

Муниципальное автономное образовательное учреждение
«Основная школа № 7»

Принята Педагогическим советом
МАОУ ОШ 7
Протокол № 1 от 27.08 2020 года



Утверждаю:
Директор МАОУ ОШ 7
Кудряшова А.П.
Приказ № 94/1 от 27.08.2020 г.

Дополнительная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«ОСНОВЫ ТУРИЗМА И КРАЕВЕДЕНИЯ»

Возраст обучающихся: 10-15 лет

Срок реализации программы - 4 года

Русинова Анастасия Вадимовна,
педагог дополнительного образования
первая квалификационная категория

г. Красноуфимск, 2020 год

Комплекс основных характеристик образования

Пояснительная записка

Направленность программы: туристско-краеведческая.

Актуальность программы. Дополнительная общеразвивающая программа «Основы туризма и краеведения» (далее - Программа) является составительской и разработана в соответствии с

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ,

- Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р,

- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Министерства образования и науки России от 18.11.2015 г. 09-3242,

- Приказом Министерства образования и науки России от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»,

- Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018г. № 196 (новая редакция Минпросвещения России от 30.09.2020г. № 533) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

- «Методическими рекомендациями для субъектов РФ программ в сетевой форме (утв. Минпросвещения России от 28.06.2019г. № МР-81/02вн)»,

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09. 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»,

- «Требованиями к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам для включения в систему персонифицированного финансирования дополнительного образования детей Свердловской области» (Приложение к приказу ГАНУ СО Свердловской области «Дворец молодёжи» от 26.02.2021г. № 136-д),

- Уставом МАОУ ОШ 7.

Туристическая деятельность обучающихся является одним из эффективных средств комплексного воздействия на формирование их личности. В ней интегрируются все основные стороны воспитания: идейное, нравственное, трудовое, эстетическое, физическое, значительно расширяется кругозор школьников. С помощью туристско-краеведческой деятельности происходит более эффективное воздействие природной и социальной среды на развитие личности учащегося. Специфичность туризма и краеведения как раз и заключается в непосредственном погружении учащегося в окружающую его жизнь. Романтика туристической деятельности позволяет привлечь в эту сферу детей, их родителей, педагогический коллектив. В полной мере реализуются принципы педагогики сотрудничества. Широкие педагогические возможности туризма и краеведения содействуют сплочению детского коллектива. Туризм является ярким воплощением в жизнь педагогики коллективной творческой деятельности.

Программа разработана с учётом потребности населения городского округа Красноуфимск.

Полученные знания обучающиеся могут использовать на уроках географии, ОБЖ.

Программа не предполагает конкурсного отбора, рассчитана на сопровождение всех категорий обучающихся.

Цель программы: формирование у обучающихся основных навыков по туризму и краеведению.

Обучающие:

- обучить основам техники пешеходного туризма, приемам техники безопасности, организации быта в походах, на экскурсиях;
- расширить знания по кбж, географии, биологии, экологии, полученные в начальной школе

Развивающие:

- развивать творческую, познавательную и созидательную активность;
- расширять знания об окружающем мире;
- укреплять здоровье, воспитывать физическую культуру в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;

Воспитывающие:

- воспитывать гордость за «малую родину» на примерах природы родного края;
- способствовать развитию коллектива в группе, созданию обстановки доброжелательности, психологического комфорта, удовлетворению потребности обучающихся в общении;
- формировать умение видеть красоту окружающего мира;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни.

Адресат программы: обучающихся: 10-15 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Особенности подросткового возраста позволяют рассчитывать на высокую эффективность социально-педагогической работы в рамках организации туристско-краеведческой деятельности по формированию коммуникативных навыков подростков. Именно в подростковом возрасте коммуникативная деятельность является ведущей, отсутствие коммуникативных навыков существенно затрудняет внутреннее раскрытие подростка и реализацию его в учебе, среде сверстников и социуме в целом, приводит к неконструктивному общению подростка и появлению отклонений в его социализации.

Занятия туризмом в подростковом возрасте позволяют реализовать возрастные потребности: деятельность на грани экстрима, общение в малой группе, ощущение собственной значимости, выполнение своей роли в группе, без которой общее дело может не состояться, укрепляет чувство уверенности, дает подростку возможность самоопределиться, приобщает к общечеловеческим ценностям – дружбе, взаимопомощи, сопереживанию и т.д. Кроме того, стремление подростков к познанию себя и окружающей среды, являются мощной профилактической мерой, альтернативой неблагополучных компаний.

Срок освоения программы - 4 года.

Режим занятий. Занятия проводятся по 1 часу в неделю. Продолжительность занятий - 45 минут. Число обучающихся, одновременно находящихся в учебной группе, составляет 15 человек.

Форма обучения: очная, в том числе с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

Объём программы – 140 часов.

Виды занятий. В основном занятия по программе проходят в виде учебных занятий, которые состоят из теоретической и практической работы. Кроме того, используются такие формы занятий, как занятие - экскурсия, занятие - игра, занятие-викторина, занятие-поход, что активизирует образовательный процесс, способствует развитию познавательных навыков обучающихся.

Теоретическая подготовка представляет собой лекции, беседы, краткие пояснения по теме занятия, показ приемов работы. Теоретическая подготовка дает основы необходимой туристской подготовки, способов ориентирования, само- и взаимопомощи, инструктажи по технике безопасности, правилам дорожного движения, пожарной безопасности. Занятия строятся таким образом, чтобы была возможность применения технологии группового и коллективного взаимодействия. Это позволяет уже на теоретическом этапе формировать взаимоотношения в группе. Знания, полученные на теоретических занятиях, применяются на практике.

Практические занятия в том числе, проводятся и в форме однодневных или многодневных походов и экскурсий, которые несут в себе и познавательные, и воспитательные цели, участие в школьных, районных и городских соревнованиях по туризму и краеведению.

Уровневость программы: традиционная.

Учебный план, 1 год обучения

№ п/п	Наименование темы	Общее количество учебных часов	В том числе		Формы аттестации/контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	опрос, наблюдение
2	Основы туристской подготовки				
2.1	Туристское снаряжение	2	1	1	наблюдение, контрольное задание
2.2	Подготовка похода. Правила организации туристского похода	4	2	2	наблюдение, контрольное задание
2.3	Походы выходного дня	8	2	6	контрольное задание, наблюдение
3	Спортивное туристское многоборье	6	4	2	контрольное задание
4	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	2	1	1	контрольное задание
5	Топография и ориентирование	3	2	1	тестирование
6	Краеведение	3	1	2	опрос
7	Общая и специальная физическая подготовка	4	-	4	опрос, наблюдение
8	Общественно-полезная и природоохранная работа туристов	2	-	2	опрос, наблюдение
	ИТОГО	35	14	21	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория: Цели и значение занятий туризмом и краеведением. Требования по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки, похода и при занятиях физическими упражнениями. Инструктаж по ТБ. Знакомство с планом работы объединения, массовыми мероприятиями.

Раздел 2. Основы туристской подготовки.

2.1 Туристское снаряжение.

Теория. Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневного 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. Правила хранения и использование личного снаряжения.

Практические занятия. Составление списков личного снаряжения. Укладка рюкзака.

2.2. Подготовка похода. Правила организации туристского похода

Теория. Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе: постоянные и временные. Правила составления плана подготовки похода.

Костер: типы костров. Правила заготовки дров. Особенности организации сушки одежды и обуви. Техника безопасности при работе с топором, при приготовлении и раздаче пищи.

Практические занятия. Разведение костра различными способами. Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

2.3. Походы выходного дня

Теория. Туристические маршруты края.

Практические занятия. Совместная подготовка, осуществление и последующий анализ походов. Туристская стенгазета. Совместная подготовка, изготовление и презентация стенных газет, посвященных туристическим экскурсиям и походам.

3. Спортивное туристское многоборье. Туристские узлы и их назначение

Теория. Понятие «туристические узлы», их назначение и применение в походе. Правила завязывания туристских узлов.

Практические занятия. Вязание туристических узлов на время: «прямой», «восьмёрка», «стремя», «встречный», «брамшкотовый», «булинь», «двойной проводник» и т.д.

Раздел 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

Теория. Понятие о гигиене. Гигиена обуви и одежды туриста. Понятие «первая доврачебная помощь».

Медицинская походная аптечка. Состав походной аптечки. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства.

Практические занятия: формирование походной аптечки.

Раздел 5. Топография и ориентирование

Теория. Понятие «топография», «ориентирование». Компас, правила работы с компасом. Ориентирование карты с помощью компаса. Понятие «азимут». Определение азимута на местности.

Практические занятия. Работа с компасом. Движение по азимуту на заданное расстояние (до заданного ориентира).

Раздел 6. Краеведение.

Теория. Родной край, его природные особенности. Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые.

Практические занятия. Посещение краеведческого музея.

Раздел 7. Общая и специальная физическая подготовка

Теория. Понятие «общая и специальная физическая подготовка», их значение, особенности проведения на занятиях туризмом и краеведением.

Практические занятия. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения на развитие выносливости.

Подвижные игры и эстафеты. Гимнастические упражнения.

Раздел 8. Общественно-полезная и природоохранная работа туристов

Практические занятия. Туристско-экологические мероприятия. Природоохранная деятельность туристов: участие в экологических акциях, марафонах.

Учебный план, 2 год обучения

№ п/п	Наименование темы	Общее количество учебных часов	В том числе		Формы промежуточной аттестации
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	опрос, наблюдение
2	Основы туристской подготовки				
2.1	Туристское снаряжение	2	1	1	наблюдение, контрольное задание
2.2	Подготовка похода. Правила организации туристского похода	4	2	2	наблюдение, контрольное задание, анализ продуктов деятельности.
2.3	Походы выходного дня	8	2	6	контрольное задание, наблюдение
3	Спортивное туристское многоборье	6	2	4	контрольное задание
4	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	2	1	1	контрольное задание
5	Топография и ориентирование	3	1	2	тестирование
6	Краеведение	3	1	2	опрос, контрольное задание
7	Общая и специальная физическая подготовка	4	-	4	опрос, наблюдение
8	Общественно-полезная и природоохранная работа туристов	2	-	2	опрос, наблюдение
	ИТОГО	35	11	24	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория: Значение и влияние занятий туризмом для человека.

Требования по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки, похода и при занятиях физическими упражнениями. Инструктаж по ТБ.

Знакомство с планом работы объединения, массовыми мероприятиями.

Раздел 2. Основы туристской подготовки.

2.1 Туристское снаряжение

Теория. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Состав и назначение ремонтного набора. .

Практические занятия. Составление списка группового снаряжения. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения.

2.2. Подготовка похода. Правила организации туристского похода

Теория. Особенности разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Правила и порядок движения группы на маршруте. Понятие: «туристский строй», «режим движения, темп».

Особенности организации работы по развешиванию и свертыванию бивака: выбор места костра, определение мест для забора воды, заготовка дров.

Практические занятия. Составление плана подготовки похода. Подготовка личного и общественного снаряжения. Развешивание и свертывание бивака. Разжигание костра. Обсуждение итогов похода в группе.

2.3. Походы выходного дня

Теория. Туристические маршруты края.

Практические занятия. Совместная подготовка, осуществление и последующий анализ походов. Совместная подготовка, изготовление и презентация стенных газет, посвященных туристическим экскурсиям и походам.

Раздел 3. Спортивное туристское многоборье. Спортивное туристическое снаряжение.

Теория. Понятие «страховочная система». Основные правила и приёмы страховки. Основные и вспомогательные верёвки. Основные приемы работы с карабинами. Правила прохождения технических этапов туристской полосы препятствий.

Практические занятия. Надевание страховочной системы на время. Маркировка веревки.

Раздел 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

Теория. Наиболее возможные заболевания и травмы в походе, их симптомы и признаки. Первая доврачебная помощь при травмах в походе. Профилактика заболеваний и травматизма в походах.

Практические занятия. Способы обеззараживания питьевой воды. Решение ситуационных задач.

Раздел 5. Топография и ориентирование

Теория. Понятие: «Карта, виды карт. Масштаб. Виды масштабов» Масштабы топографических карт. Понятие «условные топографические знаки».

Практические занятия. Чтение топографических карт. Топографические диктанты. Создание простейших планов и схем (класса, школьного двора, т.п.).

Раздел 6. Краеведение.

Теория. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов: памятники природы, архитектуры города Красноуфимска

Практические занятия. Участие в соревнованиях по историческому ориентированию.

Раздел 7. Общая и специальная физическая подготовка

Теория. Понятие «общая и специальная физическая подготовка», их значение, особенности проведения на занятиях туризмом и краеведением.

Практические занятия. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения на развитие выносливости.

Подвижные игры и эстафеты. Гимнастические упражнения.

Раздел 8. Общественно-полезная и природоохранная работа туристов

Практические занятия. Туристско-экологические мероприятия. Природоохранная деятельность туристов: участие в экологических акциях, марафонах.

Учебный план, 3 год обучения

№ п/п	Наименование темы	Общее количество учебных часов	В том числе		Формы промежуточной аттестации
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	опрос, наблюдение
2	Основы туристской подготовки				
2.1	Туристское снаряжение	2	1	1	наблюдение, контрольное задание
2.2	Подготовка похода. Правила организации туристского похода	4	2	2	наблюдение, контрольное задание
2.3	Спортивные походы.	8	2	6	контрольное задание, тестирование
3	Спортивное туристское многоборье	6	2	4	контрольное задание, участие в соревнованиях
4	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	2	1	1	контрольное задание
5	Топография и ориентирование	3	1	2	тестирование, участие в соревнованиях
6	Краеведение	3	1	2	опрос, участие в соревнованиях
7	Общая и специальная физическая подготовка	4	-	4	опрос, наблюдение
8	Общественно-полезная и природоохранная работа туристов	2	-	2	опрос, наблюдение
	ИТОГО	35	11	24	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория: Законы, нормы, правила туриста.

Требования по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки, похода и при занятиях физическими упражнениями. Инструктаж по ТБ.

Знакомство с планом работы объединения, массовыми мероприятиями.

Раздел 2. Основы туристской подготовки.

2.1 Туристское снаряжение

Теория. Основные требования к туристскому снаряжению. Групповое и личное снаряжение туриста. Особенности подготовки личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода.

Практические занятия. Комплектование личного и общественного снаряжения. Изготовление, усовершенствование и ремонт снаряжения.

2.2. Подготовка похода. Правила организации туристского похода

Теория. Значение правильного питания в походе. Особенности организации питания в походе в зависимости от его продолжительности. Походная посуда для приготовления пищи.

Составление меню, списка продуктов. Правила фасовки, упаковки и переноски продуктов в рюкзаках.

Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

Случаи экстремальных ситуаций в походах.

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

Подготовка личного и общественного снаряжения.

Обсуждение итогов похода в группе. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Решение ситуационных задач.

2.3. Спортивные походы. Понятие «пешеходный, лыжный, горный, водный спортивный поход». Правила ориентирования на маршруте. Организация краеведческих наблюдений на маршруте.

Практические занятия. Участие в походах.

Раздел 3. Спортивное туристское многоборье. Техника и тактика преодоления естественных препятствий

Теория. Правила прохождения технических этапов туристской полосы препятствий

Практические занятия.

Отработка элементов техники пешего туризма: подъём и спуск по склону спортивным способом; траверс склона по перилам; навесная переправа, переправа «маятник», переправа по бревну; в брод, «тонкий лед». Прохождение туристской полосы препятствий.

Раздел 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

Теория. Правила обработки ран, наложение жгута, ватно-марлевой повязки, способы бинтования ран.

Практические занятия. Освоение способов бинтования ран, наложения жгута.

Раздел 5. Топография и ориентирование

Теория. Понятие «рельеф» и способы его изображения на топографической карте. Изображение высоты местности с помощью горизонталей. Правила определения крутизны склона и его высоты.

Правила ориентирования по местным предметам.

Практические занятия. Чтение топографических карт. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Полярной звезде.

Раздел 6. Краеведение.

Теория. Сведения о прошлом края, памятники истории и культуры, известные люди края. История своего населенного пункта.

Практические занятия. Участие в соревнованиях по историческому ориентированию.

Раздел 7. Общая и специальная физическая подготовка

Теория. Понятие «общая и специальная физическая подготовка», их значение, особенности проведения на занятиях туризмом и краеведением.

Практические занятия. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения на развитие выносливости.

Подвижные игры и эстафеты. Гимнастические упражнения.

Раздел 8. Общественно-полезная и природоохранная работа туристов

Практические занятия. Туристско-экологические мероприятия. Природоохранная деятельность туристов: участие в экологических акциях, марафонах.

Учебный план, 4 год обучения

№ п/п	Наименование темы	Общее количество учебных часов	В том числе		Формы промежуточной аттестации
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	опрос, наблюдение
2	Основы туристской подготовки				
2.1	Туристское снаряжение	2	1	1	наблюдение, контрольное задание
2.2	Подготовка похода. Правила организации туристского похода	4	2	2	наблюдение, контрольное задание
2.3	Спортивные походы	10	2	8	контрольное задание
3	Спортивное туристское многоборье	6	2	4	контрольное задание
4	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	2	1	1	контрольное задание
5	Топография и ориентирование	3	1	2	тестирование.
6	Краеведение	3	1	2	опрос, контрольное задание
7	Общая и специальная физическая подготовка	3	-	3	опрос, наблюдение
8	Общественно-полезная и природоохранная работа туристов	1	-	1	опрос, наблюдение
	ИТОГО	35	11	24	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория. Нормативные документы по туризму.

Требования по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки, похода и при занятиях физическими упражнениями. Инструктаж по ТБ.

Знакомство с планом работы объединения, массовыми мероприятиями.

Раздел 2. Основы туристской подготовки.

2.1 Туристское снаряжение

Теория. Личное и групповое снаряжение. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов. Как готовить личное снаряжение к походу.

Практические занятия. Составление списков личного (группового) снаряжения. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

2.2. Подготовка похода. Правила организации туристского похода

Теория. Правила разработки маршрута, составление плана-графика движения многодневного похода. Подготовка личного и общественного снаряжения.

Правила организации привалов и ночлегов в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Особенности разведения костра при неблагоприятных условиях.

Правила хранения кухонных и костровых принадлежностей.

Практические занятия. Составление плана подготовки 1-3-х дневного похода. Изучение маршрутов походов. Подготовка личного и общественного снаряжения. Обсуждение итогов похода в группе.

2.3. Спортивные походы. Правила ориентирования на маршруте. Организация краеведческих наблюдений на маршруте.

Практические занятия. Участие в походах.

3. Спортивное туристское многоборье. Техника и тактика преодоления препятствий

Теория. Правила прохождения технических этапов туристской полосы препятствий

Практические занятия.

Отработка элементов техники пешего туризма: подъём и спуск по склону спортивным способом; траверс склона по перилам; навесная переправа, переправа «маятник», переправа по бревну; в брод, «тонкий лед». Прохождение туристской полосы препятствий.

Раздел 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

Теория. Правила и приемы транспортировки пострадавшего. Особенности выбора способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь.

Практические занятия. Изготовление носилок, волокуш, различные виды транспортировки пострадавшего.

Раздел 5. Топография и ориентирование

Теория. Понятие «спортивная карта», ее назначение, отличие от топографической карты.

Понятие «ориентир», что может служить ориентиром. Действия в случае потери ориентировки.

Правила защиты карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Практические занятия. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам. Участие в соревнованиях по ориентированию.

Раздел 6. Краеведение.

Теория. Край в период Великой Отечественной войны.

Практические занятия. Экскурсии в краеведческий музей. Работа со справочным материалом и литературой по истории края.

Раздел 7. Общая и специальная физическая подготовка

Теория. Понятие «общая и специальная физическая подготовка», их значение, особенности проведения на занятиях туризмом и краеведением.

Практические занятия. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения на развитие выносливости. Подвижные игры и эстафеты. Гимнастические упражнения.

Раздел 8. Общественно-полезная и природоохранная работа туристов

Практические занятия. Туристско-экологические мероприятия. Природоохранная деятельность туристов: участие в экологических акциях, марафонах.

Планируемые результаты реализации программы По окончании первого года обучения

Предметные результаты- приобретение определенных знаний, умений, навыков, освоенных обучающимися в ходе изучения предмета:

- правила ТБ, правила пожарной безопасности,
- значение и влияние занятий туризмом для человека
- название личного и группового снаряжения,
- туристические должности в походе: временные и постоянные,
- типы и назначения костра;
- ТБ при работе с топором, при разведении костра,
- значение личной гигиены туриста
- состав медицинской аптечки,
- значение физической и специальной подготовки туриста,
- назначения карты, компаса, понятие «азимут»,
- основные сведения по истории, культуре своего населенного пункта и своего края,
- узлы, классификацию по использованию.

будут уметь:

- выполнять правила безопасности во время похода, занятий физической подготовки,
- подбирать снаряжение в зависимости от условий похода,
- составлять список личного и группового снаряжения,
- выполнять общие обязанности участников похода,
- укладывать рюкзак,
- разводить костер различными способами,
- выполнять обязанности в соответствии с туристической должностью в походе,
- вязать узлы «прямой», «восьмёрка», «стремя», «встречный», «брамшкотовый», «булинь», «двойной проводник»,
- формировать походную аптечку,
- правила работы с компасом по определению сторон горизонта.

Личностные результаты

- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий
- развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности – качеств весьма важных в практической деятельности любого человека;
- воспитание чувства справедливости, ответственности;
- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления
- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- усвоение обучающимися способов универсальных учебных действий и коммуникативных навыков, которые обеспечивают способность учащихся к самостоятельному усвоению новых знаний и навыков;
- развитие мотивации, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

По окончании второго года обучения

Предметные результаты- приобретение определенных знаний, умений, навыков, освоенных обучающимися в ходе изучения предмета:

- понятие «групповое снаряжение», требования к нему,
- правила установки палатки, обустройство бивака,

- состав и назначение ремонтного и хозяйственного набора,
- требования к движению туристической группы на маршруте,
- способы профилактики типичных заболеваний и основные приемы оказания первой помощи в походе,
- туристические маршруты края,
- памятники истории, культуры и природы Красноуфимска и Красноуфимского района,
- основные приемы само/страховки,
- способы обеззараживания воды,
- понятие «масштаб», «топографическая карта», «условные топографические знаки», будут уметь:
- подгонять снаряжение и осуществлять его мелкий ремонт,
- устанавливать палатку, обустроить бивак,
- маркировать веревку,
- надевать страховочную систему,
- ориентироваться на местности при помощи карты и компаса,
- работать с компасом,
- читать изображение топографических знаков,
- обрабатывать простейшие раны при мозолях, порезах,
- разрабатывать план однодневного похода.

Личностные результаты

- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий
- развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности – качеств весьма важных в практической деятельности любого человека;
- воспитание чувства справедливости, ответственности;
- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления
- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;
- формирование экологической культуры: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам природоохранного, нерасточительного поведения.

Метапредметные результаты:

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- развитие мотивации, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- формирование умения ставить вопросы; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; определять цели, функции участников, способы взаимодействия.

По окончании третьего года обучения

Предметные результаты- приобретение определенных знаний, умений, навыков, освоенных обучающимися в ходе изучения предмета:

- законы, нормы и правила туриста,
- правила упаковки и переноски продуктов в рюкзаке,
- правила организации питания, приготовление пищи на костре,
- личную и командную технику преодоления естественных и искусственных препятствий,
- основные приёмы страховки.
- правила и способы маркировки веревки,

- правила прохождения технических этапов туристской полосы препятствий,
- способы обработки ран, правила наложения ватно-марлевой повязки,
- способы ориентирования по местным признакам.
- историю своего населенного пункта.

будут уметь:

- составлять меню из списка продуктов для однодневного похода,
- готовить пищу на костере,
- упаковывать и переносить продукты в рюкзаке,
- соблюдать правила и режима движения, питьевой режим,
- ремонтировать, подгонять личное и групповое снаряжение,
- уметь преодолевать естественные и искусственные препятствия дистанций 1-го и 2-го классов, используя страховку.
- наложить жгут, ватно-марлевую повязку,
- определять рельеф по карте, «читать» топографическую карту.

Личностные результаты

- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий
- развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности – качеств весьма важных в практической деятельности любого человека;
- воспитание чувства справедливости, ответственности;
- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;
- развитие нравственных качеств: трудолюбие, организованность, добросовестное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию;
- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- развитие мотивации, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- формирование умения ставить вопросы; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; определять цели, функции участников, способы взаимодействия.

По окончании четвертого года обучения

Предметные результаты- приобретение определенных знаний, умений, навыков, освоенных обучающимися в ходе изучения предмета:

- нормативные документы по туризму,
- основные требования к туристическому снаряжению,
- требования в выборе места для привала и ночлегов,
- правила поведения в палатке/шатре,
- приемы транспортировки пострадавших,
- правила прохождения технических этапов туристской полосы препятствий,
- основные приемы и способы иммобилизации и транспортировки пострадавшего,
- понятие «спортивная карта», отличие от топографической карты,
- способы защиты карты от непогоды в походе и на соревнованиях,
- историю края в период Великой Отечественной войны, памятники на территории города.

будут уметь:

- комплектовать личное и групповое снаряжение в зависимости от сезона и продолжительности,
- составлять план подготовки к многодневному походу,
- заготавливать, хранить дрова и разводить костер при неблагоприятных погодных условиях,
- организовывать бивак для отдыха и ночлега,
- уметь преодолевать естественные и искусственные препятствия дистанций 1-го и 2-го классов, используя специальное снаряжение,
- изготавливать носилки, волокуши для транспортировки пострадавшего,
- «читать» спортивную карту.

Личностные результаты

- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий
- развитие способности у обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, общественной активной личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;
- развитие нравственных качеств: трудолюбие, организованность, добросовестное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию;
- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- развитие мотивации, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- формирование умения ставить вопросы; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; определять цели, функции участников, способы взаимодействия.

Комплекс организационно-педагогических условий

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение. Основной учебной базой для проведения теоретических занятий является кабинет, спортзал. Для проведения практических занятий необходимы спортивная площадка, наличие туристического оборудования для походов и экспедиций, туристическое снаряжение индивидуального и группового характера.

1. Веревка основная, петли прусика,
2. Система страховочная (грудная обвязка, беседка),
3. Карабины с автоматически закручивающейся муфтой,
4. Блокировочная веревка (диаметром 10мм)
5. Жумар, устройство для спуска по вертикальным перилам типа «восьмерка»,
6. Компас жидкостный для ориентирования,
7. Костровое оборудование,
8. Каны (котлы) туристские,
9. Спальники,
10. Палатка туристская походная,
11. Коврик,
12. Рюкзак,
13. Топор походный.

Для проведения инструктажей необходимо иметь инструкции:

- правила по технике безопасности;
- правила пожарной безопасности;
- правила электробезопасности;
- правила дорожного движения.

Информационное обеспечение.

Учебные фильмы

«Начинающий ориентировщик или карта знает лучше»

<https://www.youtube.com/watch?v=OlhfP4OsU5s&t=1s>

Документальный фильм «Поехали по Уралу - Красноуфимск»

<https://www.youtube.com/watch?v=AJJpNzoHKGk>

«Как ориентироваться на местности»

<https://www.youtube.com/watch?v=heRW3luEBYA&t=35s>

«Почему компас показывает на север?»

<https://www.youtube.com/watch?v=KjvyzaipS4U&t=18s>

Презентации

Техника вязания узлов «Что такое узел?»

<https://drive.google.com/file/d/1rjEQGNFDIxrJ3ShBW8g9JxvfYODOu0ka/view>

Занятие по краеведению "Красноуфимск военный"

<https://docs.google.com/presentation/d/16XZBbti0ViiKNeIEfxkpdJjf6kCLRGGbIx5dJ9O9r0Y/edit#slide=id.p>

Интерактивная книга Краеведческого музея о памятниках природы нашего города «Город на семи холмах» <http://www.gelik.museum-kruf.ru/town/>

Интернет – источники

Электронная книга «Словарь туриста и краеведа

<https://drive.google.com/file/d/1typc9UamfmH7yfrsFMVVSZ9z35kPZO0lo/view>

Кадровое обеспечение. Реализация программы осуществляется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению "Образование и педагогика", соответствующую переподготовку без предъявления требований к стажу работы, инструкторскую квалификацию по направлению «Инструктор детско-юношеского туризма».

Методические материалы. Методика преподавания в творческом объединении базируется на пособиях: Спортивно - прикладной туризм: программа, разработки занятий,

рекомендации. 8-9 классы/ сост. В.А. Шкенеv, Козлова Ю.В., Ярошенко В.В. Туристский клуб для школьников: Пособие для руководителя.

Программа учитывает содержание нормативных документов по туристско-краеведческой работе с учащимися: «Инструкцию по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами РФ», «Общими требованиями по технике безопасности при проведении туристских походов, слетов, соревнований, лагерных сборов».

Обучение основывается на следующих принципах обучения: лично - ориентированного подхода, природосообразности, вариативности, практической направленности, культуросообразности, свободы выбора решения и самостоятельности в их реализации, сотрудничества и ответственности, систематичности, последовательности и наглядности в обучении. Кроме того, используются элементы следующих педагогических технологий: лично-ориентированный подход, здоровьесберегающие, интерактивные (игровые) технологии, технология педагогического сотрудничества и другие.

Методы обучения:

- словесные (индивидуальные и групповые беседы, рассказ, объяснения, анализ);
- наглядные (беседа и рассказ сопровождается компьютерными презентациями, демонстрацией наглядного материала, в т.ч. просмотр видеofilьмов, иллюстраций);
- репродуктивные (выполнение задания по образцу).
- практический (экскурсии, игры, упражнения, описание исторических и архитектурных объектов, конкурсы, составление и решение краеведческих кроссвордов, туристическое и историческое ориентирование, походы выходного дня и пр).

Гибкая система дополнительного образования позволяет подходить к обучению дифференцированно, в зависимости от потребностей обучающихся, их желания и способностей.

В процессе обучения педагог ориентируется на стимулирование обучающихся, на создание благоприятной эмоциональной обстановки, атмосферы сотворчества, сотрудничества, комфортного психологического климата.

Основные слагаемые комфортного психологического климата:

1. Чёткая организация занятий (когда каждый обучающийся занят интересной деятельностью).
2. Похвала за любой маленький и большой успех.
3. Доверительные и доброжелательные отношения педагога с обучающимися.
4. Товарищеские и дружеские отношения между обучающимися.

Формы аттестации и оценочные материалы

Периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программе осуществляется согласно календарного учебного графика.

Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся:

Входной контроль проводится в форме собеседования с целью выявления стартовых возможностей обучающихся, мотивов выбора творческого объединения (оценочный материал - опросник).

Текущий контроль успеваемости проводится после прохождения каждой темы учебного плана программы.

Методы контроля:

- наблюдение за качеством выполнения практического задания обучающимися в процессе работы (оценочный материал – лист наблюдения);
- анализ продуктов деятельности (оценочный материал – карта анализа продуктов деятельности);
- контрольное задание на выполнение практической работы (оценочный материал – экспертный лист).

Промежуточная аттестация обучающихся проводится по итогам 1 полугодия и по окончании учебного года обучения. Цель промежуточной аттестации: выявление уровня сформированных знаний, умений и навыков в соответствии с программными требованиями,

уровня развития личностных качеств обучающегося в соответствии с прогнозируемыми результатами программы. Промежуточная аттестация обучающихся строится на принципах научности, учёта индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся, специфики деятельности детского творческого объединения и конкретного периода обучения.

Формы промежуточной аттестации обучающихся – теоретическая подготовка по программе и практическая часть (уровень освоения практических навыков жизнеобеспечения в природной среде, в том числе через участие в соревнованиях по технике и тактике туризма, ориентированию, походах). Оценочный материал – протокол контрольного занятия. На основании протоколов соревнований по туристской технике присваиваются разряды.

Цель итоговой аттестации обучающихся: оценка качества образования в соответствии с прогнозируемыми результатами программы.

Показатели оценки результатов обучения по программе:

- теоретическая подготовка обучающихся по программе (теоретические знания по основным темам учебного плана программы);
- практическая подготовка обучающихся по программе (практические умения и навыки по основным темам учебного плана, предусмотренные программой);
- общеучебные умения и навыки обучающихся по программе (учебно- интеллектуальные умения, учебно-организационные умения);
- предметные достижения обучающихся;
- участие в образовательном процессе.

Для осуществления текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся к программе разработаны контрольно - измерительные материалы, в которых конкретизируются формы, цели, содержание, методы, текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся, формируется система оценивания с учетом специфики программы, методических особенностей:

- опросник для проведения входного контроля;
- экспертные листы;
- протокол контрольного занятия;
- лист наблюдения.

Кроме того, контрольно-измерительные материалы предусматривают не только проведение текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программе, но и оценку удовлетворённости качеством дополнительных образовательных услуг.

Согласно Положению о системе поощрения в детском туризме (ФГБОУ ДО ФЦДЮТИК от 30.05.2018г), обучающиеся, выполнившие соответствующие нормативы, могут быть представлены к награждению тематическими значками «Юный путешественник России 1-9 степени», «Юный турист России».

Список литературы

1. Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации. М., Приказ Мин. образования РФ № 293 1992г.
2. Козлова Ю.В. В поход с классом: Пособие для классного руководителя. – М.: ТЦ Сфера, 2004
3. Козлова Ю.В., Ярошенко В.В. Туристский клуб для школьников: Пособие для руководителя. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 224с.
4. Спортивно-прикладной туризм: программа, разработки занятий, рекомендации. 8-9 классы/ сост. В.А. Шкенеv. – Волгоград: Учитель, 2009. – 317с.
5. Правила соревнований по спортивному туризму. Туристско-спортивный союз России. – М., 2013
6. Программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. / П.В. Степанов, С.В. Сизяев, Т.Н. Сафронов. – М.: Просвещение, 2011. – 80с.
7. Регламент по виду спорта «спортивный туризм» по группе дисциплин «дистанции - лыжные». ТССР. – М., 2014
8. Регламент по виду спорта «спортивный туризм» по группе дисциплин «дистанции - пешеходные». ТССР. – М., 2019
9. Туризм и спортивное ориентирование: Уч. пособие / Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 208с.

Литература для обучающихся

1. Васфилова Е.С., Воробьева Т.А. Лекарственные растения Среднего Урала: Справочник-определитель. - Екатеринбург: ИД «Сократ», 2008. – 328с.
2. Зотова Н.В. Все о выживании в походе. Азбука туриста. – Х.: Веста, 2010. – 64с.
3. Кулагина Г.А. Веселая энциклопедия уральских следопытов: 100 игр по истории, культуре, географии Урала. – Екатеринбург: «Издательский Дом СОКРАТ», 2006. – 512с.
4. Матвеев А.К. Географические названия Урала: Топонимический словарь. – Екатеринбург: ИД «Сократ», 2008. – 352с.
5. Митраков В.К. Калейдоскоп туристических игр. Михайловка: ЦДЮТиЭ, 2000
6. Природный парк: Оленьи ручьи/ сост. А Рычков. – Реж: «Издательство «Малыш и Карлсон», 2006
7. Савенко Е.В. Путешествуем по Уралу. Книга для любителей путешествий, начинающих туристов и фотографов. – Екатеринбург, 2004
8. Сосновская Р.Л. Идем в поход!? Советы начинающему туристу. 2-е издание. Москва: Товарищество научных изданий КМК. 2012. – 110с.
9. Усыскин Г.С. В парке, в классе, в лесу. Игры и соревнования юных туристов. М.: ЦДЮТиК, 2001

Нормативно-правовые документы

1. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждённая распоряжением правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р.
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11. 2018 г. № 196 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Приказ Министерства просвещения РФ и Министерства экономического развития РФ от 19 декабря 2019 г. № 702/811 “Об утверждении общих требований к организации и проведению природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождения туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей,

проводимых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления».