

Управления образования Невьянского муниципального округа

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования Станции юных натуралистов
Невьянского муниципального округа**

СОГЛАСОВАНА
на педагогическом совете
от 29.08.2025 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО СЮН НМО

И.П. Халикова
Приказ № 207-Д от 03.09.2025 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
персонифицированного фиксирования
туристско-краеведческой направленности
«Школа юного туриста»
(срок реализации 1 год)

Возраст учащихся: 11-16 лет

Автор-составитель:
Тумбаева Татьяна Юрьевна,
педагог дополнительного образования

Оглавление

	Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1.	Пояснительная записка.....	3
1.2.	Цель и задачи программы.....	5
1.3.	Содержание общеразвивающей программы.....	6
1.4.	Планируемые результаты.....	13
	Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	14
2.1	Условия реализации программы.....	14
2.2	Формы аттестации и оценочные материалы.....	16
	Список литературы.....	18

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (ДООП) «Школа юного туриста»

- направленность программы - туристско-краеведческая;
- по функциональному предназначению – общеразвивающая;
- по предметной области – география, топография, ОБЖ, физическая культура;

Нормативная база.

Образовательная деятельность Муниципального бюджетного образовательного учреждения Станции юных натуралистов Невьянского муниципального округа осуществлялась в соответствии с нормативно-правовыми документами, регулирующими деятельность учреждений дополнительного образования:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273 - ФЗ (пункт 1, статьи 75, гл. 10);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Письмо Министерства Просвещения России от 31 января 2022 г. № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);
- Приказ Департамента молодежной политики Свердловской области от 01.11.2018 № 202 "Об утверждении Концепции молодежной политики и патриотического воспитания граждан в Свердловской области на период до 2035 года";
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области №1274-Д от 27.12.2021 "Об автоматизированной информационной системе "Навигатор дополнительного образования детей в Свердловской области";
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 от 4 июля 2014 г. № 41;
- Устав МБОУ ДО СЮН НГО и другие локальные акты учреждения.

Актуальность программы определяется её направлением на решение государственно важных задач: на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся, обеспечение культурного, здорового досуга детей и подростков, проживающих в малых городах и сельской местности; популяризацию детского туризма, создание условий для занятий детей туризмом, на обеспечение духовно-нравственного и гражданско-патриотического воспитания учащихся; на социализацию и адаптацию учащихся к жизни в обществе.

Программа востребована среди учащихся образовательных учреждений Невьянского муниципального округа и их родителей (доступность тренировочных занятий, а также достаточно небольшие финансовые вложения), дает возможность личностного роста учащихся за счет участия в туристских мероприятиях различного уровня, способствует оздоровлению и физической активности для ребенка.

Отличительные особенности программы:

Программа составлена на основе рекомендаций Шкенева В.А. изложенных в сборнике программ и занятий «Спортивно-прикладной туризм» Волгоград: Учитель, 2009г; программы В.В. Титова «Туристы-водники» (Сборник программ для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение» (1982г.).

Особенность данной программы в том, что в ходе ее освоения учащиеся приобретут основные умения и навыки по четырем видам туризма: пешему, спортивному, лыжному и водному, что позволит им участвовать в разных видах степенных и категорийных походов, слетах и туристских соревнованиях.

В процессе реализации программы у детей формируются навыки самообслуживания и самоорганизации, развивается самостоятельность и ответственность; происходит профилактика асоциального поведения и укрепление нравственного, физического и психического здоровья учащихся. Содержание данной программы разработано с учетом местных, региональных условий и особенностей.

Программа «Школа юного туриста» **адресована** учащимся среднего и старшего школьного возраста (11-16 лет) интересующихся туризмом, изучением родного края.

Средний школьный возраст (10-13 лет) – Биологически этот возраст относится к этапу полового созревания и непосредственно предшествующего ему периоду интенсивности, неравномерности роста и развития. В то же время, этот возраст является благоприятным для приобретения и совершенствования многих сложных движений, в том числе, туристских умений и навыков.

В этот возрастной период формируется способность к сознательному руководству собственным поведением. Именно в этом возрасте происходит образование собственной иерархии ценностей, формирование воли, становление личности. И от того, как ребенок пройдет этот непростой период, с каким багажом ценностей и поведенческих навыков он оттуда выйдет, в полной мере зависит от родителей и педагогов. В этом возрасте подростки становятся эмоционально неустойчивыми, чрезвычайно уязвимыми и ранимыми.

Старший школьный возраст (14-16 лет) характеризуется обращенностью в будущее – идет поиск жизненного пути, развивается чувство ответственности и стремление управлять собой. Центральное новообразование этого возраста – возникновение представления о себе «не как о ребенке»; подросток начинает чувствовать себя взрослым, растет потребность в признании его внешней, социальной, интеллектуальной взрослости окружающими.

Социальная зрелость выражается в социальной направленности поведения во всех сферах жизнедеятельности. Интеллектуальная зрелость выражается в стремлении что-то знать и уметь по-настоящему. Кроме этого, подростки активно включаются в профессионально-учебную деятельность. Потребность в самоопределении, в том числе и профессиональном, становится центральной для всего развития личности. Для реализации этой потребности подрастающему человеку необходимо интегрировать уже имеющиеся у него свойства, отношения, мотивы, ценностные ориентации. Трудно указать другую потребность, которая в такой же мере, как потребность в самоопределении, требовала бы интеграции всех свойств и отношений личности и приводила бы к соподчинению разнообразных мотивационных тенденций. Опыт, который получают подростки благодаря самопознанию, закладывает основы самовоспитания и определяет вектор личностного становления.

Программа «Школа юного туриста» позволяет сформировать устойчивый интерес к занятиям туризмом, потребность в здоровом образе жизни, испытать себя, раскрыть свои физические возможности получить физическую и эмоциональную разрядку.

В группу набираются 8 человек, из которых составляются две команды разных возрастных категорий: 4 человека - команда учащихся 5-6 класса и 4 человека - команда другого возраста, например, 7-8 класса (9-10 класса). Варианты могут быть разные. Своим составом учащиеся участвуют в командных туристских соревнованиях. Несмотря на возрастные отличия, дети осваивают программу и готовятся к одним и тем же соревнованиям. При этом старшие дети помогают младшим отрабатывать необходимые туристские навыки и умения. Разновозрастная группа – это объединение увлеченных туризмом подростков, где воспитываются чувство коллективизма, ответственности и взаимовыручки.

Режим занятий - периодичность и продолжительность.

Занятия проводятся 1-2 раза в неделю по 2-4 часа (в зависимости от практических занятий) Продолжительность занятий – 40 мин.

Объем программы: общее количество учебных часов – 135.

Модуль № 1– 44 часов и модуль №2 – 91 час

Срок освоения программа - 1 год обучения.

Уровень программы – базовый.

Форма обучения - групповая

Виды занятий: лекции, тренировки и практические аудиторные занятия и занятия на местности по топографии, спортивному ориентированию, пешему, лыжному и водному туризму, а также участие в туристских походах, соревнованиях и слетах.

Формы подведения результатов: беседа, практическое занятие, соревнование, зачетный поход.

Документальной формой подведения результатов освоения программы являются Протоколы с соревнований, справки о зачете путешествия и портфолио объединения или каждого учащегося.

Условия набора обучающихся: зачисление детей в объединение для обучения по данной Программе проводится на добровольной основе.

Туризм относится к области физической культуры и спорта, при зачислении учитывается отсутствие противопоказаний к занятию этим видом деятельности.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: развитие физических и интеллектуально-творческих способностей учащихся, реализация их личностного потенциала, социальная адаптация и оздоровление в процессе занятий туризмом.

Задачи программы:

Образовательные. Способствовать расширению кругозора учащихся в области туризма и краеведения, формированию представлений:

- об основных техниках и тактиках пешего, лыжного и водного туризма, приемах техники безопасности при организации быта в походах, движения в лесу, на воде, на соревнованиях, приемах оказания первой доврачебной помощи;
- об основах топографии, ориентирования, правилах поведения в природе, на воде.

Развивающие. Содействовать развитию:

- потребности изучения и сохранения культурного и природного наследия родного края.
- творческих и организаторских способностей, инициативности, самостоятельности;
- физических способностей: силы, выносливости, координации движений в соответствии с возрастными и физическими возможностями учащихся;
- потребности в здоровом образе жизни, бережном отношении к окружающей среде.

Воспитательные. Способствовать формированию:

- валеологической культуры, культуры общения и сотрудничества.
- чувства патриотизма и гражданского самосознания, стремление к саморазвитию, самообразованию и познанию окружающего мира.
- организационно-волевых, поведенческих и духовно-нравственных качеств личности, навыков позитивного коммуникативного общения.

3. Содержание общеразвивающей программы

Учебный (тематический) план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практические занятия	
1	Раздел 1. Основы пешего туризма	24	12	12	Участие в «Школе безопасности – осень»
1.1	Введение в программу. Пеший туризм.		3	3	Устный опрос, тест
1.2	Снаряжение и питание в походе.		3	3	Итоговый тест №1
1.3	Организация туристского быта.		3	6	Практические занятия
1.4	Гигиена и первая помощь в пешем походе.		3		Устный опрос
2	Раздел 2. Основы спортивного ориентирования	20	8	12	
2.1	Виды туристских соревнований. Ориентирование.		3	3	Устный опрос
2.2	Топографическая подготовка		3	3	Итоговый тест №2
2.3	Ориентирование на местности		2	6	Практические занятия
3	Раздел 3. Основы лыжного туризма	27	12	15	

3.1	Организация и тактика лыжного похода. Правила ТБ		3	3	Устный опрос
3.2	Снаряжение и питание в лыжном походе.		3	6	Устный опрос
3.3	Организация быта в зимнем походе.		3	6	Зачет по практике
3.4	Гигиена и первая помощь в лыжном походе.		3		Итоговый тест №3
4	Раздел 4 Основы водного туризма	27	12	15	
4.1	Водный туризм. Безопасность в водном походе. План похода.		3		План подготовки похода
4.2	Снаряжение и режим питания в водном походе			3	Устный опрос
4.3	Организация быта в водном походе.		3		Устный опрос
4.4	Топография и ориентирование на местности.			3	Итоговый тест №4
4.5	Тактика водного путешествия.		3	6	Практические занятия
4.6	Техника гребли и управление катамараном.		3	3	Опрос, наблюдение
5	Раздел 5. Тренировочный летний лагерь	37		37	
5.1	Тренировочный водный поход	9		9	Зачет по практике
5.2	Категорийный водный поход	28		28	Выполнение норматива «Юный турист России».
		135	44	91	

Содержание программы представлено двумя тематическими модулями и пятью разделами. Организовано по принципу «От простого – к сложному».

Раздел 1. Основы пешего туризма (24 часа)

1. 1. Введение в программу. Пеший туризм.

Теория:

Организационное занятие объединения. Планирование деятельности объединения в учебном году.

История туризма. Значение туризма для укрепления здоровья и физического развития, воспитание волевых и моральных качеств

Общая характеристика пешего туризма. План туристского похода.

Практика: Инструктаж по технике безопасности при проведении аудиторных занятий, занятий на местности и соревнований. Анкетирование.

Составление плана похода выходного дня (ПВД). Определение маршрута путешествия. Должностные и ролевые обязанности участников похода, снаряжение и оборудование, список продуктами питания.

1.2. Снаряжение и питание в походе.

Теория:

Личное снаряжение для пешего похода: рюкзак, спальник, коврик, одежда, обувь,

посуда. Требования к одежде и обуви туриста. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт).

Групповое снаряжение: палатка, тент, костровое оборудование, хозяйственный набор, ремонтный набор, аптечка.

Практика:

Составление списка личного снаряжения. Подбор рюкзака, спальника, коврика. Уход за личным снаряжением. Памятка «Правила ухода за личным снаряжением»

Составление списка группового снаряжения. Правила хранения и эксплуатации туристского снаряжения.

1.3. Организация туристского быта. «Школа безопасности – осень»

Теория: Выбор места для привала и ночлега, планировка лагеря. Организация работы по разворачиванию и свертыванию лагеря. Установка палаток. Размещение личного и группового снаряжения в палатке. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения туристов в палатке. Уборка места лагеря перед уходом группы. Охрана природы.

Организация питания и питьевого режима в пешем походе. Типы и назначение костров. Правила разведения и тушения костра. Правила безопасной работы с топором и пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов в походных условиях. Приготовление пищи, сушка одежды и обуви на костре. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Набор и хранение продуктов в пешем походе. Режим питания. Варианты организации питания в однодневном походе: с перекусом (бутерброды) и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в 2-3-дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов в рюкзаки. Питьевой режим на маршруте.

Знакомство с условиями проведения туристских соревнований «Школа безопасности – осень»

Практика:

Установка палаток, размещение вещей в них. Натяжение тента. Заготовка дров. Разведение костра.

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

Участие в туристских соревнованиях «Школа безопасности - осень»

1.4. Гигиена и первая помощь в пешем походе.

Теория:

Понятие о гигиене. Соблюдение гигиенических норм при занятиях физическими упражнениями, спортом и туризмом. Личная гигиена туриста-спортсмена. Гигиена обуви и одежды. Предупреждение потертостей, перегрева, переохлаждения. Примерный состав медицинской аптечки для похода выходного дня. Приемы оказания первой помощи пострадавшему при отравлении, ожоге, ушибе, вывихе. Способы транспортировки пострадавшего. Приемы обеззараживания воды.

Практика:

Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Отработка навыков оказания первой помощи при отравлении, ожогах, травмах конечностей. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза,

практическое оказание помощи). Наложение простейших повязок, обработка ранок и ссадин, мозолей. Транспортировка пострадавшего. Формирование медицинской аптечки.

Итоговый тест и зачет по практике.

Раздел 2. Основы спортивного ориентирования (20 час)

2.1. Виды туристских соревнований. Ориентирование.

Теория: Краткие сведения о видах туристских соревнований, о спортивном ориентировании. Техника безопасности на соревнованиях.

Специальное снаряжение ориентировщика. Требования к одежде, обуви, головному убору. Правила пользования снаряжением. Планшеты и их устройство. Защита специального снаряжения. Размещение снаряжения на планшете.

Практика.

Подготовка снаряжения ориентировщика к соревнованиям.

2.2. Топографическая подготовка.

Теория:

Виды карт. Спортивная карта. Элементы топографии: изображение рельефа, условные знаки, цвета карты. Виды горизонталей. Высота сечения. Указатели направления скатов (бергштрихи).

Значковый метод изображения. Пояснительные подписи. Условные знаки: населённые пункты, гидрография, дорожная сеть и сооружения на ней, растительный покров. Местные предметы и методы изображения их на карте.

Масштаб карты. Измерение расстояний на карте и на местности. Создание простейших планов и схем. Компас. Виды компасов. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Ориентир. Что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек различными компасами.

Практика:

Знакомство с различными видами карт. Чтение карты.

Измерение расстояний на карте и на местности. Измерение своего среднего шага. Зарисовка топографических знаков.

Работа с компасом. Определение сторон горизонта с помощью компаса, нахождение предмета по азимуту.

2.3. Ориентирование на местности.

Теория:

Основы техники и тактики ориентирования.

Местность, ее классификация изображение рельефа при помощи горизонталей. Технические приемы и способы ориентирования. Действия в случае потери ориентировки.

Положение о соревновании и турслете. Понятие о дистанции, технических и краеведческих этапах, их зависимость от сложности и уровня подготовки участников туристских соревнований. Личное и командное, туристское и специальное снаряжение участников. Соблюдение участниками соревнований мер безопасности при участии в туристских слетах и соревнованиях. Итоговый тест и зачет по практике.

Практика:

Обучение способам ориентирования на местности с помощью карты, обучение способам определения расстояний. Определение длины своего шага.

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

Ориентирование с использованием крупных форм рельефа. Ориентирование без применения компаса.

Участие в городских соревнованиях по ориентированию.

Раздел 3. Основы лыжного туризма (27 часов).

3.1. Организация и тактика лыжного похода. Правила ТБ

Теория:

Характеристика техники лыжного туризма. Правила движения группы. Темп и режим движения по разной местности. Скоростной спуск. Способы торможения. Тропление лыжни.

Стили лыжного бега: классический и свободный. Правила техники безопасности в лыжном походе.

Практика

Тренировочный выход для отработки навыков движения в группе по разной местности.

Тренировка для овладения техникой лыжного спуска, подъема, торможения.

3.2. Снаряжение и питание в лыжном походе.

Личное снаряжение. Особые требования к одежде и обуви туриста-лыжника. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение и его особенности для зимних походов. Состав ремнабора и хозяйственного набора для зимнего похода. Виды лыж, используемых в туризме, их назначение, подготовка к походу. Взаимодействие группы по подбору снаряжения участников.

Организация питания и питьевого режима в зимнем походе. Правила разведения и тушения костра в зимних условиях. Приготовление пищи, сушка одежды и обуви на костре. Набор и хранение продуктов в зимнем походе. Режим питания. Список продуктов для однодневного похода. Фасовка и упаковка продуктов в рюкзаки. Питьевой режим на маршруте в зимних условиях.

Практика:

Составление списка личного снаряжения для зимнего похода. Подготовка лыжного снаряжения для различных условий: пропитка, смазка. Ремонт лыж, палок.

Подбор и ремонт группового снаряжения.

Составление меню для однодневного лыжного похода. Фасовка и упаковка продуктов в рюкзаки.

3.3. Организация туристского быта в зимних условиях. Зимняя Школа безопасности.

Выбор места для привала и ночлега, планировка лагеря зимой. Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря. Установка палаток и тентов. Предохранение палатки от намокания. Уборка места лагеря перед уходом группы. Охрана природы.

Знакомство с условиями проведения туристских соревнований «Школа безопасности – зима»

Практика:

Выбор места для лагеря, планировка, заготовка топлива, установка палаток, разведение костра зимой. Изготовление простейших укрытий.

Участие в зимней Школе безопасности

3.4. Гигиена и первая помощь в лыжном походе.

Теория:

Соблюдение гигиенических норм при занятиях лыжным туризмом. Личная гигиена туриста-лыжника. Гигиена обуви и одежды. Приемы оказания первой помощи пострадавшему при ожоге, ушибе, вывихе, отморожениях. Способы транспортировки пострадавшего зимой.

Практика:

Итоговый тест и зачет по практике.

Раздел 4. Основы водного туризма (27 часов)

4.1. Водный туризм. Безопасность. План похода.

Теория.

Основные водные объекты края: водоемы и реки. Специфика водных путешествий, их преимущества и недостатки. Рекомендуемые маршруты водных одно-, двух-, трехдневных походов и категорийных водных путешествий по родному краю. План подготовки похода. Сбор информации о районе путешествия. Разработка маршрута. Анализ характерных аварийных случаев в водном путешествии. Обязанности руководителя и участников путешествия в обеспечении безопасности.

Практика.

Составление плана подготовки похода, сбор информации о районе похода, разработка маршрута. Запасные варианты маршрута. Комплектование группы. Распределение обязанностей в группе.

4.2. Снаряжение и режим питания в водном походе.

Теория

Личное снаряжение. Особые требования к одежде и обуви туриста-водника.

Групповое снаряжение. Виды туристских судов: байдарки, лодки, катамараны, плоты. Устройство, подготовка и походное оборудование катамарана. Нормы загрузки. Укладка груза и размещение людей на катамаране.

Особенности упаковки вещей и продуктов. Спасательные средства и их хранение. Ремонтный набор для водного путешествия.

Примерные дневные нормы расхода и учет продуктов. Простейшие способы очистки и обеззараживания воды.

Практика.

Подборка личного снаряжения. Сборка и разборка катамарана. Профилактический ремонт. Изготовление герметичной тары. Составление походного меню и раскладка продуктов.

4.3. Организация быта в водном походе.

Теория.

Привал на берегу и на воде, их периодичность и продолжительность, выбор места для привала. Требования к безопасности места ночлега в полевых условиях. Хранение снаряжения. Организация лагеря, планировка, заготовка топлива, установка палаток. Установка байдарок на ночь. Разведение костра, приготовление пищи. Дежурство у костра. Ремонт и сушка одежды, обуви и снаряжения. Снятие лагеря. Охрана природы.

Личная гигиена туриста-водника. Характерные для водных путешествий заболевания и травмы. Их профилактика и лечение в условиях водного путешествия. Первая доврачебная

помощь пострадавшему. Состав медицинской аптечки для водного похода.

Практика.

Выбор места для лагеря, планировка, заготовка топлива, установка палаток, разведение костров. Установка судов на ночь (на суше, на воде). Ремонт судов и другого снаряжения в походных условиях.

Отработка приемов спасения утопающего, искусственного дыхания, транспортировки пострадавшего.

4.4. Топография и ориентирование на местности.

Теория.

Виды карт, основные сведения о карте. Изображение гидрографии на картах различного масштаба и схемах. Чтение карты и работа с ней: ориентирование, измерение расстояний, копирование. Хранение карт в пути. Составление схем.

Ориентирование на местности: по карте, компасу и местным предметам, по небесным светилам. Ориентирование в условиях рек, озер. Способы определения расстояний на местности, на воде. Глазомерная съемка препятствий и составление схемы их прохождения.

Практика.

Работа с картой: ориентирование, измерение расстояний на местности и на воде. Глазомерная съемка, составление схем.

4.5. Тактика водного путешествия.

Теория

Распорядок дня. Режим и график движения. Комплектование экипажей. Походный порядок судов. Место руководителя при движении нескольких судов. Связь и сигнализация. Выбор линии движения в различных условиях плавания. Разведка пути. Движение при плохой видимости. Тактика прохождения препятствий. Спасательные команды. Оказание помощи людям, терпящим бедствие на воде. Правила подъема человека из воды на судно. Меры безопасности и страховка при преодолении естественных и искусственных препятствий. Спасательные команды при прохождении препятствий.

Знакомство с условиями проведения туристских соревнований «Школа безопасности – весна»

Практика.

Отработка умения выбирать линию движения в различных условиях плавания. Проведение разведки препятствий и волоков (обносов).

Контрольный выход на воду, тренировка в аварийной обстановке. Отработка приемов страховки при преодолении различных препятствий.

Участие в весенней Школе безопасности.

4.6. Техника гребли и управление катамараном.

Теория

Техника гребли: работа рук, положение корпуса и ног, ритм и темп. Управление катамараном при помощи весел. Требования к рулевому. Выполнение команд рулевого. Основные маневры: посадка, отход от берега, движение в различном строю, подход, к берегу, высадка.

Речная лоция. Характеристика рек и притоков. Типы течений. Определение характерных элементов реки. Речная обстановка.

Способы преодоления естественных препятствий (быстрина, мели, камни, топляки, заросли камыша, тростника, зарастающие водоемы, шиверы, перекаты, несложные пороги,

большие плесы, волнение, встречный и боковой ветер). Способы преодоления искусственных препятствий. Волок, ход на бечеве. Встреча с самоходным судном. Обеспечение безопасности при прохождении препятствий.

Практика – освоение основных маневров; чтение лоции. Отработка элементов гребли, управление судном, выполнение различных маневров.

Подведение итогов. Рефлексия.

Раздел 5. Летний тренировочный лагерь (37 часов)

5.1. Тренировочный водный поход включает 7 часов практики.

Практика: отработка техники преодоления естественных и искусственных препятствий.

5.2. Категорийный водный поход – 30 часов.

1.4. Планируемые результаты.

Освоение программы определяется позитивной динамикой роста образовательных результатов учащегося и результатов его личностного развития; даёт возможность каждому ребенку выполнить норматив «Юный турист России».

Личностные результаты:

- сформированность положительного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к природе родного края;
- сформированность организационно-волевых, поведенческих и духовно-нравственных качеств личности значимых в социальных и межличностных отношениях;
- сформированность основ моральных и нравственных ценностей российского общества.

Метапредметные результаты:

- способность к самостоятельному приобретению новых знаний и умений;
- овладение основами самоконтроля, самооценки, принятия решения и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- способность при определении общей цели находить пути ее достижения;

Предметные результаты:

- овладение техникой и тактикой спортивного ориентирования, пешего, лыжного и водного туризма, приобретение умений и навыков бивачных работ и самообслуживания в полевых условиях, туристского ориентирования на местности, оказания доврачебной медицинской помощи;
- знание основных сведений об исторических и культурных объектах, природе родного края;
- освоение специфических умений и навыков в области образовательных дисциплин: «География», «Топография», «Физическая культура», «ОБЖ» для безопасного и успешного участия в туристских соревнованиях, походах и слетах.

Раздел №2 Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Условия реализации программы:

- материально-техническое обеспечение:

Занятия по данной программе носят преимущественно практический характер и проводятся в помещении и местности; теоретические занятия проводятся в форме лекций и бесед в кабинете, удовлетворяющим требованиям Санитарно-эпидемиологических правил

и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02). Площадь кабинета – 36 м²

В кабинете имеется:

- рабочее место учащегося – 12 комплектов (столы и стулья),
- умывальник с подводкой холодной воды – 1
- Интерактивный комплект: доска SMART Board SB680iv4 с короткофокусным проектором BenQ MX631ST

Перечень учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря для обеспечения работы объединения

№ п/п	Наименование	Кол-во единиц
3.	Палатки туристские	Компл.
4.	Плавсредства с веслами	Компл.
5.	Спасательные жилеты	Компл.
6.	Защитные шлемы	Компл.
7.	Спальные мешки	Компл.
8.	Рюкзаки	Компл.
9.	Коврики полиуретановые	Компл.
10.	Тенты	Компл.
11.	Веревка основная (40 м)	2 шт.
12.	Веревка основная (30 м)	1 шт.
13.	Веревка вспомогательная (60 м)	2 шт.
14.	Репшнуры (длина 2-3 м, диаметр 6-8 мм)	Компл.
15.	Петли прусика (веревка 8 мм)	Компл.
16.	Система страховочная	Компл.
17.	Карабин туристский	Компл.
18.	Компас жидкостный для ориентирования	Компл.
19.	Курвиметр	2 шт
20.	Аптечка медицинская в упаковке	Компл.
21.	Пила двуручная в чехле	1 шт
22.	Топор в чехле	2 шт.
23.	Таганок костровой	2 шт.
24.	Тросик костровой	1 шт.
25.	Рукавицы костровые (брезентовые)	Компл.
26.	Тент хозяйственный	1 шт.
27.	Клеенка кухонная	2 шт.
28.	Посуда для приготовления пищи (ножи, терка, консервный нож и т. п.)	Компл.
29.	Котлы туристские	2 компл.
30.	Ремонтный набор в упаковке	Компл.
31.	Лопата саперная в чехле	1 шт.
32.	Фонарь	4 шт.
33.	Тележка для перевозки плавсредств	4 шт
34.	Слайд, видеопроектор	1 шт.
35.	Секундомер	Компл.
36.	Гермомешки	Компл.
37.	Экран демонстрационный	1 шт.
38.	Карта топографическая, физическая	Компл.
39.	Лыжи и палки	Компл.

40.	Ботинки лыжные	Компл.
41.	Набор мазей, парафинов, растирок	Компл.

- информационное обеспечение:

- Презентации по основным темам программы.
- видео файлы по проведению спасательных работ (на воде, в лесу, в зимнем походе), туристских соревнований, оказанию первой помощи пострадавшему и др..
- Правила по спортивному ориентированию

<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71571818/>

- кадровое обеспечение -

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее педагогическое образование и удостоверение инструктора детско-юношеского туризма и опыт участия в пеших, лыжных, водных походах не менее 1 категории сложности и опыт участия в соревнованиях по ориентированию.

- методические материалы

1. Дополнительная общеразвивающая программа.
2. Инструкции по организации и проведению походов, путешествий и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ.
3. Информационная и справочная литература по туризму, топографии и ориентированию, оказанию доврачебной помощи во время походов.
4. Справочники и энциклопедии туриста и др. справочная литература
5. Методическое пособие. В помощь тренеру. Сборник упражнений по спортивному ориентированию г. Сыктывкар, Государственное автономное учреждение Республики Коми дополнительного образования детей «Республиканский центр детско-юношеского спорта и туризма» Составитель: Ермолина Н.Л.

Список используемой методической и справочной литературы находится в разделе «Список литературы»

Краткое описание методики работы педагога.

В соответствии с туристско-краеведческой направленностью программы и индивидуальными психофизическими особенностями учащихся творческого объединения, а также с учетом цели программы, педагогом особое внимание уделяется активным формам и методам обучения, современным технологиям способствующим сохранению здоровья, развитию мотивационной сферы учащихся, активизации их интеллектуальной и творческой активности, развитию коммуникативной культуры.

Наиболее эффективными используемыми методами являются:

- проблемное обучение (проблемное изложение материала, практические занятия, эвристические беседы);
- интерактивные методы обучения (презентации по теме, тематические игры).
- метод контроля и самореализации: контроль успеваемости и качества усвоения программы, путем зачетов, соревнований;
- дистанционное обучение (консультации по скайпу, обращение к специалистам и общение с ними в режиме on-line и of-line)

А также, традиционные методы:

- словесные методы обучения (устное изложение, беседа и. т. д);
- практические методы обучения (практические занятия, поход, соревнования и др.);
- объяснительно-иллюстративные методы обучения.

Основными образовательными технологиями, используемыми в работе педагога, являются проблемно-поисковые технологии, информационно-коммуникационные технологии и здоровьесберегающие технологии.

В первые месяцы работы объединения педагог-руководитель проводит собрание родителей, чтобы подробно рассказать им о программе, планах занятий и походах, соревнованиях, об условиях их проведения, о личном снаряжении юных туристов и т.д.

В начале первого и второго полугодий учебного года проводит с учащимися обязательный инструктаж по технике безопасности при проведении занятий, массовых мероприятий, походов, соревнований, на дороге и в транспорте.

Занятия по программе «Школа юного туриста» на 70% состоят из практических занятий, которые проводятся на местности или в кабинете (в зависимости от темы занятия, времени года). Остальная часть – теоретические занятия - проводится в форме лекций, бесед.

Теоретические и практические занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик.

План занятий строится так, чтобы учащиеся видели достижимую цель (поход с ночевкой, участие в туристском соревновании и т.п.) и решали круг задач, необходимых для ее достижения (приобретали необходимые знания, практические навыки и умения).

Содержание занятий построено по принципу «От простого – к сложному». Например, от беседы о картах и топографических знаках переходим к решению топографических задач, участию в топографических играх, а затем и к самостоятельному движению с картой. От практических занятий на улице к однодневным походам, используемым для отработки навыков и умений учащихся по пройденным темам, их физического оздоровления.

Поход, протяженность несколько километров является хорошей тренировкой перед будущими многодневными походами. Распределение обязанностей в каждом походе проводится так, чтобы все члены объединения смогли попробовать себя в разных ролях (должностях): помощника руководителя, завхоза, медика, штурмана, фотографа, метеоролога, летописца и др. Это позволяет выявить наиболее способных к той или иной работе юных туристов.

После похода на занятия обсуждаются его итоги, а затем одни юные туристы оформляют дневник, другие делают фотомонтаж, некоторые участники занимаются выпуском информационного листка и т.д.

Особое внимание педагог уделяет вопросам безопасности при проведении полигонных занятий, походов и соревнований.

2.2. Формы аттестации и оценочные материалы

Формы аттестации реализации дополнительной общеобразовательной программы «Школа юного туриста» являются начальная диагностика, промежуточная аттестация и итоговая аттестация.

Начальная диагностика проводится на первом занятии в виде теста на знания основ безопасности жизнедеятельности и технике безопасности. Результаты диагностики позволяют определить уровень знаний о туристской деятельности и умений безопасного нахождения в транспорте, на дороге, в лесу; выявить пробелы в знаниях, на которые необходимо обратить внимание в будущем.

Предметные и метапредметные знания оцениваются в процессе тематического тестирования по 3 бальной системе.

1 балл: освоено 0-35% теоретического материала – уровень низкий;

2 балла: освоено 36-66% теоретического материала – уровень средний;
3 балла: освоено 67-100% теоретического материала – уровень высокий.
Баллы заносятся в Оценочный лист (приложение 1).

Практические навыки освоения программы оцениваются по результатам участия в туристских соревнованиях (осенней, зимней и весенней Школах безопасности) и походах. Призовое место команды – 3 балла – уровень высокий; места 4-6 – 2 балла – уровень средний; ниже 6 места – 1 балл – уровень низкий. Документальной формой подведения результатов освоения программы являются Протоколы соревнований.

В конце года баллы суммируются, и определяется общий уровень освоения программы: $\leq 50\%$ - незачет; $> 50\%$ - зачет.

Итоговая аттестация проводится в форме участия в многодневных водных или пеших походах. Учащиеся, получившие незачет по теории и практике, к участию в многодневном походе не допускаются. Им рекомендуется пройти повторное обучение по данной программе. Участники похода выполняют норматив и получают справки о зачете путешествия и значки «Юный турист России».

Эти формы контроля позволяют определить уровень освоения учащимися программы, ее результативность.

Список литературы

1. Бардин К.В. Азбука туризма.– М.: Просвещение, 1981. 197с.
2. Бгатов, А. П. Безопасность в туризме : учебное пособие - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ФОРУМ : ИНФРА-М, 2017. 176 с.
3. Берман А. А. Юный турист. М.: Физкультура и спорт, 1977. 159 с.
4. Васильев И. В. В помощь организаторам и инструкторам туризма. Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: Профиздат, 1973. 136 с.
5. Воронов Ю.С. Тесты и занимательные задачи для юных ориентировщиков. Учебное пособие - М: Физкультура и спорт, 1988. 70 с.
6. Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование.– М: Академия, 2014. 224 с.
7. Глаголева О.Л. Методика обучения: уроки ориентирования. - 2е изд., испр. и доп. Учебное пособие для СПО - М: Юрайт, 2017. 332 с.
8. Зубович С.Ф. Первые шаги в ориентировании: В помощь начинающим спортсменам. 4-е изд., перераб. и доп.- Минск.: Полымя, 2016. 142 с.
9. Карпельсон А.А. Ориентирование. Первые шаги. Учебник по ориентированию для детей 7-11 лет - М.: ФОРУМ, 2018. 110 с.
10. Константинов Ю.С. Из истории отечественного спортивного ориентирования (1963-2013 гг.): монография. — ЦНПРО, 2013. 344 с.
11. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста.– М: Профиздат, 1990. 122 с.
12. Куприн А.М. Занимательная картография – М: Просвещение, 1989. 66 с.
13. Куприн А.П. Занимательно об ориентировании - М.: Просвещение, 1980. 96 с.
14. Лаппо Н.В. и др. Ориентирование - спорт для всех. - Минск: Конкурс, 2014. 64 с.
15. Моргунова Т.В. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию: Учебно-методическое пособие – М.: Советский спорт, 2008. 92 с.
16. Штюмер Ю.А. Краткий справочник туриста – М: Физкультура и спорт, 1985. 133с.
17. Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. Ежеквартальный научно-методический журнал. М.: МОО МАДЮТиК

Нормативные документы:

18. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273 - ФЗ (пункт 1, статьи 75, гл. 10);
19. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;
20. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);
21. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
22. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

23. Письмо Министерства Просвещения России от 31 января 2022 г. № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

24. Приказ Департамента молодежной политики Свердловской области от 01.11.2018 № 202 "Об утверждении Концепции молодежной политики и патриотического воспитания граждан в Свердловской области на период до 2035 года";

25. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области №1274-Д от 27.12.2021 "Об автоматизированной информационной системе "Навигатор дополнительного образования детей в Свердловской области";

26. Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

27. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 от 4 июля 2014 г. № 41;

28. Устав МБОУ ДО СЮН НГО и другие локальные акты учреждения.

Приложение 1. Оценочный лист

ФИ учащегося: _____

Виды контроля	Предметные и метапредметные знания	Практические умения и навыки	Заключение о допуске к походу
Итоговый тест №1			
Осенняя ШБ			
Итоговый тест №2			
Зимняя ШБ			
Итоговый тест №3			
Весенняя ШБ			
Итоговый тест №4			
Открытые городские соревнования по ориентированию			
*Итого			
Результат многодневного похода			

* Допуск к походу разрешается при количестве баллов более 12.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 10485556620218183357344113440560018432977890978
Владелец Халикова Лариса Павловна
Действителен с 21.05.2024 по 21.05.2025