

СОДЕРЖАНИЕ

		Стр.
I.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.2.	ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	3
1.3.	КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН	4
1.4.	СОДЕРЖАНИЕ КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА	4
1.5.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	5
II.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	6
2.1.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	6
2.2.	ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ	6
2.3.	МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	7
2.4.	ЛИТЕРАТУРА И ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ	7

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «PRO – Туризм 56» имеет туристско-краеведческую направленность и реализуется в объеме 18 часов.

Программа адресована обучающимся 12-16 лет, не имеющим медицинских противопоказаний, и учитывает их возрастные и психологические особенности.

Программа направлена на обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания обучающихся; формирование и развитие творческих способностей обучающихся; удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию свободного времени обучающихся; адаптацию обучающихся к жизни в обществе; профессиональную ориентацию обучающихся; выявление, развитие и поддержку обучающихся, проявивших выдающиеся способности (Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»).

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: формирование у обучающихся знаний, умений и навыков, необходимых для занятий туризмом и краеведением.

Задачи программы:

Воспитывающие:

- формировать самостоятельность и волевые качества;
- воспитывать уважительное отношение к окружающей среде.

Развивающие:

- развивать силу, выносливость у обучающихся;
- развивать организаторские навыки, умение работать в команде.

Обучающие:

- сформировать представления об основах туризма;
- сформировать знания об организации туристического быта;
- сформировать знания о правилах оказания первой помощи;
- обучить навыкам ориентирования на местности;
- совершенствовать знания по истории родного края.

1.3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	1 гр.	2 гр.	3 гр.	Форма занятия	Кол-во часов	Тема	Формы аттестации/контроля
1.				Беседа	2	Вводное занятие	Опрос
2.				Практическое занятие	2	Мастер-класс «Лайфхаки для начинающего туриста»	Практическая работа
3.				Практическое занятие	2	Мастер-класс «Бивуак – что?»	Практическая работа
4.				Практическое занятие	2	Мастер-класс «Остаться в живых!»	Практическая работа
5.				Практическое занятие	2	Мастер-класс «Первая помощь – важно!»	Практическая работа
6.				Практическое занятие	4	Экскурсия	Практическая работа
7.				Практическое занятие	4	Поход выходного дня	Практическая работа
Итого: 18 часов							

1.4. СОДЕРЖАНИЕ КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

Теория (2 часа): инструктаж по технике безопасности. Виды и основы туризма.

Тема 2. Мастер-класс «Лайфхаки для начинающего туриста» (2 часа)

Практика (2 часа): как использовать страховочные системы («жумар», «карабины», «ролик» и «веревки») в походе? Как помочь пострадавшим туристам? Мини-соревнования с выполнением заданий:

1. Надевание страховочной системы;
2. Прохождение этапа «Навесная переправа»;
3. Прохождение этапа «Вертикальный маятник»;
4. Снятие страховочной системы.

Тема 3. Мастер-класс «Бивуак – что это?» (2 часа)

Практика (2 часа): как быстро поставить палатку? Как безопасно разжечь костер? Как приготовить пищу в походе? Турнир с выполнением заданий:

1. Установка палатки.
2. Сборка костров.
3. Разбор съедобных и несъедобных растений и ягод.

Тема 4. Мастер-класс «Остаться в живых!» (2 часа)

Практика (2 часа): о чем говорят топографические знаки? Как проложить маршрут по спортивным картам? Игра «Топографическое лото». Спортивное ориентирование «Лабиринт».

Тема 5. Мастер-класс «Первая помощь – важно!» (2 часа)

Практика (2 часа): что такое первая помощь и как ее оказать. Алгоритмы оказания первой помощи.

Тема 6. Экскурсия (4 часа)

Практика (4 часа): экскурсия по центру малой родины (город/село). Посещение памятников и достопримечательностей.

Тема 7. Поход выходного дня (4 часа)

Практика (4 часа): совершение похода выходного дня к природным памятникам, находящимся на территории города/села.

1.5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

При освоении программы отслеживаются три вида результатов: личностный, метапредметный и предметный, что позволяет определить динамику развития каждого обучающегося.

Личностные результаты

В результате обучения по программе обучающийся:

- проявляет самостоятельность и волевые качества;
- проявляет уважительное отношение к окружающей среде;

Метапредметные результаты

В результате обучения по программе обучающийся:

- проявляет силу, выносливость;
- проявляет организаторские навыки, умеет работать в команде.

Предметные результаты

В результате обучения по программе обучающийся:

- имеет представление об основах туризма;
- знает об организации туристического быта;
- знает правила оказания первой помощи;
- имеет навыки ориентирования на местности;
- имеет углубленные знания по истории родного края.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение

Для эффективности образовательного процесса необходимы:

- скамейки гимнастические, шведская стенка, опоры для организации перил и страховки, стенд с зацепами, гимнастические маты;
- индивидуальные страховочные системы (слитная/верх+низ) по количеству обучающихся;
- карабины туристские (полуавтоматические с муфтой keylock) – 60 шт.;
- спусковое устройство («восьмерка») по количеству обучающихся;
- зажим типа «жумар» по количеству обучающихся;
- ролик для переправ по количеству обучающихся;
- каски для спортивного туризма по количеству обучающихся;
- блокировка системы (веревка основная Ø10 мм – 0,5-1 м) по количеству обучающихся;
- веревка основная (Ø10 мм) 20 м – 2 шт., 30 м – 4 шт., 40 м – 4 шт., 50 м – 1 шт.;
- аптечка медицинская (комплект);
- секундомер 1-2 шт.;
- призма + компостер (комплект);
- рюкзак (80-100 л) по количеству обучающихся;
- палатка с тентом (2-4 местная);
- коврик туристский;
- спальный мешок.

Кадровое обеспечение

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования (методист), имеющий опыт прохождения туристского спортивного похода 1-ой категории сложности, опыт участия в соревнованиях по спортивному туризму и спортивному ориентированию.

Информационные, дидактические материалы к занятиям

Реализация программы предполагает использование интернет-источников, цифровых образовательных ресурсов, видео- и фотоматериалов.

2.2. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий контроль.

Входная диагностика (входной контроль) проводится с целью выявления первоначального уровня знаний, умений и возможностей обучающихся.

Форма контроля:

- опрос.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного периода (после каждого занятия) для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств обучающихся.

Формы:

- опрос;
- практическая работа.

2.3. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методы обучения по программе

В программе используются следующие методы обучения (по классификации И.Я. Лернера, М.Н. Скаткина – по характеру познавательной деятельности):

- репродуктивный метод предполагает – при воспроизведении ранее полученных знаний и умений.
- частично-поисковый (эвристический) – при организации проектной деятельности.

Всё многообразие применяемых в ходе реализации программы методов можно объединить в следующие смысловые группы:

1. Методы практической работы;
2. Наглядный метод обучения.

Использование различных методов варьируется на протяжении учебного процесса, применение методов зависит от контингента обучающихся, поставленных целей и задач конкретного занятия.

Педагогические технологии

При реализации программы используются следующие педагогические технологии:

- технология группового обучения – для организации совместных действий, коммуникаций, общения, взаимопонимания и взаимопомощи.

2.4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ЭЛЕКТРОННЫХ РЕСУРСОВ

Список основной литературы

1. Константинов, Ю.С. Детско-юношеский туризм: учебное пособие / Ю.С. Константинов. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2022. – 401 с.

Список дополнительной литературы

1. Бардин, Г.З. Азбука туризма: (О технике пешеходных путешествий): Учебное пособие. – М. Просвещение, 1991. – 203 с.
2. Горелов, А.А. Безопасность человека в природных условиях / – СПб, СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2014. – 98 с.
3. Дурович, А.П., Кабушкин, Н.И., Сергеева, Т.М. Организация туризма/под ред. Н.И. Кабушкина. – Мн.: Новое знание, 2019. – 632 с.
4. Клименко, А.И. Карта и компас - мои друзья. – М., Детская литература, 2005. –143 с.
5. Куприн, А.М. Занимательно об ориентировании. Изд-во ДОСААФ, 2002. – 96 с.
6. Лесогор, Н.А., Толстой, Л.А., Толстая, В.В. Питание туристов в походе. – М., Пищевая промышленность, 2008. – 161 с.

Список цифровых ресурсов

1. Компьютерные игры для спортивного ориентирования [электронный ресурс] // Ориентирование, спортивное ориентирование в Оренбурге и Оренбургской области. – Режим доступа: <http://oren-orient.narod.ru/games.html> – (Дата обращения: 12.05.2024).
2. Туризм спортивный в Москве и России [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tmmoscow.ru/> – (Дата обращения: 12.05.2024).
3. Федерация спортивного туризма России [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tssr.ru/> – (Дата обращения: 12.05.2024).