- основы ориентирования на незнакомой местности при помощи карты, компаса, по местным признакам;
- условные знаки спортивных и топографических карт;
- требования, предъявляемые к личному и групповому снаряжению;
- основные требования к организации бивуака и питания в полевых условиях;
- основные правила санитарии и гигиены;
- меры безопасности во время проведения практических занятий, участия в

- соревнованиях;
- основные группы узлов, их назначение;
 - методику преодоления естественных препятствий;
 - тактические особенности по видам туризма;
 - физико-географическую, историческую характеристику родного края;
 - методы сбора и систематизации краеведческого материала

Учащиеся должны уметь:

- ориентироваться на местности при помощи компаса и по местным признакам;
- пользоваться спортивными и топографическими картами;
- пользоваться личным и групповым снаряжением;
- подбирать снаряжение для соревнований;
- устанавливать бивуак, разжигать костер;
- осуществлять профилактику заболеваний;
- оказывать первую доврачебную помощь;
- быстро и качественно вязать узлы;
- применять на практике технические приемы преодоления различных естественных и искусственных препятствий.
- собирать и систематизировать краеведческий материал.

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график (Приложение 2). Начало учебного года – 1 сентября. Конец учебного года – 31 мая. Начало учебных занятий не ранее 09.00, окончание – не позднее 20.00.

Продолжительность учебного года – 36 недель. Учебные занятия проводятся согласно расписанию, утвержденному директором МБОУДО ЦДЮТ, включая каникулярное время. Зимние каникулы – 31 декабря по 8 января.

При необходимости с целью вычитки программного материала в полном объеме учебный год может быть продлен (с учетом требований п.п. 1, п.б, ст. 28 Закона «Об образовании в Российской Федерации»).

Календарно-тематическое планирование разрабатывается педагогом самостоятельно в соответствии с требованиями, закрепленными в локальных актах МБОУДО ЦДЮТ. В случае переносов, уплотнений занятий педагогом дополнительного образования заполняется лист корректировки.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение. Для теоретических и практических занятий используются: компьютер (ноутбук), мультимедийный проектор, карточки с изображением разных участков местности (город, лес); компас, наглядный и раздаточный материал, карта.

Практические занятия предполагают длительное пребывание в условиях природной среды (походы, тренировочные выезды, краеведческие экспедиции с полевыми ночлегами). Слушатели должны иметь необходимое личное туристское снаряжение, позволяющее им при соответствующей подготовке обеспечивать комфортные условия пребывания и обучения на

практических занятиях.

Кроме упомянутого выше личного снаряжения учащегося, проводящая обучение организация должна располагать значительным перечнем снаряжения, обеспечивающего организацию образовательного процесса и жизнедеятельность учебной группы в условиях природной среды.

Личное снаряжение (список включает только специальное туристское снаряжение):

- мешок спальный – 1 шт.
- коврик полиуретановый – 1 шт.
- компас жидкостной – 1 шт.
- индивидуальная система страховки – 1 шт.
- карабины альпинистские – 3 шт.
- фрикционное спусковое устройство – 1 шт.
- каска альпинистская – 1 шт.

Групповое снаряжение (список включает только специальное туристское снаряжение из расчета на 12-15 человек):

- палатки туристские 3-х местные – 4-5 шт.
- набор котлов туристских – 1 комплект
- костровое оборудование – 1 комплект
- тент групповой – 1 шт.
- веревка статическая диаметр 10 мм, длина 40 метров – 4 шт.
- карабины альпинистские – 50 шт.
- набор ремонтных инструментов – 1 шт.

Специальное оснащение образовательного процесса. Для обеспечения практических занятий по отдельным темам желательно располагать следующими видами специального инвентаря:

- карты топографические – 2-3 компл.
- карты топографические учебные – 15 экз.
- компас жидкостный – 12-15 шт.

Информационное обеспечение: использование на занятиях электронных изданий: чтение лекций с использованием слайд-презентаций, графических объектов, видео- и аудиоматериалов (через Интернет), информационных (справочных) систем, баз данных. Организация взаимодействия с учащимися посредством электронной почты, скайп, компьютерное тестирование, подготовка докладов на семинарах с использованием электронного офиса.

Кадровое обеспечение. Для реализации программы привлекаются педагоги дополнительного образования соответствующей направленности; для проведения теоретических и практических занятий рекомендуется привлекать учителей-предметников, опытных судей, инструкторов, врачей, спасателей, спортсменов.

Организация образовательного процесса. Теоретические и практические занятия проводятся с привлечением наглядных пособий,

раздаточных материалов, с использованием эффективных методик преподавания.

Практические умения и навыки отрабатываются на занятиях в помещении (учебный кабинет, спортзал) и на местности (на пришкольном участке, стадионе, в парке). В период осенних, зимних, весенних, летних каникул практические навыки отрабатываются в многодневных степенных и категорийных походах, учебно-тренировочных лагерях, на соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях.

Формы учебной деятельности предусматривают два вида организации воспитанников:

1) *организационная форма*: занятия проводятся с использованием различных форм организации учебной деятельности (групповая, коллективная, индивидуальная). Разные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса детей к обучению (спортивные тренировки, практические и зачетные занятия);

2) *свободная форма*: имеют характер расширенного активного досуга (экскурсии, соревнования, игры, праздники).

Рекомендуемые типы занятий: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия, контрольно-проверочные занятия, тестирование.

Рекомендуемые формы занятий: учебные занятия в кабинете и учебно-тренировочные занятия на местности, занятия по ОФП и СФП в спортивном зале и на местности. Кроме того, используются такие формы, как соревнование, конкурс, поход, путешествие, игра, лекция, видеозанятие и др.

Во время проведения практических занятий учащиеся приходят в спортивной форме (закрытая обувь, свитшот с закрытыми локтями, спортивные штаны, закрывающие колени).

Данная программа раскрывает основные задачи учебно-воспитательной и тренировочной работы.

Весь учебный материал рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков в соответствии с уровнем обученности групп.

Формы и методы организации деятельности учащихся на занятиях:

1) *словесные*: рассказ, объяснение, беседа, диспут, работа с книгой, дискуссия, лекция;

2) *наглядные*: использование оборудования спортивного зала, просмотр фотографий, видеофильмов, картин, схем, плакатов, рисунков, макетов, карт, графического изображения;

3) *практические*: спортивные тренировки, соревнования, походы, зачетные занятия. Для эффективного усвоения учебного материала практическую деятельность следует проводить на местности в форме соревнований, походов, сборов.

Метод применения информационно-коммуникационных технологий позволяет обучать детей на основе самостоятельного поиска информации в

сети интернет, обмена информацией на специализированных WEB-страницах по спортивному туризму, выполнение диагностических тестов и заданий по психологической подготовке спортсменов.

Учебно-методический комплекс составляет: календарно-тематическое планирование, план воспитательной работы, оценочные материалы, поурочный план занятий, которые являются приложениями к программе и хранятся у педагога.

Алгоритм учебного занятия

- подготовка спортивного зала к проведению занятия (проветривание, подготовка необходимого инвентаря);
- организационный момент (приветствие детей, настраивание учащихся на совместную работу, актуализация опорных знаний);
- теоретическая часть (объявление темы занятия, цели и задач, объяснение теоретического материала);
- разминка перед выполнением физической нагрузки;
- практическая часть;
- закрепление изученного материала (выполнение упражнений и заданий по теме, игры);
- окончание занятий (рефлексия, подведение итогов занятия).

Методическое обеспечение программы включает в себя: методическую литературу и методические разработки для обеспечения образовательного и воспитательного процесса (календарно-тематическое планирование, планы-конспекты занятий, годовой план воспитательной работы, дидактический материал и т.д.). Оригиналы хранятся у педагога дополнительного образования и используются в образовательном процессе.

Формы контроля и аттестации

Уровень усвоения материала выявляется в беседах, выполнении практических (зачетных) заданий, наблюдении, участии в походах, соревнованиях.

С целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств учащихся и их соответствия прогнозируемым результатам программы проводится контроль.

Виды контроля

Входной контроль проводится с целью определения уровня развития и навыков детей. Его результаты позволяют определить уровни развития первоначального практического навыка и разделить детей на уровни мастерства. Это деление обеспечивает лично-ориентированный подход в процессе обучения. Входной контроль проводится в виде беседы.

Промежуточная аттестация – определение результатов обучения, изменения уровня развития детей, их практических умений и навыков по окончании 1-го полугодия учебного года. Ориентирование учащихся на дальнейшее обучение. Проводится в форме тестирования.

Итоговая аттестация проводится в конце учебного года с целью определения результатов обучения, определение изменения уровня развития детей, их практических умений и навыков в форме устного опроса.

Возможны также следующие *формы контроля*: устные опросы, тестирование, наблюдение на протяжении курса обучения, практические (зачетные) занятия, походы, экскурсии.

Оценочные материалы. В период реализации программы предусмотрены отчеты о проделанной работе.

Оценка деятельности учащихся объединения «Азимут» делится на два вида: оценка теоретических знаний и практических умений – профессиональные навыки, и оценка поведенческих навыков – умение коммуникации в группе. Оценивание производится при помощи методов наблюдения, бесед, анализа работ, участия в соревнованиях, походах.

Оценка теоретических знаний и практических умений:

- умения работы с инвентарем;
- знание алгоритма работы выполнения того или иного задания;
- выполнение практических заданий.

Оценка поведенческих навыков:

- бережное отношение к инвентарю;
- оценка результатов своей работы;
- знание и выполнение техники безопасности;
- работа в группе;
- собственная инициатива.

Критерии оценивания

Результаты всех видов диагностики заносятся в протокол.

- **1-3 балла - низкий уровень:** учащийся овладел не в полной мере знаниями, умениями и навыками, предусмотренными программой, испытывает серьезные затруднения при выполнении практических заданий, выполняет лишь простейшие практические задания;
- **4-7 баллов – средний уровень:** учащийся объем усвоенных умений и навыков задания выполняет на основе образца, но часто не может оценить их и выполнить; допускает недочеты при выполнении,
- **8-10 баллов – высокий уровень:** учащийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой, самостоятельно работает с инвентарем, не испытывает затруднений, проводит объективный анализ результатов своей деятельности в объединении, проявляет активность и усердие при выполнении заданий.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Бызов, Б.Е. Военная топография для курсантов учебных подразделений. – Москва: Воениздат, 2000. – 71 с.
2. Вахлис, К.И. Спутник туриста. – Киев: «Здоровье», 1999. – 13 с.
3. Завьялов, В.Н., Гоголев, М.И., Мордвинов, В.С. Медико-санитарная подготовка учащихся: Учеб. для 10 кл. сред. шк. - Москва: Просвещение, 2001. – 98 с.
4. Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися общеобразовательных школ и профессиональных училищ, воспитанниками детских домов и школ интернатов, студентами педагогических училищ Российской Федерации. Приложение 1 к приказу Министерства образования Российской Федерации от 13 июля 1992 г. № 293.
5. Карнацевич, И.В. Причины несчастных случаев, опасные ситуации и природные явления в туристских походах [Текст]: учебное пособие/ И.В. Карнацевич, А.Л. Статва. Омский научный вестник, 2007. 203 с.
6. Кодыш, Э.Н. Соревнования туристов: Пешеходный туризм. – Москва: Физкультура и спорт, 2002. - 112 с.
7. Линцевский, Э.Э. Психологический климат туристской группы. – Москва: 1999. – 133 с.
8. Методика описания пещер. ЦСТЭ «Турист». – Москва: 2001. – 74 с.
9. Методические рекомендации по технике спелеотуризма. – ЦСТЭ Москва, 2000. – 144 с.
10. Правила работы с веревкой техникой SRT. Афанасьев А.А., Панов С.Н., Венский, Е.Р. – Санкт- Петербург: 2010. – 415 с.
11. Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой работе, организации отдыха детей и молодежи / Составители – Константинов, Ю.С., Усков, С.В. – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 128 с.
12. Техника Альпийской спелеологии Georges Marbach Bernard Tourte. Русское издание Эл. Издательство «Sjumgan», 2010. – 175 с.

Для учащихся и родителей:

1. Вахлис, К.И. Спутник туриста. – Киев.: «Здоровье», 2000. – 125 с.
2. Кузьмина, Н.Е., Стригин, В.М. Карманная книга натуралиста и краеведа - Москва: Государственное издательство географической литературы, 2003. – 97 с.
3. Линцевский, Э.Э. Психологический климат туристской группы. – Москва: 2005. – 147 с.
4. Правила вида спорта «Спортивный туризм», Утверждены приказом Минспорта России от 22 июля 2013 г. № 571.
5. Сидорчук, Е.В Подготовка туриста [Текст]: учебное пособие /Е. В. Сидорчук, Д.Н. Немытов. М.: Издательский центр «Академия», 2009. 208 с.

**ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
объединения туристско-краеведческой направленности
«Спортивный туризм»
на 2022-2023 учебный год**

Педагог дополнительного образования – Жиляков Вадим Арсенович
Количество учащихся – 15.

Цель: создание благоприятной среды для повышения личностного роста учащихся, их развития и самореализации.

Задачи:

- расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу по географии, истории, биологии, ОБЖ, физике, физической подготовки;
- приобретение умений и навыков в работе с картой, компасом;
- приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;
- обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.
- развитие физических и технических качеств, которые позволят в полной мере освоить навыки пешеходного туризма и спортивного ориентирования, навыки поведения в «дикой среде».
- воспитание потребности в занятии физической культурой, спортом, совершенствовании физических способностей и возможностей организма человека;
- воспитание чувства гражданственности, патриотизма, терпимости, трудолюбия, целеполагания, мотивационная деятельность;
- формирование духовно-нравственных качеств личности (доброта, честность, воля к победе, ответственность).

Ожидаемые результаты:

- вовлечение большого числа учащихся в деятельность данного направления и повышение уровня сплоченности коллектива;
- улучшение психического и физического здоровья учащихся;
- сокращение детского и подросткового травматизма;
- развитие разносторонних интересов и увлечений детей.

Формы проведения воспитательных мероприятий: беседа, игра, викторина, соревнование, видеоэкскурс, обучающие занятия.

Воспитательные мероприятия по количеству участников: групповые.

Воспитательные мероприятия по содержанию воспитания: социальные, интеллектуальные, трудовые, досуговые.

Методы воспитательного воздействия: словесные, практические и др.

Проведение тематических мероприятий

№	Наименование	Направление	Время проведения	Дата по факту	Место проведения	Ответственный
1	Проведение инструктажа по ТБ	Профилактическое	сентябрь		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
2	Родительское собрание	Работа с семьей	сентябрь		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
3	Беседа с учащимися «Нет терроризму!»	Профилактическое	сентябрь		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
4	Беседа «Взаимопомощь – это важно!»	Духовно-нравственное	сентябрь		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
5	Познавательная игра «Знает вся моя семья, Знаю ПДД и я ...»	Познавательное, профилактическое	сентябрь		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
6	Слет юных туристов «Крымская осень - 2022»	Познавательное	октябрь		Места боев Крымских партизан (Долгоруковская яйла)	Жиляков В.А.
7	Познавательная игра «Знай свой край»	Познавательное	октябрь		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
8	Мастер-класс по туризму	Познавательное	октябрь		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
9	Беседы с учащимися и родителями о здоровом образе жизни	Работа с семьей	ноябрь		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
10	Патриотический час «Есть мужество, доступное немногим», посвященный Дню Неизвестного солдата	Гражданско-патриотическое	декабрь		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
11	Интерактивная игра «Знай правила дорожного движения!».	Познавательное, профилактическое	декабрь		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
12	Беседа «Пиротехника – от забавы до беды»	Профилактическое	декабрь		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
13	Викторина «Азбука здоровья»	Познавательное, профилактическое	январь		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
14	Туристские соревнования ко Дню защитника Отечества	Гражданско-патриотическое	февраль		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
15	Интеллектуальная викторина «Родной край»	Познавательное	март		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.

16	Беседа «В гостях у вежливости»	Духовно-нравственное	апрель		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.
17	Беседа «Памятники Великой Отечественной войны»	Гражданско-патриотическое	май		МБОУ Виноградненская СОШ	Жиляков В.А.

**Календарный учебный график
объединения «Спортивный туризм»**

Месяц	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь					Январь				Февраль				Март				Апрель				Май				Июнь					
Недели обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	1	2					
Год обучения	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
Аттестация/ Форма контроля	<i>Входной контроль</i>						<i>беседа</i>			<i>практическое задание</i>			<i>Промежуточная аттестация</i>						<i>практическое задание</i>							<i>беседа</i>			<i>игра</i>				<i>практическое задание</i>					<i>Итоговая аттестация</i>					<i>практическое задание</i>
Всего часов в год – 144	16				16				16				18					14				14				16				12				14				6					

Учебные занятия проводятся согласно расписанию, утвержденному директором МБОУДО ЦДЮТ, включая каникулы.

Объем занятий объединения – 144 часа (для вычитки программы в полном объеме учебный год продлен).

