

Управление образования Администрации города Ижевска  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №73»

Принято на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 8  
от «29» августа 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
туристско-краеведческая направленности  
«Мы туристы»

Уровень сложности: базовый  
Возраст обучающихся: 10-13 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Беляева Мария  
Юрьевна  
Учитель географии МБОУ СОШ  
№73

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мы туристы» составлена в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации в области образования на основании нормативно-правовых документов.

**Актуальность программы.** Занятия кружка носят преимущественно практический характер, на занятиях учащиеся приобретают умения и навыки по спортивному ориентированию, топографии, краеведению, походной жизни, учатся преодолевать трудности, связанные с ночёвкой, адаптацией к местности, овладевают навыками полного самообслуживания, участвуют в общественно полезной работе. Основы теоретических знаний закрепляются на практике во время учебно-тренировочных выходов, походов, что ведёт к прочному усвоению материала и способствует выработке двигательных навыков, которые приходится применять в различной и часто меняющейся обстановке, повышению уровня физических качеств: быстроты, силы, выносливости, ловкости.

**Адресат программы:** обучающиеся 13-14 лет. Набор в объединения является свободным, осуществляется на добровольной основе; специальных знаний, умений и навыков не требуется. Наполняемость группы 12-15 человек. Группы смешанные (мальчики, девочки).

**Объем программы** – общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы 108ч.

**Срок освоения программы** – 9 месяцев согласно календарному учебному графику.

**Уровень реализации программы** – базовый.

**Формы организации образовательного процесса** – групповая

**Направленность программы** – туристско - краеведческая

Использование педагогических технологий:

- индивидуализация обучения (каждому отводится время, соответствующее его личным способностям и возможностям, чтобы обеспечить усвоение необходимого учебного материала);
- технология коллективной творческой деятельности (организация совместной деятельности, при которой все члены коллектива участвуют в планировании, подготовке, осуществлении и анализе любого дела).

**Виды занятий по программе:** беседа, лекция, выполнение различных практических заданий, опрос, тестирование, туристические походы.

**Режим занятий** – продолжительность занятий составляет 3 академических часа. Через каждый час перерыв 10 минут.

**Язык обучения по программе** – русский.

**Форма обучения по программе** – очные занятия.

### 1.1. Цель и задачи программы

**Цель программы:** формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности туризма для укрепления собственного здоровья и организации активного отдыха.

С учетом индивидуальных и возрастных психологических особенностей обучающихся, при изучении курса дополнительного образования решаются следующие **основные задачи:**

- формирование знаний о туризме и его роли в укреплении здоровья;
- развить интерес к туризму;
- развить навыки использования туристическим инвентарем;
- содействовать воспитанию устойчивого интереса к изучению туризма

содействовать воспитанию личностных качеств: целеустремленности, настойчивости, самостоятельности, чувства коллективизма и взаимной поддержки;

### **1.2. Формы контроля реализации программы**

Для определения результативности освоения программы проводится промежуточная и итоговая аттестация обучающихся. Промежуточная аттестация обучающихся проводится по итогам каждого учебного полугодия.

Контроль результатов обучения осуществляется через оценочный материал. При проведении аттестации используются формы: тестирование, соревнование, защита проекта.

В качестве основных средств текущего контроля используются: наблюдение, выполнение практических заданий.

### **1.3. Система оценки учебных достижений обучающихся**

Система оценки учебных достижений позволяет проследить связи процесса усвоения программного материала на разных его этапах, поэтому предполагает текущий (тематический) и итоговый контроль.

В качестве диагностического показателя самореализации обучающихся в процессе творческой познавательной деятельности выделены уровни успешности выполнения ребёнком самостоятельных познавательно-творческих задач.

*Высокий уровень* присущ тем детям, которые оперируют познавательным материалом в ходе решения задач (испытывают эмоциональную удовлетворённость от процесса и результата своей деятельности). Данный уровень характеризуется устойчивым интересом и самостоятельностью ребёнка в решении практических задач, проявлением инициативы, адекватной самооценкой результатов творческой деятельности, умением согласовывать свои действия с другими детьми в условиях коллективного выполнения практических заданий.

*Средний уровень* характерен для детей, понимающих взаимосвязи между фактами и познавательной информацией, оперирование которой необходимо для успешного выполнения задачи, но недостаточно самостоятельных в ходе решения практических задач, ограниченных в выборе познавательного материала, испытывающих эмоциональный дискомфорт при возникновении трудностей и необходимости их преодоления. Неустойчивом интерес к решению творческих задач, завышенной или заниженной самооценке, недостаточной сформированности умений действовать согласованно с другими детьми в процессе выполнения заданий.

*Низкий уровень* творческой самореализации наблюдается у тех детей, которые не склонны проявлять активность и самостоятельность в решении творческих задач, механически воспроизводят случайные факты, испытывают значительные трудности в оперировании ими, не могут установить и объяснить причинно-следственные связи в процессе решения познавательной задачи. На данном уровне у детей отсутствуют собственные творческие инициативы, наблюдается избегание самостоятельных решений, ориентация на образец и помощь взрослого, возникают трудности в установлении межличностных отношений при создании совместных творческих продуктов, выражена заниженная самооценка.

## 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п./п.	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
<i><b>I. Введение в туризм.</b></i>				
<b>1.1</b>	Вводное занятие.	1	1	-
<b>1.2</b>	Туризм в России. Виды туризма. Инструктаж по технике безопасности.	2	2	-
<b>Итого:</b>		<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
<i><b>II. Основы пешеходного туризма.</b></i>				
<b>2.1</b>	Туристские возможности родного края, природа и его история. Краеведческая работа в походе.	3	1	2
<b>2.2</b>	Особенности пешеходного туризма.	1	1	-
<b>2.3</b>	Туристское снаряжение. Рюкзаки.	3	1	2
<b>2.4</b>	Бивуак. Привалы и ночлеги.	4	2	2
<b>2.5</b>	Гигиена туриста. Медицинская подготовка туриста.	3	1	2
<b>2.6</b>	Организация и подготовка пешеходного похода.	6	5	1
<b>2.7</b>	Питание в туристском походе.	4	3	1
<b>2.8</b>	Ориентирование на местности. Топография.	9	3	6
<b>2.9</b>	Техника и тактика пешеходного похода. Спортивная подготовка туриста. Узлы.	17	3	14
<b>2.10</b>	Подготовка к походу выходного дня.	1	-	1
<b>2.11</b>	Поход в окрестности поселка.	8	2	6
<b>2.12</b>	Техника безопасности при проведении похода.	1	1	-
<b>2.13</b>	Подведение итогов похода. Составление отчетности.	3	2	1
<b>Итого:</b>		<b>63</b>	<b>25</b>	<b>38</b>

<i>III. Основы экологического туризма</i>				
<b>3.1</b>	Топография и ориентирование на местности.	8	3	5
<b>3.2</b>	Снаряжение.	7	5	2
<b>3.3</b>	Питание.	2	1	1
<b>3.4</b>	Привалы в полевых условиях, костры.	2	1	1
<b>3.5</b>	Гигиена туриста. Доврачебная медицинская помощь.	2	2	2
<b>3.6</b>	Организация и подготовка лыжного похода.	2	2	2
<b>3.7</b>	Техника безопасности при проведении похода.	2	2	-
<b>3.8</b>	Подготовка к походу выходного дня.	4	2	2
<b>3.9</b>	Поход выходного дня.	6	-	6
<b>3.10</b>	Подведение итогов похода выходного дня. Составление отчетности.	3	1	2
<b>Итого:</b>		<b>34</b>	<b>16</b>	<b>19</b>
<b>Всего:</b>		<b>108</b>	<b>47</b>	<b>61</b>

## 2.1. Содержание программы

### 1. Вводное занятие

*Теоретическая часть.* Инструктаж по технике безопасности. Задачи кружка на новый учебный год. Обсуждение программ и планов. Организационные вопросы. Режим работы группы.

**1.2 Теоретическая часть.** Инструкция по технике безопасности, рассказ про виды туризма в России.

### 2. Раздел «Основы пешеходного туризма».

**2.1 Теоретическая часть:** Обзор программной среды «Мы туристы» Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Федерация туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме.

*Практическая часть:* Организованная экскурсия

**2.2 Теоретическая часть:** Обзор программной среды Дальнейшее углубление знаний о своем крае: физико-географическое положение и границы района, области. История заселения и освоения. Краеведческая и экскурсионная работа в походе. Проведение краеведческих наблюдений, ведение путевых записей: личный и групповой дневник, описание пути движения. Сбор краеведческих материалов.

*Практическая часть:* Работа с картой области, района определение по карте географического положения, крайних точек и границ района. Определение по карте расстояний от своего населенного пункта до районного и областного центра. Изготовление контурной карты и нанесение на нее интересных объектов. «Путешествия» по карте. Описание рельефа территории, климата.

### **2.3 Теоретическая часть:** Обзор программной среды «Мы туристы»

Групповое и личное снаряжение. Перечень личного снаряжения для похода, требования к нему. Одежда и обувь для летнего похода. Подготовка личного снаряжения к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда. Топоры, пилы. Хозяйственный набор: костровое оборудование, рукавицы, ножи, половник. Самодельное снаряжение, не причиняющее вреда природе. Правила хранения и эксплуатации туристского снаряжения. Ремонтный набор, аптечка. Типы рюкзаков. Преимущества и недостатки различных рюкзаков. Правила укладки рюкзаков.

*Практическая часть:* Выполнение тестовых заданий, туристские эстафеты. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Проведение игры «Что взять с собой в поход». Уход за снаряжением, его ремонт.

**2.4 Теоретическая часть:** обзор программной среды «Мы туристы» Назначение привалов, периодичность и продолжительность привалов в зависимости от условий перехода. Требования к местам привалов и ночлегов, их безопасность. Устройство ночлега в полевых условиях: выбор места, планировка лагеря, распределение работы. Установка палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Типы костров и их назначение. Правила разведения костра. Заготовка дров. Правила работы с топором и пилой. Правила хранения и переноски колюще-режущих предметов. Варка пищи, сушка одежды и обуви. Дежурство. Снятие лагеря. Санитарные правила. Противопожарные меры. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Охрана природы на местах привалов и ночлегов. Нормы поведения туристов в населенных пунктах. Организация ночлегов в помещении. Игры в пути и на привале. Туристическая песня.

*Практическая часть:* Организация бивака в полевых условиях. Установка и снятие палатки. Обучение пользованию топором, пилой лопатой, ремонтным инструментом. Техника разведения костра. Разучивание игр. Разучивание и исполнение туристических песен.

**2.5 Теоретическая часть:** Обзор программной среды «Мы туристы» Личная гигиена туриста. Уход за ногами и обувью в походе. Питьевой режим, гигиена и режим питания. Значение систематического медицинского осмотра. Самоконтроль в походе. Предупреждение потертостей, тепловых и солнечных ударов. Первая (доврачебная) помощь в походе: при ожоге, повреждении кожного покрова, кровотечении, растяжении связок, вывихе, переломе, отравлении, тепловом и солнечном ударе. Наложение повязок, искусственное дыхание, транспортировка заболевшего. Примерный состав медицинской аптечки для похода выходного дня.

*Практическая часть:* Формирование медицинской аптечки на поход выходного дня. Приёмы транспортировки пострадавшего, транспортировка пострадавшего. Оказание первой доврачебной помощи, перевязки при несложном ранении.

**2.6 Теоретическая часть:** Обзор программной среды «Мы туристы» Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ. Принципы подбора группы. Распределение обязанностей. Подбор материала о районе похода. Смета похода. Проверка готовности группы к походу на местности. Сообщения о прохождении маршрута. Порядок движения на маршруте. Режим дня. Права и обязанности руководителя и участников похода. Ведение дневниковых записей. Фотографирование в походе.

*Практическая часть:* Составление плана подготовки похода. Разработка и изучение маршрута похода. Составление сметы похода. Подготовка группового и специального снаряжения.

**2.7 Теоретическая часть:** Обзор программной среды «Мы туристы» Значение правильной организации питания. Калорийность пищи. Примерный набор продуктов питания для похода. Требования к продовольствию. Составление меню и раскладок. Упаковка и транспортировка продуктов. Режим питания в походе. Приготовление пищи в походных условиях. Санитарные требования. Учет расхода продуктов питания. Водно-солевой режим. Простейшие способы очистки и обеззараживания воды. Подбор продуктов питания для похода выходного дня. Приготовление пищи на костре. Режим питания в походе.

Костровые принадлежности для приготовления пищи. Два варианта организации питания в походе выходного дня: бутерброды, приготовление горячих блюд.

*Практическая часть:* Составление меню на поход выходного дня. Закупка, фасовка, транспортировка продуктов питания. Составление меню и раскладки с учетом калорийности. Опыты по очистке воды. Кипячение, марганцовка, активированный уголь и т.д.

**2.8 Теоретическая часть:** Обзор программной среды «Мы туристы» Типы компасов. Устройство компаса и его применение. Правила обращения с компасом. Понятие о магнитном склонении. Азимут и движение по нему. Ориентир, что может служить ориентиром. Обратный азимут. Ориентация на местности по карте, компасу и местным предметам. Определение сторон горизонта по местным предметам, часам и солнцу. Для чего в походе необходимо измерять расстояния. Способы измерения расстояний на местности и на карте. Средний шаг. Глазомер. Визирование. Прямые и обратные засечки. Значение топографии и ориентирования для туристов. Краткие сведения о спортивном ориентировании, виды и правила соревнований. Виды карт,

используемых туристами, их характеристика. Основные сведения о карте, условные основные обозначения. Обращение с картой в походе, чтение карты: ориентация, определение масштаба, измерение расстояний, составление схемы маршрута. Топографическая подготовка. Роль топографических знаков на плане и карте. Условные знаки, группы знаков, цвет, формы и размеры знаков. Зарисовка топографических знаков по группам (65 знаков). Объяснение знаков и незнакомых местных предметов.

*Практическая часть:* Движение по компасу, составление пешеходных маршрутов. определение сторон горизонта с помощью компаса, нахождение предмета по азимуту. Движение по азимуту, измерение азимутов различных направлений на местности и расстоянии. Измерение своего среднего шага. Упражнение на глазомерную оценку азимута. Тренировка глазомера. Упражнения на смешанное ориентирование без применения компаса. Чтение карты, упражнения по определению масштаба, измерение расстояний по карте. Измерение на карте азимутов и расстояний заданных линий (маршрутов). Зарисовка топографических знаков. Оповознавание знаков на карте. Учебные тренировки в движении по азимуту, глазомеру. Учебные соревнования по прохождению азимутальных маршрутов.

### **2.9 Теоретическая часть:** Обзор программной среды «Мы туристы»

Техника передвижения и преодоления естественных препятствий. Характеристика естественных препятствий, встречающихся в пешеходном путешествии. Техника движения в различных условиях. Организация переправ через водные преграды. Переправа по кладу и в брод. Основные правила движения группы. Темп и режим движения. Движения по дорогам, тропе, болоту, по лесу без дорог и троп, движения на подъёмах и спусках, движения в темноте. Значение физической подготовки для туриста. Основные физические и морально-волевые качества необходимые туристу (сила, выносливость, быстрота). Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка, упражнения для укрепления и развития рук и плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног, беговые тренировки. Узлы, их назначение (прямой, булинь, удавка).

*Практическая часть:* Преодоление крутых склонов, зарослей, завалов. Переправа по кладу и в брод. Подъём по склону его траверс; преодоление канавы с использованием подвесной верёвки ("маятник"); шеста; преодоление завала. Отработка движения колонной, по дорогам, тропам, пересеченной местности (кочки, паутина). Эстафеты, подвижные игры на воздухе, в спортивном зале. Общеразвивающие упражнения, специальные беговые упражнения, кроссовая, силовая подготовка. Спортивные игры. Вязка туристских узлов (прямой, булинь, схватывающий). Работа с веревками. Работа с карабинами.

**2.10 Теоретическая часть:** Обзор программной среды «Мы туристы» Определение цели и района похода, комплектование группы и распределение обязанностей. Разработка маршрута, подбор картографического материала, составление схемы и графика движения. Смета похода.

*Практическая часть:* Разработка маршрута, оформление маршрутных документов. Подготовка снаряжения.

### **2.11 Теоретическая часть:** Обзор программной среды «Мы туристы»

Движение группы по карте. Преодоление естественных препятствий. Организация бивуака. Оказание помощи и транспортировка условно пострадавшего.



**2.12 Теоретическая часть:** Обзор программной среды «Мы туристы» Дисциплина в походе и на занятии - основа безопасности. Порядок движения группы на маршруте, обязанности направляющего и замыкающего. Нормы нагрузок в походе. Особенности организации и проведения походов с детьми. Режим дня. Возможные естественные препятствия и способы их преодоления. Обеспечение безопасности в походе выходного дня. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.

**2.13 Теоретическая часть:** Обзор программной среды «Мы туристы» Составление отчета. Обсуждение итогов похода в группе. Приведение в порядок и сдача снаряжения.

*Практическая часть* Чистка, ремонт и сдача снаряжения на склад. Сочинение "Мой первый поход" ..

### **3. Раздел «Проектирование «Механические конструкции»»**

**3.1 Теоретическая часть:** Краткие сведения из истории лыжного туризма. Значение туристических походов и путешествий, особенности лыжного туризма, его проблемы и перспективы дальнейшего развития.

*Практическая часть:* знакомство с лыжной техникой

**3.2 Теоретическая часть:** Техника движения на лыжах с рюкзаком. Виды маршрутов, их относительные преимущества и недостатки. Планирование похода: величина дневных переходов, скорость и ритм движения, количество, периодичность и продолжительность привалов. Выбор места бивуака. Значение физической подготовки для туриста-лыжника. Воспитание выносливости, ловкости и силы. Закаливание организма. Страховка, самостраховка и меры безопасности в походе. Инструктаж по технике безопасности на занятиях лыжным туризмом.

*Практические занятия.* Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Походный строй, направляющий, замыкающий и их обязанности. Темп и ритм движения. Тропление лыжни. Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах с рюкзаком. Постепенное увеличение нагрузок: протяженности маршрутов, скорости движения, веса рюкзака. Подъемы, спуски, повороты, торможения. Остановка падением. Меры предосторожности, страховки и самостраховки.

**3.3 Теоретическая часть:** Содержание краеведческой работы: сбор материалов по истории родного края, поисковая работа, наблюдения в лесу, в поле, метеонаблюдения. Ведение дневника, описание маршрута, фотографирование, зарисовки. Закон об охране природы. Правила разведение костров. Запрещение порубок зеленых деревьев.

*Практические занятия.* Сбор материала о ветеранах Великой Отечественной войны, ветеранах труда. Развитие наблюдательности: лес зимой, следы на снегу, птицы. Признаки резкого изменения погоды. Фотографирование, зарисовки.

**3.4 Теоретическая часть:** Характеристика естественных препятствий в лыжном походе: глубокий рыхлый снег, наледи, гололед, заснеженные и обледенелые склоны, завалы в лесу и кустарниковые заросли, канавы и бугры на лыжне, сильный ветер, снегопад и др. Техника преодоления естественных препятствий и меры безопасности при их

преодолении. Обязанности руководителя и участников по обеспечению мер предосторожности и самостраховки.

**Практические занятия.** Движение на лыжах в лесу и по пересеченной местности, по заснеженным и обледенелым склонам, способы преодоления препятствий. Меры по обеспечению безопасности, страховка, самозадержание, самостраховка.

**3.5 Теоретическая часть:** Значение для туриста знания топографии и умения ориентироваться на местности. Условные основные топографические знаки и способы изображения рельефа местности. Организация и порядок движения по азимуту на открытой местности, в кустах, в лесу. Определение сторон горизонта по компасу, часам, солнцу, Полярной звезде, местным предметам и различным признакам. Ориентирование на местности с помощью карты, чтение карты. Простейшие способы определения своего местонахождения.

**Практические занятия.** Определение сторон горизонта по часам. Ориентирование на местности с помощью компаса. Подготовка данных для движения по азимуту в виде таблиц, схем. Учебные тренировки на лыжах по азимуту на открытой местности, в кустах, в лесу. Контроль правильности направления. Обход препятствий. Топографический диктант.

**3.6** Общественное снаряжение и требования к нему. Различные типы зимних палаток (материал, размеры, формы). Многоместные спальные мешки, подстилки. Костровое имущество (сетки, тросик, варочная посуда), пилы, топор, печка, подготовка их к транспортировке и переноска в рюкзаке. Ремонтный набор. Личное снаряжение и требования к нему: малый вес, хорошие теплоизоляционные свойства, не продуваемость. Подбор и способы утепления обуви. Лыжи и лыжные крепления. Подготовка лыж к походу. Одежда и обувь туриста-лыжника, умение правильно одеться. Сушка одежды и обуви, ремонт снаряжения в походе.

**Практические занятия.** Установка и подгонка лыжных креплений. Состав и комплектование ремонтного набора для лыжного похода.

**3.7 Теоретическая часть:** Значение правильной организации питания. Режим питания и калорийность пищи в зависимости от сложности маршрута и температурных условий. Роль белков, жиров, углеводов и витаминов. Примерный набор и дневная норма расхода продуктов. Расчет необходимого количества продуктов на поход. Подготовка, расфасовка и транспортировка продуктов, их учет, сохранение. Приготовление пищи на костре.

**3.8 Теоретическая часть:** Назначение, периодичность и продолжительность привалов. Организация бивуака, выбор места для палатки и костра, распределение работ, установка палатки. Меры предосторожности при бивуачных работах, заготовка дров, варка пищи, дежурство у костра. Сушка обуви и одежды у костра. Виды костров.

**Практические занятия.** Организация бивуака, выбор места для палатки и костра, распределение работ, установка палатки. Устройство ветрозащитной стенки.

**3.9 Теоретическая часть:** соблюдение правил личной гигиены в походе. Основные травмы и их предупреждение, заболевания, их симптомы и предупреждение, лечение в походных условиях.

**Практические занятия.** Обработка ран, наложение повязок и шин. Изготовление волокуши для транспортировки условно пострадавшего. Транспортировка заболевшего в зимнем походе.

**3.10** Разработка маршрута, графика движения, составление сметы расходов. Комплектование группы и распределение обязанностей. Подготовка группового, личного снаряжения, организация питания в походе.

**Практические занятия.** Разработка маршрута. Составление сметы расходов.

## **2.2.Ожидаемые результаты**

*Предметные результаты освоения программы:*

Обучить основам безопасности, организации быта в походах, экспедициях;  
- расширить знания средней школе;

*Метапредметные результаты освоения программы:*

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

*Личностные результаты освоения программы:*

- воспитывать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;  
- воспитывать коллективизм, способствовать освоению стандартов культуры труда и общения;  
- воспитывать самообладание и силу воли;  
- формировать умение видеть красоту окружающего мира;  
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни;  
- корректировать отклоняющееся поведение.  
- формирование положительного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к природе, как основным ценностям в жизни человека, к Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям;

### 2.3. Формы контроля

Формой итогового контроля является: практическое задание.

В течение года наиболее распространённой формой контроля является наблюдение, данная форма контроля позволяет диагностировать уровень сформированности этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Так же благодаря этому педагог имеет возможность оценить качество выполняемой работы, аккуратность, точность и проверить уровень освоения практических навыков. Это даёт педагогу возможность внести коррективы в воспитательную работу, определить кому нужна конкретная помощь в том или ином виде практической деятельности. В конце года проходят соревнования по командам и подводятся итоги.

Уровень сформированности умений и навыков работы с инвентарем отслеживается во время практических работ.

Выявление уровня освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы происходит путем подсчета общего количества баллов.

#### Контроль личностных результатов

Форма контроля: *соревнование*.

Общие критерии оценки личностных результатов:

- самостоятельное решение выхода из ситуации;
- развитие чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувств других людей;
- умение самостоятельно нести ответственность за свои поступки.

Критерии оценки: 2 – соответствует критерию; 1 – соответствует частично; 0 – не соответствует.

Уровни освоения программы: «В» – высокий уровень – от 1,76 до 2 баллов; «С» – средний уровень – от 1 до 1,75 баллов; «Н» – низкий уровень – от 0 до 0,99 баллов.

#### Контроль метапредметных результатов

Форма контроля: *соревнование*.

Общие критерии оценки метапредметных результатов:

- умение осваивать способы решения проблем творческого и поискового характера;
- умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- овладение элементами логических действий сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установление аналогий и причинно-следственных связей, построение рассуждений;
- умение признавать различные точки зрения и право каждого иметь свою точку зрения и оценку событий;
- умение определять общую цель и путей её достижения.

Критерии оценки: 2 – соответствует критерию; 1 – соответствует частично; 0 – не соответствует.

Уровни освоения программы: «В» – высокий уровень – от 1,76 до 2 баллов; «С» – средний уровень – от 1 до 1,75 баллов; «Н» – низкий уровень – от 0 до 0,99 баллов.

## Контроль предметных результатов.

### Контроль практических умений.

Форма контроля: выполнение практического задания

Этапы	Критерии
1.	1. Оригинальность и качество решения – Цели и задачи проекта четко сформулированы.. Продемонстрированы оригинальные подходы к решению задачи. Проект обладает практической значимостью.

Критерии оценки: 2 – соответствует критерию; 1 – соответствует частично; 0 – не соответствует.

Уровни освоения программы: «В» – высокий уровень – от 1,76 до 2 баллов; «С» – средний уровень – от 1 до 1,75 баллов; «Н» – низкий уровень – от 0 до 0,99 баллов.

### Промежуточный контроль теоретических знаний (I полугодие)

Форма контроля: *тест*.

Вопрос 1. Спортивно-оздоровительный туризм это -

- эффективное средство физического и нравственного совершенствования человека. Средство физического воспитания и активного отдыха, проводимого в здоровых горных условиях. восхождение на горные вершины со спортивной или исследовательской целью
- эффективное средство духовного и физического развития личности, воспитания бережного отношения к природе, взаимопонимания и взаимоуважения между народами и нациями;
- Форма "народной дипломатии" основанной на реальном знакомстве с жизнью, историей, культурой, обычаями народов, наиболее демократичный вид отдыха, характеризующийся специфической формой народного творчества, свободным выбором формы собственной активности всех социально-демографических групп населения, начиная с детей дошкольного возраста заканчивая пенсионерами

Вопрос 2. Какие виды туризма существуют?

- Хайкинг
- Спелео
- Лыжный
- Промышленный

Вопрос 3. Систему туристических соревнований можно разделить на

- СТС (рекреационно-туристские соревнования)
- СОТ (спортивно-оздоровительный туризм)
- РТС (спортивно-туристские соревнования)
- ЗУН (закрепление знаний, умений и навыков)

Вопрос 4. Целью рекреационных туристских соревнований является

- активный отдых участников, максимально полное восстановление их физических, духовных, интеллектуальных сил и возможностей.
- выполнение требований для присуждения очередных спортивных разрядов и званий

Вопрос 5. Что обязательно должно быть при себе в туристическом походе

- Медикаменты
- Продукты питания
- Навигатор

Вопрос 6. Первостепенно комплекс мероприятий по организации и подготовке похода включает

- Подсчёт количества участников
- Проверка снаряжения
- Определение целей и задач похода

Вопрос 7. Туриады это

- Заочные соревнования
- чемпионаты по туризму и проводившиеся на основании отчетов туристских групп о совершенных походах
- спортивные походы туристских групп, проводимые в одном, заданном районе.

Вопрос 8.. Какой из перечисленных видов не относится к туризму?

- а) пешеходный;
- б) лыжный;
- в) водный;
- г) велосипедный;
- д) авиационный.

Вопрос 9. Какие предметы относятся к групповому снаряжению?

- а) палатка, ремонтный набор, костровое оборудование;
- б) спальный мешок, рюкзак, топор;
- в) кружка, медицинская аптечка, накидка от дождя.

Вопрос 10. Разводить костер необходимо...

- а) по возможности на старом кострище;
- б) среди деревьев под нависающими ветвями;
- в) рядом с палатками

Критерии оценивания за каждый правильный ответ один балл, 10-9 – высокий уровень усвоения, 8-7 –средний уровень усвоения, 6 и менее – низкий.

### **Итоговый контроль практических умений.**

Форма контроля: тест и практическое задание

Время испытания 2 часа.

1. Какие виды туризма вы знаете?
2. На какие группы делится туристское снаряжение?
3. Какие предметы относятся к групповому снаряжению \_\_\_\_\_
4. Перечислите виды костров:  
\_\_\_\_\_
5. Условные знаки спортивных карт.  
Нарисуйте: возвышенность-  
одинокое стоящее дерево-  
болото –
6. Для чего используется узел:  
прямой \_\_\_\_\_
7. Какую роль в туристском походе выполняет:  
завхоз \_\_\_\_\_  
костровой \_\_\_\_\_
8. Если стать лицом к северу- то:  
сзади будет \_\_\_\_\_, слева \_\_\_\_\_ справа \_\_\_\_\_
9. Куда указывает ребро между двумя наименьшими цифрами на квартальном столбе?
  1. на восток
  2. на юг
  3. на север
10. Назовите по два вида ядовитых
  - а) цветковых растения \_\_\_\_\_
  - б) ягод \_\_\_\_\_
  - в) грибов \_\_\_\_\_

Критерии оценивания за каждый правильный ответ один балл, 10-9 – высокий уровень усвоения, 8-7 –средний уровень усвоения, 6 и менее – низкий.

## 2.4. Календарный учебный график

*Условные обозначения:* Т – теория, П – практика, К – контроль

*Примечание.* Июнь – июль - август – каникулы.

Год обучения	Количество часов в неделю	Временные периоды						Всего недель	Всего часов
		Сентябрь-октябрь (по неделям)	Ноябрь-декабрь (по неделям)	Январь	Январь-февраль (по неделям)	Март-апрель (по неделям)	Май (по неделям)		
		1-9	10-16	17	18-24	25-31	32-36	34	
1	2	ТП	ТП	ТК	ТП	ТП	ПК	36	108



### 3. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Обеспечение программы *методическими видами продукции*: отсутствуют.

*Рекомендации по проведению* практических работ, инструкции по охране труда;

*Дидактический и лекционный материалы* «Промежуточный контроль теоретических знаний» (I и II полугодия); лекционный материал по темам; карточки, раздаточный материал (решение задач, практикумы, самостоятельная работа).

### 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

#### 4.1. Материально-техническое оснащение

№ п/п	Наименование	Количество	Процент использования
1.	Учебный кабинет (включая типовую мебель)	1	100 %
2.	Ноутбук	1	100 %
3.	Палатки, коврики, рюкзаки, турист. снаряжение	5	100 %
4.	Медицинская аптечка	4	100 %
5.	Компас, карты	5	20 %
6.	Спортивный зал	1	20%
7.	Наглядно-демонстрационный материал	5	100%

#### 4.2. Информационное обеспечение

Для реализации данной программы необходимы информационное обеспечение:

- точка доступа к сети Интернет;
- флэш-накопители (USB);

#### 4.3. Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим педагогическое образование и необходимую квалификацию.

## **5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

### **5.1. Список литературы для педагога**

1. 1.Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. – М.: ЦЦЮТур МО РФ, 1995г. — [сайт] - URL: [https://turist.edu.yar.ru/konkursi\\_v\\_tsentre/turizm\\_normativnie\\_dokumenti/1\\_pravila\\_provedeniya\\_sorevnovaniy.pdf](https://turist.edu.yar.ru/konkursi_v_tsentre/turizm_normativnie_dokumenti/1_pravila_provedeniya_sorevnovaniy.pdf) (дата обращения 15.09.2023).
2. 2.В.И.Тыкул «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений). – М.: «Просвещение», 1990г. — [сайт] - URL: [https://tourlib.net/books\\_tourism/tykul.htm](https://tourlib.net/books_tourism/tykul.htm) (дата обращения 01.09.2023).
3. 3. К.В. Бардин «Азбука туризма». М., Просвещение, 1973. — [сайт] - URL: [https://tourlib.net/books\\_tourism/tykul.htm](https://tourlib.net/books_tourism/tykul.htm) (дата обращения 15.09.2023).
4. 4. Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1983г. — [сайт] - URL: [https://tourlib.net/books\\_tourism/tykul.htm](https://tourlib.net/books_tourism/tykul.htm) (дата обращения 11.09.2023).

### **5.2.Список литературы для обучающихся**

1. 5. Ю.С. Константинов «Туристская игротека». - М.: Владос, 2000г. . — [сайт] - URL: [https://tourlib.net/books\\_tourism/tykul.htm](https://tourlib.net/books_tourism/tykul.htm) (дата обращения 11.09.2023).
5. 6. М.Куприн «Умей ориентироваться на местности». - М.: ДОСААФ, 1969г. . — [сайт] -[https://tourlib.net/books\\_tourism/tykul.htm](https://tourlib.net/books_tourism/tykul.htm) (дата обращения 11.09.2023).
6. 7. Ю.Шальков «Здоровье туриста». – М.: Физкультура и спорт, 1987г. . — [сайт] - URL: [https://tourlib.net/books\\_tourism/tykul.htm](https://tourlib.net/books_tourism/tykul.htm) (дата обращения 11.09.2023).

## Программа воспитания

Программа предназначена для планирования и организации системной воспитательной деятельности в кружке. Воспитательная деятельность в кружке «Мы туристы» планируется и осуществляется на основе аксиологического, антропологического, культурно-исторического, системно-деятельностного, лично ориентированного подходов и с учетом принципов воспитания: гуманистической направленности воспитания, совместной деятельности детей и взрослых, следования нравственному примеру, безопасной жизнедеятельности, инклюзивности, возрастосообразности

**Цель** развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства

**Задачи:** приобретение соответствующего нормам, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социальнозначимых знаний); опыта поведения, общения, межличностных социальных отношений, применения полученных знаний;

№ п/п	Мероприятия	Сроки
1	Праздничная линейка «Снова вместе»	Сентябрь
3	Неделя творчества, посвященная Дню Матери. Беседа в объединении.	Ноябрь
4	Цикл мероприятий к Новому году	Декабрь
5	«Я хочу, чтобы гордость была за страну, чтоб красивым был прожитый день...», посвященный дню 23 февраля	Февраль
6	Игровая программа «А ну-ка, девочки», посвященная Международному женскому дню	Март
8	Участие в Дне здоровья	Май
9	Организация туристических полос для младших школьников	В течение года