

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №2
ГО Карпинск

СОГЛАСОВАНО
решением Педагогического совета
протокол № 01
от « 30 » августа 2023г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«ПЕШЕХОДНЫЙ ТУРИЗМ»
Возраст обучающихся 12-17 лет
Срок реализации – 2 года

Автор – составитель:
Гольц Инна Владимировна,
учитель географии и ОБЖ

г. Карпинск
2023

Пояснительная записка

Пеший туризм - самый распространенный и доступный вид туризма для обучающихся, основой которого является организация самостоятельного туристского похода, включающего в себя активный отдых, углубление знаний, полученных в школе на уроках географии, биологии, ОБЖ, математики, истории, литературы, физики и других специальных знаний.

Основанием для создания и реализации программы является следующая нормативная база:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. «Об утверждении СанПиН 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
7. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015г. №09-32-42 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
8. Распоряжение Правительства Свердловской области от 26.12.2018 № 646-РП «О создании в Свердловской области целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей»;
9. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года» от 30.03.2018г. 162-Д.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пешеходный туризм» относится к туристско-краеведческой направленности направленности.

Уровень освоения программы – базовый.

Актуальность программы заключается в том, что туристические походы и экскурсии очень привлекательны для детей, так как в них есть возможность постоянного совершенствования спортивного мастерства и изучения природного, культурного и исторического наследия своей малой родины. Содержание программы направлено на создание условий для укрепления и сохранения физического и психического здоровья обучающихся.

Цель: сохранение и укрепление здоровья, улучшение физической подготовленности и физического развития через туристскую деятельность.

Задачи:

Обучающие:

- расширить знания об истории развития туризма в России;
- сформировать систему знаний о пешеходных и лыжных дистанциях;
- обучить правилам и условиям проведения соревнований;
- обучить правилам соревнований и системы штрафов по спортивному туризму и ориентированию на личных, лично-командных и командных дистанциях;
- обучить навыкам работы с картой и компасом;
- обучить навыкам подбора туристского снаряжения;
- обучить продуктивному использованию интернет-технологий;
- сформировать систему специальных знаний по вопросам техники и тактики спортивного туризма, топографии и ориентирования;
- сформировать навыки бивачных работ.

Развивающие:

- способствовать развитию координации, гибкости, общей выносливости;
- способствовать развитию общих физических качеств.

Воспитательные:

- выработать организаторские навыки, лидерские качества в коллективе;
- развить навыки общения со сверстниками, установления прочных дружеских контактов;
- воспитать волевого, целеустремленного, закаленного спортсмена;
- воспитать гуманное отношение к природе, окружающей среде;
- воспитать позитивные коммуникативные способности личности в коллективе;

- формировать навыки организации самостоятельной работы.

Адресат программы: Данная программа ориентирована на детей в возрасте 12 –17 лет, набор носит свободный характер и обусловлен интересами обучающихся и их родителей.

Форма обучения: очная

Формы организации образовательного процесса – дифференцированное, групповое, индивидуальное, дистанционное обучение

Режим занятий: 2 часа в неделю

Объем программы:68 часов

Планируемые результаты:

Предметные:

- освоение образовательной программы;
- приобретение теоретических и практических навыков туристско – краеведческой деятельности;
- формирование практических навыков бережного отношения к природе, как составной части экологической культуры школьников;
- получение навыков ориентирования на местности различными способами, работы с топографическими картами;
- изучение порядка и правил оказания первой помощи, получение практических навыков в оказании первой помощи себе и окружающим;
- освоение и совершенствование общей физической подготовки.

Личностные

- Формирование общественной активности личности, гражданской позиции; Культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни, умения концентрироваться на достижении поставленной цели;
- Повышение конкурентоспособности выпускников образовательных организаций на основе высокого уровня полученного образования, сформированных личностных качеств и социально значимых компетенций.

Метапредметные

- Развитие мотивации к социально значимой деятельности, потребности в развитии навыков самообслуживания, организаторских способностей, ответственности, смелости, решительности, коммуникативности, развитие психологической устойчивости;
- участие в школьных, общегородских и региональных мероприятиях, не менее 80% обучающихся;
- включение в число победителей и призеров мероприятий, не менее 50% обучающихся.

Учебный план

1 год обучения

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Природа родного края, его история. Краеведческая работа в туристском походе	2	2	-	Викторина Диагностика
2	Подготовка похода	4	2	2	Тестирование Фотоотчет
3	Туристская группа в походе. Обеспечение безопасности	4	2	2	Практическая работа
4	Ориентирование по компасу	5	2	3	Викторина, зачет
5	Топографическая подготовка	5	2	3	Тестирование
6	Спортивная подготовка туриста	4	1	3	Практическая работа
7	Туристское снаряжение	3	1	2	Практическая работа
8	Туристский бивак	3	1	2	Зачет
9	Гигиена туриста	4	1	3	Наблюдение Мониторинг
	Итого:	34	14	20	

Учебный план

2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Туризм в России	2	2	-	Наблюдение Диагностика
2	Краеведение	4	2	2	Зачет Фотоотчет
3	Топографическая подготовка, ориентирование	8	2	6	Тестирование Участие в соревнованиях

4	Туристская подготовка, в т.ч.:	11	3	8	Практическая работа Викторина Зачет Участие в соревнованиях
4.1	Туристское хозяйство				
4.2	Тактика и техника пешеходного туризма				
4.3	Подготовка туристских походов				
5	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь	4	1	3	Тестирование Фотоотчет
6	Физическая подготовка	5	1	4	Зачет Мониторинг
	Итого:	34	11	23	

Содержание учебного плана

1 год обучения

Вводное занятие.

Теория: Беседа о туризме и о работе кружка, о значении туризма для человека и для государства. Виды туризма, особенности пешеходных походов. Рассказы об интересных походах и путешествиях (показ слайдов). Законы туристов.

1. Природа родного края, его история. Краеведческая работа о туристском походе.

Теория: Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые.

История края, памятные исторические места. Предприятия, колхозы и совхозы края. Знатные люди края. Роль туристов в охране памятников истории и культуры края. Охрана природы. Закон об охране природы. Краеведческая и экскурсионная работа в походах.

Практика: Знакомство с картой области. Проведение краеведческих викторин.

2. Подготовка похода.

Теория: Правила организации и проведения туристских походов. Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ.

Подбор группы. Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Обязанности командира туристской группы, завхозов, краеведа, старшего проводника и других ответственных лиц.

Сбор сведений о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого похода, посещение музеев и т. п.

Разработка маршрута, составление плана подготовки похода, плана-графика движения, сметы расходов. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения. Организация ночлегов в помещениях. Культура поведения туристов, их взаимоотношения с местными жителями. Значение дисциплины в походе. Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Укладка рюкзака.

Типичные ошибки туристов при укладке рюкзака. Подбор хранения картографического материала.

Практика: Разработка маршрутов и планов-графиков учебно-тренировочных походов. Подготовка группового и специального снаряжения, закупка, расфасовка и раскладка продуктов. Укладка рюкзаков. Составление графиков дежурств. Контрольные сборы: проверка личной и групповой готовности к выходам в походы.

3. Туристская группа в походе. Обеспечение безопасности.

Теория: Спортивное и краеведческое содержание похода. Значение активного способа передвижения и преодоления естественных препятствий на маршруте. Поход и прогулка. Виды естественных препятствий в пешеходном и лыжном туризме. Нормы переходов Строй, темп, режим, интервал, построение цепочки; их изменения в зависимости от различных условий. Шаг туриста, положение корпуса, рук при пешем и лыжном передвижении.

Движение по ровной, по сильно пересеченной местности, движение по лесу через кустарники и завалы, движение по заболоченной местности, движение по дорогам, по тропам и без троп. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями.

Практика: Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте: значение дисциплины, правильной оценки своих сил и умений. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.

Обязанности направляющего (проводника) и замыкающего. Режим ходового дня и режим на дневке. Правила поведения туристов на коротких привалах. Хронометраж движения группы по маршруту. Работа с картой в пути, разведки на маршруте.

4. Ориентирование по компасу.

Теория: Стороны горизонта. Устройство компаса Адрианова. Пользование компасом в походе. Азимут. Определение азимута по карте и на местности. Определение азимута на заданный ориентир, движение группы по азимутам на заданное расстояние.

Определение сторон горизонта по солнцу, звездам и местным признакам.

Практика: Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Определение направлений по заданным азимутам (прямые

засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка). Ориентирование карты по компасу. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.

5. Топографическая подготовка.

Теория: Ориентирование с помощью карты и компаса. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейным и числовыми масштабами. Курвиметр. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте.

Измерение направлений (азимутов) на карте. Транспортир. Ориентирование на маршруте с помощью карты и компаса.

Практика: Зарисовка топографических знаков (20—30 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. Топографический диктант. Разбор топографического диктанта. Повторение плохо усвоенных топографических знаков. Упражнения и задачи на масштаб, на превращение числового масштаба в именованный.

Проложение на карте маршрута по его текстовому описанию (по легенде).. Измерение на карте азимутов и расстояний заданных линий (маршрутов).

6. Спортивная подготовка туриста.

Теория: Понятие о категорийных путешествиях. Какие физические и морально-волевые качества необходимы путешественнику. Рассказы о мужестве и находчивости туристов, спортсменов, проявленных ими в годы войны на фронте, в тылу врага и в походах в мирное время.

Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Закаливание, комплекс утренней зарядки, маршевая подготовка, туристские нормативы комплекса ГТО.

Практика: Упражнения для укрепления и развития рук и плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног. Беговые тренировки. Нормативы юношеских разрядов по туризму. Разучивание комплекса утренней гимнастики.

7. Туристское снаряжение.

Теория: Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста-пешеходника, требования к каждому предмету.

Устройство туристской палатки, стойки и колышки для палаток. Тент к палатке. Уход за снаряжением и его ремонт. Правила укладки рюкзака.

Практика: Укладка рюкзака. Проведение игры «Что взять с собой в поход».

8. Туристский бивак.

Теория: Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Планировка бивака. Виды и производство хозяйственных работ на биваке (развертывание и свертывание бивака). Графики дежурств на биваках. Типы костров и их назначение. Костровое оборудование. Выбор и заготовка топлива. Сушка обуви и одежды. Общественно полезная работа на дневках. Охрана природы. Свертывание бивака. Противопожарные меры.

Питание в походе. Что такое калорийность пищи. Примерный набор продуктов питания для туристского похода. Расфасовка, упаковка и переноска продуктов. Что такое меню, как оно составляется. Учет расхода продуктов в пути. Водно-солевой режим в походе. Выбор и обеззараживание воды.

Практика: Расчет продуктов питания для двухдневного похода. Зарисовка схем правильной планировки бивака с учетом требований, предъявляемых к месту привала.

9. Гигиена туриста. Первая помощь пострадавшему.

Теория: Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста.

Купание в походе. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах. Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Самоконтроль туриста. Транспортировка пострадавшего.

Практика: Оказание первой доврачебной помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего.

Содержание учебного плана

2 год обучения

1. Туризм в России.

Теория: История развития туризма в России. Современная организация туризма в стране. Что такое краеведение? Достижения русских туристов. Что читать о туризме и путешествиях.

Виды туризма, формы туристских мероприятий.

Туристские слеты, соревнования и конкурсы. Значок «Турист России», разрядные нормативы по туризму, понятия о категориях сложности спортивных путешествий. Правила организации туристских походов: состав группы; права и обязанности членов туристской группы; порядок оформления путевых документов и маршрутно-квалификационных комиссиях (далее МКК).

Правила поведения туристов в походе: культура взаимоотношений с местными жителями, обеспечение безопасности в походе, соблюдение режима движения группы через

контрольные пункты, охрана природы, памятников истории и культуры.

2. Краеведение.

Теория: Дальнейшее углубление знаний о своем крае, районе: географическое положение и туристские возможности края, района: реки, озера, рельеф почвы, полезные ископаемые, климат, растительный и животный мир края, промышленность, сельское хозяйство. Население и культура, знатные люди района, края, история края, района, места боевой и трудовой славы, исторические и культурные памятники, музеи, интересные природные уголки. Типовое содержание отчета о туристском походе.

Практика: Подготовка и проведение краеведческого мероприятия (внутри объединения, внутри школы): викторина, краеведческая игра.

3. Топографическая подготовка и ориентирование.

Теория: Тактические свойства и виду местности. Что такое рельеф? Способы изображения рельефа на карте. Что такое горизонталь, сечение? Основные формы рельефа и изображения на топографической карте. Определение крутизны склона.

Практика: Описание местности по топографической карте.

План и карта. Виды и свойства карт. Километровая сетка, копирование карт. Что такое топографическая схема, маршрутная лента, обзорная карта? Обязанности топографа группы. Работа с картой на маршруте по ее дополнению и уточнению. Топографические условные знаки. Масштаб карты. Работа с картами разного масштаба и назначения.

Практика: Задания на запоминание условных знаков, топографический диктант. Вычерчивание топографической схемы. Работа с масштабом карты.

Условия ориентирования в походе на закрытой местности, при наличии и отсутствии карт, на местности бедной и богатой ориентирами. Способы и приемы ориентирования в различных условиях: летом и зимой. Работа с картой и компасом, определение по карте своего местонахождения, определение расстояний: измерение шагами, измерения по видимым деталям предметов, определение высоты тени предметов, определение сторон горизонта по растениям и поведению животных, по рельефу, почвам, ветру и снегу, ориентирование по звуку, следам, действия в случае потери ориентирования.

Практика: Ориентирование карты по компасу и компаса по карте. Ориентирование по местным признакам.

Виды ориентирования на туристских соревнованиях: по выбору, в заданном направлении, обозначенный и азимутальный маршруты, ориентирование по легенде, определение точки стояния (привязка).

Отработка различных видов ориентирования.

4. Туристская подготовка.

4.1 Туристское хозяйство.

Теория: Схема путешествия. Виды расходов. Обязанности казначея группы. Отчет тургруппы за произведенные расходы в походе.

Практика: Составление сметы расходов для многодневного похода.

Теория: Личное снаряжение, одежда и обувь туриста в дальнем походе: типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на лямках, изготовление непромокаемого вкладыша). Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, свитер, сменная обувь, беле, носки), предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, чехол для спального мешка). Альпеншток, его конструкция, изготовление, правила пользования. Прочие предметы личного снаряжения: блокнот, карандаши, ручка конверты, репшнур, туалетные принадлежности, посуда, очки часы, мешочки для упаковки снаряжения, планшет для карты, накомарник, запасные стельки, куски тесьмы, шнура и т.д. Как готовить личное снаряжение к походу.

Практика: Укладка рюкзака. Подготовка личного снаряжения к походу.

Теория: Групповое снаряжение. Особенности снаряжения для многодневных походов в малонаселенной местности. Типы палаток. Как подготовить палатку к походу? Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание в пути. Обязанности старосты по палатке. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хознабор): таганок, цепочки, крючки, рукавицы, сухое горючее, растопка, неприкосновенный запас спичек, ножей, клеенка столовая, фанерка, половник, мыло, горчица сухая, веревка, палка для размешивания, соль.

Практика: Установка палаток разного типа.

Теория: Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды. Топоры, пилы. Состав и назначение ремнабора, обязанности реммастера до и во время похода. Особенности снаряжения для зимнего похода. Специальное снаряжение группы для краеведческих работ. Документы, инструменты, основная и вспомогательная веревка, фотоаппараты, фонари. Обязанности завхоза группы по снаряжению.

Значение, режим и особенности организации питания туристов в спортивном походе. Весовые и калорийные нормы дневного рациона. Составление меню и расчет количества продуктов на каждый прием пищи. Правила раскладки продуктов по рюкзакам. Хранение и учет продуктов в пути. Обязанности завхоза по питанию. Обязанности дежурных по кухне. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре.

Практика: Составление меню для многодневного похода.

Теория: Привалы и бивуаки. Требования к месту бивуака: наличие питьевой воды, дров, изолированность от посторонних, безопасность при ухудшении походных условий. Эстетические требования к месту бивуака. Гигиенические требования к месту бивуака.

Место для подготовки палаток, использование полиэтиленовых пленок и полипеноуритановых ковриков. Оборудование походной постели. Правила поведения туристов в палатке.

Выбор места для костра. Типы костров и их назначение. Оборудование, инвентарь для костра и приготовления пищи. Использование походного примуса. Техника безопасности при работе с топором и пилой. Поведение туристов у костра, сушка одежды и обуви. Яма для отходов. Организация и способы мытья посуды в походе.

Практика: Выбор места и разведение костра. Техника безопасности при проведении бивуачных работ.

Теория: Правила безопасности при купаниях. Особенности организации ночлега в населенных пунктах. Основные правила соревнований по навыкам туристского быта.

4.2 Тактика и техника пешеходного туризма

Теория: Понятие техники и тактики пешеходного туризма. Причины аварийности пешеходных походов и их профилактика. Основные причины возникновения экстремальных ситуаций в походе:

- отставание одного или нескольких участников от группы;
- потеря ориентировки в сложных метеорологических условиях;
- утрата картографического материала;
- утрата снаряжения (утонуло, сгорело); нехватка продуктов питания;
- тяжелое заболевание участника похода;
- травма участника похода при преодолении сложных участков или бивуачных работах;
- стихийные бедствия в районе похода (лесные пожары, лавины, затяжные дожди, сели, наводнения, грозы).

Навесная переправа, спуск, подъем со страховкой, переправа по перилам, траверс склона, переправа «маятник».

Практика: Отработка технических приемов.

Теория: Взаимопомощь туристов, понятие о само и взаимостраховке. Законы туристской дружбы. Волевые качества туриста. Психологическая совместимость.

Основные правила поведения туристов в строю, обеспечение безопасности при движении по магистралям. Шаг, темп, интервал. Тоже при движении по дорогам и тропам, при подъемах и спусках.

Переправы через реки. Переправа через бревно со страховкой и переправа вброд.

Практика: Отработка технических приемов. Основные узлы. Страховочная система. Вязка узлов на время. Одевание страховочной системы.

Виды, содержание и правила соревнований юных туристов по туристской технике.

4.3. Подготовка туристских походов.

Теория: Выбор маршрута походов. Подборочный расчет времени переездов, переходов, привалов и краеведческой работы в пути, составление плана-графика похода.

Практика: Хозяйственная и техническая подготовка похода.

5. Физическая подготовка

Теория: Значение физической подготовки и выносливости. Техника бега при спортивном ориентировании. Понятие об атлетической гимнастике. Расположение основных мышц на теле человека. Соблюдение техники безопасности при работе со снарядами в зале.

Практика: Разминка. Занятия по индивидуальным комплексам. Растяжка. Кроссовая подготовка. Челночный бег.

Формы аттестации и контроля

Мониторинг образовательной деятельности проводится по мере освоения обучающимися программы во время практических занятий в форме педагогического наблюдения и выборочного опроса по отдельным важным вопросам программы. В течение всего периода обучения педагог ведет индивидуальное наблюдение за творческим и физическим развитием каждого обучаемого. Контроль результатов развития обучающихся проводится в три этапа:

Входная диагностика. Проводится в сентябре с целью выявления уровня знаний и умений. Диагностика проводится в форме беседы. Во время проведения входной диагностики педагог заполняет информационную карту.

Текущий контроль. Осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств обучающихся.

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- участие в соревнованиях;
- сдача нормативов физической подготовки;
- выполнение тестовых заданий на знание основ спортивного туризма, основ психологии, первой помощи, организации быта и приготовления пищи;
- решение ситуационных задач (кейсов);
- выполнение практической работы по подготовке к походу выходного дня;
- выполнение практической работы в природных условиях по ориентированию по карте, установке бивака, приготовлению пищи;
- подготовка документации для соревнований, регистрация документов в МЧС.

Промежуточный контроль предусмотрен два раза в год (январь, май) с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.

Формы:

- результаты участия в соревнованиях;
- разбор проведенных с участием обучающихся в качестве организаторов мероприятий, соревнований, походов выходного дня.

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе.

Формы:

- участие в городских соревнованиях по технике пешего туризма.

Оценочные материалы образовательной программы

Дневник личностного роста обучающегося в **Приложении №2**.

Методическое обеспечение

Для успешной реализации программы следует использовать следующие методы:

Методы обучения:

- работа в группах;
- индивидуальные консультации, занятия;
- наглядность;
- практика;
- использование ИКТ;
- решение проблемных ситуаций;
- рефлексия

Методы воспитания:

- формирование сознания личности;
- организация деятельности формирование опыта общественного поведения;
- стимулирование поведения и деятельности.

Виды предполагаемой деятельности:

- игровая;
- организаторская;
- трудовая;
- спортивно-оздоровительная;
- аналитическая;
- учебная;
- профориентационная

Все виды деятельности направлены на решение поставленных задач.

Формы занятий: беседы, соревнования, тренировки.

При реализации программы используются различные педагогические технологии, методы, формы и приемы организации занятий.

Формы и методы реализации программы:

- групповые занятия;
- речевые методы: лекция, беседа;
- практические методы: тренировка, самостоятельная работа;
- контрольные методы: тестирование, зачет, опрос;

Образовательные технологии:

- моделирующая (игровая);
- проблемного обучения;
- коммуникативная;
- интерактивного обучения;
- ситуативного обучения;
- групповых решений;
- здоровьесберегающая

Итогом обучения детей по программе является участие в соревнованиях «Техника пешего туризма».

Материально-техническое обеспечение программы

Помещение:

Учебный кабинет, оборудован в соответствии с санитарными нормами: столы и стулья для педагога и обучающихся, классная доска, ПК, мультимедийный проектор, карты, атласы.

Дидактические материалы:

1. Раздаточный материал
2. Наглядные пособия (таблицы, плакаты, иллюстрации)

Снаряжение и оборудование:

1. Палатки туристские – 5 шт
2. Стенд «Туристские узлы» - 1 шт
3. Рюкзаки – 8 шт
4. Коврики туристские – 5 шт
5. Туристские котлы – 3 шт
6. Пила, топор в чехлах, растяжка
7. Походная аптечка – 1 шт
8. Ремонтный набор – 1 шт
9. Компас – 8 шт
10. Комплект топографических карт – 5 шт
11. Носилки – 2 шт

12. Набор для вязки носилок – 2 шт

13. Жгуты – 6 шт

14. Манекен «Максим» - 1 шт

Список литературы

1. Адамчик Н.В. «Топография, ориентирование и основы тактики», М.Харвест, 2004 г.;
2. Алексеев А.А. Спортивный туризм в СССР и России (к истории развития). – М.: ООО «САМ Полиграфист», 2015 – 468 стр., ил.
3. Константинов Ю.С. Из истории детского туризма в России (1918-2008 гг.) –М.: ФЦДЮТиК, 2008.- 312 стр., ил.
4. Константинов Ю.С. Педагогика школьного туризма: Учебно-методическое пособие. 2-е изд., дополненное . М:ФЦДЮТиК, 2008.-208 стр.
5. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся: Учебно-методическое пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003, - 228 стр., ил.
6. Константинов Ю.С., Митрахович С.С. Туристско-краеведческая деятельность в школе: учебно-методическое пособие – М.: ИСВ РАО, 2011. – 352 с., илл.

Интернет ресурсы

1. Сайт Федерации спортивного туризма России-<http://www.tssr.ru>
2. Сайт Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения - <http://turcentrf.ru>
3. Сайт электронных карт-<http://openstreetmap.ru>
4. Сайт-помощник по подготовке к походам «Предпоход»-<https://predpohod.ru>
5. Сайт с актуальными материалами по спортивному туризму-<http://carabin.ru>

Приложение 1

Дневник личностного роста

обучающегося

(общеобразовательная

общеразвивающая программа

«Пешеходный туризм»)

ФИО _____

№ п\п	Показатели	1-ый год		2-ой год	
		январь	май	январь	май

1	История развития туризма, история развития родного края				
2	Основы спортивного туризма				
3	Топографические знаки				
4	Ориентирование по карте, определение азимута				
5	Ориентирование по компасу на местности				
6	Оказание первой помощи				
7	Организация привалов и ночлегов				
8	Укладка рюкзака и установка палатки				
9	Организация питания				
10	Работа со снаряжением				
11	Спортивная подготовка				
12	Выполнение контрольных нормативов				
13	Вязка узлов				
14	Участие в соревнованиях				

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 487335726471474211034024297916462361476713766764

Владелец Вибе Наталья Николаевна

Действителен с 14.08.2023 по 13.08.2024