

**Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
Дворец творчества детей и молодежи
муниципального образования г.Братска**

РАССМОТРЕНО:

Заседание МС

МАУ ДО «ДТДиМ» МО г. Братска

Протокол №_18_

от «_18_» __июня__2026 г.

Зам. директора по НМР,

_____ Д. В. Стрельникова

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № __739__

от «_18_» __июня__2026 г.

Директор МАУ ДО «ДТДиМ»

МО г. Братска

_____ О.В. Мельник

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00ЕС41А4900ЕВ6С7С299ВВ691822СААС21F
Владелец: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
"ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ" МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА
БРАТСКА
Действителен: с 07.05.2025 до 31.07.2026

Дополнительная общеразвивающая программа

«Юные Туристы-Краеведы»

Направленность: туристско-краеведческая

Срок реализации –1 год

Возраст учащихся: 10-15 лет

Уровень – базовый

Автор-разработчик:

педагог дополнительного образования

Ильина И.Л.

г. Братск, 2026 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа разработана на основании нормативно-правовых документов: Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации», Приказ Министерства образования и науки РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20).

Данная программа «Основы оздоровительно-познавательного туризма» разработана на основе типовой программы дополнительного образования детей «Юные туристы» 2004 года, автор Ю.С.Константинов. Программа утверждена Управлением воспитания и дополнительного образования детей и молодёжи Министерства образования Российской Федерации и рекомендована для использования в системе дополнительного образования детей. Программа подготовлена как типовая Центром детско-юношеского туризма и краеведения Министерства образования России. В дополнительной общеразвивающей программе «Основы оздоровительно-познавательного туризма» сохранены основные темы типовой программы первого года обучения.

- Устав МАУ ДТДиМ МО г. Братска;

- Положение МАУ ДТДиМ г. Братска о ДОП.,

Направленность программы: туристско-краеведческая.

Уровень программы – базовая. Предполагает развитие физических качеств и формирование навыков краеведческого туризма, теоретических знаний и практических умений.

Актуальность программы. Туризм (краеведческий, спортивный и т.д.) способствует всестороннему развитию личности ребенка. Он направлен на совершенствование его физического, интеллектуального, духовного развития, способствует изучению малой Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. В процессе туристско-краеведческой деятельности у детей формируются такие жизненно важные качества, как упорство, честность, мужество, ответственность.

Педагогическая целесообразность программы. В процессе занятий туризмом у учащихся:

- развиваются морально-волевые качества такие как: дружды, коллективизма, взаимовыручки;
- формируются такие черты характера, как самостоятельность, честность, ответственность за порученное дело;
- воспитываются находчивость, мужество, умение преодолевать трудности в сложных ситуациях в туристских походах, экспедициях и других мероприятиях;
- расширяются знания о Родном крае, об окружающем мире и его развитии.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что учебные занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, теоретические знания включены в практические задания, что способствует быстрому запоминанию. На протяжении реализации программы учащиеся формируют и развивают свои умения и навыки по организации туристского быта, техники туризма, ориентирования и краеведения, учатся самостоятельно принимать решения. Практические умения и навыки отрабатываются на занятиях, в туристическом зале и на местности. Так же в программу внесены добавления краеведческого характера, раскрывающие специфику многообразия природных условий и богатейшей истории г.Братска и Братского района.

В программе предусмотрено изучение истории государственной символики. В качестве основных обучающих методов при изучении государственной символики используются с учетом возрастных особенностей учащихся объяснительно-иллюстративные (рассказ, беседа), активные методы и формы работы с учащимися (конкурсные испытания).

В программу включено формирование **функциональной грамотности** как метапредметного образовательного результата, способствующего решению жизненных задач, а именно умению понимать информацию, представленную в виде графиков, схем, таблиц, рисунков – математическая грамотность, а так же естественнонаучная – это способность осваивать и использовать естественнонаучные знания о здоровье, как наиважнейшей ценности человеческого бытия, умение заботиться о своем физическом здоровье и соблюдать правила безопасности жизнедеятельности.

Адресат программы. Программа «Юные туристы краеведы» разработана для учащихся в возрасте 10-15 лет. Обучение по данной программе будет актуальным для физически активных детей, проявляющих интерес к изучению окружающего мира, истории и культуры родного края. Зачисляются все желающие учащиеся по заявлению родителей. Данная программа включает в себя единые теоретические знания для всех детей в возрасте от 10 до 15 лет и физическую нагрузку, в соответствии с возрастными и половыми особенностями учащихся, которая выражается в требованиях нормативов: отжимания, в упоре лежа, поднимание туловища, наклон туловища вперед. (**Приложение 1**). В программе предусмотрен добор учащихся в течение учебного года (зачисление в группу проводится после прохождения входящего контроля на уровень физической подготовленности учащихся).

Программа рассчитана на 1 год обучения, но в случае необходимости может быть использована в течение более длительного срока. Учащиеся могут по желанию продолжить обучение по данной программе в течение нескольких лет.

Время, отведенное на обучение, составляет 144 часа в год. Количество часов в неделю – 4 часа. Количество занятий в неделю – 2 занятия по 2 академических часа. Длительность 1 академического часа

45 минут. Причем практические занятия составляют большую часть программы.

Форма обучения очная, групповая. Группы формируются по стартовым возможностям учащихся по 10 человек, не имеющих физических ограничений по состоянию здоровья, смешанные (в одной группе могут заниматься и девочки, и мальчики, разного возраста). При наборе учащихся следует комплектовать группу с превышением состава, так как существует естественный отсев членов объединения в период обучения и, кроме того, не все дети по тем или иным причинам могут участвовать в учебных и зачетных мероприятиях.

Предоставляется возможность включения в группу детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов при создании специальных условий с учетом особенностей психофизического развития указанных категорий, обучающихся в соответствии с заключением психолого-медико-педагогической комиссии.

В программе «Юные туристы краеведы» предусмотрена возможность перехода на электронное обучение с применением дистанционных технологий в зависимости от эпидемиологической обстановки (реализация программы в условиях дистанционного режима проводится с использованием платформы МАХ, электронных почт, электронных образовательных ресурсов по изучаемым темам, Яндекс формы).

-Платформы для видеоконференций и онлайн-занятий: платформа Мах (мессенджер).

-Инструменты для совместной работы и организации процесса обучения: Яндекс 360 (Документы, Диск, Календарь, Доска) — для совместного редактирования материалов, хранения файлов и планирования занятий;

-Специализированные и интерактивные образовательные ресурсы: Русский музей – виртуальная экскурсия; Панорамы музеев в Яндекс Картах.

-Каналы коммуникации и информирования: официальный чат в «Мах (мессенджер)» — для оперативного обмена сообщениями, анонсов и обратной связи.

Цель программы: формирование у учащихся мотивации к туристско – краеведческой деятельности и освоение начальных туристских и краеведческих знаний, умений и навыков, а также воспитание экологической ответственности.

Задачи программы:

Задачи
Образовательные
Сформировать систему начальных знаний о родном крае (география, история, культура), а также об основах топографии и ориентирования на местности.

Обучить основным туристским умениям: установка палатки, укладка рюкзака, разведение костра (с соблюдением правил пожарной безопасности), техника преодоления простых естественных препятствий.

Познакомить с правилами организации безопасного быта в полевых условиях (приготовление пищи, хранение продуктов, гигиена, оказание первой доврачебной помощи).

Сформировать первичные навыки краеведческой работы.

Обучить навыкам работы с простейшими туристскими и краеведческими инструментами: компас, карта (схема), шагомер, фотоаппарат.

Развивающие

Развивать познавательный интерес и любознательность к истории, культуре и природе малой родины.

Способствовать развитию наблюдательности, внимания и пространственного мышления (в т.ч. умение «читать» карту и сопоставлять ее с реальной местностью).

Развивать волевые качества: выдержку, терпение, способность преодолевать посильные трудности и доводить начатое дело до конца.

Совершенствовать физические качества (выносливость, координацию, ловкость, скоростно-силовые способности) через туристско-прикладную деятельность.

Развивать коммуникативные навыки и умение работать в малой группе (распределение обязанностей в походе, взаимопомощь, координация действий).

Воспитательные

Воспитывать экологическую ответственность: формирование навыков экологически грамотного поведения в природной среде (соблюдение принципа «Не навреди», уборка мусора, сохранение природных объектов).

Формировать ценностное отношение к культурному и природному наследию своего края, чувство сопричастности к его сохранению.

Содействовать формированию активной гражданской позиции через понимание роли малой родины в истории страны.

Воспитывать личную дисциплину, чувство ответственности за свою безопасность и безопасность товарищей в условиях автономного существования (в рамках изученного).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование темы	Кол-во часов			Форма аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
	Набор групп. Входящий контроль	4		4	Собеседование,
1	Вводное занятие. История туризма, правила поведения Юного туриста	6	6	-	
2	Туристско-бытовые туриста и краоведа.	30			Опрос, тестирование, практическое занятие
2.1.	Основы безопасности.	2	1	1	
2.2	Личное снаряжение и уход за ним.	2	1	1	
2.3	Групповое снаряжение и уход за ним	4	2	2	
2.4	Организация биваков и охрана Природы.	4	2	2	
2.5	Туристские костры.	4	2	2	
2.6	Палатки и укрытия.	4	2	2	
2.7	Туристская группа в походном строю, туристические должности	6	2	4	
2.8	Питание туристской группы.	4	2	2	
3	Основы краеведения.	20	6	14	опрос
4	Первая доврачебная помощь.	8	4	4	тест
5	Топография и ориентирование	10	4	6	Опрос, практическое занятие
6	Туристические узлы.	10	4	6	Опрос, практическое занятие
7	Общая физическая подготовка и оздоровление организма.	20	4	16	Сдача нормативов
8	Профориентация	4		4	
9	Промежуточная аттестация	2	-	2	контрольное занятие
	Итого часов:	144	42	102	

Календарный учебный график

Темы / месяц	сентябрь	Октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Набор групп. Входящий контроль	4								
Вводное занятие. История туризма, правила поведения Юного туриста	2	2							2

Основы безопасности.	1				1				
Личное снаряжение и уход за ним.		2							
Групповое снаряжение и уход за ним			1	1				1	1
Организация биваков и охрана Природы.		1		1		1			1
Туристские костры.			1	1		1		1	
Палатки и укрытия.			1	1		1			1
Туристская группа в походном строю, туристические должности			2		2		2		
Питание туристской группы.				2		1		1	
Основы краеведения.	2	3	2	2	2	2	2	3	2
Первая доврачебная помощь.			2		2		2		2
Топография и ориентирование		2		2		2	2	2	
Туристические узлы	2		2		2		2	1	1
Общая физическая подготовка и оздоровление организма.	2	2	3	2	2	2	3	2	2
		1		1		1		1	
Промежуточная аттестация				1					1
Всего:	13	13	14	14	11	11	13	12	13

Содержание программы предполагает освоение детьми основ туризма, ориентирования, краеведения, знакомство с проведением туристских маршрутов.

Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от местных условий деятельности объединения.

Содержание программы

Организационная работа по набору и формированию учебных групп – 4 часа.

Входящий контроль. Для достижения задач воспитания на занятиях проводится Практика: Игра - практикум на знакомство и сплочение.

Раздел 1. Вводное занятие. (6 часов)

Тема 1.1. История отечественного спорта и туризма. Теория. Туризм — средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный,

велосипедный. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Просмотр и обсуждение видеосюжетов о истории туризма, туристских прогулках, походах. Знакомство со взрослыми спортсменами-туристами своего края, города (района) и их туристской деятельностью. Знакомство воспитанников с материалами (видеосюжетами, фотографиями, картами, схемами и др.) предполагаемого района проведения летнего зачетного похода.

Тема 1.2. Правила поведения юных туристов. Теория. Основные законы и правила поведения юных туристов. Права и обязанности юных туристов, их соблюдение в процессе занятий туризмом и краеведением. Общественно полезные дела юных туристов на экскурсиях в природную среду и во время оздоровительно-туристских прогулок. Правила поведения в общественном транспорте. Правила перехода улиц, дорог. Охрана природной среды (зеленой зоны) в ближайшем окружении микрорайона школы и дома, своего города и посильное участие в ее улучшении. Проявление инициативы и самостоятельности, ответственности за порученное дело. Готовность прийти на помощь слабым и тем, кто в ней нуждается. Помощь товарищам. Любовь к своему туристскому коллективу (группе). Практические занятия. Обсуждение работы друг друга и коллектива (команды) в целом. Совместное оформление результатов мероприятий. Знакомство с достопримечательностями своего района (города), активное участие в охране памятников истории, природы, культуры и архитектуры.

Для достижения задач воспитания на занятиях проводится
Дискуссия: «Туризм+Экология»

Раздел 2. Туристско-бытовые навыки туриста и краеведа. (30 часов)

Тема 2.1. Основы безопасности (2 часа). Теория. Основные правила безопасного поведения юных туристов на туристской прогулке, экскурсии, в походе, у водоема. Взаимопомощь в туристской походной группе. Правила обеспечения безопасности при разведении костров, обращении с пилой и топором при заготовке и разделке дров. Правила безопасности в городской среде, на улице, во дворе. Правила безопасности при пользовании общественным транспортом. Безопасность дома и в школе. Правила противопожарной безопасности и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях. Телефоны аварийных служб. Правила поведения на экскурсии при отставании от группы, при потере ориентировки. Практические занятия. Игра «Что делать в случае... (если заблудился в незнакомом месте)?», действия в аварийной ситуации во время экскурсии в музей, в школе. Ориентирование по планам музеев, парков, схемам городских улиц. Соблюдение правил безопасности на воде, в лесу или парке. Действия в аварийных ситуациях, при потере ориентировки.

Тема 2.2. Личное снаряжение и уход за ним(2 часа). Теория. Личное снаряжение для двухдневного похода и требования к нему: рюкзак, обувь, одежда (белье, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор

и др.), личная посуда, средства гигиены, туристский коврик, спальный мешок. Личное снаряжение для летних, зимних походов и походов в межсезонье. Личная медицинская аптечка и ремонтный набор. Требования к упаковке продуктов для перекуса и групповых продуктов, выданных для транспортировки на время похода. Укладка рюкзака и упаковка снаряжения для туристского похода. Выбор, подгонка и регулировка рюкзака. Подготовка личного снаряжения в соответствии с погодными и климатическими условиями. Уход за личным снаряжением и его своевременный ремонт. Снаряжение для участия в туристских соревнованиях. Подготовка личного снаряжения к участию в соревнованиях по туризму. Практические занятия. Игра «Собери рюкзак к туристскому походу» (правильная, в том числе и с точки зрения гигиены, его укладка, регулировка рюкзака). Подгонка и регулировка туристского походного рюкзака для транспортировки груза в зависимости от его объема. Сбор группы в туристский однодневный мини-поход в межсезонье (зимой) для выяснения готовности к туристским походам. Ремонт личного снаряжения (наложение заплаток, пришивание пуговиц, перестановка или ремонт лыжных креплений). Формы контроля: контрольный просмотр.

Тема 2.3. Групповое снаряжение и уход за ним (4 часа). Теория. Проверка комплектности группового снаряжения при подготовке к туристскому походу. Назначение группового снаряжения: костровое; кухонное; для организации ночлега; выполнения исследований, наблюдений и краеведческих заданий; преодоления естественных препятствий; ориентирования на местности; отметок на туристском маршруте и его прохождения; оказания первой помощи; ремонта и др. Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Работа завхоза группы и организация работы участников туристской группы со снаряжением при подготовке похода, вовремя и по завершении похода. Весовые характеристики группового снаряжения, выбор снаряжения для похода в зависимости от сезона года и количественного состава туристской группы. Перечень снаряжения и инструментов ремонтного набора. Назначение предметов и инструментов и правила обращения с ними. Обязанности ремонтного мастера группы. Организация ремонта группового снаряжения. Практические занятия. Проверка комплектности и упаковка группового снаряжения. Распределение группового снаряжения между участниками туристского похода. Работа завхоза туристской группы по снаряжению в период подготовки и проведения похода и по его окончании. Составление перечня необходимого группового снаряжения для туристского похода: зимнего однодневного и летнего одно-двухдневного. Использование группового снаряжения во время туристского похода. Игра «Что берем с собой в поход?» (зимний, в межсезонье и летний). Ремонт палаток, рюкзаков, тентов, лыж, лыжных палок и прочего снаряжения.

Тема 2.4. Организация биваков и охрана природы (4 часа). Теория. Биваки и лагеря для ночлега юных туристов и охрана природы при их организации. Требования к бивакам и разбивке лагеря для организации

ночлега в зимних и летних походах (наличие дров, источника питьевой воды, безопасность, эстетичность). Устройство и оборудование бивака и лагеря для ночлега в зимнем и летнем походе (места для палаток, кострища, места для приема пищи, отдыха, гигиены и умывания, забора воды и мытья посуды). Разведение костра в зимнем и летнем походе, заготовка растопки и дров. Дежурные и их обязанности. Порядок действий членов туристской группы при устройстве бивака. Практические занятия. Распределение обязанностей и их выполнение при организации лагеря туристской группы. Выбор места и его планировка при организации бивака и лагеря для ночлега на местности (осенью, зимой и летом). Организация бивачных работ. Устройство кострища и разведение костра костровым из заготовленного топлива и растопки. Установка палаток. Устройство и оборудование кухни, места для приема пищи, для пищевых и бытовых отходов, отдыха и игр, забора воды, умывания, организации купания, разделки дров. Для достижения задач воспитания на занятиях проводится **Беседа: «Важность разделения мусора»**

Тема 2.5. Туристские костры(4 часа). Виды костров. Практические занятия. Заготовка, разделка и хранение дров для костра. Соблюдение правил пожарной безопасности. Разведение костров в зимних условиях и при дождливой погоде. Поддержание костра в туристском походе. Работа дежурных по кухне. Выполнение обязанностей дежурных по палатке при организации ночлега (дневки) в туристской палатке в зимних условиях с печкой. Запас, хранение и расход дров для печки в зимнем походе. Упаковка и хранение спичек, сухого горючего, растопки для костра или печки. Формы контроля: контрольный просмотр.

Тема 2.6. Палатки и укрытия (4часа). Виды палаток. Практические занятия. Проверка комплектации палатки перед выходом. Установка палаток различного типа в спортивном зале (крепление туристскими узлами за горизонтальные опоры) звеньями по 4–6 человек (на время). Выбор площадок для установки палатки на берегу реки, в лесу и на опушке. Установка палатки на поляне в зимнем походе. Установка палатки «Зима», тента для палатки в зимних и летних условиях. Снятие палатки и тентов, их упаковка для транспортировки. Правила ухода за палатками и тентами. Установка и снятие палаток различного типа в зимних (на лыжные палки) и летних условиях звеньями по 4–6 человек. Изготовления укрытия на зимней прогулке (игра «Строительство снежной крепости»). Формы контроля: контрольный просмотр.

Тема 2.7. Туристская группа в походном строю, туристические должности (6 часов). Теория. Должности в группе постоянные и временные. Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе.

Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием, заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д.

Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды).

Строй туристской группы в зимнем и летнем туристском походе на пересеченной местности и в лесу. Организация взаимопомощи при преодолении естественных препятствий. Ритм и темп движения туристской группы на маршруте зимой и летом. Движение туристской группы по тропам, дорогам и вдоль шоссе. Работа хронометриста и штурмана во время движения. График движения группы, режим движения и отдыха туристской группы. Соблюдение дисциплины и выполнение правил безопасности юными туристами в походном строю. Движение туристской группы в лесу по азимуту. Преодоление водных преград в зимнем лыжном походе. Практические занятия. Туристский однодневный лыжный поход. Организация движения группы по пересеченной местности и в лесу в зимнем походе. Работа направляющего и замыкающего, смена тропящего лыжню. Организация привалов.

Тема 2.8. Питание туристской группы (4 часа). Теория. Продукты питания для приготовления пищи в походе, их подготовка, упаковка и хранение. Составление меню туристской группы для одно-, двухдневного похода. Хранение продуктов в туристском походе и их транспортировка. Рецепты приготовления туристских блюд. Распределение продуктов среди участников туристского похода (прогулки). Обязанности завхоза по питанию. Дежурные повара, их обязанности и организация дежурства. Практические занятия. Составление меню на однодневный туристский поход с расчетом требуемых продуктов. Расфасовка, упаковка и распределение запаса продуктов между участниками похода. Выполнение обязанностей завхоза по питанию и дежурных поваров в туристском походе. Приготовление по рецептам туристских блюд на костре. Для достижения задач воспитания на занятиях проводится **Беседа:** «Чисто не там где убирают, а там где не мусорят»

На учебных занятиях используются упражнения на развитие 4К компетенций: игровое задание на коммуникацию «Три факта о...», «Крокодил», «Испорченный телефон» и др.

Раздел 3. Основы краеведения. (20 часов)

Тема 3.1. Земляки. Теория. Изучение истории своего населенного пункта, района. Люди, в честь которых названы улицы, учреждения и другие объекты населенного пункта. Интересные люди, сохраняющие природу, памятники истории и культуры. Знаменитые люди, ветераны войн и труда. Практические занятия. Сбор информации об улицах, носящих имена знаменитых земляков; о памятниках знаменитым землякам; об основателях населенного пункта. Встречи с людьми, чьи профессии связаны с сохранением природной среды, объектов истории, культуры и архитектуры, с изучением и преобразованием родного края. Встречи с ветеранами труда и войн. Составление рассказа о впечатлениях от встреч с интересными людьми.

Тема 3.2. Природное наследие. Теория. Памятники природы родного края. Экскурсии в зимний и весенний лес и наблюдение за поведением птиц,

животных, сезонными изменениями в природе. Выполнение краеведческих заданий (сбор сведений о природных местах родного края). Подкормка птиц. Для достижения задач воспитания на занятиях проводится **Беседа: «Экология в жизни человека»**

*На учебных занятиях используются упражнения на развитие 4К компетенций: игровое задание на **критическое** мышление игра «Правда или ложь»*

4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь (8 часов)

4.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний.

Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание).

Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

Разучивание комплекса гимнастических упражнений. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

4.2. Походная медицинская аптечка.

Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Перечень и назначение, показания и противопоказания к применению лекарственных препаратов. Новейшие фармакологические препараты.

Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

Формирование походной медицинской аптечки.

4.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм.

Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги.

Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током.

Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания.

Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

4.4. Приемы транспортировки пострадавшего.

Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего. Практика: встреча со специалистом красного креста.

5.Топография и ориентирование (10 часов)

5.1. Понятие о топографической и спортивной карте.

Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов.

Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации.

Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координат точки на карте.

Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты.

Защита карты от непогоды в походе. Работа с картами различного масштаба.

Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте.

Копирование на кальку участка топографической карты.

5.2.Условные знаки.

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

5.3. Ориентирование по горизонту, азимут.

Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»).

Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник.

Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

5.4. Компас, работа с компасом.

Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

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

5.5. Способы ориентирования. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.

Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути). Протокол движения.

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута на Солнце в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, ее нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, выходе к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по восстановлению местонахождения. Для достижения задач воспитания на занятиях проводится **Беседа: «Как утилизировать мусор в походе»**

*На учебных занятиях используются упражнения на развитие 4К компетенций: игровое задание на **креативность** игра «Мой туристический маршрут», «Современная палатка» и тд*

6. Туристические узлы (10 часов)

6.1. Узлы.

Узлы - классификация по использованию. Особенности узлов. Различные узлы;

- для соединения веревок одинакового диаметра/прямой, рифовый, встречный, ткацкий;
- для соединения веревок разного диаметра (академический, шкотовый, брам-шкотовый);
- петлевые (проводник, восьмерка, булинь);
- «схватывающие» /обмоточный или петлевой, двойной, карабинный, Бахмана/;
- для крепления к дереву, камню/ «удавка», простой и двойной «штык», палаточный/;
- привязывающие нестягивающей петлей /привязочный, «стремя»/;
- для динамической страховки/петля Гарда/;
- контрольные узелки.

вязание узлов на время.

Учащиеся должны знать: классификацию узлов по использованию.

Учащиеся должны уметь: вязать различные узлы.

46.2. Основные приемы страховки.

Самостраховка /активная, пассивная/. Самостраховка в различных видах туризма.

Страховочные средства;

-несущие страх. средств, точечные, линейные или объемные/ крюки, закладки, ледорубы, веревки и т.п./;

-соединительные /карабины/;

-антифрикционные /блок-ролики/;

-тормозные и энергопоглощающие/спусковые устройства/;

-стопорящие/схватывающие узлы, зажимы, блок-тормозы, спускоподъемные устройства/;

-присоединительно-самоограждающие

-ограждающие обвязки и подвесные системы.

Надевание страховочной системы на время. Учащиеся должны знать:

необходимые страховочные средства, использование страховочной системы в различных видах туризма.

Учащиеся должны уметь: надевать страховочную систему.

7.Общая физическая подготовка и оздоровление организма (24часа)

физические качества: равновесие, гибкость, сила, быстрота, выносливость, подвижные игры, эстафеты, походы.

Упражнения для развития равновесия и координации движений, упражнения, направленные на развитие гибкости, для развития силы, на развитие быстроты. Подвижные игры, эстафеты, походы. Спортивные игры: пионербол, гандбол, волейбол, баскетбол.

На учебных занятиях используются упражнения на развитие 4К компетенций: игровое задание на кооперацию игра «Дружная цепочка»

8. Проориентационная работа: проориентационный модуль, подготовка мультимедийной презентации по алгоритму, специально на учебном занятии выделяется время для организации праздника (элемента праздника) 30 октября- День тренера, 28 марта-День учителя физической культуры– **4 ч.**

9. Промежуточная аттестация (2 часа) – Работа по карточкам и тестирование, Сдача ном ОФП, тестирование.

Планируемые результаты

<i>Предметные</i>
– знает о туризме как о виде спорта, способствующего развитию целостной личности человека;
– владеет понятиями о личном и групповом снаряжении;
– владеет специальными туристическими навыками (умеет укладывать рюкзак, разжигать костер, ставить палатку, надевать страховочную систему, вязать узлы);
– умеет использовать основные приемы ориентирования: ориентирование по карте, чтение карты и местности, движение по азимуту;
– знает и выполняет требования техники безопасности при подготовке

к походу и на маршруте, умеет оказывать первую доврачебную помощь при обработке ран и ссадин.
<i>Метапредметные</i>
- владеет умением быстро ориентироваться в пространстве; - приобрел опыт участия в соревнованиях, в походах различной сложности, в пешеходных видах туризма.
<i>Личностные</i>
-проявляет личностные качества характерные для туриста: умеет интересно и доступно излагать знания о туризме, правильно пользоваться специальным понятийным аппаратом; умеет самостоятельно подобрать комплекс физических упражнений для разминки. -проявляют настойчивость, внимательность, уверенность, интерес через активное участие в играх и соревнованиях внутри группы. - проявляет интерес к спортивным профессиям. - основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления

**Методическое обеспечение
к дополнительной общеразвивающей программе «Юные туристы-краеведы»**

№	Методическое обеспечение	Содержание
1	УМК	Знаково-символический компонент УМК Учебные пособия, методические рекомендации по методике использования материалов и организации занятий; терминологические словари, энциклопедические издания; дидактические материалы (рабочие тетради, раздаточные карточки, инструкционные, технологические карты); символическая изобразительная наглядность (альбомы (сборники) структурных схем и таблиц, символов); плоскостная образная изобразительная наглядность (рисунки, открытки, плакаты и т.п.). Физический компонент УМК Объемная образная изобразительная наглядность учебно-практическое оборудование (видеофильмы, веревки, флажки для флажного семафора, схемы узлов, костров, палатки и т.д.) Технологический компонент УМК Визуальные средства (диафильмы, слайды,); звуковые (аудио) средства (аудиодиски); аудиовизуальные средства (кинофильмы, видеофильмы, телевидение) Программный компонент УМК: диагностические материалы, устанавливающие состояние образовательного процесса в данный момент времени, средства контроля и оценивания результатов обучения (вопросы, задания, тесты). • пакет диагностических материалов по предмету. • сборники заданий, задач, упражнений, компетентностные задания

		(в соответствии с содержанием программы) комплекты ситуаций, практикумы. Методические разработки: • опорные конспекты, конспекты-схемы, памятки для педагогов и учащихся, алгоритмы, конспекты с разработками занятий. • сценарии досугово-развивающих, воспитательных мероприятий • сборник заданий для учащихся по формированию функциональной грамотности Программное обеспечение (используемые в ДОП компьютерные программы): офисные приложения MS Word, MS PowerPoint; интернет-браузер Yandex; программа для просмотра видео аудио материала WindowMedia
2	ЭУМК	1. Программное обеспечение (ДОП, Программа летней школы) 2. Конспекты учебных занятий 3. Оценочные материалы 4. Дистанционные занятия 5. Методические материалы 6. Дидактические материалы
3	Методические продукты	Методическая разработка «Сборник материалов для организации мониторинга освоения дополнительных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности»

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Мониторинг образовательных результатов представляет собой целенаправленную систематическую деятельность по анализу образовательных результатов детей, обучающихся по данной программе.

По времени проведения педагогического мониторинга результатов обучения по программе, выделяется следующий вид отслеживания образовательных результатов:

Входящий контроль – определение готовности учащихся к освоению программы. Проводится в форме собеседования по вопросам:

1. Какие виды туризма вы знаете?
2. Как вы думаете, что входит в групповое снаряжение туристов?
3. Как вы думаете, что входит в личное снаряжение туристов?
4. Необходимо ли знать правила оказания первой доврачебной помощи, какие?
5. Все ли могут заниматься туризмом?
6. Какие достопримечательности Братска и Братского района вы знаете?
7. Что для вас понятие «Забота о природе и окружающей среде»
- 8.

Критерием является ответ учащего на три и более любых вопроса.

Результат фиксируется в журнале: «о» - проявляет большой интерес к туризму, имеет определенные знания и представления о данном виде спорта; «с» - проявляет заинтересованность, но знает очень мало, плохо представляет, что это за вид деятельности.

Текущий контроль – систематическое отслеживание предметных результатов по представлению знаний о туризме как о виде спорта на каждом учебном занятии.

- Владеет понятиями о личном и групповом снаряжении.
- Владеет специальными туристическими навыками (умеет укладывать рюкзак, разжигать костер, ставить палатку, надевать страховочную систему, вязать узлы)
- Использует основные приемы ориентирования: ориентирование по карте, чтение карты и местности, движение по азимуту.
- Знает и выполняет требования техники безопасности при подготовке к походу и на маршруте, умеет оказывать первую доврачебную помощь при обработке ран и ссадин;
- Владеет историей родного края
- Знает правила заботы об окружающей среде

Результаты контроля фиксируются в журнале «о» - отличное владение материалом, «с» - среднее владение материалом.

Отслеживание образовательных результатов через проведение **промежуточной аттестации** - проводится по итогам первого полугодия и в конце учебного года в форме контрольного занятия, в который включается выполнения заданий по выявлению уровня освоения туристической подготовки:

- практическое задание на технику вязания туристических узлов;
- практические задания по сборке палатки и знания видов костров.
- теоретическое задание на знания эксплуатации туристического снаряжения;

Критерии оценивания выполнения практических заданий

- При вязании туристических узлов учитывается правильность вязания 15 узлов.

Каждое задание оценивается в 5 баллов, если выполнено правильно самостоятельно; в 4 балла при незначительных нарушениях техники выполнения; в 3 балла при выполнении только с помощью педагога.

Знания теоретического минимума на знания эксплуатации туристического снаряжения, включающие в себя следующие вопросы:

1. Правила поведения в туристическом кабинете?
2. Перечислить виды туризма?
3. Перечислить виды карабинов?
4. Перечислить групповое снаряжение?
5. Перечислить личное снаряжение?
6. Оказания первой медицинской помощи при переломе конечностей?
7. Оказания первой медицинской помощи при переломе бедра?
8. Организация привалов и ночлегов?
9. Перечислить туристические узлы?

10.Перечислить узлы для связывания веревок разного диаметра.

Критерии оценивания теоретического задания: оцениваются в 1 балл каждый правильный ответ.

70-100% - 5 б

30-70% - 4 б.

Менее 30% - 3 б.

Участие в соревнованиях по вязанию узлов – 3б

Баллы, полученные каждым учащимся, фиксируются в следующей таблице:

№	Фамилия, имя	Виды костров (3-5 б.)	Сборка ,разборк а палатки (3-5 б.)	Туристич еские узлы (3-5 б.)	Теория (тестирование) на знания эксплуатации туристического снаряжения (3-5 б.)	Сдача нормативов ОФП (3-5 б.)	Итого / уровне нь
1.							
...							

Уровень усвоения программы:

21 – 25 баллов – программа освоена на высоком уровне.

15-20 баллов - программа освоена на среднем уровне.

менее 14 баллов – программа освоена на уровне ниже среднего.

Контрольные нормативы физической подготовленности Учащиеся 10-11 лет

	Виды испытания	Мальчики		Девочки	
		отлично	хорошо	отлично	хорошо
1	Челночный бег 3 раза	9,1	9,0	9,6	9,4
2	Поднимание туловища из положения лежа на спине, ноги зафиксированы (раз)	15	20	10	15
3	Отжимание	10	8	8	6
4	Приседание 30 сек	20	17	15	12
5	Скакалка 30 сек	30	25	30	25

N	ФИО	Отжимание	Челночный бег	Пресс	Скакалка	Приседание	Итого

Кадровые: Учебный процесс должен организовывать квалифицированный педагог, имеющий среднее или высшее специальное образование и опыт педагогической деятельности.

Методические материалы

1. В 2026-2027 году в программу включена индивидуальная модель профориентационной деятельности (**Приложение 1**). В рамках реализации программы реализуется профориентационный модуль на учебных занятиях.

2. В 2026-2027 году в программу включен модуль рабочей программы воспитания (представлен в **Приложении 2**).

Алгоритм организации учебного занятия.

1 этап. Мотивационно-организационный (педагог настраивает учащихся на занятие, мотивирует, знакомит с темой и целью занятия разными способами).

2 этап. Операционно-деятельностный (основной этап занятия: формирование новых знаний, умений).

3 этап. Рефлексно-оценочный (подведение итогов, рефлексия).

Требования к учащимся:

1. систематически посещать все занятия, в полном объёме выполнять все практические задания.
2. форма одежды спортивная, обувь сменная.
3. одежда в соответствии с погодными условиями.
4. вести записи в тетрадях.

Для поддержания постоянного интереса к занятиям их необходимо проводить таким образом, чтобы обучающиеся по возможности быстрее могли увидеть результаты этих занятий. С этой целью они должны быть насыщены доступными, постепенно усложняющимися упражнениями по общей и специальной физической подготовке, выполняя которые учащиеся стремились бы добиться нового конкретного результата.

Большое значение в поддержании интереса к занятиям имеют соревнования, игры и игровые задания, применяемые на протяжении всего периода обучения. Игры и игровые задания следует проводить целенаправленно. Выбор игры, ее организация зависят от подготовленности

занимающихся, их организованности и педагогических задач конкретного занятия.

При реализации программы применяется ведущая технология **дифференциации обучения** (Л.С. Выготский, В.В. Фирсов), которая способствует осуществлению личностного развития учащихся на занятиях. Применение методов дифференциации и индивидуализации обусловливается тем, что учащиеся даже одного возраста имеют различный уровень двигательной подготовленности, психофизиологические и личностные особенности реагирования на учебную нагрузку. Технология дифференцированного подхода предполагает организацию учебного материала с учётом технической подготовленности учеников, т.е. для сильных сделан акцент на совершенствование упражнения, а для слабых на углубленное разучивание.

При реализации программы применяется так же и **здоровьесберегающая технология**, также используются методы, приемы игровой технологии.

Формы обучения (организации образовательного процесса): коллективная, групповая, парная, индивидуальная.

Групповая форма применяется главным образом на учебных занятиях, когда педагог обучает одновременно несколько занимающихся. Надо иметь в виду, что при таком методе внимание педагога рассредоточивается и возможность подметить и исправить ошибки у каждого учащегося уменьшается, а это снижает качество отработки приемов.

Особенность индивидуальной формы обучения состоит в том, что педагог проводит занятие со всей группой одновременно, определяя для каждого учащегося упражнения, которые они выполняют самостоятельно. В то время как педагога занимается с одним-двумя учащимися, остальные работают самостоятельно над выполнением задания.

Для создания ситуации успеха учащегося использую следующие методы:

Операция	Назначение	Речевая парадигма
Снятие страха	Помогает преодолеть неуверенность в собственных силах, робость, боязнь самого дела и оценки окружающих	«Мы все пробуем и ищем, только так может что-то получиться». «Люди учатся на своих ошибках и находят другие способы решения». «Контрольная работа довольно легкая, материал мы с вами проходили».
Авансирование успешного результата	Помогает учителю выразить свою твердую убежденность в том, что его ученик обязательно справиться с поставленной задачей. Это, в свою очередь, внушает ребенку уверенность в своих силы и возможности	«У вас обязательно получится...» «Я даже не сомневаюсь в успешном результате».

Формы организации образовательного процесса: групповая.

Виды обучения (формы организации учебного занятия): практическое занятие (тренировка, викторина), теоретическое занятие (лекция), комбинированное занятие, экскурсии, походы.

В осеннее - весенний период при благоприятных условиях уделяется практическая работа участие в походах, экскурсиях, а осенью и зимой изучаются теоретические основы туризма, укреплять физическую подготовку.

Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется, педагогом в зависимости от местных условий деятельности объединения.

Технологическая карта «Практика использования современных образовательных технологий»

Технология дифференцированного обучения

Метод, прием	Цель использования	Описание действий педагога	Раздел программы, тема, вид деятельности
Словесный	Используется в процессе формирования у детей теоретических и фактических знаний. Обеспечивает вербальный обмен информацией между педагогом и учащимися.	-сообщение нового материала или дополнения к теории. - пояснения и комментарии при выполнении отдельных элементов упражнения, для исправления ошибок. - Рассказ, беседа при изучении материала - сообщение теоретических сведений.	На каждом занятии
Объяснительно - иллюстрационный	педагог сообщает готовую информацию разными путями, с использованием демонстраций, учащиеся воспринимают, осмысливают и запоминают ее. При необходимости	Педагог показывает на занятии формы и виды парусного оборудования и такелажа. Учащиеся запоминают и при необходимости повторяют	На каждом занятии

	воспроизводят полученные знания.		
Практический	самостоятельно выполняемая учащимися работа по изучению нового материала, требующая практических исследовательских умений с помощью различного оборудования	- повторение пройденного материала посредством повторения учащимися на спортивном оборудовании	На каждом занятии
Показательный	это обусловленная принципами обучения система регулятивных правил подготовки и объяснения учебного материала путем постановки проблемы и показа способов ее решения или путем показа учащимся образца логики научного исследования, формирование у них способов поисковой деятельности.	Показ правильности, точности и нужных пространственно-временных характеристик выполнения упражнений, а так же дидактических материалов.	На каждом занятии
Интерактивный	строятся на схемах взаимодействия "учитель = ученик" и "ученик = ученик". То есть теперь не только педагог привлекает детей к процессу обучения, но и сами учащиеся, взаимодействуя друг с другом, влияют на мотивацию каждого учащегося. Педагог лишь выполняет роль помощника. Его задача — создать условия для инициативы детей.	Педагог учит самостоятельному поиску, анализу информации и выработке правильного решения ситуации по управлению яхтой. Учит работе в команде: уважать чужое мнение, проявлять толерантность к другой точке зрения. Учит формировать собственное мнение,	На каждом занятии

		опирающееся на определенные факты.	
Игровой	используется для комплексного совершенствования двигательной деятельности в усложненных или облегченных условиях, развития таких качеств и способностей, как быстрота реакции, координация движений, пространственная ориентацию и др. фактор удовольствия, эмоциональности и привлекательности способствует формированию у занимающихся устойчивого положительного интереса и деятельного мотива к занятиям.	Выбор игры в соответствии целей и задач занятия, объяснение правил игры, подбор инвентаря. Контроль за соблюдением правил. Предложить варианты усложнений. Подведение итогов игры.	На каждом занятии
соревновательный	используется в качестве средства повышения уровня подготовленности занимающихся.	Организация эстафет по окончании изученной темы. Контрольно-зачетные мероприятия за полугодие. Соревнования как способ определения технической подготовленности учащихся	Промежуточная и итоговая аттестация.

Технология дифференцированного обучения предполагает организацию учебного материала с учётом технической подготовленности учеников, т.е. для сильных сделан акцент на совершенствование упражнения, а для слабых на углубленное разучивание.

Дифференцированный подход к учащимся при дозировании нагрузок требует соблюдения следующих правил. Если всей группе дается одинаковое

задание, то ориентир при выборе нагрузки в первую очередь на слабых учащихся.

Возможны три способа дозирования заданий по трудности:

- педагог указывает степень трудности и сам выбирает для каждого учащегося посильный вариант.
- педагог указывает степень трудности, но учащиеся сами (индивидуально) выбирают себе задания.
- учащиеся сами оценивают трудность и выбирают себе задание.

Ориентация на посильные и доступные большинству учащихся обязательные результаты обучения даёт возможность каждому учащемуся на каждом занятии испытывать учебный успех.

При реализации программы применяется Здоровьесберегающая технология – это совокупность приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья учащихся, система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленная на сохранение и укрепление здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Педагог при построении своих занятий учитывает следующие требования:

1. Обстановка и гигиенические условия в кабинете соответствующие норме (температура и свежесть воздуха, рациональность освещения наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей).
2. Смена видов учебной деятельности на занятии не менее 4-х так, как однообразие способствует утомлению. Средняя положительность и частота чередования различных видов учебной деятельности – 7-10 минут.
3. Количество видов преподавания (*словесный, наглядный, самостоятельная работа*) не менее трех. Чередование видов преподавания не позже чем через 10-15 минут.
4. На занятиях присутствует смена поз учащихся, которые соответствовали бы видам работы.
5. Присутствуют оздоровительные моменты: физкультминутки, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Норма: на 15-20 минут занятия по одной минуте из 3-х легких упражнений с 3-4 повторениями каждого.
6. Включены в занятия вопросы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни.
7. Наличие мотивации учебной деятельности. Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный метод. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу.

Требования техники безопасности в процессе реализации программы

При проведении тренировочного процесса (занятия, тренировки, соревнования и т.п.) проводится инструктирование о необходимых мерах безопасности, профилактики травматизма, мерах по оказанию первой

медицинской помощи. Педагог строго дозирует физическую нагрузку в зависимости от возраста, пола, физической и технической подготовленности учащихся (спортсменов), а также проверяет наличие у детей исправного компаса, соответствие обуви типу грунта или покрытия. Не допускает вероятность оставлять детей без сопровождения взрослых после окончания мероприятия на местности. При проведении занятия педагог работает с журналом учета работы, конспектом занятия, руководствуется программой и инструкцией по технике безопасности при проведении занятий (соревнований). При организации и проведении соревнований руководствуется Положением о соревнованиях, правилами соревнований.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Для занятий по данной программе необходим специализированный кабинет оснащенный туристским инвентарем, партами и стульями для теоретических занятий, а также свободное пространство, где возможно проведение подвижных игр.

Такой подход к организации учебного пространства и в целом занятий позволяет сохранить высокую мотивацию к обучению и к занятиям туризмом. Важным условием сохранения заинтересованности детей является подбор изучаемого материала педагогом. Изложение материала должно быть не навязчивым, понятным и интересным. Педагог должен постоянно вовлекать учащегося в процесс занятия через практические задания.

Для успешной реализации программы необходимо наличие, материально-технического и учебно-методического обеспечения.

Материально-техническое обеспечение

Спортивное оборудование:

- скалолазный стенд;
- гимнастические маты;
- специальное оборудование в большой спортивный зал для проведения учебно-тренировочных занятий по спортивному туризму.

Спортивный инвентарь:

- палатки –8 штук;
- рюкзаки –16 штук;
- спальники –16 штук;
- туристические коврики –16 штук;
- туристическая верёвка разного диаметра (6,8 мм.) по 100 м. (10,12 мм.) по 400 м.;
- индивидуальные страховочные системы (ИСС) - 15штук;
- комплекты навесного оборудования для ИСС - 15штук;
- карабины (каталки, гуси, жумары, восьмерки) - 50 штук;
- каски -15 штук;
- компасы –16 штук;

- комплекты спортивной формы для занятий спортивным туризмом для разных возрастных категорий
- перчатки разных размеров –16 штук.

Электронные образовательные ресурсы

1. Узлы 3D / сайт для педагогов и учащихся. – URL: <https://knots3d.com/%D1%83%D0%B7%D0%BB%D1%8B/>
2. Снаряжение для приключений / сайт спорт-марафон. – URL: https://www.youtube.com/channel/UC_aO4rIcQZGGt6Z62AwZ2Wg
3. Техника вфзания узлов. / сайт Федерация альпинизма и скалалазанья. – URL: <http://alpns0.ru/ru/tekhnika-vyazaniya-uzlov/>
4. Уроки скалолазания / сайт: LaSportiva Russia. – URL: <https://www.youtube.com/channel/UCZPQfrhI70mPJDnqLzB-w4Q>

Список литературы

Основной:

1. Учебное пособие «Теория, методика и практика детско-юношеского туризма» Самойленко А.А. Краснодар, 2011.
2. Программа внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой.
3. Антропов К., Шибает А. В. Переправа, М. , ЦДЮТур, 1998.
4. Алексеев А.А. Горообразование и горный рельеф. М, 1999.
5. Алексеев А.А. Питание в туристском походе, М., 1997.
6. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1996.
7. Голов В.П. Изучение рельефа в курсе географии. М., Просвещение, 1993.
8. Инструкция (приказ N 293 от 13.07.92), М. , 1992.
9. Куликов В., Константинов Ю. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М. , ЦДЮТур, 1997.
10. Кошельков СА. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. М., ЦДЮТ, 1997.
11. Курилова В.И. Туризм. М., «Просвещение», 1988.
12. Примерное содержание воспитания школьников. Рекомендации по организации системы воспитательной работы общеобразовательной школы. Под ред. доктора педагогических наук, профессора И.С. Марьенко. М., Просвещение, 1980.
13. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение» (сост. В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн.). М., 2001.
14. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. М , 1995.
15. Программы кружков по туризму, спортивному ориентированию и краеведению. Краснодар, 1995.
16. Экологическое воспитание туристов, ЦРНБ «Турист», 1999.

Дополнительный:

1. Клименко А.И. Карта и компас – мои друзья. М., Детская литература, 1975.
2. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. Изд-во ДОСААФ, 1972.
3. Лесогор Н.А., Толстой Л.А., Толстая В.В. Питание туристов в походе. М., «Пищевая промышленность», 1999.
4. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М., ВЛАДОС, 2000.
5. Первая помощь в экстремальных ситуациях. М., МВД России, 2000
6. Расторгуев М. Узлы, М., ЦДЮТур, 1994.
7. Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного туризма. Свердловск, 1990.
8. Туристская игротка, под ред. Константинова Ю.С. М., ВЛАДОС, 2000.
9. Штюмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1972.
10. Энциклопедия туриста. М., 1993

**КОМПЕТЕНТНОСТНЫЙ КОМПОНЕНТ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
«ЮНЫЙ ТУРИС КРАЕВЕД»**

Оценочные материалы

- Креативность

Оценивается способность спортсменов находить нестандартные решения в спортивных ситуациях, проявлять творческий подход к тренировкам и соревнованиям.

- Критическое мышление

Оценивается способность анализировать спортивные ситуации, принимать обоснованные решения, оценивать риски и преимущества разных действий.

- Коммуникация

Оценивается эффективность взаимодействия спортсменов с тренерами, другими членами команды, а также с судьями и соперниками.

- Кооперация

Оценивается умение спортсменов работать в команде, поддерживать друг друга, эффективно распределять обязанности и достигать общих целей.

Формы оценивания 4К

- **Наблюдение:**

Наблюдение за спортсменами на тренировках и соревнованиях позволит оценить их действия в реальных спортивных условиях, анализируя их поведение и взаимодействие.

- **Анализ результатов:**

Анализ результатов спортивной деятельности (победы, поражения, личные рекорды) поможет дать информацию о сформированности 4К-компетенций.

- **Самооценка:**

- Самооценка спортсменами своих 4К-компетенций может помочь им понять свои сильные и слабые стороны.

Предполагаемый результат.

– Формирование "4К" как ключевых навыков будущего, которые необходимы для успешной учебы, работы и жизни в современном мире, помогающие развивать адаптивность, творческое мышление, умение решать сложные проблемы и эффективно взаимодействовать с другими.

– Участие в Компетентностной олимпиаде Дворца.

Программа компетентностного компонента интегрирована с модулем воспитания (через ключевые события «Квест-игра «Природа – живая связь»» и «Экологический десант» акция») и системой конкурсов творческого объединения «Оздоровительно-познавательный туризм».

Электронные образовательные ресурсы:

<http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"

www.edunet.uz/media/e-resource/detail.php - Журнал "Теория и практика физической культуры"

<http://lib.sportedu.ru/press/flevot/2005N6/Index.htm> - Российский журнал «Физическая культура».

<http://sporttenles.boom.ru> – Правила различных спортивных игр.

<http://zdd.1september.ru/> - Газета «Здоровье детей».

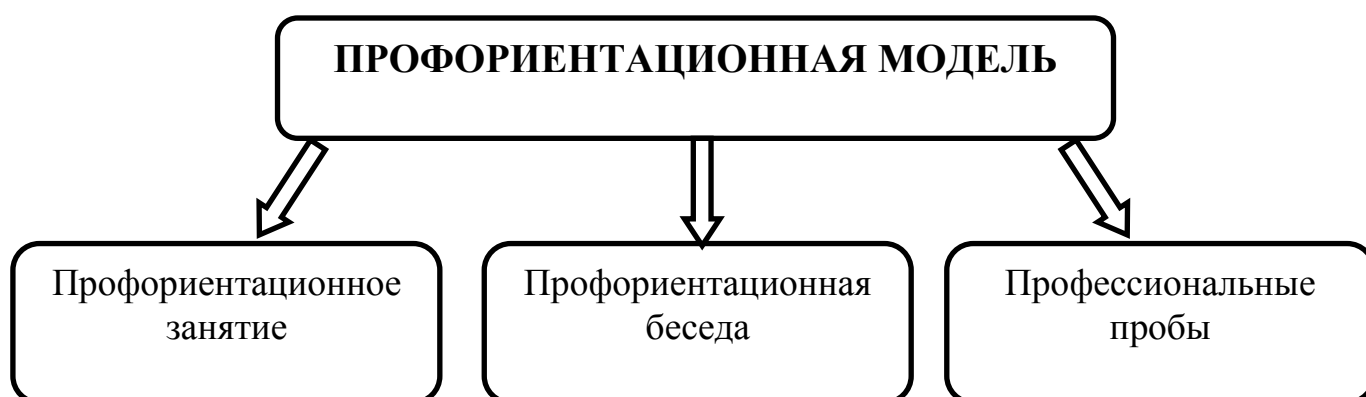
Приложение 3

«Индивидуальная модель по профориентационной деятельности педагога»

Цель: сформировать профессиональную ориентацию обучающихся, их профессиональное самоопределение.

Формы и методы работы по формированию профессионального самоопределения учащихся:

Содержание:



Реализация профориентационной модели осуществляется посредством трёх взаимосвязанных форматов работы: профориентационного занятия, профориентационной беседы и профессиональных проб.

Профессиональные пробы

Наименование Раздела / темы	Профессия	Модель профориентаций	
		теоретическая	практическая
Профессии, связанные с туризмом	Гид, Турист, Эколог	– Беседы о работе туристических профессий	– Встречи, экскурсии, видео уроки

Приложение 4

МОДУЛЬ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ

Пояснительная записка

Туризм неразрывно связан с природой. Воспитание юного туриста краеведа невозможно без понимания хрупкости экосистем .

Цель программы: Формирование у обучающихся ответственного отношения к окружающей среде.

Задачи:

1. Сформировать устойчивую мотивацию к сохранению природы и бережному использованию ресурсов.
2. Отработать навыки экологически грамотного поведения в походных условиях и навыки природоохранного волонтерства.
3. Развить способность анализировать последствия своей деятельности для окружающей среды и корректировать своё поведение.

Технология воспитания: Технология коллективного творческого воспитания И. П. Иванова.

Сущность технологии воспитания: заключается в проведении коллективных творческих дел (КТД). Это социальная деятельность детской группы, направленная на создание нового продукта. КТД не может выполняться по шаблону, каждый раз планируется, готовится, совершается и обсуждается в новом варианте.

Формы работы: беседа, акция, поход, встречи с интересными людьми.

Структура КТД включает 6 этапов:

1. **Предварительная работа.** Определение воспитательных задач, наметка вариантов дела, проведение «нацеливающих» воспитательных мероприятий (беседы, экскурсии и т. д.).
2. **Коллективное планирование.** Совместная разработка путей достижения целей и задач, определение того, что и как нужно сделать.
3. **Коллективная подготовка.** Создание специального органа (например, Совета дела), распределение поручений, реализация общего замысла.
4. **Проведение КТД.** Реализация задуманного, создание психологического комфорта в коллективе.
5. **Коллективное подведение итогов.** Анализ проделанной работы, обсуждение того, что получилось, а что нет, и почему, наметка перспектив дальнейшего развития.
6. **Последействие.** Использование результатов КТД в жизни коллектива. Постановка новых задач на основе сделанных выводов.

Календарь реализации модуля программы воспитания на 2026 – 2027 уч. Год

Месяц	Мероприятие воспитательной направленности
ноябрь	Квест-игра «Природа – живая связь»
Апрель-май	Поход «Экологический десант»

Содержание

«Квест-игра «Природа – живая связь»»

В течении сентября-октября дети знакомятся с такими темами как Природа как партнер, Туризм+экология. В ноябре пройдет квест игра с разными локациями направленными на решение ряда вопросов связанными с охраной природы во время походов.

Поход «Экологический десант»

В период с сентября по май будет проходить работа с детьми по Экологической проблеме во время похода. В апрель-май планируется выход с детьми и родителями по Экотропе на субботник.

Предполагаемые результаты:

- Сформировано устойчивое экологическое сознание и личная ответственность за состояние природы родного края, проявляющееся в отказе от действий, наносящих вред окружающей среде, даже при отсутствии внешнего контроля.
- Обучающиеся освоили и применяют на практике принципы «**экологичного туризма**» (безопасное обустройство стоянок, правильная утилизация

отходов, минимизация ущерба экосистемам) и владеют навыками первичного экологического мониторинга.

- Обучающиеся имеют реальный опыт природоохранной деятельности (участие в очистке родников/лесов, установка аншлагов или проведение просветительских бесед для младших школьников) и демонстрируют активную гражданскую позицию в вопросах защиты окружающей среды.

Мониторинг осуществляется через педагогическое наблюдение, анкетирование, беседа с учащимися (индивидуально, в группе), фиксирование участия детей в мероприятиях.

Квест-игра «Природа – живая связь»

1. Планирование:

- определение даты и места проведения: игра проводится в ноябре, Место проведения: Дворец Успеха,
- разработка положения, цели и задач мероприятия: сентябрь;
- формирование оргкомитета (педагог, учащиеся, родители) в октябре;

2. Разработка мероприятия:

- составление плана мероприятия: октябрь;
- Разработка плаката, листовки, анонса, видеоролик (презентация): октябрь - ноябрь;
- распределение ролей и поручений среди учащихся октябрь - ноябрь;
- согласование с администрацией учреждения: ноябрь.

3. Подготовка материально-технической базы:

- подготовка плаката, анонса, видеоролик (презентация): ноябрь;
- оформление локаций для игры: декабрь.

4. Репетиции:

- инструктаж по технике безопасности и правилам поведения: ноябрь.

5. Информационное сопровождение:

- анонс мероприятия для учащихся и родителей: ноябрь
- создание плаката, анонса, видеоролик (презентация): ноябрь;
- фото- и видеосъёмка: декабрь.

6. Проведение мероприятия: декабрь.

7. Подведение итогов:

- обсуждение с учащимися и родителями: декабрь;
- анализ успехов и недочётов: декабрь;
- размещение фотоотчёта на сайте Дворца Успеха и в соцсетях: декабрь.

Поход «Экологический десант»

1. Планирование:

- определение даты и места проведения: Акция проводится в апрель-май, Место проведения: Экотропа
- разработка плана мероприятия, цели и задач мероприятия: январь;
- формирование оргкомитета (педагог, учащиеся, родители) в февраль;
- составление сметы расходов: февраль.

2. Разработка мероприятия:

- составление сценария мероприятия: февраль;
- Разработка маршрутных листов: март;
- согласование с администрацией учреждения: март.

3. Подготовка материально-технической базы:

- подготовка иллюстраций, плакатов,: март;

4. Информационное сопровождение:

- анонс мероприятия для учащихся и родителей: февраль
- фото- и видеосъёмка: апрель.

5. Проведение мероприятия: апрель-май.

6. Подведение итогов:

- обсуждение с учащимися и родителями: апрель-май;
- анализ успехов и недочётов: апрель-май;
- размещение фотоотчёта на сайте Дворца Успеха и в соцсетях: апрель-май.