

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ»

СОГЛАСОВАНО

Научно-методическим советом
ГАУ ДПО ИРО ОО
Протокол № 9 от 01.07.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАУ ДПО ИРО ОО
_____ С.В. Крупина
Приказ № 294 от 02.07.2024 г.

АДАПТИРОВАННАЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ЮНЫЙ ТУРИСТ»

Направленность программы: туристско-краеведческая

Уровень программы: стартовый
Возраст обучающихся: 7-10 лет
Срок освоения программы: 1 год

Автор-составитель:
Абайдуллина Алина Рустамовна,
руководитель Регионального центра
детско-юношеского туризма и краеведения

Оренбург, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1.1.	Направленность программы	4
1.1.2.	Актуальность программы	5
1.1.3.	Отличительные особенности программы	5
1.1.4.	Адресат программы	5
1.1.5.	Объем и срок освоения программы	5
1.1.6.	Формы организации образовательного процесса	6
1.1.7.	Режим занятий	6
1.2.	ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	6
1.3.	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	7
1.3.1.	Учебно-тематический план	7
1.3.2.	Содержание учебно-тематического плана	7
1.4.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	12
2.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	14
2.1.	КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	14
2.2.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	14
2.2.1.	Материально-техническое обеспечение	14
2.3.	ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И АТТЕСТАЦИИ	15
2.4.	МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ	19
2.5.	Рабочая программа	23
2.6.	Рабочая программа воспитания	28
2.6.1.	Календарный план воспитательной работы	29
3.	ЛИТЕРАТУРА И ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ	30

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Федеральный закон от 04.08.2023 года № 479-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента РФ от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 28.04.2017 № ВК-1232/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей»);

- Письмо Министерства просвещения РФ от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

- Письмо Министерства просвещения РФ от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»);

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

- Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Главного Государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи);

- Закон Оренбургской области от 06.09.2013 г. № 1698/506-V-ОЗ «Об образовании в Оренбургской области»;

- Постановление Правительства Оренбургской области от 29.12.2018 № 921-пп «Об утверждении государственной программы Оренбургской области «Развитие системы образования Оренбургской области».

1.1.1. Направленность программы

Программа имеет туристско-краеведческую направленность.

1.1.2. Актуальность программы

Актуальность данной программы обусловлена ее практической значимостью и определяется необходимостью поиска новых форм активности для лиц с ограниченными возможностями, способствующих коррекции их двигательных нарушений и развитию физических качеств, оптимизации психологического состояния.

1.1.3. Отличительные особенности программы

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа «Юный турист» предназначена для более эффективной социальной адаптации детей с ограниченными возможностями.

Форма организации содержания программы – интегрированная (интегрирует с учебными предметами: основы безопасности и защиты Родины, география, физическая культура, окружающий мир).

Отличительные особенности программы заключаются в содержании теоретических и практических основ специальной физической подготовки, использовании специального снаряжения в туризме, прохождении препятствий, проведении контрольных испытаний с учётом индивидуальных особенностей каждого обучающегося творческого объединения.

1.1.4. Адресат программы

Программа адресована обучающимся 7-10 лет с тяжелыми нарушениями речи.

Характеристика детей с ОВЗ зависит от многих показателей, из которых определяющим является сам дефект. Ведь именно от него зависит дальнейшая практическая деятельность индивидуума.

Дети с тяжелыми нарушениями речи — это особая категория детей с отклонениями в развитии, у которых сохранен слух, первично не нарушен интеллект, но есть значительные речевые дефекты, влияющие на становление психики.

Для детей с тяжелыми нарушениями речи характерны:

- замедленный темп восприятия учебной информации;
- сниженная работоспособность;
- затруднения в установлении ассоциативных связей между зрительным, слуховым и речедвигательными анализаторами;
- трудности в организации произвольной деятельности;
- низкий уровень самоконтроля и мотивации;
- недоразвитие всей познавательной деятельности;
- неустойчивое внимание;
- нарушения всех свойств памяти.

1.1.5. Объем и срок освоения программы

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа «Юный турист» рассчитана на 1 год обучения – 192 учебных часа.

1.1.6. Формы организации образовательного процесса

Форма обучения: очно-заочная.

Тип занятия: комбинированный, теоретический, практический, диагностический, контрольный.

Формы проведения занятий: беседа, практическое занятие, комбинированное занятие, мастер-класс, занятие-игра, конкурс, викторина, экскурсия, поход, соревнование.

1.1.7. Режим занятий

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа, с десятиминутным перерывом после первого часа.

Еженедельная нагрузка на одного обучающегося составляет 6 часов.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: социализация и адаптация обучающихся через приобретение основных знаний, умений и навыков туристско-краеведческой направленности.

Задачи:

Воспитывающие:

- формировать бережное отношение к природе и культуре своей страны, своей малой родины;
- формировать ответственное отношение к своему здоровью и установку на здоровый образ жизни;
- формировать уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии.

Развивающие:

- развивать понимание взаимосвязи и взаимозависимости жизнедеятельности человека и окружающей среды;
- формировать модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- развивать способность к самоконтролю и рефлексии;
- развивать умение распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы.

Обучающие:

- содействовать приобретению первоначальных знаний о способах преодоления естественных препятствий;
- формировать основы ориентирования на местности;
- содействовать формированию навыков оказания первой помощи;
- формировать умения использовать знания об окружающем мире, о живой и неживой природе на основе систематических наблюдений за явлениями природы для осмысленной и самостоятельной организации безопасной жизни в конкретных природных и климатических условиях.

Коррекционные:

- развивать у детей мотивацию здорового образа жизни, потребности в освоении способов сохранения и улучшения своего здоровья;
- развивать коммуникативную культуру личности, культуру общения и речи;
- формировать ответственность за личную безопасность;
- корректировать и компенсировать психофизические недостатки.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1. Учебно-тематический план

Название раздела	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля и аттестации
Вводное занятие	2	1	1	Входная диагностика (викторина)
1. Изучение туристских узлов	10	2	8	Опрос, практическая работа, наблюдение, соревнования
2. Основы топографии	12	5	7	Опрос, практическая работа, викторина, игра
3. Пешеходный туризм	48	7	41	Практическая работа, соревнования
4. Лыжный спортивный туризм	24	3	21	Практическая работа, соревнования
5. Велосипедный туризм	28	2	26	Практическая работа, соревнования
6. Спортивные походы	22	9	13	Опрос, практическая работа, поход выходного дня, промежуточная аттестация (соревнования)
7. Основы оказания первой помощи	8	2	6	Опрос, практическая работа, викторина
8. Изучение родного края	12	4	8	Опрос, практическая работа
9. Физическая подготовка	18	-	18	Выполнение практических упражнений, сдача контрольных нормативов
Итоговое занятие	8	-	8	Итоговая аттестация (поход выходного дня)
ИТОГО:	192	35	157	

1.3.2. Содержание учебно-тематического плана

Вводное занятие (2 часа)

Теория (1 час): знакомство с понятием «туризм». Инструктаж по вопросам комплексной безопасности (антитеррористической и противопожарной направленностей, о порядке действий населения при звучании сигнала «Воздушная тревога», о правилах поведения вблизи водоемов, железнодорожного полотна, автодороги, в местах массового пребывания).

Практика (1 час): входная диагностика (викторина).

РАЗДЕЛ 1. ИЗУЧЕНИЕ ТУРИСТСКИХ УЗЛОВ (10 ч.)

Тема 1.1. Виды и назначение туристских узлов (2 часа)

Теория (1 час): виды узлов, их применение и назначение.

Практика (1 час): способы завязывания узлов, вязка узлов.

Тема 1.2. Виды и назначение туристских узлов: восьмёрка (2 часа)

Теория (1 час): узел «Восьмёрка»: разновидности (вязка одним концом и восьмёрка-проводник), применение узла.

Практика (1 час): вязка узла «Восьмёрка» и его разновидности. Применение на практике.

Тема 1.3. Виды и назначение туристских узлов для связывания двух верёвок одного диаметра (2 часа)

Практика (2 часа): виды узлов (прямой, встречный), их применение; способы завязывания узлов, вязка узлов.

Тема 1.4. Виды и назначение туристских узлов для связывания двух верёвок разного диаметра (2 часа)

Практика (2 часа): виды узлов, их применение на практике. Вязка узлов.

Тема 1.5. Виды и назначение туристских узлов для крепления к опоре (2 часа)

Практика (2 часа): виды узлов, их применение на практике. Вязка узлов. Соревнования по вязке узлов в группе.

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ТОПОГРАФИИ (12 ч.)

Тема 2.1. Карта (2 часа)

Теория (2 часа): понятие «топография». Основные характеристики карт. Схема, план, карта. Виды карт. Топографическая карта. Спортивная карта. Использование карт в туризме.

Тема 2.2. Масштаб и расстояние по карте (2 часа)

Теория (1 час): виды масштаба, обозначение на карте. Способы определения расстояний на местности и карте. Способы измерения кривых и ломаных линий. Курвиметр.

Практика (1 час): практическая работа по измерению расстояния на местности и карте.

Тема 2.3. Условные знаки топографических карт (2 часа)

Теория (1 час): условные знаки: масштабные, внемасштабные, линейные. Рельеф, отображение рельефа методом горизонталей. Условные знаки для отображения рельефа, растительности, дорожной сети, местных

предметов, гидрологической сети. Условные сокращения, применяемые на топографических картах.

Практика (1 час): определение топографических знаков по учебным карточкам, нахождение заданных условных знаков на топографических картах разного масштаба.

Самостоятельное изучение: топографические знаки.

Тема 2.4. Чтение карт и ориентирование по ним (2 часа)

Практика (2 часа): чтение топографических карт различного масштаба. Измерение расстояний. Работа с компасом.

Тема 2.5. Определение азимута (2 часа)

Теория (1 час): понятие азимут, способы определения азимута.

Практика (1 час): определение азимута по карте с помощью транспортира, определение азимута на предмет.

Тема 2.6. Итоговое занятие по разделу (2 часа)

Практика (2 часа): решение топографических задач, игра с топографическими картами.

РАЗДЕЛ 3. ПЕШЕХОДНЫЙ ТУРИЗМ (48 ч.)

Тема 3.1. Пешеходный туризм: понятие, основные термины, использование снаряжения (2 часа)

Теория (1 час): знакомство с основными видами дистанций, снаряжением.

Практика (1 час): подбор индивидуальных страховочных систем, отработка навыков работы со специальным снаряжением.

Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные» (46 часов)

Теория (6 часов): правила соревнований по группе дисциплин «дистанция». Виды пешеходных дистанций, классы. Регламент проведения спортивных соревнований по спортивному туризму на пешеходных дистанциях. Общие понятия: сокращения, дистанция, этап, время, снаряжение. Требования к снаряжению и участникам соревнований. Этапы дистанций 1 класса. Понятие о системе оценки и таблице штрафов. Техника безопасности при работе со снаряжением.

Практика (40 часов): отработка приёмов преодоления этапов пешеходных дистанций 1-го класса (лично, в связках, командная работа). Тактика прохождения этапов пешеходных дистанций 1-го класса. Соревнования в группе дисциплин «дистанции-пешеходные».

РАЗДЕЛ 4. ЛЫЖНЫЙ СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ (24 ч.)

Тема 4.1. Основы лыжного туризма (2 часа)

Теория (1 час): техника безопасности при занятиях лыжным туризмом, подбор лыжного инвентаря, экипировка туриста-лыжника.

Практика (1 час): подбор лыжного инвентаря, уход за лыжным инвентарем.

Тема 4.2. Техника движения на лыжах (6 часов)

Практика (6 часов): изучение лыжных ходов.

Тема 4.3. Дистанции - лыжные 1-го класса (12 часов)

Теория (1 час): способы преодоления естественных препятствий, особенности преодоления технических этапов.

Практика (11 часов): отработка технических приёмов преодоления естественных препятствий и технических приёмов в лыжном туризме.

Тема 4.4. Лыжное ориентирование (4 часа)

Теория (1 час): зимние карты для ориентирования, топографические знаки и обозначения на картах.

Практика (3 часа): ориентирование по зимним картам.

РАЗДЕЛ 5. ВЕЛОСИПЕДНЫЙ ТУРИЗМ (28 ч.)

Тема 5.1. Понятие велотуризм. Снаряжение и оборудование (2 часа)

Теория (1 час): велосипедный туризм. Регламент соревнований по велосипедному туризму. Дистанции соревнований. Требования к участникам и средствам передвижения. Техника безопасности на занятиях велотуризмом.

Практика (1 час): знакомство с велосипедом, устройство велосипеда.

Тема 5.2. Фигурное вождение велосипеда (22 часа)

Теория (1 час): знакомство с этапами дистанций ФВВ 1-го класса. Требования к прохождению дистанций. Система штрафов и подведения результатов.

Практика (21 час): отработка техники и тактики прохождения этапов дистанции ФВВ 1-го класса.

Тема 5.3. Дистанция «Триал» (4 часа)

Практика (4 часа): отработка техники и тактики прохождения этапов дистанции Триал 1-го класса. Соревнования внутри группы на дистанции Триал 1-го класса.

РАЗДЕЛ 6. СПОРТИВНЫЕ ПОХОДЫ (22 ч.)

Тема 6.1. Туристский поход (2 часа)

Теория (2 часа): понятие «туристский поход», виды походов, походы выходного дня и степенные походы.

Тема 6.2. Походное снаряжение (4 часа)

Теория (2 часа): личное и групповое снаряжение.

Практика (2 часа): практическое упражнение: укладка рюкзака, знакомство с групповым снаряжением.

Тема 6.3. Виды костров (4 часа)

Теория (1 час): виды костров и их предназначение.

Практика (3 часа): укладка различных видов костров, способы разведения.

Тема 6.4. Туристские палатки (4 часа)

Теория (1 час): виды палаток и требования к ним. Правила поведения в палатке.

Практика (3 часа): организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря. Установка палаток, размещение вещей в ней.

Тема 6.5. Питание в походе (2 часа)

Теория (1 час): организация питания в походе, общие требования.

Практика (1 час): составление меню раскладки на однодневный поход, расчёт калорийности питания.

Тема 6.6. Должности в походе (4 часа)

Теория (2 часа): основные должности в походе.

Практика (2 часа): распределение должностей в походе, отработка обязанностей.

Тема 6.7. Итоговое занятие по разделу (2 часа)

Практика (2 часа): промежуточная аттестация (соревнования в группе «Туристские навыки»).

РАЗДЕЛ 7. ОСНОВЫ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ (8 ч.)

Тема 7.1. Правила оказания первой помощи, виды травм (2 часа)

Теория (2 часа): правила оказания первой помощи, виды травм, виды кровотечения, неотложные состояния.

Тема 7.2. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (2 часа)

Практика (2 часа): оказание первой помощи при неотложных состояниях, работа с роботом-тренажёром, остановка кровотечений (накладывание жгута, давящей повязки).

Тема 7.3. Перевязки, наложение шины (2 часа)

Практика (2 часа): перевязка пострадавшего, правила наложения транспортной шины.

Тема 7.4. Вязка носилок, правила транспортировки пострадавшего (2 часа)

Практика (2 часа): правила вязки носилок в условиях природы, транспортировка пострадавшего.

РАЗДЕЛ 8. ИЗУЧЕНИЕ РОДНОГО КРАЯ (12 ч.)

Тема 8.1. История образования Оренбургской области (2 часа)

Теория (2 часа): исторические справки об образовании и становлении Оренбургской области.

Тема 8.2. Памятники г. Оренбурга (6 часов)

Теория (2 часа): изучение памятников г. Оренбурга.

Практика (4 часа): экскурсия по историческому центру г. Оренбурга.

Тема 8.3. Музеи г. Оренбурга (4 часа)

Практика (4 часа): посещение музеев г. Оренбурга.

РАЗДЕЛ 9. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (18 ч.)

Тема 9.1. Общая физическая подготовка (8 часов)

Практика (8 часов): выполнение комплекса ОФП.

Тема 9.2. Специальная физическая подготовка (8 часов)

Практика (8 часов): выполнение комплекса упражнений СФП.

Тема 9.3. Итоговое занятие по разделу (2 часа)

Практика (2 часа): сдача контрольных нормативов.

Итоговое занятие (8 часов)

Практика (8 часов): итоговая аттестация (поход выходного дня).

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Планируемые результаты освоения данной программы отслеживаются по трём компонентам: предметный, метапредметный и личностный, что позволяет определить динамическую картину развития обучающегося.

Личностные

В результате обучения по программе обучающийся:

- имеет ценностное отношение к природе и культуре своей страны, своей малой родины;
- проявляет ответственное отношение к своему здоровью и имеет установку на здоровый образ жизни;
- уважительно относится к собеседнику, соблюдает правила ведения диалога и дискуссии.

Метапредметные

В результате обучения по программе обучающийся:

- имеет понимание взаимосвязи и взаимозависимости жизнедеятельности человека и окружающей среды;
- владеет моделями безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- владеет способами самоконтроля и рефлексии;
- умеет распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы.

Предметные

В результате обучения по программе обучающийся:

знает:

- о видах туризма и ориентирования, специальном снаряжении;
- о способах и алгоритмах оказания первой помощи;
- об основных туристских узлах;
- о преодолении искусственных и естественных препятствий;
- о подготовке к маршруту;

умеет:

- работать с картой и компасом;
- определять готовность к походной и соревновательной деятельности;
- оказывать первую помощь;
- преодолевать дистанции спортивного туризма.

Коррекционно-развивающие

В результате обучения по программе обучающийся:

- имеет мотивацию здорового образа жизни, потребность в освоении способов сохранения и улучшения своего здоровья;
- владеет навыками коммуникативной культуры, культуры общения и речи;
- осознаёт ответственность за личную безопасность;
- владеет навыками поддержания психофизического здоровья.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Начало занятий – 1 октября.

Окончание занятий – 31 мая.

Праздничные неучебные дни: 4 ноября, 31 декабря, 1-8 января, 23 февраля, 8 марта, 1 мая, 8 мая, 9 мая.

Каникулы: 1 июня-31 августа.

Срок проведения промежуточной аттестации – в период с 23 по 30 декабря.

Срок проведения итоговой аттестации – в период с 26 по 31 мая.

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.2.1. Материально-техническое обеспечение

Для эффективности образовательного процесса необходимы:

1. Помещение: учебный кабинет, спортивный зал.
2. Оснащение кабинета: мебель – стол для педагога, ученические парты и стулья, шкафы, стеллажи. Техническое оборудование – компьютер, принтер, проектор, экран, доска и другое специальное оборудование для работы.
3. Оснащение спортивного зала: скамейки гимнастические, шведская стенка, опоры для организации перил и страховки, стенд с зацепами, гимнастические маты.
4. Специальное туристское снаряжение и инвентарь согласно списку:

Минимальный перечень учебного оборудования,
туристского снаряжения и инвентаря:

1. Индивидуальные страховочные системы по кол-ву обучающихся.
2. Усы само страховки – 30 шт.
3. Карабины туристские – 60 шт.
4. Спусковое устройство («восьмерка») по кол-ву обучающихся.
5. Зажим типа «Жумар» по кол-ву обучающихся.
6. Ролик для переправ по кол-ву обучающихся.
7. Каска по кол-ву обучающихся.
8. Блокировка системы (веревка основная Ø10 мм – 0,5-1 м) по кол-ву обучающихся.
9. Веревка основная (веревка основная Ø10 мм) 20м – 2 шт., 30 м – 4 шт., 40 м – 4 шт., 50 м – 1 шт.
10. Велосипед – 1 шт.
11. Оборудование для дистанции «фигурное вождение» – комплект.

Оборудование, снаряжение и инвентарь общего туристского назначения:

1. Аптечка медицинская – комплект.
2. Ремнабор – комплект

3. Секундомер – 1-2 шт.
4. Репшнуры (веревка Ø6 мм – 1,8-2,5 м) – 12-15 шт.
5. Карты топографические, спортивные – набор.
6. Курвиметр – 2-3 шт.
7. Компас жидкостный – 6-8 шт.
8. Призма + компостер – комплект.
9. Атласы, карты, путеводители (Оренбургская область) – набор.
10. Бинт медицинский нестерильный (5 м × 5 см, 5 м × 10 см) – по 7 шт.
11. Тонومتر – 1 шт.
12. Комплект для вязки носилок (веревка Ø6 мм – 20 м+6 шт. по 1,5 м, жерди Ø 50 мм и L=2,5 м – 2 шт., поперечины Ø 30-40 мм и L=0,7 м – 3 шт.).
13. Рюкзак (V80-100л) – 1 шт.
14. Палатка с тентом (3-4 местная) – 1 шт.
15. Коврик туристский – 1 шт.
16. Спальный мешок – 1 шт.
17. Сидушка походная – 1 шт.
18. Костровое оборудование (рожки, крючья)+тросик – комплект.
19. Каны (котлы) туристские (V5-8 л) – 2 шт.
20. Пила цепная – 1 шт.
21. Топор – 1 шт.
22. Кухонный набор (клеенка, ножи – 2 шт., доска разделочная, половник, губка и средство для мытья посуды) – комплект
23. Мяч баскетбольный – 1 шт.
24. Мяч футбольный – 1 шт.
25. Скакалки – 6-8 шт.

2.3. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И АТТЕСТАЦИИ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной и текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестация.

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

Форма:

- викторина.

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

Формы:

- опрос;
- практическая работа;

- педагогическое наблюдение;
- соревнования (участие в соревнованиях);
- викторина;
- игра;
- выполнение практических упражнений, сдача контрольных нормативов.

Промежуточная аттестация проводится с целью выявления уровня освоения программы обучающимися и корректировки процесса обучения.

Форма:

- соревнования.

Итоговая аттестация проводится на последнем занятии с целью оценки уровня и качества освоения обучающимися программы (всего периода обучения по программе).

Форма:

- поход выходного дня.

Для отслеживания и фиксации образовательных результатов используются:

для текущего контроля:

- материалы практических работ;

для промежуточной и итоговой аттестации:

- протоколы аттестации.

Оценка уровня достижения результатов по программе обеспечивается комплексом согласованных между собой оценочных средств.

Оценка уровня освоения программы осуществляется по следующим показателям:

Личностное развитие;

Метапредметные умения и навыки;

Предметные умения и навыки;

Теоретическая и практическая подготовка детей.

По каждому из показателей выделены критерии и определены уровни результативности: высокий, средний, низкий. Они занесены в таблицу ниже.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
Предметные результаты			
1. Теоретическая подготовка: 1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	- низкий уровень (овладел менее чем ½ объема знаний)	Викторина https://cloud.mail.ru/public/37rp/KCihUyHm
		- средний уровень (овладел более ½ объема знаний)	
		- высокий уровень (освоил практически весь объем знаний данной программы)	

1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования	- низкий уровень (избегает употреблять спец. термины)	Викторина https://cloud.mail.ru/public/37rp/KCihUyHm
		- средний уровень (сочетает специальную терминологию с бытовой)	
		- высокий уровень (термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	
2. Практическая подготовка: 2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	- низкий уровень (овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков);	Соревнования
		- средний уровень (овладел более 1/2 объема освоенных умений и навыков);	
		- высокий уровень (овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой)	
2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании	- низкий уровень (испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием)	Наблюдение
		- средний уровень (работает с помощью педагога)	
		- высокий уровень (работает самостоятельно)	
2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	- низкий (начальный - элементарный, выполняет лишь простейшие практические задания)	Наблюдение
		- средний (репродуктивный - задания выполняет на основе образца)	
		- высокий (творческий - выполняет практические задания с элементами творчества)	
Метапредметные результаты			
3. Метапредметные умения и навыки: 3.1. Учебно-интеллектуальные умения: 3.1.1. Умение подбирать и анализировать спец. литературу	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	- низкий (испытывает серьезные затруднения, нуждается в помощи и контроле педагога)	Наблюдение
		- средний (работает с литературой с помощью педагога и родителей)	
		- высокий (работает самостоятельно)	
3.1.2. Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в пользовании	Уровни по аналогии с п. 3.1.1.	Наблюдение
		- низкий	
		-средний	
		-высокий	

3.1.3. Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (рефераты, исследования, проекты)	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - низкий	Наблюдение
		-средний	
		-высокий	
3.2. Учебно - коммуникативные умения: 3.2.1. Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - низкий	Наблюдение
		-средний	
		-высокий	
3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи подготовленной информации	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - низкий	Наблюдение
		-средний	
		-высокий	
3.3. Учебно-организационные умения и навыки: 3.3.1. Умение организовать свое рабочее (учебное) место	Самостоятельная подготовка и уборка рабочего места	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - низкий	Наблюдение
		-средний	
		-высокий	
3.3.2. Навыки соблюдения ТБ в процессе деятельности	Соответствие реальных навыков соблюдения ТБ программным требованиям	- низкий уровень (овладел менее чем ½ объема навыков соблюдения ТБ);	Наблюдение
		- средний уровень (овладел более ½ объема освоенных навыков)	
		- высокий уровень (освоил практически весь объем навыков)	
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	- низкий уровень - средний уровень - высокий уровень	Наблюдение
Личностные результаты			
4. Личностное развитие 4.1. Организационно-волевые качества: Терпение, воля, самоконтроль	Способность выдерживать нагрузки, преодолевать трудности. Умение контролировать свои поступки	- низкий (терпения хватает меньше чем на ½ занятия, волевые усилия побуждаются извне, требуется постоянный контроль извне)	Наблюдение
		- средний (терпения хватает больше чем на ½ занятия, периодически контролирует себя сам)	
		- высокий (терпения хватает на все занятие, контролирует себя всегда сам)	
4.2. Ориентационные качества: 4.2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	- низкий уровень (не умеет оценивать свои способности в достижении поставленных целей и задач, преувеличивает или	Тесты на определение самооценки https://disk.yandex.ru/i/kkzc5HI_986Jig

		занижает их)	
		- средний уровень (умеет оценивать свои способности, но знает свои слабые стороны и стремится к самосовершенствованию, саморазвитию)	
		- высокий уровень (адекватно оценивает свои способности и достижения)	
4.2.2. Мотивация, интерес к занятиям в ТО	Осознанное участие детей в освоении программы	- низкий уровень (интерес продиктован извне) - средний уровень (интерес периодически поддерживается самим) - высокий уровень (интерес постоянно поддерживается самостоятельно)	Модифицированный вариант анкеты мотивации Н.Г. Лускановой https://disk.yandex.ru/i/6ECcq09_LQjSLQ
4.3. Поведенческие качества: 4.3.1. Конфликтность	Отношение детей к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия	- низкий уровень (периодически провоцирует конфликты) - средний уровень (в конфликтах не участвует, старается их избегать) - высокий уровень (пытается самостоятельно уладить конфликты)	Наблюдение
4.3.2. Тип сотрудничества (отношение детей к общим делам д/о)	Умение воспринимать общие дела, как свои собственные	- низкий уровень (избегает участия в общих делах) - средний уровень (участвует при побуждении извне) - высокий уровень (инициативен в общих делах)	Наблюдение

2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методы обучения по программе

Проведение занятий и получение обучающимися знаний, умений и навыков должно проходить как в форме активного диалога, беседы, объяснения и обсуждения теоретического и наглядного материалов, так и в практической форме (практическая работа в помещении и в полевых условиях) в зависимости от изучаемой темы. Проверка результатов должна производиться в виде зачётных занятий или опросов как на теоретических, так и на практических занятиях. Подготовка снаряжения к походу и его ремонт после выхода тоже являются зачётной самостоятельной работой и должна проверяться и оцениваться педагогом.

Для теоретических занятий с обучающимися необходимо помещение, специально оборудованное и имеющее достаточное количество столов, стульев и необходимых наглядных и учебных пособий. Требуется наличие мастерских, складов для хранения снаряжения, материалов и специального инструмента.

В заключительной части каждого занятия педагог должен отвести время на закрепление обучающимися знаний, умений и навыков. Темы, связанные с подготовкой и ремонтом снаряжения, требуют для закрепления навыков проведения коллективных практических занятий. На таких занятиях обучающиеся получают индивидуальное задание.

В процессе реализации программы используются следующие **методы обучения** (классификация И.Я. Лернера-М.Н. Скаткина):

– объяснительно-иллюстративный – сообщение информации (рассказ, беседа, объяснение) с использованием печатного слова (литературные источники), наглядных средств (таблицы, схемы, видео-, фотоматериалы), практического показа способов деятельности (выполнение технических приемов);

– репродуктивный – воспроизведение изложенной педагогом информации, повторение способов деятельности по заданию;

– проблемный – постановка проблемы и показ педагогом пути ее решения;

– частично-поисковый – самостоятельное решение сложной учебной проблемы не от начала и до конца, а частично. Часть знаний сообщает педагог, а часть обучающиеся добывают самостоятельно, отвечая на поставленные вопросы, решая поставленную проблему;

– исследовательский – организация самостоятельной поисковой, творческой деятельности обучающихся по решению новых для них проблем (в рамках работы над проектами).

1. Практические индивидуальные занятия обучающихся в различных областях.

2. Самостоятельная исследовательская работа обучающихся.

3. Групповая практическая работа обучающихся.

4. Теоретические занятия, проходящие в ответ на запросы обучающихся.

5. Групповые тренинги, направленные на повышение эффективности групповой работы.

6. Совместный поход – экспедиция, позволяющая применить на практике все полученные навыки.

Методы воспитания (классификация Ю.К. Бабанского):

– методы формирования сознания (убеждение, беседа, дискуссия, создание воспитывающих ситуаций, проблематизация, самоанализ, рефлексия, сократовский диалог);

– методы организации практической деятельности (игра, упражнение, действия по образцу, выполнение практических и тренировочных заданий, проблемно-поисковые, эвристические и исследовательские методы);

– методы стимулирования (поощрение, соревнование).

Методы тренировочных занятий

В процессе тренировочных занятий используются следующие методы:

- метод строго регламентированного упражнения;
- игровой метод;
- соревновательный метод.

Метод строго регламентированного упражнения можно разделить на две группы:

- метод разучивания упражнения целиком, когда обучающийся выполняет какое-либо действие от начала до конца. Этот метод можно применять при разучивании простых элементов техники туристских навыков и техники передвижений;

- метод разучивания упражнения по частям, когда упражнение разбивают на части, каждую часть разучивают отдельно, а затем соединяют части в единое упражнение.

Методы, направленные на развитие физических качеств, в свою очередь, подразделяются на:

- непрерывные равномерные (пробег тренировочных дистанций без остановок и изменения скорости);

- непрерывные переменные (пробег тренировочных дистанций без остановок, но с изменяющейся скоростью);

- интервальные методы (заключаются в выполнении серии упражнений одинаковой или разной продолжительности с постоянной или переменной интенсивностью и строго установленными или произвольными паузами - интервалами отдыха).

Игровой метод.

Игровой метод предусматривает использование в тренировке спортивных и подвижных игр. Игры способствуют развитию различных физических качеств. Беговые эстафеты развивают быстроту, длительная игра в футбол или баскетбол способствует развитию общей выносливости. Существуют специальные эстафеты для развития ловкости и координации движений. Разнообразие движений в спортивных и подвижных играх позволяет укрепить связочный аппарат суставов нижних конечностей и существенно расширить двигательный опыт обучающихся.

Независимо от возраста включение в занятие игровых моментов позволяет разнообразить процесс занятий, сделать его менее утомительным. При помощи различных игр можно осуществлять контроль за усвоением пройденного материала, совершенствовать отдельные элементы техники.

Соревновательный метод.

Соревновательный метод тренировок подразумевает участие в специально организованных соревнованиях (соревнования для всех желающих, неофициальные соревнования, походы, путешествия и т.д.). Соревнования, походы, путешествия могут проводиться в усложненных или облегченных условиях и должны планироваться таким образом, чтобы по своей направленности и степени трудности они соответствовали бы задачам, поставленным перед обучающимися на базовом уровне подготовки.

Методы психологической подготовки

К числу главных методов психологической подготовки относятся беседы, убеждения, педагогическое внушение, методы моделирования соревновательной ситуации через игру. В программу занятий надо вводить ситуации, требующие преодоления трудностей (ситуация преодоления страха, волнения, неприятных ощущений и т.д.). Используя их в учебно-тренировочном процессе, необходимо соблюдать постепенность и осторожность.

Акцент в распределении средств и методов психологической подготовки зависит от психических особенностей спортсмена, задач и направленности тренировочного занятия.

Педагогические технологии

Методологической основой программы является идея личностно ориентированного, развивающего обучения, способствующего самоопределению и самореализации личности на основе принципов ее деятельностного развития, которая реализуется в учебно-воспитательном процессе посредством применения следующих педагогических технологий:

- игровые технологии: ролевые игры с распределением должностных обязанностей участников по формированию межличностного общения, сотрудничества («Обязанности в походе»), инициативности и общительности (игры на знакомство и др.); имитационные игры по отработке оперативных действий, по моделированию деятельности в конкретной обстановке по заданному сюжету («Если заблудился в лесу», «Если застала непогода» и др.);

- технологии группового обучения: разделение обучающихся на группы для решения конкретных одинаковых или дифференцированных задач, позволяющее создать условия для развития познавательной самостоятельности обучающихся, их коммуникативных умений и интеллектуальных способностей посредством взаимодействия в процессе выполнения группового задания для самостоятельной работы (отработка технических приемов пешеходного туризма в связках, в командах; работа в микрогруппах по 2-3 человека при выполнении заданий по топографии, по отработке приемов оказания первой помощи и др.);

- технология проектной деятельности: способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологии), которая должна завершиться реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом; обучающимся предоставляется возможность самостоятельного приобретения знаний в процессе решения практико-ориентированных задач (разработка исследовательских проектов по краеведению, творческих, информационных проектов, туристских мероприятий «Школьный турслет», «С классом на природу» и др.);

- здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии: система мер, направленных на воспитание у обучающихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивации на ведение

здорового образа жизни (беседы о профилактике заболеваний, роли физических упражнений в сохранении и укреплении здоровья, выполнение правил личной гигиены в походе и в процессе занятий, «Туризм – это ЗОЖ»);

- технология развития критического мышления: построение учебного занятия на основе базовой технологической цепочки «вызов – осмысление–рефлексия». Используется практически на любом занятии, с обучающимися любого возраста. Основные приемы: «Тактика прохождения командной дистанции», «Собери рюкзак», «Верные и неверные утверждения» и др.;

- кейс-технология: метод обучения, основанный на рассмотрении (описании) конкретных (реальных) ситуаций из практики туристской деятельности, обучение по принципу «от типичных ситуаций, примеров – к правилу», предполагает осмысление обучающимися ситуации, анализа ее и поиска решений (ситуационные задачи «Что делать, если...» используются практически на любом занятии);

- информационные технологии: спектр различных программных и технических средств для достижения наилучшего образовательного эффекта: мультимедиа презентации, электронные портфолио, видеоресурсы (видеотека документальных и художественных фильмов, видеороликов о туризме), интерактивные игры, ресурсы интернет-сайтов (сайты туристских организаций и др.), электронных библиотек.

Информационные, дидактические материалы к занятиям: карты топографические, карты спортивные, условные топографические и спортивные знаки, маршрутные документы, отчеты о походах.

2.5. Рабочая программа

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Наименование адаптированной дополнительной общеразвивающей программы, к которой составлена рабочая программа	Рабочая программа составлена на основе адаптированной дополнительной общеразвивающей программы «Юный турист» (1 год, 192 часа, автор-составитель: Абайдуллина А.Р.)
Форма обучения	Очно-заочная
Место реализации	Программа реализуется на базе коррекционных школ-интернатов и детских домов с группами ОВЗ.
Перечень значимых мероприятий муниципального, регионального, всероссийского уровня, международного уровня, где обучающиеся смогут продемонстрировать результаты освоения программы	<ul style="list-style-type: none"> – областные соревнования по спортивному туризму – областные соревнования по спортивному ориентированию – областной слет туристов-лыжников

Тематический план

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов по программе	Форма проведения занятия	Планируемые результаты
				Обучающийся будет:
1.	Вводное занятие	2	Комбинированное занятие	- иметь мотивацию на освоение программы; - знать технику безопасности на занятиях в творческом объединении
РАЗДЕЛ 1. ИЗУЧЕНИЕ ТУРИСТСКИХ УЗЛОВ		10		Обучающийся будет:
2.	Тема 1.1. Виды и назначение туристских узлов	2	Комбинированное занятие	- знать виды и назначения туристских узлов;
3.	Тема 1.2. Виды и назначение туристских узлов: восьмёрка	2	Комбинированное занятие	- уметь вязать туристские узлы;
4.	Тема 1.3. Виды и назначение туристских узлов для связывания двух верёвок одного диаметра	2	Практическое занятие	- иметь навык применения туристских узлов в различных условиях
5.	Тема 1.4. Виды и назначение туристских узлов для связывания двух верёвок разного диаметра	2	Практическое занятие	
6.	Тема 1.5. Виды и назначение туристских узлов для крепления к опоре	2	Практическое занятие	
РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ТОПОГРАФИИ		12		Обучающийся будет:
7.	Тема 2.1. Карта	2	Теоретическое занятие	- знать разновидности карт и их использование в туризме;
8.	Тема 2.2. Масштаб и расстояние по карте	2	Комбинированное занятие	- уметь определять масштаб карты;
9.	Тема 2.3. Условные знаки топографических карт	2	Комбинированное занятие	- иметь навык определения азимута;
10.	Тема 2.4. Чтение карт и ориентирование по ним	2	Практическое занятие	- иметь навык чтения карты;
11.	Тема 2.5. Определение азимута	2	Комбинированное занятие	- уметь решать топографические задачи
12.	Тема 2.6. Итоговое занятие по разделу	2	Практическое занятие	
РАЗДЕЛ 3. ПЕШЕХОДНЫЙ ТУРИЗМ		48		Обучающийся будет:
13.	Тема 3.1. Пешеходный туризм: понятие, основные термины, использование снаряжения	2	Комбинированное занятие	- знать разновидности пешеходного туризма, виды карабинов;
14.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Теоретическое занятие	- уметь разбираться в правилах соревнований по пешеходному туризму;
15.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Теоретическое занятие	- иметь навык прохождения этапов 1 класса по пешеходному туризму;
16.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Теоретическое занятие	- иметь навык взаимодействия в связке и команде;
17.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	

18.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	- уметь продумывать тактические действия; - иметь навык соревновательной деятельности; - знать требования к снаряжению
19.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
20.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
21.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
22.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
23.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
24.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
25.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
26.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
27.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
28.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
29.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
30.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
31.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
32.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
33.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
34.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
35.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
36.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные»	2	Практическое занятие	
РАЗДЕЛ 4. ЛЫЖНЫЙ СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ		24		
37.	Тема 4.1. Основы лыжного туризма	2	Комбинированное занятие	- знать о лыжном инвентаре; - уметь подбирать лыжный инвентарь по своим параметрам, по погодным условиям и условиям местности; - иметь навык лыжных ходов; - иметь навык преодоления естественных препятствий (подъёмы, спуски и т.д.); - знать технические приёмы на дистанции «лыжная»; - знать отличия дистанции «пешеходная» от дистанции «лыжная»;
38.	Тема 4.2. Техника движения на лыжах	2	Практическое занятие	
39.	Тема 4.2. Техника движения на лыжах	2	Практическое занятие	
40.	Тема 4.2. Техника движения на лыжах	2	Практическое занятие	
41.	Тема 4.3. Дистанции - лыжные 1-го класса	2	Комбинированное занятие	
42.	Тема 4.3. Дистанции - лыжные 1-го класса	2	Практическое занятие	
43.	Тема 4.3. Дистанции - лыжные 1-го класса	2	Практическое занятие	
44.	Тема 4.3. Дистанции - лыжные 1-го класса	2	Практическое занятие	

45.	Тема 4.3. Дистанции - лыжные 1-го класса	2	Практическое занятие	- уметь читать зимнюю карту; - уметь ориентироваться по зимней карте	
46.	Тема 4.3. Дистанции - лыжные 1-го класса	2	Практическое занятие		
47.	Тема 4.4. Лыжное ориентирование	2	Комбинированное занятие		
48.	Тема 4.4. Лыжное ориентирование	2	Практическое занятие		
РАЗДЕЛ 5. ВЕЛОСИПЕДНЫЙ ТУРИЗМ		28		Обучающийся будет:	
49.	Тема 4.1. Понятие велотуризм. Снаряжение и оборудование	2	Комбинированное занятие	- знать определение понятия «велотуризм»; - знать о снаряжении и оборудовании велосипедного туризма; - иметь навык переключения скорости; - знать о правильной посадке на велосипед; - знать ПДД для велосипедистов; - иметь навык фигурного вождения велосипеда; - уметь проезжать естественные и искусственные препятствия на велосипеде; - иметь навык преодоления дистанции «велотуризма» 1 класса	
50.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Комбинированное занятие		
51.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие		
52.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие		
53.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие		
54.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие		
55.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие		
56.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие		
57.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие		
58.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие		
59.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие		
60.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие		
61.	Тема 4.3. Дистанция «Триал»	2	Практическое занятие		
62.	Тема 4.3. Дистанция «Триал»	2	Практическое занятие		
РАЗДЕЛ 6. СПОРТИВНЫЕ ПОХОДЫ		22			Обучающийся будет:
63.	Тема 6.1. Туристский поход	2	Теоретическое занятие		- знать о классификации походов; - знать виды костров; - иметь навык укладки костров; - знать о видах палаток и правилах поведения; - уметь разводить костер и ставить палатку; - уметь распределять продукты и воду в походе
64.	Тема 6.2. Походное снаряжение	2	Комбинированное занятие		
65.	Тема 6.2. Походное снаряжение	2	Комбинированное занятие		
66.	Тема 6.3. Виды костров	2	Комбинированное занятие		
67.	Тема 6.3. Виды костров	2	Практическое занятие		
68.	Тема 6.4. Туристские палатки	2	Комбинированное занятие		
69.	Тема 6.4. Туристские палатки	2	Практическое занятие		

70.	Тема 6.5. Питание в походе	2	Комбинированное занятие	
71.	Тема 6.6. Должности в походе	2	Комбинированное занятие	
72.	Тема 6.6. Должности в походе	2	Комбинированное занятие	
73.	Тема 6.8. Итоговое занятие по разделу	2	Практическое занятие	
РАЗДЕЛ 7. ОСНОВЫ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ		8		Обучающийся будет:
74.	Тема 7.1. Правила оказания первой помощи, виды травм	2	Теоретическое занятие	- знать правила оказания первой помощи;
75.	Тема 7.2. Оказание первой помощи при неотложных состояниях	2	Практическое занятие	- уметь различать неотложные состояния;
76.	Тема 7.3. Перевязки, наложение шины	2	Практическое занятие	- уметь оказывать первую помощь
77.	Тема 7.4. Вязка носилок, правила транспортировки пострадавшего	2	Практическое занятие	
РАЗДЕЛ 8. ИЗУЧЕНИЕ РОДНОГО КРАЯ		12		Обучающийся будет:
78.	Тема 8.1. История образования Оренбургской области	2	Теоретическое занятие	- знать историю родного края;
79.	Тема 8.2. Памятники г. Оренбурга	2	Теоретическое занятие	- знать памятники культуры и архитектуры
80.	Тема 8.2. Памятники г. Оренбурга	2	Практическое занятие	
81.	Тема 8.2. Памятники г. Оренбурга	2	Практическое занятие	
82.	Тема 8.3. Музеи г. Оренбурга	2	Практическое занятие	
83.	Тема 8.3. Музеи г. Оренбурга	2	Практическое занятие	
РАЗДЕЛ 9. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА		18		Обучающийся будет:
84.	Тема 9.1. Общая физическая подготовка	2	Практическое занятие	- знать отличие ОФП от СФП;
85.	Тема 9.1. Общая физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь самостоятельно составлять комплексы упражнений
86.	Тема 9.1. Общая физическая подготовка	2	Практическое занятие	
87.	Тема 9.1. Общая физическая подготовка	2	Практическое занятие	
88.	Тема 9.2. Специальная физическая подготовка	2	Практическое занятие	
89.	Тема 9.2. Специальная физическая подготовка	2	Практическое занятие	
90.	Тема 9.2. Специальная физическая подготовка	2	Практическое занятие	
91.	Тема 9.2. Специальная физическая подготовка	2	Практическое занятие	
92.	Тема 9.3. Итоговое занятие по разделу	2	Практическое занятие	

				Обучающийся будет:
93.	Итоговое занятие	2	Практическое занятие	- иметь опыт участия в походе;
94.	Итоговое занятие	2	Практическое занятие	- уметь анализировать результаты своей деятельности
95.	Итоговое занятие	2	Практическое занятие	
96.	Итоговое занятие	2	Практическое занятие	
Всего часов:		192		

2.6. Рабочая программа воспитания

1. Цель воспитания – формирование у обучающихся ответственного отношения к своему здоровью и установки на здоровый образ жизни.

Особенности организуемого воспитательного процесса

Детско-юношеский туризм – это средство гармоничного развития обучающихся, характерным компонентом которого является путешествие (экскурсия, прогулка, поход, экспедиция).

2. Виды, формы и содержание деятельности

Работа с коллективом обучающихся:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала ребят в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу (селу, поселку и т.п.).

Работа с родителями:

- организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность творческого объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей в течение года, проведение совместных мастер-классов, приглашение на концерты, праздники, соревнования и т.д.);
- оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.

3. Планируемые результаты и формы их демонстрации

Результат воспитания – сформированность духовно-нравственного развития, чувства патриотизма, навыков здорового образа жизни, что прослеживается через активное участие в мероприятиях.

2.6.1. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Планируемый результат
1	Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия	Участие в мероприятиях, посвященных Дню спортивного ориентирования	май	Привлечение внимания обучающихся и их родителей к деятельности учреждения и творческого объединения
2	Гражданское и патриотическое	Участие в мероприятиях, посвященных Дню победы	май	Воспитание у обучающихся чувства уважения, внимания, чуткости к ветеранам ВОВ
3	Ценности научного познания	Участие в слете воспитанников организаций для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, коррекционных школ-интернатов	июнь-июль	Повышение мастерства обучающихся
		Туристско-краеведческий рогейн «Знай свой край»	март	Повышение познавательной деятельности

3. ЛИТЕРАТУРА И ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ

Список основной литературы

1. Гаренских, А.Г., Порожский, К.П., Смирнов, Д.В. Социореализация, воспитание, развитие и оздоровление подрастающего поколения в гармонии с природой // Педагогическое искусство. – 2020. – № 2. – С. 74-91.
2. Константинов, Ю.С. Детско-юношеский туризм: учебное пособие / Ю.С. Константинов. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2022. – 401 с.
3. Регламент по виду спорта «спортивный туризм». Регламент проведения соревнований по группе дисциплин «дистанция – пешеходная». – М.: 2020. – 26 с.

Список дополнительной литературы

1. Алиева, С.В. Социальная педагогика: Учебное пособие / А.В. Иванов, С.В. Алиева. – М.: Дашков и К, 2013. – 236 с.
2. Аронова, Т.В. Педагогика физической культуры: Учебник для студентов высших учебных заведений / С.Д. Неверкович, Т.В. Аронова, А.Р. Баймурзин. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 188 с.
3. Бардин, Г.З. Азбука туризма: (О технике пешеходных путешествий): Учебное пособие. – М. Просвещение, 1991. – 203 с.
4. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта: Учебное пособие / Г.Д. Горбунов. – М.: Советский спорт, 2014. – 168 с.
5. Горелов, А.А. Безопасность человека в природных условиях / – СПб, СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2014. – 98 с.
6. Гусев, Э.Д. По туристским маршрутам. – М., Знание, 1991. – 64 с.
7. Дурович, А.П., Кабушкин, Н.И., Сергеева, Т.М. Организация туризма/под ред. Н.И. Кабушкина. – Мн.: Новое знание, 2019. – 632 с.
8. Клименко, А.И. Карта и компас-мои друзья. – М., Детская литература, 2005 –143 с.
9. Кодыш, Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 126 с.
10. Константинов, Ю.С., Орлова, С.В. Педагогика сотрудничества и детско-юношеский туризм // Внешкольник. – № 6. – 2003. – 24 с.
11. Куликов, В.М., Константинов, Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М. ЦДЮТК МО РФ ISBN. – 2001 г. – 72 с.
12. Куприн, А.М. Занимательно об ориентировании. Изд-во ДОСААФ, 2002. – 96 с.
13. Лесогор, Н.А., Толстой, Л.А., Толстая, В.В. Питание туристов в походе. – М., Пищевая промышленность, 2008. – 161 с.
14. Логунцова, И.В. Индустрия туризма в условиях пандемии Николаев, Е.А., Осипов, А.Ю., Наговицын, Р.С., Жуйкова, С.Е. Проблемы организации и проведения туристского похода в комплексе тестовых

испытаний ГТО // Теория и практика физ. культуры. – 2019. – № 5. – С. 52.

15. Попчиковский, В.Ю. Организация и проведение туристских походов. – М. Профиздат, 2003. – 224 с.

16. Смирнов, Д.В. Технология дополнительного образования детей в туристской самодетельности // Дополнительное образование. – № 4. – 2003. – 32 с.

17. Солодков, А.С., Сологуб, Е.Б. Физиология человека Общая. Спортивная. Возрастная: Учебное пособие / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб, Советский спорт. – М.: 2012. – 620 с.

18. Федорова, Н.Ф. Роль краеведения в системе воспитательной работы учреждений дополнительного образования // Бюллетень. – № 2. – 2002. – 36 с.

19. Федотов, Ю.Ф. Спортивно-оздоровительный туризм: Учебное пособие / Ю.Ф.Федотов. – Советский спорт: 2014. – 364 с.

20. Черныш, И.В. Энциклопедия выживания. Учебное пособие / И.В. Черныш. – М.: Айрис-Пресс, 2002. – 415 с.

Список цифровых ресурсов

1. История Оренбуржья [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://kraeved.opck.org/> – (Дата обращения: 18.06.2024).

2. 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: 20.06.2024).

3. Туризм спортивный в Москве и России [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tmmoscow.ru/> – (Дата обращения: 21.06.2024).

4. Федерация спортивного туризма России [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tssr.ru/> – (Дата обращения: 17.06.2024).