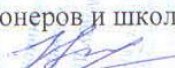


**Отдел образования администрации Поньровского района
муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Дом пионеров и школьников»
Поньровский район Курская область**

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «31» августа 2023 г.

Утверждаю
Директор МБОУ ДО «Поньровский
Дом пионеров и школьников»
 Шитикова Н. В.
Приказ № 31 от «31» августа 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**
туристско-краеведческой направленности
«Туриос»
(стартовый уровень)

Возраст обучающихся: 12 – 17 лет
Срок реализации: 1 год (72 часа)

Автор-составитель:
Бельчикова Александра Николаевна,
педагог дополнительного образования

рп. Поньри, 2023г.

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Направленность общеразвивающей программы – туристско-краеведческая

Актуальность программы обусловлена тем, что туризм и краеведение, дополняя друг друга, осуществляют комплекс образовательно-воспитательных, спортивно-оздоровительных и научно-познавательных задач. Туристско - краеведческая деятельность является комплексным средством в деле воспитания и образования учащихся, и в тоже время очень действенным в силу своей демократичности и гуманности. Следовательно, туристско-познавательная деятельность учащихся является весьма актуальной для их всестороннего развития, занимает важное место в общей системе обучения учащихся и остается педагогически целесообразной.

Новизна. Кардинальные изменения, произошедшие за последний период в спортивном туризме, привели к делению его на две дисциплины: «маршрут» и «дистанция». Имеющиеся образовательные программы по туризму в той или иной мере отвечают сложившимся требованиям первого направления. Как правило, данные программы носят туристско-краеведческую, исследовательскую направленность и ориентированы на подготовку и проведение познавательных и безаварийных походов.

Отличительной особенностью этой программы от уже существующих программ данной направленности является то, что в нее внесены добавления краеведческого характера, раскрывающие специфику многообразия природных условий и богатейшей истории Курского края.

Адресат программы. Возраст учащихся в объединении предлагается от 12 до 17 лет. Принимаются все желающие мальчики и девочки, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Обучение по данной программе будет актуальным для физически активных детей, проявляющих интерес к изучению окружающего мира, истории и культуры родного края. При зачислении в объединение проводится стартовая диагностика с целью выявления уровня готовности ребенка и его индивидуальных особенностей. Количество детей в группе 8 - 15 человек.

Объём и срок реализации программы

Общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы, составляет 72 часа. Срок реализации программы – 1 год. Продолжительность обучения по программе - 36 недель, период обучения - с сентября по май. Во время каникул проводятся - дневные учебно - тренировочные походы, по окончании учебного года проводится двухдневный поход вне сетки часов. Предлагаемая ознакомительная программа ориентирует учащихся на образовательную программу базового уровня "Туриос", реализуемого в течение 1 года. Учащиеся в ходе освоения данной программы знакомятся с туристско - краеведческой деятельностью учащихся, получают навыки начальной туристской подготовки.

Формы обучения – очная. Программа предусматривает 2 вида занятий: теоретические занятия и практические занятия. На теоретические занятия отводится 1 час в неделю, на практические - 1 час в неделю. В обучении применяется групповая форма с индивидуальным подходом, включающая обучение в малых группах.

Уровень программы - стартовый

Особенности организации образовательного процесса: обучение в объединении проходит в форме групповых занятий, состав групп – постоянный.

Режим занятий

На освоение программы отводится 2 часа в неделю. Занятия в группе проводятся 2 раз в неделю по 1 часу. Во время каникул проводятся - дневные учебно-тренировочные походы, по окончании учебного года проводится зачетный летний поход вне сетки часов.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы - формирование у учащихся мотивации к туристско – краеведческой деятельности и освоение начальных туристских и краеведческих знаний, умений и навыков

Задачи

- расширить кругозор и повысить уровень краеведческих знаний учащихся;
- прививать учащимся туристские знания, умения и навыки;
- укреплять психическое и физическое здоровье учащихся;
- воспитывать у учащихся патриотизм, бережное отношение к окружающему миру;
- обеспечивать социальную адаптацию учащихся;
- прививать навыки здорового образа жизни.
- формировать познавательный интерес учащихся;
- вырабатывать навыки поисково - исследовательской работы.

Личностные – воспитание личности, обладающей умениями анализировать окружающую действительность, осознающей свое место в процессах уважающий традиции и обычаи своего народа, а также норм сложившихся в образовательном учреждении. Воспитание активной жизненной позиции и высоко нравственных идеалов у подрастающего поколения.

Метапредметные – развитие образно – эмоциональной сферы, аналитического мышления, внимания, формирование информационной культуры. Развитие познавательного интереса к истории родного края, приобретение практических знаний, умений, навыков.

Предметные: расширять знания в области краеведения, отечественной истории, географии; учить школьников понимать и ценить обычаи, традиции и устои русского народа, сохранять и продолжать традиции национальной духовности; формировать навыки и умения безопасного нахождения в природной среде во время походов и экскурсий; учить рациональным приемам преодоления естественных препятствий, ориентирования на местности; способствовать повышению общего уровня

информационной культуры; прививать умения и навыки самостоятельной деятельности в туристской группе; расширять знания учащихся по окружающему миру и экологии, полученные в школе.

Адресат программы. Программа рассчитана на 1 год обучения и адресована учащимся 5-11 классов (12-17 лет), проявляющим интерес к самостоятельным туристским путешествиям и краеведению.

Возрастные особенности учащихся используются в данной программе в полной мере. В этом возрасте у подростков проявляется самостоятельность в решении поставленных задач, активность в социальной жизни, стремление быть и считаться взрослыми. Занятия туристско-краеведческой деятельностью позволяет им реализовать свои лучшие качества, умение дружить и ценить дружбу. В старшем школьном возрасте у учащихся возникает потребность разобраться в окружающем мире и в самом себе, происходит поиск смысла, активно формируются устойчивые ценности и системы ценностей, корректируется мировоззрение. Дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса, создание ситуации успеха для каждого учащегося, помогает подросткам выступать в наиболее благоприятной для него роли, находить наилучшее применение своим способностям, полнее раскрывать и выражать индивидуальность.

В группу принимаются дети, изъявившие желание заниматься по данной программе. Набор свободный. Согласие родителей и собеседование обязательно. Необходима медицинская справка об отсутствии противопоказаний для занятий.

Уровень освоения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: базовый (возраст 12-17 лет)

1.3. Содержание программы

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Введение.			-	
1.1	Туристско-краеведческая деятельность учащихся	8	8	-	Диагностика уровня подготовки учащихся
2.	Раздел 2. Основы туристской подготовки				
2.1	Основы безопасности и правила поведения туристов - краеведов	8	2	6	
2.2.	Организация и проведение туристских прогулок и походов	6	1	5	

2.3.	Туристское снаряжение	6	1	5	Укладка рюкзака
2.4.	Организация туристского быта.	12	3	9	Учебно-тренировочный поход
2.5.	Топографическая подготовка и ориентирование	4	1	3	Контрольные задания на местности
2.6.	Медико-санитарная подготовка, гигиена	4	1	3	
3.	Раздел 3. Краеведческая работа в походе				
3.1.	Общая характеристика края: история, география, природа	6	2	4	Тестирование
3.2.	Культура и народные традиции	4	2	2	
3.3.	Природа и экология, охрана природы	4	2	2	
3.4.	Сбор краеведческого материала	2	-	2	Краеведческое задание
4.	Раздел 4.Общая физическая подготовка				
4.1.	Значение физической подготовки и закаливания.	4	4	-	
4.2.	Общая физическая подготовка	4	-	4	Контрольные упражнения
Итого		72	27	45	

Содержание программы

№ п/п	Тема урока	Планируемые результаты	Дата	
			Календарные сроки	Фактические сроки
Раздел 1. Введение.				
1.1	Туристско-краеведческая деятельность учащихся	Знакомство с деятельностью объединения "Туриос", определение понятий туризм и краеведение. Виды туризма: пешеходный, лыжный, водный, велосипедный.	2.09 9.09	
1.2	Туристские путешествия, история развития туризма.		16.09 23.09	
1.3	Воспитательная роль туризма		30.09 7.10	
1.4	Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный.		14.10 21.10	
Раздел 2. Основы туристской подготовки.				
2.1	Основы безопасности и правила поведения туристов - краеведов	Правила поведения юных туристов на экскурсиях, туристских прогулках и походах.	28.10 11.11	
2.2	Организация и проведение туристских прогулок и походов	Планирование нитки маршрута и разработка плана-графика похода. Формирование туристской группы.	18.11 25.11	
2.3	Туристское снаряжение	Личное и групповое снаряжение юного туриста. Основные требования к снаряжению: легкость, прочность, удобство, гигиеничность,	2.12 9.12 16.12	

		эстетичность. Требования к одежде и обуви. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток, тентов и правила ухода за ними.	23.12	
2.4	Организация туристского быта.	Привалы и ночлеги, требования к местам привалов и ночлегов. Организация мест отдыха и туристской стоянки. Требования к туристской стоянке: наличие питьевой воды, дров, безопасность при различных природных явлениях, эстетические и гигиенические требования.	13.01 20.01 27.01	
2.5	Топографическая подготовка и ориентирование	Рисунок и простейший план местности (парка или своей улицы). Изображение местности на рисунке, фотографии, схеме или плане. Простейшие условные знаки. Знакомство с топографической картой, масштаб, условные знаки. Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута.	3.02 10.02 17.02	
2.6	Медико-санитарная подготовка, гигиена	Личная гигиена юного туриста. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Обязанности санитаря туристской группы. Состав медицинской аптечки. Организация первой доврачебной помощи.	3.03 10.03 17.03	
Раздел 3. Краеведческая работа в походе.				
3.1	Общая характеристика края: история, география, природа	Знакомство с картой Курской области. Территория и географическое расположение района. История области, района, своего населенного пункта; памятные исторические	24.03 31.03 7.04 14.04	

		места. Особенности природы края: климат, растительность, животный мир, полезные ископаемые. Туристские возможности края и района.		
3.2	Культура и народные традиции	Родословие. Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники. Население края, этнический состав. Культура и традиции. Народные традиции и обряды, праздники и гуляния. Искусство Курского народа, выдающиеся деятели культуры.	21.04 28.04	
3.3	Природа и экология, охрана природы	Природные сообщества. Особо охраняемые природные территории. Экология и охрана природы. Правила поведения на природе. Охрана природы на туристской прогулке, при организации привалов и туристских стоянок. Природоохранная деятельность туристов.	5.05	
3.4	Сбор краеведческого материала	Краеведческая работа - один из видов общественно-полезной деятельности. Ведение краеведческой работы в походе. Методы сбора краеведческого материала: наблюдение, фотографирование, ведение дневника и путевых записей, описание экскурсионных объектов.	12.05	
Раздел 4. Общая физическая подготовка.				
4.1	Значение физической подготовки и закаливания.	Значение общей физической подготовки, закаливания в оздоровлении организма. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями. Закаливание организма.	19.05	

4.2	Общая физическая подготовка	Практические занятия по освоению навыков физической подготовки. Общеукрепляющие упражнения. Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Спортивные и народные игры. Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий.	26.05	
-----	-----------------------------	---	-------	--

Раздел 1. Введение

1.1. Вводное занятие. Туристско-краеведческая деятельность учащихся

Теоретическое занятие

Знакомство с деятельностью объединения "Туристы - краеведы", определение понятий туризм и краеведение. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный. Туризм самостоятельный, экскурсионный, международный. Понятие о спортивном туризме. Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Ее роль в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе.

Знакомство детей с помещениями (учебным классом, спортивным залом) и сооружениями (туристско-спортивной площадкой, учебным полигоном), где будут проходить учебные занятия и оздоровительные тренировки. Правила поведения и меры безопасности во время занятий в учебном кабинете, спортивном зале, на местности, в парке (лесу). Инструктаж по технике безопасности. Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов.

Раздел 2. Начальная туристская подготовка

2.1. Основы безопасности и правила поведения туристов - краеведов

Теоретическое занятие

Правила поведения юных туристов на экскурсиях, туристских прогулках и походах. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Необходимость выполнения требований руководителя туристской (экскурсионной) группы. Основы безопасности в природной среде. Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии в парк (лес). Основные законы и правила поведения юных туристов. Права и обязанности юных туристов, их соблюдение в процессе занятий, традиции туристов. Взаимопомощь в туристской группе. Общественно полезная работа туристов -краеведов.

Практическое занятие

Прогулка в парк (в лес) с целью закрепления знаний о правилах поведения во время занятий и на природе, выработки навыков наблюдательности.

2.2. Организация и проведение туристских прогулок и походов

Теоретические занятия

Поход - основная форма туристско-краеведческой деятельности. Правила организации и проведения туристских походов. Планирование нитки маршрута и разработка плана–графика похода. Формирование туристской группы. Основные туристские должности и обязанности в группе, распределение обязанностей. Походная документация.

Подведение итогов похода, путешествия. Разбор действий группы. Требования к отчету. Обработка собранных материалов. Строй туристской группы. Направляющий, замыкающий в туристской группе.

Ритм и темп движения туристской группы, организация привалов. Взаимопомощь в туристской группе. Распорядок дня юного туриста в походе. Характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи, снежники. Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте. Обеспечение безопасности при проведении полевого лагеря. Способы безопасного преодоления препятствий с туристским рюкзаком. Техника преодоления препятствий. Основные туристские узлы, их назначение и применение.

Практические занятия:

Туристская прогулка (экскурсия). Построение в походную колонну, отработка движения группы. Работа направляющего и замыкающего. Строевой и походный шаг. Выбор пути движения, передвижение в составе группы. Отработка техники движения и практических умений и навыков преодоления естественных препятствий: канав, завалов, оврагов и др. Узлы: простой и двойной проводник, восьмерка, прямой, булинь, схватывающие узлы, встречный и др. Техника вязания узлов.

Сбор группы и прогулка по микрорайону в межсезонье для проверки умений готовиться к туристским мероприятиям.

2.3. Туристское снаряжение

Теоретические занятия

Личное и групповое снаряжение юного туриста. Основные требования к снаряжению: легкость, прочность, удобство, гигиеничность, эстетичность. Требования к одежде и обуви. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток, тентов и правила ухода за ними. Рюкзак: виды рюкзаков, основные требования ним; правила укладки рюкзака. Костровое и кухонное оборудование. Хранение и переноска режущих-колющих инструментов. Оборудование для краеведческой исследовательской работы: фотоаппарат, бинокль, видеокамера... Уход за снаряжением, его хранение и ремонт. Состав ремонтного набора. Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими. Обязанности ремонтного мастера группы. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии). Завхоз туристской группы и его обязанности на туристской прогулке.

Практические занятия

Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением. Подготовка группового снаряжения к походу, ремонт туристского снаряжения. Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Овладение навыками пользования групповым

снаряжением и применения его во время туристской прогулки.: установка и снятие палатки, натягивание тента, приемы обращения с костровым оборудованием и режущие-колющими инструментами. Подготовка оборудования для наблюдений и исследовательских работ. Упаковка продуктов для перекуса. Укладка рюкзака, игра «Собери рюкзак к туристской прогулке». Игра-соревнование «Ремонт личного снаряжения» (способы штопки, наложения заплат, заклеивания дыр, пришивания пуговиц и пр.).

2.4. Организация туристского быта

Теоретические занятия

Привалы и ночлеги, требования к местам привалов и ночлегов. Организация мест отдыха и туристской стоянки. Требования к туристской стоянке: наличие питьевой воды, дров, безопасность при различных природных явлениях, эстетические и гигиенические требования. Типовая планировка территории туристской стоянки. Правила разведения костра. Типы костров и их назначение. Организация питания и питьевой режим в походе. Требования к упаковке продуктов для перекуса, соблюдение гигиенических требований. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки.

Практические занятия

Фасовка и упаковка продуктов, воды и соблюдение гигиенических требований. Планирование и организация места отдыха на местности во время туристской прогулки. Устройство и оборудование туристской стоянки: места для установки палаток, кострища, приготовления и приема пищи, отдыха, умывания, забора воды и мытья посуды, туалеты. Уборка мест привалов и стоянок. Заготовка дров, разведение костра и соблюдение мер безопасности. Приготовление пищи на костре. Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья, рациональное расходование воды и соблюдение питьевого режима во время туристской прогулки (тренировки).

2.5. Топографическая подготовка и ориентирование

Теоретические занятия

Рисунок и простейший план местности (парка или своей улицы). Изображение местности на рисунке, фотографии, схеме или плане. Простейшие условные знаки. Знакомство с топографической картой, масштаб, условные знаки. Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута.

Горизонт и стороны горизонта. Компас, правила пользования им. Определение сторон горизонта по компасу, Солнцу, объектам растительного и животного мира и по местным признакам. Ориентирование с помощью карты в походе. Разведчик туристской группы, его обязанности и действия на туристской прогулке (экскурсии).

Практические занятия

Рисовка плана кабинета. Знакомство с планом улицы и поселка. Зарисовка топографических условных знаков. Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на местности, в парке. Освоение навыков чтения и движение по схеме (плану) на местности. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии. Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками. Выработка навыков определения сторон горизонта по компасу, солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях парка (леса). Ориентирование на местности. Ориентирование по описанию (легенде). Обсуждение историй из книг и мультфильмов, где герои использовали планы местности или рисунки в различных целях (поиск кладов, путешествия, постройка жилища для друзей).

2.6. Медико-санитарная подготовка

Теоретические занятия

Личная гигиена юного туриста. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Обязанности санитара туристской группы. Состав медицинской аптечки. Организация первой доврачебной помощи.

Практические занятия

Комплектование медицинской аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка срока годности медикаментов, их упаковки. Изучение приемов оказания доврачебной помощи при порезах, ушибах, ожогах, тепловых и солнечных ударах. Игра «Айболит» (первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок).

Раздел 3. Краеведческая работа в походе

3.1. Общая характеристика области

Теоретические занятия

Знакомство с картой Курской области. Территория и географическое расположение района. История области, района, своего населенного пункта; памятные исторические места. Особенности природы края: климат, растительность, животный мир, полезные ископаемые. Туристские возможности края и района.

Практические занятия

Определение границ края и района на карте, просмотр фото, видео материалов, обзорная экскурсия. Экскурсия по своему населенному пункту, в краеведческий музей.

3.2. Культура и народные традиции

Теоретические занятия

Родословие. Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники. Население края, этнический состав. Культура и традиции. Народные традиции и обряды, праздники и гуляния. Искусство Курского народа, выдающиеся деятели культуры.

Практические занятия

Рассказ о своих родителях, родственниках, друзьях. Составление древа рода. Народные игры наших предков и правила их проведения, игры на местности. Изучение культурных достопримечательностей своего района и своего поселка.

3.3. Природа и экология

Теоретические занятия

Природные сообщества. Особо охраняемые природные территории. Экология и охрана природы. Правила поведения на природе. Охрана природы на туристской прогулке, при организации привалов и туристских стоянок. Природоохранная деятельность туристов.

Практические занятия

Просмотр фрагментов видеофильмов о выполнении общественно полезных дел: охране природы, заботе о птицах и животных и пр. Охрана природной среды (зеленой зоны) в своем микрорайоне (населенном пункте). Экологические игры. Посадка зеленых насаждений. Очистка лесов, родников. Охрана памятников природы. Изготовление и установка кормушек для зимующих птиц.

3.4. Сбор краеведческого материала в походе

Теоретические занятия

Краеведческая работа - один из видов общественно-полезной деятельности. Ведение краеведческой работы в походе. Методы сбора краеведческого материала: наблюдение, фотографирование, ведение дневника и путевых записей, описание экскурсионных объектов. Простейшие приборы для краеведческой и исследовательской работы. Проведение наблюдений за климатом, погодой, сезонными изменениями в природе в своей местности.

Практические занятия.

Организация наблюдений во время туристских прогулок, экскурсий и походов, ведения календаря наблюдений. Метеорологические наблюдения, изучение народных примет и местных признаков погоды. Зоологические наблюдения: наблюдение за обитателями леса, степи, гор, рек и водоемов в разные времена года. Наблюдение и исследование растительного мира своей местности, сезонных изменений в природе. Фотографирование и ведение дневника

наблюдений. Посещение краеведческого музея, памятников истории и культуры своей местности, памятников природы и мест, интересных своеобразным проявлением природы. Составление описаний экскурсионных объектов. Встречи со старожилами-краеведами, с ветеранами и интересными людьми. Оформление туристско - краеведческой газеты. Подготовка, организация и выполнение краеведческих заданий (сбор листвы различных пород деревьев, поиск и зарисовка отпечатков следов животных и птиц, сбор растений для гербариев и пр.) по ходу экскурсии или туристской прогулки.

Раздел 4. Общая физическая подготовка

4.1. Значение физической подготовки и закаливания

Теоретические занятия

Значение общей физической подготовки, закаливания в оздоровлении организма. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями. Закаливание организма.

4.2. Общая физическая подготовка

Практические занятия

Практические занятия по освоению навыков физической подготовки. Общеукрепляющие упражнения. Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Спортивные и народные игры. Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий.

- Комплекс утренней физической зарядки.
- Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки на месте и в движении.
- Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.
- Упражнения для туловища в различных исходных положениях на формирование правильной осанки: наклоны, повороты и вращения туловища, в положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.
- Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады с дополнительными пружинящими движениями.
- Упражнения с предметами. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки с вращением скакалки вперед, назад, на одной и обеих ногах, прыжки с поворотами в приседе и полуприседе. Упражнения с набивными мячами — бросать и ловить в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями.

- Подвижные игры и эстафеты: игры с мячом; игры бегом с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий, с переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча; игры на внимание, сообразительность, координацию.
 - Спортивные (в том числе народные) игры: ручной мяч, баскетбол, футбол, волейбол, лапта.
 - Ходьба по пересеченной местности. Движение по лесным массивам.
- Преодоление завалов.
- Преодоление простых водных преград (ручьев, канав).
 - Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).
 - Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям), по кочкам.
 - Переправа по бревну.

1.4. Планируемые результаты

По окончании обучения обучающиеся должны знать:

- особенности природы края, географическое положение;
- историю своего населенного пункта, района, края и их основные достопримечательности;
- искусство родного народа, достижения культуры и науки, выдающихся деятелей науки, культуры и спорта;
- правила поведения на природе.

По окончании обучения обучающиеся должны уметь:

- давать общую характеристику края;
- проводить наблюдения и исследования на природе, простые опыты и практические работы;
- ориентироваться на местности по местным признакам, с помощью карты и компаса;
- пользоваться туристским снаряжением: укладывать рюкзак, устанавливать палатку и осуществлять простейший ремонт;
- обустраивать туристскую стоянку и убирать ее;
- приготовить пищу на костре;
- передвигаться в составе группы;
- оказывать первую доврачебную помощь пострадавшему;
- соблюдать правила поведения на природе и меры предосторожности.

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Год обучения (уровень)	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год базовый	01.09.2022	31.05.2023	36	72	2 часа в неделю	2 раза в неделю по 1 академическому часу

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	2,9,16,23,30		Комбинированное	10	Основы туристской подготовки. Туристское многоборье	Учебный кабинет, спортзал, школьный двор.	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
2	Октябрь	7,14,21,28		Комбинированное	8	Основы туристской подготовки. Основы экологии.	Учебный кабинет, спортзал, школьный двор.	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
3	Ноябрь	11,18,25		Комбинированное	6	Основы туристской	Учебный кабинет,	Беседа, тестирование,

						подготовки. Краеведение.	музей, спортзал, школьный двор	наблюдение, контрольные упражнения
4	Декабрь	2,9, 16,23		Комби нирова нное	8	Основы туристской подготовки. Краеведение.	Учебный кабинет, музей, спортзал, школьный двор	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
5	Январь	13,20,27		Комби нирова нное	8	Основы туристской подготовки. Краеведение. Основы экологии.	Учебный кабинет, музей, спортзал, школьный двор	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
6	Февраль	3,10,17		Комби нирова нное	8	Основы туристской подготовки. Основы безопасности. Основы гигиены, первая помощь пострадавшем у. Основы	Учебный кабинет, спортзал, школьный двор	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения

						экологии.		
7	Март	3,10,17		Комбинированное	8	Основы туристской подготовки. Топография и ориентирование. Туристское многоборье.	Учебный кабинет, спортзал, школьный двор.	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
8	Апрель	7,14,21,28		Комбинированное	8	Основы туристской подготовки. Топография и ориентирование. Основы экологии. Туристское многоборье.	Учебный кабинет, спортзал, лесопарк, луг, школьный двор.	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
9	Май	5,12,19,26		Комбинированное	8	Основы туристской подготовки.	Учебный кабинет, лес, спортзал, луг, школьный двор.	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения

2.2. Условия реализации программы:

Условиями реализации программы являются: наличие учебного кабинета, спортивного зала, учебно-тренировочной площадки на прилегающей территории, полигона по спортивному ориентированию и туризму, необходимого туристского снаряжения и инвентаря для организации занятий по туризму, спортивному ориентированию, технических средств; обеспечение наполняемости группы.

Кадровое обеспечение программы.

Данную программу реализует Бельчикова Александра Николаевна, - педагог дополнительного образования, I квалификационной категории. Образование высшее педагогическое.

Материально-техническое обеспечение общеобразовательной общеразвивающей программы «Туриос»

Для обеспечения процесса обучения по данной программе необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

№ п/п	Наименование	Количество единиц
Туристское снаряжение		
1.	Палатки туристские	3 шт.
2.	Тенты для палаток (верхние и нижние)	3 шт.
3.	Кольшки, стойки для палаток	20 шт.
4.	Топор в чехле	1 шт.
5.	Пила двуручная в чехле	1 шт.
6.	Каны (котлы) туристские	2 шт.
7.	Тент хозяйственный	1 шт.
8.	Клеенка кухонная	2 шт.
9.	Комплект посуды для приготовления пищи	1 шт.
10.	Рукавицы костровые (брезентовые)	2 шт.
11.	Спальники	6 шт.
12.	Коврики	6 шт.
13.	Рюкзаки	4 шт.
14.	Секундомер	2 шт.
15.	Компас жидкостный	1 шт.
16.	Аптечка медицинская в упаковке	1 шт.
17.	Ремонтный набор в упаковке	1 шт.
18.	Лопата саперная в чехле	1 шт.
19.	Комплект веревок основных	1 шт.
20.	Комплект веревок вспомогательных	1 шт.
21.	Система страховочная	6 шт.
22.	Карабин туристский	12 шт.
23.	Рулетка 15–20 м	1 шт.
Наглядный материал, канцтовары		

24.	Карандаши цветные, чертежные, ластики	15 шт.
25.	Транспортир	15 шт.
26.	Карты топографические учебные	15 шт.
27.	Условные знаки спортивных карт	15 шт.
28.	Условные знаки топографических карт	15 шт.
29.	Учебные плакаты «Туристские узлы»	2 шт.
30.	Маршрутные документы (маршрутные листы)	10 шт.
31.	Карты спортивные, планы местности, планы микрорайона школы, карты своей местности	15 шт.
Мультимедийное, фото и видео оборудование		
32.	Компьютер, принтер, сканер	1 шт.
33.	Фотоаппарат	1 шт.

Информационное обеспечение программы

Для информационного обеспечения программы в кабинете имеется аудио, видео оборудование, возможность выхода в интернет.

Программа адаптирована для реализации в условиях временного ограничения (приостановки) по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям. Для непрерывной реализации программы учащимся предлагаются занятия в дистанционном формате.

Интернет-ресурсы:

Адрес группы Д/О «Туристы-краеведы» в ВК - <https://vk.com/club199490038>

Туристская подготовка:

«История развития туризма в России» -

https://studbooks.net/741925/turizm/istoriya_razvitiya_turizma_rossii

«Туристское снаряжение» - <https://hendmeid24.ru/interesnoe/snaryazhenie-dlya-pohoda>

«Снаряжение для походов» -

<https://www.youtube.com/watch?v=zTDApK2Qjkk&t=6s>

«Особенности личного снаряжения» - <https://www.youtube.com/watch?v=-R76qNYGNOo>

«Сборка рюкзака. Подгонка рюкзака по спине» -

<https://www.youtube.com/watch?v=UxZ-sNFQ9Hs>

«Виды костров» - https://www.youtube.com/watch?v=9XB3CYye_2Q&t=2s

«Организация туристского быта» -

https://vk.com/doc379419075_576892152?hash=960d921453669db95b&dl=80ef0ab253b6c192dc

«Типы костров» -

https://vk.com/doc379419075_577315299?hash=8feefc50a1286c45af&dl=0d2bab968e8167c363

«Питание в походе» -

https://vk.com/doc379419075_578553312?hash=dcbee8e5f1ee23e52e&dl=f6942b81f3442c89c7

«Физическая подготовка к походу» - <https://kuliarpohod.com/articles/snaryaga-v-pohod/fizicheskaya-podgotovka-k-pohodu/>

«Физическая подготовка» -

<https://www.youtube.com/watch?v=sqP2RuuxJcM&t=2s>

«Общая и специальная физическая подготовка. Комплекс упражнений для увеличения эластичности мышц» -

<https://www.youtube.com/watch?v=UiERu2yeToY&t=2s>

Краеведение:

Видеоурок «Рельеф, полезные ископаемые Курской области», «Водные ресурсы края»- [https://vk.com/video-](https://vk.com/video-199490038_456239026?list=4a1327a98ff7bda49d)

[199490038_456239026?list=4a1327a98ff7bda49d](https://vk.com/video-199490038_456239026?list=4a1327a98ff7bda49d)

Видеоролик «Животный мир родного края» -

<https://www.youtube.com/watch?v=HezHq1Vv98o>

Видеоурок «Растительный мир родного края» -

https://vk.com/video-199490038_456239030?list=748cfa5db8d8846795

Видеоурок «Животный мир Курского края» -

https://vk.com/video-199490038_456239031?list=f03cd60d5ab0f07095

Видеоурок «История Курского края» -

https://vk.com/video-199490038_456239033?list=42d78d269b62e109fe

Видеоурок «Куряне, чьи имена золотыми буквами вписаны в историю науки и техники, искусства и культуры нашей Родины» -

https://vk.com/video-199490038_456239038?list=37e6ddef82dfcea21e

Презентация «Герои – куряне и их подвиги» -

https://vk.com/doc379419075_582494517?hash=5baeef44d77d13b497&dl=831b4d3313a9c3807b

Видеоурок «Куряне-олимпийцы» -

https://vk.com/video-199490038_456239040?list=09a3bf13127a27e167

Презентация «Промыслы и ремесла Курского края» -

https://vk.com/doc379419075_587126085?hash=61d6be5e4fa93fcf21&dl=29160821552c9a6e77

Презентация "Национальные традиции создания и особенности народного костюма Курской губернии" - <https://vk.com/club199490038>

Презентация «История игрушечного промысла, особенности русской национальной игрушки» -

https://vk.com/doc379419075_589369913?hash=cb05068c55371b5df3&dl=62a4304cc1a91698bf

Мастер-класс "Изготовление русской национальной игрушки – тряпичной куклы-оберега "пеленашка" -

https://vk.com/video-199490038_456239050?list=5c292c40017f55b1b8

Презентация «Музеи города Курска» -

https://vk.com/doc379419075_590182161?hash=2f8bcbbe48c8317f3a&dl=578c38c2c2824d92fb

Топография и ориентирование:

«Введение в спортивное ориентирование. Основные понятия» -

<https://www.youtube.com/watch?v=WbOpLzG--cA>

«Базовые упражнения для мелкой моторики» -

<https://www.youtube.com/watch?v=0X52VjxBvuW&t=7s>

«Спортивное ориентирование» -

https://www.youtube.com/watch?v=gEu1h_QqnaE

«Топография условные знаки и обозначения»

<https://hungry-bags.ru/tysyacha/topografiya-uslovnnye-znaki-i-oboznacheniya-topograficheskie-znaki-dlya/>

Основы безопасности. Основы гигиены, первая помощь пострадавшему:

Презентация «Оказание первой доврачебной помощи в походе» -

<https://nsportal.ru/kotova-elena-mihaylovna>

«Первая доврачебная помощь» - https://vk.com/club193805728?w=wall-193805728_58%2Fall

«ПМП при кровотечениях и травмах» -

<https://www.youtube.com/watch?v=rMd-XGf5jXc>

«Лекарственные растения» -

<https://www.kp.ru/putevoditel/zdorove/lekarstvennye-rasteniya/>

«Ядовитые грибы и растения» - <https://78.mchs.gov.ru/deyatelnost/press-centr/novosti/3826345>

Основы экологии:

Презентация «Наша планета-Земля»

https://vk.com/doc379419075_591106254?hash=86f4e2068ff538f7b4&dl=349952dc710b3e7d6b

Природные комплексы

(видеоуроки): <https://www.youtube.com/watch?v=F2GVqjHqtWk>

<https://www.youtube.com/watch?v=EO1ouUnsB9k>

<https://www.youtube.com/watch?v=ML2nAFk0IRA>

<https://www.youtube.com/watch?v=DTk6dNku5jM>

<https://www.youtube.com/watch?v=me6k8xJckDw>

Видео-урок «Воздействие человека на

природу» <https://www.youtube.com/watch?v=-FRHixI7hik>

Видео-памятка «Твой вклад в защиту окружающей

среды» <https://www.youtube.com/watch?v=hRAqEII-AAI&t=172s>

Туристское многоборье:

«Туристские слёты и соревнования» -

<https://www.youtube.com/watch?v=FdDh68VyVLI>

«Техника пешеходного туризма» - <http://jijiji.ru/texnika-peshexodnogo-turizma/>

«Индивидуальные страховочные системы -

<https://www.youtube.com/watch?v=RJoBSD9ZdTU>

«Спортивные узлы» - <https://www.youtube.com/watch?v=xlBqjwxrsnw&t=2s>
«Карманный справочник туриста» -
https://tourlib.net/books_tourism/spravochnik04.htm

2.3. Формы аттестации

Предварительный контроль (проверка знаний учащихся на начальном этапе освоения программы).

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии. По мере накопления учащимися знаний и опыта проводятся соревнования в группах по техническим навыкам, которые применяются в туристических соревнованиях, как особая форма оценки результатов освоения материала.

Итоговый контроль это соревнования между учащимися школ, и внутри секции по технике пешеходного туризма и спортивного ориентирования, краеведческой олимпиады.

Формы и содержания итоговой аттестации: наблюдение, анкетирование и тестирование.

2.4. Оценочные материалы

Контроль знаний, умений и навыков производится в форме педагогического наблюдения, беседы с учащимися, тестовых заданий, творческих работ, игр на формирование и сплочение коллектива (тимбилдинг), соревнований, зачетного туристского похода.

Методы проверки: наблюдение, анкетирование, тестирование, опрос. В процесс оценки собственных достижений вовлекаются учащиеся, что является концентрированным выражением общественного мнения группы о каждом ребёнке.

Уровень теоретической подготовки определяется через зачетные теоретические занятия по разделам программы в форме: контрольно-тренировочных тестов и заданий, анкетирования и опроса.

Уровень практической подготовки определяется с помощью контрольно-практических заданий, сдачи спортивных нормативов, во время зачетных учебно-тренировочных занятий и сборов, работы учащихся в качестве помощников руководителей, участия в соревнованиях различного уровня, творческих конкурсах, во время зачетных учебно-тренировочных, степенных походов.

Уровень социально-психологической, морально-волевой подготовки и воспитанности отслеживается через тестирование и наблюдения педагога.

Наиболее качественные показатели уровня обучения дают итоговые походы и другие многодневные мероприятия, являющиеся для членов объединения своеобразным экзаменом на проверку таких качеств, как самостоятельность, выносливость, физическая подготовка, овладение туристскими и специальными навыками и умениями. Каждый учащийся оценивается педагогом, друзьями и в зависимости от этой оценки у каждого из них определяется статус в группе.

2.5. Методические материалы (методическое обеспечение программы)

- Методы обучения:

- объяснительно-иллюстративный метод;
- репродуктивный метод;
- метод проблемного изложения;
- частично-поисковый или эвристический метод;
- исследовательский метод,

которые последовательно предполагают повышение степени активности и самостоятельности в деятельности обучаемых.

Для повышения результативности и эффективности образовательного процесса используются следующие **методы и принципы обучения**:

На этапе изучения нового материала используются следующие методы: объяснение, рассказ, беседа, дискуссия.

На этапе закрепления изученного материала используются упражнение, практическая работа, походы, учебно-тренировочные сборы.

На этапе повторения изученного — наблюдение, устный контроль (опрос, игры, викторины), тестирование.

На этапе проверки полученных знаний — выполнение контрольных заданий, категорийные походы, защита творческих работ.

- Формы организации учебного процесса

Форма организации учебного процесса – групповая. На этапе базового уровня возможна индивидуальная работа или работа в малых группах. На данном этапе учащийся может выступать в роли наставника для учащихся ознакомительного уровня.

№ п/п	Название раздела, темы	Материально-техническое оснащение, дидактический – методический материал	Форма учебного занятия	Форма контроля/аттестации
1	Основы туристской подготовки. Туристские путешествия, история развития туризма	Фотоматериалы о туристских походах разных лет, разных видов туризма, мультимедийный комплект, викторина «Знаменитые русские путешественники»	Лекция, беседа	Анкетирование, тестирование, устный опрос, наблюдение
2	Туристское снаряжение	Презентация «Туристское снаряжение», личное снаряжение туриста, групповое снаряжение туриста, походная посуда, костровое оборудование, ремонтный набор, комплект заданий, упражнений, тестов, дидактическая игра «Уложи рюкзак», раздаточный материал,	Лекция, беседа, практическое занятие, игра-соревнование	Тестирование, устный опрос, наблюдение, контрольные упражнения

		плакаты, мультимедийный комплект		
3	Организация туристского быта	Презентации «Бивак туриста», «Типы костров», плакаты, групповое снаряжение, комплект заданий, упражнений, тестов, раздаточный материал, мультимедийный комплект, сборник туристских песен	Лекция, беседа, дискуссия, практическое занятие, игра-соревнование, разучивание песен	Моделирование ситуаций, тестирование, устный опрос, наблюдение, контрольные упражнения
4	Питание в походе	Плакаты, таблицы, походная посуда, костровое оборудование, раздаточный материал, продукты питания	Лекция, беседа, практическое занятие	Тестирование, контрольные упражнения
5	Подготовка и организация туристского путешествия	Картографический материал, отчеты о туристских походах, краеведческая литература, фото-, видеоматериалы о туристских походах, маршрутная документация, мультимедийный комплект	Лекция, беседа, практическое занятие, дискуссия, игра	Устный опрос, тестирование, доклад
6	Учебно-тренировочные походы	Туристское снаряжение (личное и групповое), продукты питания.	Поход	Отчет о походе, контрольные упражнения
7	Физическая подготовка туриста	Спортивный зал, спортивный инвентарь	Лекция, беседа, практическое занятие, тренировка, игра	Контрольные тесты и упражнения, мини-соревнования, сдача нормативов
8	Самостоятельная работа.	Комплект упражнений и заданий; туристское снаряжение, спортивный инвентарь	Практическое занятие	Наблюдение, практические задания
9	Краеведение. Географическое положение, природные условия и ресурсы края	Карта родного края; краеведческая литература о родном крае; комплект заданий, кроссвордов, ребусов, викторин; презентация о родном крае, фото-, видеоматериалы; плакаты; мультимедийный комплект	Лекция, беседа, практическое занятие, путешествие, творческая мастерская, экскурсия	Тестирование, викторины, ребусы, кроссворды, творческие работы
10	История и культура края	Карта родного края; краеведческая литература о родном крае; комплект	Лекция, беседа, практическое занятие,	Тестирование, викторины, ребусы,

		заданий, кроссвордов, ребусов, викторин; презентация о родном крае, фото-, видеоматериалы; плакаты; мультимедийный комплект	путешествие, творческая мастерская, экскурсия	кроссворды, творческие работы
11	Основные ремесла родного края. Промыслы края. Традиции и обычаи	Карта родного края; краеведческая литература о родном крае; комплект заданий, кроссвордов, ребусов, викторин; презентация о родном крае, фото-, видеоматериалы; плакаты; мультимедийный комплект	Лекция, беседа, практическое занятие, игры, путешествие, творческая мастерская, экскурсия	Тестирование, викторины, ребусы, кроссворды, творческие работы
12	Туристские возможности края	Карта родного края; краеведческая литература о родном крае; комплект заданий, кроссвордов, ребусов, викторин; презентация о родном крае, фото-, видеоматериалы; плакаты; мультимедийный комплект	Лекция, беседа, экскурсия, путешествие	Тестирование, викторины, ребусы, кроссворды, мини-доклады
13	Родословие- наши корни	Наглядное пособие «Генеалогическое древо», комплект заданий, фото-, видеоматериалы; мультимедийный комплект	Лекция, беседа, практическое занятие, творческая мастерская	Тестирование, мини-доклады, творческие работы
14	Этнопсихологические особенности русской национальной игрушки	Презентация «История игрушки в России», комплект заданий, фото-, видеоматериалы; мультимедийный комплект	Лекция, беседа, практическое занятие, творческая мастерская	Творческие работы
15	Самостоятельная работа.	Карта Курской области; краеведческая литература; комплект заданий; фото-, видеоматериалы; мультимедийный комплект; оборудование для исследований	Беседа, дискуссия, практическое занятие, путешествие, экскурсия,	Творческий отчет, наблюдение, мини-доклады, описание, самостоятельная работа, работа с литературным и источниками
16	Топография и ориентирование. Топография	Топографические карты; плакаты «Условные топонимы»; карточки с топонимами; комплект заданий, упражнений, тестов; дидактическая игра «Топонимы»	Лекция, беседа, практическое занятие, игра	Тестирование, устный опрос, топографический диктант, контрольные упражнения
17	Ориентирование.	Комплект тестов, заданий,	Лекция, беседа,	Тестирование,

		упражнений; спортивные карты; плакаты; компасы; презентация «Компас. Виды компасов»; мультимедийный комплект, разные виды компасов; дидактическая игра «Условные знаки спортивных карт»	практическое занятие, игра, игра-соревнование	наблюдение, устный опрос, диктант, контрольные упражнения
18	Основы безопасности. Основы гигиены, первая помощь пострадавшему. Техника безопасности при проведении занятий, походов, экскурсий.	Презентация «Правила дорожного движения», таблицы, видеоматериалы, мультимедийный комплект, игра-лото «Что можно, что нельзя», викторины	Лекция, беседа, практическое занятие	Устный опрос, тестирование, наблюдение, игра
19	Правила санитарии и гигиены.	Плакаты, тесты, викторины	Лекция, беседа, практическое занятие	Беседа, тестирование, устный опрос, наблюдение, контрольные упражнения
20	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи	Медицинская аптечка, плакаты, презентация (видеофильм) «Оказание первой доврачебной помощи», мультимедийный комплект	Лекция, беседа, практическое занятие	Тестирование, устный опрос, наблюдение, решение ситуационных задач, контрольные упражнения
21	Лесная аптека	Презентации «Растения-лекари», «Ядовитые грибы и растения», мультимедийный комплект, дидактическая игра "Ядовитые и лекарственные растения и грибы", гербарии, справочники-определители	Лекция, беседа, практическое занятие	Тестирование, устный опрос, наблюдение, решение ситуационных задач, контрольные упражнения
22	Основы экологии. Наша планета – Земля.	Плакаты, презентация (видеофильм) «Земля-наш дом!», презентация (видеофильм) «Природные комплексы», комплект «Экологические игры», викторины	Лекция, практическое занятие, игра, «Путешествие по карте»	Тестирование, викторины, кроссворды, наблюдение, мини-доклады
23	Туризм и охрана природы.	Набор плакатов, фотографии, мультимедийный	Лекция, беседа, практическое занятие, игра,	Беседа, тестирование, устный опрос,

		комплект, фотоматериалы, комплект заданий и тестов	экологические акции	наблюдение
24	Наблюдения в природе	Набор плакатов; фотографии растений края, гербарии; мультимедийный комплект, термометр, дневник наблюдений, компас	Беседа, практическое занятие, экскурсия, беседа, зарисовка, фото-кино съемка	Дневник наблюдений за погодой, растительностью; тестирование, викторины, кроссворды, мини-доклады
25	Туристское многоборье Туристские слеты и соревнования	Фотоматериалы о туристских соревнованиях, видеофильм о туристских соревнованиях, мультимедийный комплект, специальное туристское снаряжение	Лекция, беседа, практическое занятие, соревнование	Устный опрос, тестирование, наблюдение, соревнования
26	Основы техники пешеходного туризма	Личное снаряжение, групповое снаряжение, специальное туристское снаряжение, комплект рисунков узлов, верёвки, комплект верёвок для вязания узлов, презентация «Туристские узлы», комплект заданий	Лекция, беседа, практическое занятие, соревнование	Устный опрос, тестирование, наблюдение, соревнования

Тип контроля образовательных достижений учащихся:

Текущая аттестация осуществляется на каждом занятии. По мере накопления учащимися знаний и опыта проводятся соревнования в группах по техническим навыкам, которые применяются в туристических соревнованиях, как особая форма оценки результатов освоения материала.

Промежуточная аттестация проводится по окончании изучения раздела, или по итогам обучения за полугодие (год). К промежуточной аттестации допускаются все обучающиеся, занимающиеся в детском объединении, вне зависимости от того, насколько систематично они посещали занятия.

Итоговая аттестация является участие в итоговых соревнованиях по туризму, зачетный туристский поход 1-ой степени сложности или туристско-краеведческое многодневное мероприятие (лагерь, слет, соревнования и т.д.).

2.6. Рабочая программа воспитания

- цель: обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий спортивным туризмом, обогащение и расширение знаний учащихся в

области туризма и спорта. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления.

- формы и содержание деятельности:

№ п/п	Направления/ Виды воспитательной деятельности	Целевое назначение	Активные содержательные формы организации деятельности
1	Гражданско-патриотическое	Формирование гражданской и правовой направленности личности, активной жизненной позиции; Воспитание любви и уважения к традициям народа России и Курского края.	Встреча с интересными людьми, беседа
2.	Духовно-нравственное	Формирование духовно-нравственных качеств личности. Воспитание нравственной культуры, основанной на самоопределении и самосовершенствовании. Воспитание доброты, чуткости, сострадания, заботы и милосердия. Создание единой воспитывающей среды, в которой развивается личность ребенка, приобщение родителей к целенаправленному процессу воспитательной работы образовательного учреждения. Включение родителей в разнообразные сферы жизнедеятельности образовательного учреждения.	- беседы на нравственные темы. - просмотр тематических видеоматериалов. Участие в благотворительных мероприятиях (см. календарный план мероприятий)

3.	Художественно-эстетическое	Сохранение и передача культурного наследия России и Курского края Развитие потенциала личности ребёнка через творчество Выявление и развитие природных задатков и способностей обучающихся. Реализация познавательных интересов ребенка и его потребности в самосовершенствовании, самореализации и саморазвитии.	- беседы на нравственные темы. - просмотр тематических видеоматериалов. Участие в благотворительных мероприятиях (см. календарный план мероприятий) - этикет и профессиональная этика.
4.	Трудовая	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.	Участие в мероприятиях школы по благоустройству окружающего пространства

- планируемые результаты:

У учащихся сформированы устойчивое отношение к жизни людей в разные эпохи, труду, традициям, культуре, семье, школе, родного села, края, России как основополагающим ценностям;

- активизируется гражданская позиция по изучению, сбережению и популяризации истории поселка Возы, информации об учителях школы.
- формируется потребность в самовыражении и самореализации через общественно значимую деятельность.

- самоанализ воспитательной работы

Сохранение и укрепление здоровья учащихся - одно из приоритетных направлений развития школы и системы дополнительного образования. Формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании занятий туризмом. Направленность работы кружка «Туриос» - туристско-краеведческая. Численность членов объединения 15 человек в возрасте от 12 до 17 лет. Условия набора в детское объединение - собственное желание обучающихся и их состояние здоровья, так как требуется допуск врача.

Режим занятий - 2 раза в неделю по 1 учебному часу.

Занятия проходили в соответствии с утверждённой рабочей программой и согласно календарно - тематическому планированию. Необходимое оборудование и туристическое снаряжение имелось в наличии. Также следует отметить, что в процессе обучения использовалась учебная и методическая литература, другие информационные ресурсы и справочные материалы.

Посещаемость учебных занятий составила 94%.

Пропуска занятий без уважительных причин нет.

Формы организации деятельности обучающихся на занятиях:

лекции, беседы, практические занятия в спортзале и на местности (в зависимости и от сезона года) экскурсии, походы, акции, игры, субботники, конкурсы, эстафеты, рейды, соревнования и др.

Всё это дало возможность приобретения обучающимися основ знаний по технике и тактике туризма и ориентирования на местности. Умение проводить простейшие исследования, грамотно работать с туристическим снаряжением, делать пешие переходы, оказывать первую медицинскую помощь, ставить палатку, разводить костер и т.д.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие виды контроля:

- начальный контроль (сентябрь); 20%
- промежуточный контроль (декабрь); 88%
- итоговый контроль (май) 89%.

В следующем учебном году необходимо обратить внимание:

- на привлечение учащихся к активному занятию спортом, посещению спортивных секций и кружков;
- на анализ и отслеживание результатов мониторинга, с целью сохранения высокого качества знаний и умений;
- на повышение творческой активности учащихся, с целью формирования активной жизненной позиции, здорового образа жизни, участия учащихся в спортивно-туристических соревнованиях и конкурсах;
- на повышение методической подготовки путём самообразования;
- на осуществление педагогического проекта: «Туристические маршруты Поньковского района Курской области»;
- дать открытое занятие по применению коллективного способа обучения на занятиях детского объединения;
- участвовать во всероссийских конкурсах и международных для педагогов;
- разработать учебно-методические комплекты (аннотации, программы, календарно - тематическое планирование, поурочное планирование) с учётом регионального компонента (казачества);
- обобщить опыт своей методической работы;
- подготовить материал для аттестации на квалификационную категорию.

- календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Формы проведения	Сроки проведения
1	Экскурсия в школьный музей.	Экскурсия	Сентябрь
2	Посвящение в обучающиеся	Театрализованное представление	Октябрь
3	Краеведческие викторины	Беседа	Ноябрь
4	В единстве сила	Беседа	Ноябрь
5	День Конституции	Общешкольное мероприятие	Декабрь
6	День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады	Лекторий	Январь
7	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества Российской Федерации	Общешкольное мероприятие	Февраль
8	Конкурс фотографий и рисунков о малой родине	Конкурс	Март
9	День воссоединения Крыма с Россией	Беседа	Март
10	Тематическое занятие «Первый в космосе»	Беседа	Апрель
11	Участие в комбинированной туристической эстафете учащихся образовательных учреждений Курской области	Соревнования	Апрель
12	Бессмертный полк	Патриотическая акция	Май
13	Великая отечественная война	Экскурсия в музей Курской битвы	Май

Список литературы

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе.- М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. - М.: Физкультура и спорт, 1983
3. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. - М.: Профиздат, 1

4. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. - Москва, «Физкультура и спорт», 1990.
5. Константинов Ю.С, Слесарева Л.П. Туристско-краеведческая деятельность в школе. - Москва, 2011 г.
6. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.:Профиздат, 1997.
7. Краткий справочник туриста. М.: Профиздат, 1985.
8. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТиК, 2003.
9. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря.- М.: ВЛАДОС, 2000.
10. Таланга Е. Энциклопедия физических упражнений / Пер. с польск. – М.: Физкультура и спорт.
11. Энциклопедия туриста / Гл. ред. Е.И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.

Список рекомендованной литературы для учащихся

1. Балабанов, И.В. Узлы / И. В. Балабанов Узлы - М.: ЭКСМО-Пресс, 2013. – 80 с.
2. Бубнов, В.Г. Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний: Учебно-практическое пособие / В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова – М., ООО Издательство АСТ. ООО. 2011. – 252 с.
3. Денисова, Н. Путеводитель/ Н. Денисов – Челябинская область: Астрель 2013г.
4. Ильин, А.А. Большая энциклопедия городского выживания./ А.А. Ильин – М.: Эксмо, 2013г. – 576 с.
5. Ильин, А.А. Энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях. / А.А. Ильин – М.: ЭКСМО-Пресс, 2012. – 384 с.
6. Константинов, Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. Учебно-методическое пособие./ Ю.С. Константинов – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2012г.
7. Куликов, В.М. Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии./ В.М. Куликов, Ю.С. Константинов - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2014г.
8. Легенды Южного Урала // «Аркаим», 2013г
9. Володин, В.Личная безопасность / В.Володин – М.: Аванта+. 2001.

10. Маслов, А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся Школа безопасности / А.Г. Маслов - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2000. – 160 с.
11. Маслов, А.Г., Константинов Ю.С. Программа обучения жизненным навыкам в системе дополнительного образования. / А.Г. Маслов Ю.С.Константинов – М.: МТО-ХОЛДИНГ, 2011. – 96 с.
12. Маслов, А. Г., Константинов Ю. С., Дрогов И.А. Лето, дети и туризм / А. Г. Маслов, Ю. С. Константинов, И. А. Дрогов - М: ЦДЮТур МО РФ, 2013г
13. Рахманова, С.М. Популярная психология для тинейджеров / С.М.Рахманова – Ростов н/Д: Феникс, 2013г. – 224 с.
14. Садикова, Н.Б. 1000 + 1 совет туристу: Школа выживания / Н.Б.Садикова – Минск: Современный литератор, 2000. – 352 с
15. Топография и ориентирование в туристском путешествии. // - М: ЦДЮТур МО РФ, 2010г.
16. Уилсон, Н. Руководство по ориентированию на местности: Выбор маршрута и планирование путешествия. Навигация с помощью карт, компаса и природных объектов / Нейл Уилсон – Пер. с англ. К Ткаченко.– М.: ФАИР ПРЕСС, 2014.–352с.
17. Штюмер, Ю.А. Профилактика туристского травматизма / Ю.А.Штюмер - М: ЦРИБ Турист, 2011г.

Электронные интернет-ресурсы, рекомендованные для педагогов

1. Озеров А.Г. Методические рекомендации по организации исследовательской обучающихся Подготовка исследовательских работ учащихся по краеведению [Электронный ресурс] // А.Г. Озеров 12.11.2013г. - http://www.turcdntrrf.ru/stran/mjtor_razrab.htm
2. Смирнова Л.Л. Дидактические материалы. Готовимся к турслету [Электронный ресурс] // Л.Л. Смирнова. Персональный сайт - http://www.turcdntrrf.ru/stran/mjtor_razrab.htm
3. Алешин В.М. Ориентирование на местности (способы ориентирования по положению солнца, по звездам, по снежному покрову, по расположению растений и др.) [Электронный ресурс] // В.М. Алешин http://rdvolution.al.16dst.ru/sport/00153421_0.html

4. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании [Электронный ресурс] // В.М. Алешин. http://tourlib.ndt/books_tourism/aldshyn.htm 13.02.2014г.
5. Статья. Как правильно пользоваться компасом при спортивном ориентировании [Электронный ресурс] // 02.06.2013г. <http://www.karabin.su/kak-polzovatsya-kompasom/02.06.2013г.>
6. Ганопольский В.И., Безносииков Е.Я. и др. «Основы техники пешеходного и горного туризма» [Электронный ресурс] // В.И.Ганопольский, Е.Я. Безносииков. - М http://tourlib.ndt/books_tourism/ganopolsky07.htm
7. Детская мультимедийная энциклопедия. Опасности в природе. [Электронный ресурс] - <http://www.spas-dxtrdmd.ru/dl.php?SIG=146>
8. ИНСТРУКЦИЯ по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися. [Электронный ресурс] - http://бдлvirtclub.narog.ru/гдт_tur/instr_01.htm
9. ИНСТРУКЦИЯ по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий. [Электронный ресурс] - <http://my-dgu.ru/cat/vndklassnaja-rabota/instruktsiya-po-organizacii-i-provdgdniju-turistskih-pohorov-jdkspdgicij-i-j>

Приложение

Дидактические материалы включают в себя раздаточные материалы (топографические знаки, карты Курской области и мест предполагаемых походов и экскурсий, инструкционные материалы и т.д.), задания и упражнения по различным темам.

Методика проведения подвижных игр

При организации и проведении подвижной игры необходимо придерживаться следующих правил:

1. правила игры должны быть просты, точно сформулированы, доступны для понимания детей;
2. игра не будет содействовать выполнению педагогических целей, если она не дает достаточной пищи для непосредственной мыслительной и двигательной деятельности;
3. для детей игры будут интересными тогда, когда каждый из играющих станет активным ее участником;
4. исключение даже малейшей возможности риска, угрозы здоровью детей (но не исключать трудные правила);
5. безопасность используемого инвентаря;
6. игра не должна унижать достоинства играющих;

7. при проведении нескольких игр следует учитывать принцип: от трудного — к легкому, от сложного — к простому, т.е. вначале проводить более трудную (новую) по содержанию игру, а наиболее легкую и более живую проводить в конце урока;

8. подвижные игры должны чередоваться со спокойными;

9. на уроках игры имеют параллельно оздоровительному, познавательное значение, поэтому в них на равных решается не только двигательная, но и умственная задача;

10. игру нельзя обрывать незавершенной;

11. ознакомление детей с новой игрой проводится четко, лаконично, образно, эмоционально.

Объяснение игры. Правильное объяснение игры в значительной мере влияет на ее успех. Рассказ педагога должен быть кратким (затянутое объяснение может помешать восприятию игры), логичным, последовательным, интересным.

Алгоритм объяснения игры может быть следующим:

1) название игры;

2) роли играющих и их расположение на площадке;

3) содержание игры;

4) цель игры;

5) правила игры.

Игры на знание сторон горизонта

1. Игра «Гимнастика с компасом»

Ребята строятся в шеренгу с компасами в руках. Тренер (или кто-то из старших ребят) называет сторону горизонта. Например, «юго-восток». Кто быстрее повернется и встанет лицом к юго-востоку, тот и выиграл.

2. Игра «Секретная цифра»

Участникам игры выдаются листы бумаги в клеточку, карандаш и карточка с заданием. Ребята обозначают на листе стороны горизонта и выбирают в центре листа точку отсчета. На карточке указано, сколько клеток и в каком направлении им нужно последовательно отложить от точки отсчета. Например, цифра «1» зашифровывается как «две клетки на север, одна клетка на юго-запад».

3. Игра «Нарисуй фигуру»

Выполнив предыдущее задание, ребята сами могут зашифровать любую выбранную ими фигуру и обменяться карточками.

4. Игра «Найди клад!»

Игра проводится в лесу или в классе. Заранее готовятся карточки с заданиями. Например, задание может быть таким: «Твой старт у поваленного дерева. Пройди 10 шагов на север, 5 на восток, 2 шага на юго-запад и ищи клад». Кладами могут служить любые мелкие предметы, спрятанные заранее, с учетом заданий на карточках. Получив карточки и взяв в руки компасы, ребята отправляются на поиски кладов.

Игры на понимание масштаба

1. Игра «Измеряй-ка»

Ребятам выдаются карты с нанесенными контрольными пунктами. Задание: «Измерить, на каком расстоянии друг от друга находятся КП? Какова длина всей дистанции? Измерьте расстояние от северного угла болота до микроямки и т.д.»

2. Игры с карточками по определению расстояния

Предлагаются задания типа «Отложи на бумаге отрезок длиной в 1,5 км, масштаб 1:20000», «Расстояние на карте - 3 см, масштаб 1:15000, сколько это метров в лесу?».

Диктанты по карте

1. Участники игры получают одинаковые карты (в зависимости от возраста и подготовленности игроков - карты парка, лесопарка, карты с развитой дорожной сетью и т.д.), карандаши и иголки для отметки КП. Тренер или старший товарищ называет место старта, например «поляна в юго-восточном углу карты», убеждается, что все участники верно нашли его на карте, и диктует. *«Путешественник начинает движение на юг по лесной тропе. Слева от него болото, справа лес. Он проходит около 300 м и пересекает просеку, поднимается на бугор, сворачивает на тропинку, идущую с юго-востока на северо-запад и по ней доходит до канавы. Здесь первый КП и т.д.»* Ребята наносят КП на свои карты. Кто пройдет всю дистанцию без ошибок, тот и становится победителем.

2. На картах ребят нарисована «нитка» маршрута. Дети по очереди рассказывают, как они движутся по «нитке» и что видят впереди и по сторонам. Например: «Я иду по северному краю поляны, сворачиваю на северо-запад по грунтовой дороге. Слева от меня высокий холм, справа болото и т.д.».

Игры на понимание «легенды» КП

Для этих игр необходимы комплекты карточек со словесными легендами КП и карт с нанесенными на них контрольными пунктами. Задача играющих - как можно быстрее сопоставить словесное описание КП на карточке с условным знаком на карте.

Игры на выбор пути движения между КП

Участники игры получают одинаковые карты с нанесенными на них дистанциями и за определенное время выбирают вариант движения между КП (можно нанести его на карту). Когда время закончится, ребята показывают тренеру свои варианты пути и обсуждают вместе с ним, какой из них является наилучшим и почему. Для начинающих можно все варианты движения заранее нанести на карту. Тогда детям останется только выбрать из них лучший и объяснить, почему выбрали именно его.

Игра на запоминание маршрута между КП

Ребята получают одинаковые карты с двумя контрольными пунктами, листки бумаги и карандаши. За определенное время (например, одну минуту) они выбирают путь между КП, стараясь при этом запомнить основные ориентиры между пунктами. Затем тренер собирает карты, а участники игры

по памяти рисуют то, что запомнили. Эта игра развивает зрительную память, дает возможность ребятам научиться видеть ориентиры на карте.

«Перевертыши»

Из карты вырезается 10 (или больше) участков размерами 2 x 2 или 1 x 1 см, на каждом из которых имеется контрольный пункт. Вырезанные кусочки наклеиваются на обратной стороне такой же карты, расчерченной на квадраты (или не расчерченной - в зависимости от возраста участников игры). Изучив местоположение КП, ребятам нужно перевернуть карту и на лицевой стороне отыскать аналогичную точку. Ту же операцию нужно повторить со всеми пунктами. Результат определяется по времени выполнения упражнения.

Нанеси КП

На некотором расстоянии (например 10-15 м) друг от друга кладут две одинаковые карты, на одной из которых нанесено 10-15 КП. Необходимо все КП перенести по памяти на «чистую» карту, причем количество «рейсов» от одной карты к другой не ограничивается. Результат определяется по времени выполнения задания при условии точного нанесения пунктов.

«Мы рисуем карту сами!»

Эту игру лучше всего проводить в походе, летнем лагере, на турбазе, в любом парке, где много построек, линейных ориентиров, заборов и т.д. Ребята разбиваются на группы (можно разновозрастные, 3-4 человека в каждой). В течение 1-2 часов они изучают территорию (например, парка) и рисуют (как видят и понимают) свои карты. Затем прячут на местности «клад» (апельсин, шоколад и т.д.), обозначают его на своей карте и обмениваются картами. Каждая группа ищет клад, используя карты товарищей.

Инструктаж по технике безопасности в походе

1. Требования безопасности перед проведением туристского похода, экскурсии, экспедиции:

1. Участник должен пройти соответствующую подготовку, инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и представить руководителю справку о состоянии здоровья.
2. Участник должен выходить на маршрут в той форме и с тем снаряжением, которое указано руководителем.
3. При разработке маршрута туристского похода, экспедиции предусмотреть запасные и аварийные варианты маршрута.
4. При закупке продуктов питания, медикаментов проверять срок их хранения.
5. При изменении состава группы, маршрута руководитель должен сообщить об изменениях администрации образовательного учреждения
6. При проведении туристского похода, экспедиции в районе, где действует поисково-спасательная служба (ПСС), руководитель группы обязан сообщить о своем маршруте, после окончания - снять группу с контроля.

2. Требования безопасности во время проведения туристского похода, экскурсии, экспедиции:

1. При совершении дальних походов, экскурсий, экспедиций руководитель группы обязан сообщить телеграммой в школу, учреждение дополнительного образования о начале и окончании маршрута, о состоянии группы, изменении маршрута, сроках, составе и т.п.
2. При проведении туристских походов руководитель обеспечивает безопасность в транспорте, при прохождении маршрута, во время бивачных работ.
3. При движении по маршруту назначать замыкающего группы, проверять наличие участников группы.
4. Руководитель группы обязан контролировать работу учащихся с колющими и режущими предметами, с бензиновыми и газовыми приборами.
5. Строго соблюдать правила организации купания в походе.
6. В случае резкого ухудшения погодных условий, физического состояния участников и т.п. принять меры к обеспечению безопасности и здоровья детей вплоть до прекращения маршрута, обеспечения выезда группы в населенный пункт.
7. В случае опоздания группы из похода к назначенному сроку руководитель группы обязан предупредить родителей об опоздании.
8. При получении травмы, заболевания оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в медицинское учреждение и сообщить об этом администрации школы, учреждения дополнительного образования.

Правила поведения и безопасности в турпоходе

Соблюдение правил безопасности - первое и главное требование к участнику похода, экспедиции.

Каждый участник **ОБЯЗАН** выполнять следующие правила безопасности:

1. Точно и немедленно выполнять все распоряжения руководителя.
2. Перед выходом на маршрут проверить исправность снаряжения. Выходить на маршрут строго в той форме и с тем снаряжением, которое указано руководителем.
3. Топоры, пилы и другие колющие и режущие предметы упаковывать в чехлы и рюкзаки.
4. Во время переезда по железной дороге:
 - при приближении поезда не стоять у края платформы;
 - на ходу поезда дверей не открывать, из вагона не высовываться, в тамбурах не стоять;
 - выходить из вагона только с разрешения руководителя;
 - садиться в поезд и выходить из него на платформу только при полной остановке поезда.
5. Строго соблюдать правила дорожного движения:

- при движении вдоль дороги из строя не выходить;
- идти по левой стороне обочины навстречу движущемуся транспорту;
- при переходе дороги быть предельно внимательным, шоссе переходить шеренгой.

6. При движении находиться в составе группы.

7. О всякой замеченной опасности немедленно докладывать руководителю.

8. При необходимости длительной остановки - замыкающий обязан остановить всю группу.

9. Строго соблюдать правила страховки и самостраховки.

10. Потертости ног не допускать, о возникновении потертостей немедленно докладывать руководителю.

11. О малейших признаках заболеваний немедленно докладывать руководителю.

12. Строго соблюдать питьевой режим.

13. Купаться можно только с разрешения руководителя, в указанном им месте и в его присутствии.

14. Во время купания не нырять с мостков, лодок, обрывов, не купаться в сумерках и ночью.

15. Свечи и спички в палатке без разрешения руководителя не зажигать.

16. Порубок живых деревьев не производить. При порубке сучьев под деревьями не стоять. Тяжелых бревен и камней по одному не переносить.

17. На деревья без разрешения руководителя не залезать.

18. На привалах за территорию лагеря без разрешения руководителя не уходить.

19. В лесу горящих спичек не бросать, костров без присмотра не оставлять.

20. Аккуратно обращаться с огнем и кипятком. Ведро с горячей водой и пищей ставить у самого костра или далеко от костра в специально отведенном месте.

21. У костра дежурные должны иметь рукавицы, головной убор и одежду, полностью закрывающую тело.

22. Если участник случайно остался один, он должен прекратить движение и спокойно ждать, пока его найдут. Самому поиски не предпринимать, тепло одеться и, по возможности, развести костер.