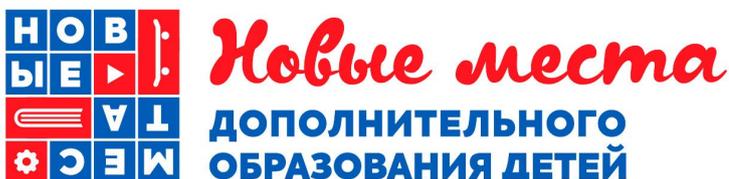


**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Марёвская средняя школа»**

Рассмотрена на  
педагогическом совете №21  
от 30.08.2024 г.

Утверждена приказом  
Директора школы №41-А  
от 30.08.2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа  
туристско-краеведческой направленности  
«Юный турист»**

Направленность туристско-краеведческая  
Срок реализации программы – 1 год (72 часа)  
Уровень ознакомительный  
Возраст обучающихся 11–15 лет  
Составитель: Нилова Евгения Аркадьевна  
Должность: педагог дополнительного образования

# **I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**

## **1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **1.1.1. Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» (далее - Программа) имеет туристско-краеведческую направленность и предлагает курс обучения туристскому мастерству, основным умениям и навыкам в области спортивного туризма и краеведения.

Нормативно-правовую основу составляют следующие документы:

#### **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273- от 29.12.2012);
- □ Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№ 124 - от 31.07.2020);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Концепция развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 № 1726.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (вместе с «СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...») (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 N 33660).
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)").
- Устав Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Марёвская средняя школа» с. Марёво.
- □ Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным программам Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Марёвская средняя школа» с. Марёво.

Программа - модифицированная.

### **1.1.2 Уровень освоения программы**

Уровень освоения программы - базовый

### **1.1.3. Актуальность программы**

В условиях социокультурного развития, для становления человека информационного общества для постижения им окружающего мира и диалогического взаимодействия с ним познавательная деятельность приобретает особый смысл. Как вариант, детский туризм создает условия и одновременно является средством для реализации интересов ребят, социальной их адаптации, самоактуализации через детскую инициативу.

Детский туризм способствует созданию коллектива, т.к. естественным образом требует грамотного разделения сфер ответственности между его членами и согласования

их совместной работы.

Детский туризм – это средство гармонического развития детей и подростков, реализуемое в форме отдыха и социально-значимой деятельности, характерным компонентом которого является изучение родного края в процессе путешествия. Специфика предмета детско-юношеского туризма, интегрируя все стороны воспитания детей и подростков: идейно-нравственную, трудовую, физическую, эстетическую, патриотическую, интернациональную, интеллектуальную, возвышает практическую индивидуальную деятельность к творческой, чем способствует естественной социализации обучающейся молодежи.

#### **1.1.4. Отличительные особенности программы**

В основу данной модифицированной программы положены образовательные программы для системы дополнительного образования, это «Юные туристы-краеведы» (автор Ю. С. Константинов), «Юные туристы-спасатели» (автор И. А. Дрогов), «Юные инструкторы туризма» (автор А. Г. Маслов).

Автором-составителем программы «Юный турист» изменено соотношение теоретических и практических занятий в пользу последних. Практическим занятиям уделяется больше времени, т.к. обучающиеся не умеют работать с картой и компасом, более того - ориентироваться на местности. Объем запланированной по плану информации восполняется обучающимися за счет самостоятельно выполненных работ на предложенные темы. Общей и специальной физической подготовке уделяется особое внимание.

Содержание всего курса обучения по программе адаптировано к местным условиям и отвечает требованиям современной педагогики.

#### **1.1.5. Адресат программы**

Программа рассчитана на детей и подростков от 11 до 15 лет с учетом возрастных особенностей, физических возможностей (Приложение 1).

#### **1.1.6. Объем и сроки освоения программы**

Срок обучения 1 год, всего 72 часа.

#### **1.1.7. Формы организации образовательного процесса**

Форма обучения – очная, дистанционная, смешанная форма обучения.

Форма организации образовательного процесса:

- индивидуальные, групповые и т.д. занятия;
- индивидуальные или групповые onlain-занятия;
- образовательные onlain-платформы; цифровые образовательные ресурсы; видеоконференции (Skype, Zoom); социальные сети; мессенджеры; электронная почта;
- комбинированное использование onlain и offline режимов;
- видеолекция;
- onlain-консультация и др.

Формы организации занятий: экскурсии, лекции, практические и семинарские занятия, соревнования.

#### **1.1.8. Режим занятий**

Занятия проводится 1 раз в неделю по 2 часа. Еженедельная нагрузка на одного ребенка составляет 2 часа.

При очной форме работы – по 45 минут с 10 минутным перерывом каждый час.

При дистанционной форме:

- 30 минут - для обучающихся среднего и старшего школьного возраста.

Во время online-занятия проводится динамическая пауза, гимнастика для глаз.  
Оптимальная наполняемость групп: 15 человек.

## 1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

**Цель:** формирование всесторонне развитой личности средствами туризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, профессионального самоопределения личности.

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

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. Поддерживать 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.
6. Формирование элементов IT-компетенций.

#### **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.

## 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1.3.1. Учебный план программы

№	Наименование темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Водное занятие	1	1	---	Входная диагностика
2	Основы туризма	2	1	1	устный опрос
3	Личное и групповое туристическое снаряжение	8	2	6	устный опрос Педагогическая диагностика
4	Питание в путешествии	4	2	2	устный опрос Групповая оценка

					работ
5	Личная гигиена и доврачебная помощь	4	2	2	устный опрос Практическая работа
6	Топография и ориентирование	6	2	4	устный опрос Групповая оценка работ
7	Организация туристического быта. Привалы и ночлеги	6	2	4	устный опрос Групповая оценка работ
8	Основы краеведения	4	3	1	устный опрос Групповая оценка работ
9	Методика учебно-тренировочного похода	7	2	5	устный опрос Практическая работа
10	Подготовка к походу	7	2	5	Самооценка обучающихся своих знаний и умений
11	Поход	22	-	22	Групповая оценка работ
12	Подведение итогов работы кружка.	1	1	-	Самооценка обучающихся своих знаний и умений
	<b>ИТОГО:</b>	<b>72</b>	<b>20</b>	<b>52</b>	

### 1.3.2.Содержание учебного плана обучения

#### **Тема 1. Вводное занятие (1 час)**

*Теория.* Беседа о туризме и о работе учебной группы, о значении туризма для человека. Инструктаж по ТБ.

#### **Тема 2: Основы туризма (2 часа)**

*Теория.* Условия участия в походах, общие вопросы организации, рассказы об интересных походах и путешествиях.

*Практика.* Первоначальное знакомство с туристическим снаряжением.

#### **Тема № 3: Личное и групповое туристическое снаряжение (8 часов)**

*Теория.* Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Как готовить личное снаряжение к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др.

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

#### **Тема №4. Питание в путешествии (4 часа)**

*Теория.* Значение правильного питания в походе. Организация питания в 2-3-дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.

Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

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

#### **Тема № 5. Личная гигиена и доврачебная помощь (4 часа)**

*Теория.* Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. Походная медицинская аптечка. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.

*Практика.* Оказание первой помощи условно пострадавшему (диагностика, практическое оказание помощи). Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

#### **Тема № 6. Топография и ориентирование (6 часов)**

*Теория.* Определение роли топографии и топографических карт, значение топокарт для туристов.

*Масштаб.* Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты. Понятие о карте. Условные знаки топографических карт. Масштабы и его виды. Особенности изображения местности на картах ориентирования. Компас. Азимуты прямой и обратный. Определение азимута. Способы ориентирования по местным признакам.

*Практика.* Чтение и изображение топонимов. Расчет расстояния на карте с помощью линейки, нитки. Определение азимута. Движение по азимуту. Измерение расстояния «на глаз» и шагами.

#### **Тема № 7. Организация туристического быта. Привалы и ночлеги. (6 часов)**

*Теория.* Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.). Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы.), заготовка дров. Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Уборка места лагеря перед уходом группы. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация ночлегов в помещении. Правила купания.

*Практика:*

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развешивание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

#### **Тема № 8. Основы краеведения. (4 часа)**

*Теория.* Родной край, его природные особенности, история, известные земляки. Краткие сведения об истории и культурных традициях края. Интересные места для проведения походов и экскурсий. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи.

*Практика.* Знакомство с картой края. «Путешествия» по карте; экскурсия по поселку, беседы о родном крае; посещение школьных музеев; экскурсии по памятным местам поселка; подборка материала для сообщений.

#### **Тема № 9. Методика учебно-тренировочного похода. (7 часов)**

*Теория.* Основные приемы страховки. Узлы. Основные и вспомогательные веревки.

Карабины. Правила прохождения технических этапов туристической полосы препятствий.

*Практика.* Вязание узлов на время. Надевание страховочной системы на время. Отработка элементов пешего туризма: движение по параллельным веревкам, преодоление водных преград: навесная переправа, переправа по бревну с перилами.

#### **Тема № 10. Подготовка к походу. (7 часов)**

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

Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные образовательные и другие учреждения, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения.

*Практика.*

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

#### **Тема №11. Поход (22 часа)**

*Практика.*

Комплектование личного и общественного снаряжения, подгонка личного снаряжения; изготовление, усовершенствование и ремонт снаряжения. изучение маршрутов походов;

составление подробного плана-графика похода; заполнение маршрутной документации;

составление сметы расходов; составление меню и списка продуктов, фасовка и упаковка продуктов; приготовление пищи на костре. Отработка техники движения и преодоления препятствий. Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов. Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности. Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

#### **Тема № 12. Подведение итогов работы кружка. (1 час)**

*Теория.* Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы. Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, подготовка фотографий, коллекций и пособий. Выполнение творческих работ участниками похода.

### **1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Личностные, метапредметные и предметные результаты, получаемые обучающимися в результате освоения программы:

#### **Личностные результаты:**

- Сформированность уважительного и ответственного отношения к труду и обучению
- Формирование целостного мировоззрения, накопление опыта, нравственное сознание.
- Сформированность основ саморазвития и самовоспитания..
- Формирование личной ответственности перед командой.
- Формирование мотивации к занятиям спортом, установки на безопасный и здоровый образ жизни.
- Развитие эстетического сознания, включая эстетику быта, спорта, творчества

#### **Предметные результаты:**

- Умение самостоятельно подбирать личное и групповое снаряжение для многодневного похода
- Умение самостоятельно разрабатывать маршрут похода
- Умение работать по должностям в группе

- Умение ориентироваться на местности в различных условиях
- Умение применять способы транспортировки пострадавшего;
- Умение выживать в экстремальных условиях;
- Умение применять различные переправы через реки;
- Умение применять свои знания в различных соревнованиях;
- Обучающиеся будут иметь сформированные элементы ИТ-компетенций.

#### **Метапредметные результаты:**

- Регулятивные УУД:
- Обучающиеся научатся понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- Обучающиеся научатся осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

#### Познавательная УУД:

- Обучающиеся научатся проводить сравнение и классификацию объектов;
- Обучающиеся научатся понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- Обучающиеся научатся проявлять индивидуальные творческие способности.

#### Коммуникативные УУД:

- Обучающиеся научатся работать в группе, учитывать мнение партнёров, отличное от собственных;
- Обучающиеся научатся обращаться за помощью;
- Обучающиеся научатся предлагать помощь и сотрудничество;
- Обучающиеся научатся слушать собеседника;
- Обучающиеся научатся формулировать свои затруднения;
- Обучающиеся научатся формулировать собственное мнение и позицию;
- Обучающиеся научатся договариваться и приходить к общему решению;
- Обучающиеся научатся осуществлять взаимный контроль.

## **II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

### **2.1.КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

#### **2.1.1 Календарный учебный график обучения**

№ п/п	Месяц	Число	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1.	сентябрь		2	Вводное занятие. Туристические путешествия	Учебное тестирование
2.	сентябрь		2	Виды туризма. Понятие о личном и групповом снаряжении	Интерактивное учебное тестирование
3.	октябрь		2	Перечень личного снаряжения. Укладка рюкзаков	Учебное тестирование
4.	октябрь		2	Подгонка снаряжения Работа со снаряжением	Учебное тестирование
5.	октябрь		2	Работа со снаряжением Уход за снаряжением	Учебное тестирование
6.	октябрь		2	Ремонт снаряжения Организация питания	Интерактивное учебное тестирование

7.	октябрь		2	Значение правильного питания в походе Составление меню и списка продуктов	Интерактивное учебное тестирование
8.	ноябрь		2	Приготовление пищи на костре. Правила личной гигиены	Интерактивное учебное тестирование
9.	ноябрь		2	Роль закалывания в занятиях туризмом. Походный травматизм. Заболевания в походе.	Интерактивное учебное тестирование
10.	ноябрь		2	Помощь при различных травмах. Определение роли топографии и топографических карт	Интерактивное учебное тестирование
11.	ноябрь		2	Условные топографические знаки, Топографическая карта. Измерение расстояния по карте и на местности	Интерактивное учебное тестирование
12.	декабрь		2	Ориентирование на местности.	Интерактивное учебное тестирование
13.	декабрь		2	Ориентирование на местности. Выбор места для привала и ночлега.	Интерактивное учебное тестирование
14.	декабрь		2	Правила установки палаток и размещение в них вещей Правила поведения в палатке	Интерактивное учебное тестирование
15.	декабрь		2	Типы костров, правила их разведения Правила работы с топором, пилой, правила хранения и переноски колющих и режущих предметов.	Разборка и сборка велосипеда
16.	январь		2	Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Туристские возможности родного края	Учебное тестирование
17.	январь		2	Наиболее интересные исторические природные и архитектурные места родного края	Учебное тестирование
18.	январь		2	Экскурсии в музей	Экскурсия в музей онлайн
19.	январь		2	Выбор места для привала и ночлега Доврачебная помощь	Учебное тестирование
20.	февраль		2	Личное и групповое туристическое снаряжение	Учебное тестирование
21.	февраль		2	Ориентирование на местности	Учебное тестирование
22.	февраль		2	Техника и тактика движения. Составление плана похода	Учебное тестирование
23.	февраль		2	Сбор сведений о районе путешествия. Организация питания	Учебное тестирование
24.	март		2	Подбор личного и группового снаряжения	Интерактивное учебное тестирование

25.	март		2	Меры безопасности Установка палаток и размещение в них вещей	Оформление стенда
26.	март		2	Техника и тактика движения. Порядок движения группы на маршруте	Интерактивное учебное тестирование
27.	март		2	Туристический строй Режим движения, темп	Интерактивное учебное тестирование
28.	апрель		2	Признаки изменения погоды Бивачные работы	Интерактивное учебное тестирование
29.	апрель		2	Выбор места для привала Установка палаток и размещение в них вещей	Интерактивное учебное тестирование
30.	апрель		2	Меры безопасности при обращении с огнем Правила личной гигиены	Интерактивное учебное тестирование
31.	апрель		2	Упражнения для развития различных групп мышц Ориентирование на местности	Интерактивное учебное тестирование
32.	май		2	Преодоление препятствий в походе Движение по тропам, через завалы	Интерактивное учебное тестирование
33.	май		2	Движение по лесу Движение по дорогам	Интерактивное учебное тестирование
34.	май		2	Особенности ориентирования в различных природных условиях	Интерактивное учебное тестирование
35.	май		2	Работа со снаряжением Ремонт инвентаря	Интерактивное учебное тестирование
36.	май		2	Подведение итогов работы творческого объединения	Интерактивное учебное тестирование
	Итого:		72		

## 2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 2.2.1 Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования на базе Марёвской средней школы

### 2.2.2 Материально-техническое обеспечение

- Веревки альпинистские
- Зал спортивный

- Палатка – 1 шт.
- Рюкзак – 1 шт.
- Для реализации электронного обучения и дистанционных образовательных технологий необходимо наличие компьютера с выходом в Интернет, соответствующего программного обеспечения.

**Необходимое методическое обеспечение:**

- Палатка туристская – 5
- Палатка хозяйственная - 2
- Тент туристский - 2
- Газовая плита -2
- Комплект котелков для приготовления пищи -1
- Курвиметр -2
- Топор туристский -2
- Пила - 1
- Лопата складная - 2
- Костровое оборудование - 2
- Ремонтный набор универсальный - 3
- Фотоаппарат - 1
- Квадрокоптер для видеосъемки, профессиональный - 1
- Экшен-камера - 1
- Веревка основная – 1000 м.
- Веревка вспомогательная – 300 м.
- Мобильный душ – 1
- Личное снаряжение - 15
- Рюкзак для туристских походов - 15
- Спальный мешок - 15
- Коврик теплоизоляционный - 15
- Коврик туристский надувной - 15
- Компас жидкостный - 5
- Фонарь туристский налобный - 10
- Сидушка - 16
- Трекинговые палки - 15
- Каска туристская - 15
- Перчатки туристские - 15
- Карабины туристские - 90 единиц (6 карабинов х 15 чел.) - 90
- Индивидуальная страховочная система (комплект) - 15
- Спусковое устройство - 15

### **2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ**

Оценочные материалы.

Входная диагностика проходит перед зачислением ребенка в секцию с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможности детей.

Формы:

- Прохождение медицинского осмотра
- Устный опрос

Во время проведения входной диагностики педагог даёт анкету для учащихся «Изучение интереса к занятиям у учащихся»;

**Текущий контроль** осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и личностных качеств

учащихся.

Формы:

- педагогическое наблюдение
- Выполнение тестовых заданий на знание терминологии и истории журналистике
- Выполнение практических заданий
- Устный и письменный опрос

**Промежуточный контроль** проводится 2 раза в год – декабрь, май с целью выявления уровня усвоения программой учащимися.

Формы

- Устный и письменный опрос
- Выполнение тестовых заданий
- Игровые формы
- Сдача нормативов

**Итоговый контроль** проводится в конце обучения по программе.

Форма

- Участие в контрольном выезде туристских групп
- Представление и защита разработанного путешествия (меню, маршрут, логистика)

Наглядные и дидактические пособия:

- учебно-топографический карты;
- плакаты, схемы по технике туризма и технике безопасности;
- фото- и видеоматериалы, слайды;
- карточки-задания по оказанию первой медицинской помощи;
- обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию.

#### Формы и сроки отслеживания результатов

Время проведения	Цель проведения	Формы и методы контроля
<b>Входная диагностика</b>		
Сентябрь	Определение уровня личностного развития, уровня развития творческих способностей	Опрос, анкетирование, педагогическое наблюдение.
<b>Промежуточная диагностика</b>		
В течение года	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение готовности к восприятию нового материала. Выявление обучающихся, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, опрос, тестирование, оценка проекта, квест.
<b>Итоговая диагностика</b>		
Май	Определение изменения уровня развития обучающихся, их творческих способностей. Определение результатов обучения. Мотивирование обучающихся на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.	Тестирование, анкетирование, защита проектов, конкурс портфолио.

Для отслеживания и фиксации образовательных результатов следует проводить различного рода контрольно-проверочные мероприятия. Так, в конце курса обучения следует проводить зачет по теоретическому курсу с проверкой знаний по изученным

дисциплинам.

По завершении изучения курса учащиеся должны уметь самостоятельно разрабатывать маршруты походов по равнинной части до 1 категории сложности, составлять и рассчитывать продуктовую раскладку, перечень группового и личного снаряжения, рассчитывать вес рюкзака.

В связи с этим целесообразно контроль практических навыков в этой области провести с использованием так называемой Проектной методики. Т.е. предложить учащимся самостоятельно разработать маршрут похода по заданному району и в заданные сроки. Нет большей награды, чем практическая реализация того проекта, который ты сам разработал. Не следует забывать, что педагог работает не для себя, а для детей, поэтому желательно, чтобы районы походов предлагались самими детьми. А для того, чтобы они имели представление о том, куда и как можно пойти в поход, следует в рамках изучения краеведения провести семинар по районам путешествий. Причем, важно, чтобы дети самостоятельно подготовили сообщения о выбранных районах, а помощь педагога заключалась бы в подборе иллюстративного и демонстрационного материала и в небольших дополнениях к сообщению.

Уровень спортивного и технического мастерства проверяется на соревнованиях областного, городского масштабов и оценивается в присвоении спортивных разрядов и званий согласно ЕВСК (Единая всероссийская спортивная классификация).

Диагностический инструментарий, используемый при определении качества знаний, умений и навыков учащихся:

- Единая всероссийская спортивная классификация;
- Тесты «Что берем с собой в поход?», «На выживание для юных туристов», «Тест-загадка по топографии»;
- Викторины «Карта», «Медицина», «Питание», «Снаряжение»

## 2.4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Программа строится по методике коллективной творческой деятельности.

Конкретные методы, используемые при реализации программы:

- в обучении - практический (практическая работа на улице, в спортивном зале, практическая работа при оказании первой медицинской помощи, вождение велосипеда); наглядный (изучение вязки узлов, таблиц по оказанию первой помощи, аптечки); словесный (как ведущий-инструктаж, беседы, разъяснения); работа с книгой (чтение, изучение, составление плана, поиск ответа на вопрос); видеометод (просмотр, обучение);
- в воспитании – методы формирования сознания личности, направленные на формирование устойчивых убеждений (рассказ, дискуссия, пример); методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения (воспитывающая ситуация, приучение, упражнения); методы стимулирования поведения и деятельности (соревнования, поощрения).

В практической работе по реализации программы можно использовать следующие формы деятельности:

- Викторина «Олимпиада автоэрудитов (по истории правил дорожного движения);
- Создание ситуации выбора (разбор действий на соревновании);
- Соревнования, состязания (по туристическим навыкам, по вождению велосипеда, по оказанию первой медицинской помощи);
- Викторины, конкурсы, кроссворды;
- Игра «Да – нет» (при проверке знаний туристическим навыкам);
- Проведение «минуток» по профилактике несчастных случаев на соревнованиях, на дороге в группе, в своих классах;

- Различные методические разработки игр, мероприятий, конкурсов, викторин по правилам дорожного движения.  
Занятия проводятся в кабинете, в спортивном зале, на улице.

При реализации программы используются следующие педагогические технологии:

- технология группового обучения - для организации совместных действий, коммуникаций, общения, взаимопонимания и взаимопомощи;
- технология дифференцированного обучения – применяются задания различной сложности в зависимости от интеллектуальной подготовки уча-щихся;
- технология проблемного обучения – для творческого усвоения знаний, поэтапного формирования умственных действий, активизации различных операций мышления;
- технология проектной деятельности - для развития исследователь-ских умений; достижения определенной цели; решения познавательных и практических задач; приобретения коммуникативных умений при работе в группах;
- информационно-коммуникационные технологии – применяются для расширения знаний, выполнения заданий, создания и демонстрации презентаций на занятиях, проведения диагностики и самодиагностики.

## 2.6. ЛИТЕРАТУРА И ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ

1. Константинов Ю.С., Митрахович С.С. «Туристско-краеведческая деятельность в школе.»\* Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, ИСВ РАО, 2011. – 352 с., ил.
2. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. «Полевые туристские лагеря: Учебно-методическое пособие.» – М.: «ВЛАДОС». – 160 с.: ил. Ф. 60x90 1/16.
3. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л.«Уроки ориентирования». Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2005. – 328 с., илл.
4. «Туристская игротека» /Под ред. Ю.С. Константинова. – М.: «ВЛАДОС»,112 с.: ил. обл. – 60x88 1/16.
5. «Туризм и краеведение: образовательные программы для системы дополнительного образования детей.»\* Под ред. Ю.С. Константинова, А.Г. Маслова; Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения. – М.: «Советский спорт», 2005. – 324 с.
6. Аппенянский А. И. «Рекреалогия: тренировочный процесс в активном туризме».\* – М.: «Советский спорт», 2006. 196 с.

### 3. ПРИЛОЖЕНИЯ

#### Приложение 1.

##### *Возрастные особенности детей и подростков*

Возрастными особенностями детей и подростков являются специфические свойства личности (ее психики) закономерно изменяющиеся в процессе возрастных стадий развития под воздействием процессов воспитания и обучения. Каждый возрастной период (этап) развития личности характеризуется определенным уровнем развития ее познавательных способностей, мотивационной, эмоционально-волевой и перцептивной сферы.

В 11-15 лет у девочек и в 11-15 лет у мальчиков наблюдается интенсивный прирост силы. Упражнения для развития силы должны быть в основном динамическими, т.к. сухожильная часть мышц у детей относительно невелика, что обеспечивает их большую сократительную способность. При развитии силы нагрузки не должны быть предельными и упражнения не должны вызывать длительного натуживания. У обучающихся высокая пластичность артерий, поэтому емкость сосудистого русла может увеличиваться без существенного повышения кровяного давления. С возрастом и ростом тренированности увеличиваются аэробная и анаэробная производительность, улучшаются адаптационные реакции, уменьшается потребление кислорода на единицу работы. Однако упражнения на развитие выносливости у детей следует применять осторожно, т.к. развитие сердечнососудистой системы и других систем не завершено. Основным средством воспитания общей выносливости является равномерное выполнение упражнения (бег, гребля, бег на лыжах и т.д.), продолжительность которого должна увеличиваться постепенно.

Формирование дыхательных мышц идет интенсивно в 11-13 лет у девочек и в 13-15 лет у мальчиков. Высшая нервная деятельность ребенка в этот период характеризуется быстрой и прочной выработкой условных рефлексов, происходит развитие оперативного мышления.

В 13-15 лет у мальчиков происходит ускоренный прирост мышечной силы и выносливости, в несколько меньшей мере ловкости и быстроты. У девочек наблюдается рост выносливости, относительная сила стабилизируется, развитие ловкости и быстроты приостанавливается. Тренировочные занятия должны способствовать не только развитию «ведущих» в этом возрасте качеств, но и «отстающих», в особенности ловкости, а у девочек и быстроты.

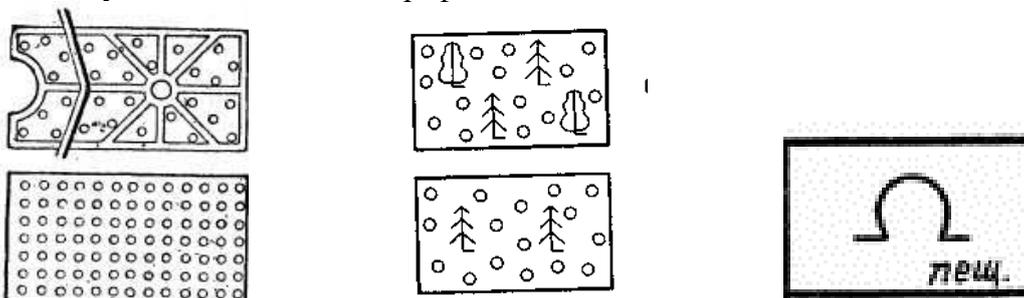
Тестовые задания для промежуточной аттестации обучающихся

**Вариант 1**

Промежуточная аттестация учащегося детского объединения «Юный турист»  
Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Задание 1: укажи название топографических знаков.



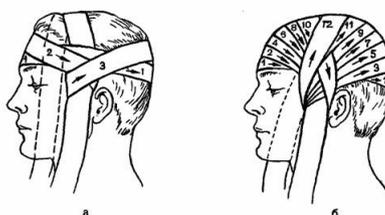
Задание 2: Укажите, что за костер изображен на рисунке



Задание 3: назовите узел, изображенный на рисунке



Задание 4: перечислите личное и групповое спецснаряжение для водного похода



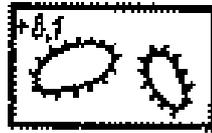
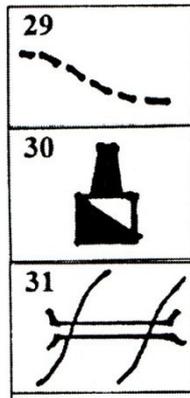
Задание 5: укажите тип повязки

**Вариант 2**

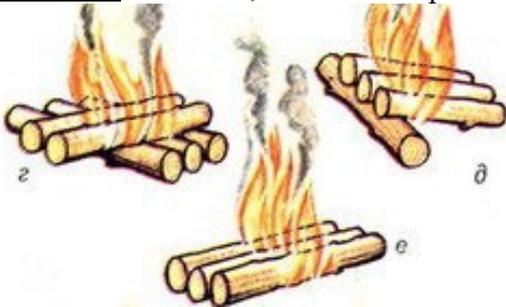
Промежуточная аттестация учащегося детского объединения «Юный турист»  
Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

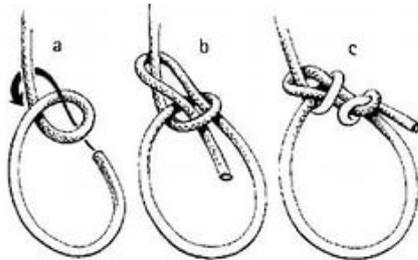
Задание 1: укажи название топографических знаков.



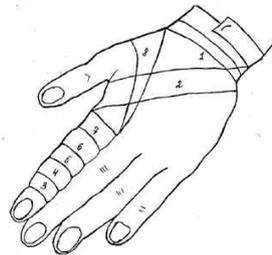
Задание 2: Укажите, что за костер изображен на рисунке



Задание 3: назовите узел, изображенный на рисунке



Задание 4: перечислите личное и групповое спецснаряжение для пешего похода



Задание 5: укажите тип повязки

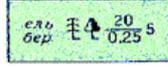
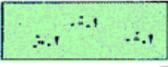
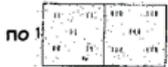
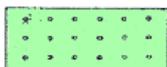
**Вариант 3**

Промежуточная аттестация учащегося детского объединения «Юный турист»

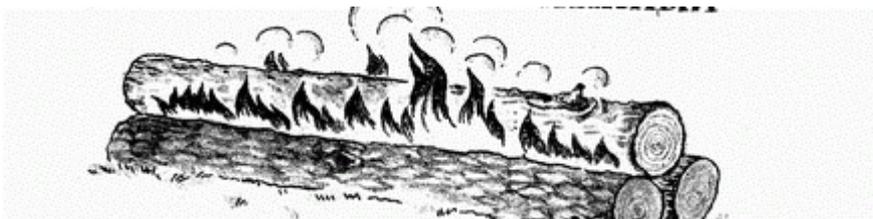
Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Задание 1: укажи название топографических знаков.

От  путь к нашему лагерю проходил через , который постепенно превратился в . Чтобы сократить дорогу, мы пошли по , мимо  1,  2, мимо  3. Через 15 минут мы вышли к  *Рица*, которую перешли по . От нее мы подошли к , который окружал наш лагерь.

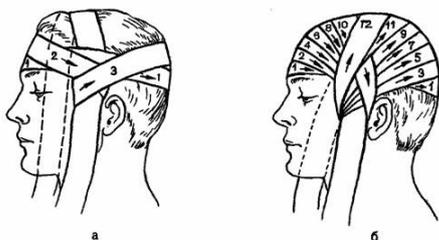
Задание 2: Укажите, что за костер изображен на рисунке, для чего он используется



Задание 3: назовите узел, который служит для соединения веревок разного диаметра. Завяжите его самостоятельно.

Задание 4: тепловой удар, ваши действия?

Задание 5: перечислите способы очистки воды в походных условиях



Задание 6: укажите тип повязки, в каких случаях она используется

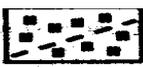
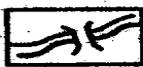
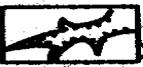
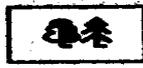
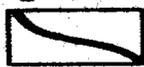
#### Вариант 4

Промежуточная аттестация учащегося детского объединения «Юный турист»

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Задание 1: укажи название топографических знаков.

Путь в дальний лес лежал через . Нам пришлось перейти , обогнуть  и обойти , прежде чем мы достигли . В лесу было много грибов и ягод. Мы развели костер и испекли картошку, а вечером решили возвращаться по , чтобы в темноте не сбиться с пути.

Задание 2: назовите, что за костер изображен на рисунке, для чего он используется



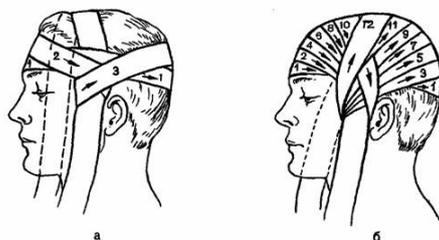
Задание 3: назовите узел, укажите, для чего он используется, завяжите его самостоятельно



Задание 4: первая помощь при закрытом переломе

Задание 5: перечислите ядовитые растения нашего региона

Задание 6: укажите тип повязки, в каких случаях она используется, выполните ее



самостоятельно

**Викторины**  
**Викторина «Карта».**

1. Как называется изображение Земли на плоскости?
2. Чем чаще пользуются: картой или глобусом?
3. Каков преимущественно масштаб географических карт?
4. Что означает зелёный цвет на топографических планах и физических картах?
5. Каждая карта имеет список всех условных знаков - это так называемая...
6. Какие карты называются контурными?
7. Какой процесс называется генерализацией?
8. Приведите примеры карт по содержанию.
9. Чем необычна хранящаяся в Эрмитаже карта России?
10. Карта является важнейшим источником, чего ...?

**Ответы:**

1. Карта
2. Картой
3. Крупный
4. На плане – поля, заросли. На картах – равнины, низменности.
5. Легенда карты
6. На которых ничего не отмечено, а дети сами рисуют.
7. Отбор самых главных и важных объектов для карты.
8. Тематические, общегеографические, контурные.
9. Самая крупномасштабная. Практически все объекты России на ней отмечены.
10. Знаний.

**Викторина «Медицина»**

В таблице с названиями лечебных препаратов в пустых клетках проставьте номера из следующей таблицы, указывающие назначение и область применения указанных препаратов.

№	Название препарата	№	Назначение, область применения
1	Анальгин, баралгин	1	Противоожоговое
2	Валидол	2	Жаропонижающее, противовоспалительное
3	Лейкопластырь, бинт	3	Сердечно - сосудистое
4	Перекись водорода 3%	4	Перевязочное
5	Облепиховое масло	5	Седативное (успокоительное)
6	Аспирин, парацетамол	6	Обезболивающее
7	Уголь активированный	7	Антисептическое (при боли в горле)
8	Фурацилин, фарингосепт	8	Антисептическое
9	Скипидарная мазь	9	Согревающее
10	Нашатырный спирт	10	Адсорбирующее (при пищевом отравлении)
		11	Возбуждающее (при обмороке)
		12	Мочегонное
		13	Общеукрепляющее
		14	Антигистаминное (противоаллергическое)

Ответы: 6, 3, 4,8, 1,2, 10, 7, 9, 11.

