

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.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**«КОМБИНИРОВАННЫЙ ТУРИЗМ – К2 (1.0)»**

Направленность программы: туристско-краеведческая

Уровень программы: базовый  
Возраст обучающихся: 11-15 лет  
Срок освоения программы: 1 год

Автор-составитель:  
Шнякин Александр Владимирович,  
педагог дополнительного образования  
высшей квалификационной категории

Оренбург, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Актуальность программы	4
1.1.2.	Объем и сроки освоения программы	4
1.1.3.	Формы организации образовательного процесса	4
1.1.4.	Режим занятий	4
1.1.5.	Цель и задачи программы	5
1.1.6.	Планируемые результаты освоения программы	6
2.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	7
2.1.	Календарный учебный график	7
2.2.	Условия формирования групп	7
2.3.	Материально-техническое обеспечение	7
2.4.	Учебный план	7
2.4.1.	Содержание учебного плана	8
2.5.	Рабочая программа	13
2.6.	Рабочая программа воспитания	20
2.6.1.	Календарный план воспитательной работы	21
2.7.	Формы контроля и аттестации	21
2.8.	Оценочные материалы	22
2.9.	Методические материалы	28

# 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 Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- 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»);

- 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. Актуальность программы**

Актуальность программы обусловлена тем, что туризм – уникальный вид деятельности, способствующий всестороннему воспитанию подрастающего поколения, определению социально-значимых нравственных ориентиров, сохранению и укреплению здоровья, повышению интеллектуального и духовного потенциала, познанию родного края и культурных традиций.

### **1.1.2. Объем и сроки освоения программы**

Дополнительная общеразвивающая программа «Комбинированный туризм – К2 (1.0.)» рассчитана на один год обучения – 216 часов.

### **1.1.3. Формы организации образовательного процесса**

Форма обучения – очно-заочная.

### **1.1.4. Режим занятий**

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа с

перерывом 10 минут.

Еженедельная нагрузка на одного обучающегося составляет 6 часов.

### **1.1.5. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** формирование здорового образа жизни обучающихся посредством активного включения в различные виды туристской деятельности.

#### **Задачи программы:**

##### **Воспитывающие:**

- формировать готовность к выполнению разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи;
- прививать интерес к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
- ориентировать на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
- формировать ответственное отношение к своему здоровью и установку на здоровый образ жизни (здоровое сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);
- воспитывать неприятия действий, приносящих вред окружающей среде.

##### **Развивающие:**

- развивать умение устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
- развивать умение выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;
- развивать умение воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;
- развивать умение выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- развивать умение принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы.

##### **Предметные:**

- обучать правилам техники безопасности при работе со специальным снаряжением, выполнении технических этапов;
- основы техники и тактики пешеходного, велосипедного, лыжного и водного туризма;
- обучать основным способам ориентирования на местности;
- обучать основам оказания первой помощи;
- формировать навыки поведения и выживания в природной среде;
- познакомить с наиболее известными историческими и природными достопримечательностями.

### **1.1.6. Планируемые результаты освоения программы**

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

#### ***Личностные***

В результате обучения по программе обучающийся:

- готов к выполнению разнообразной совместной деятельности, стремится к взаимопониманию и взаимопомощи;
- проявляет интерес к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
- ориентируется на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
- проявляет ответственное отношение к своему здоровью и установке на здоровый образ жизни (здоровое сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);
- проявляет активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде.

#### ***Метапредметные***

В результате обучения по программе обучающийся

- устанавливает существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
- выявляет причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;
- воспринимает и формулирует суждения, выражает эмоции в соответствии с целями и условиями общения;
- умеет выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- принимает цель совместной деятельности, коллективно строит действия по её достижению: распределяет роли, договаривается, обсуждает процесс и результат совместной работы.

#### ***Предметные***

В результате обучения по программе обучающийся:

знает:

- правила техники безопасности при работе со специальным снаряжением, при выполнении технических этапов;
- основы техники и тактики пешеходного, велосипедного, лыжного и водного туризма;
- наиболее известные исторические и природные достопримечательности.

умеет:

- ориентироваться на местности;
- оказать первую помощь;
- применять навыки поведения и выживания в природной среде.

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

Начало занятий – 16 сентября.

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 формирования групп

Занятия по программе проводятся в разновозрастных группах. В группы принимаются обучающиеся в возрасте от 11 до 15 лет с медицинским допуском к занятиям.

### 2.3. Материально-техническое обеспечение

Для эффективности образовательного процесса необходимы:

1. Спортивный зал, спортивная площадка, учебный кабинет.
2. Оснащение спортивного зала: скамейки гимнастические, шведская стенка, опоры для организации перил и страховки, стенд с зацепами, гимнастические маты.
3. Оснащение учебного кабинета: мебель – стол для педагога, ученические парты и стулья, шкафы, стеллажи. Техническое оборудование – компьютер, принтер, проектор, экран, доска.
4. Снаряжение и оборудование для занятий: веревка основная, индивидуальные страховочные системы, карабины, страховочные усы, зажимы «жумар», спусковые устройства «восьмерка», ролики для навесной переправы, каски альпинистские, блок-ролики для полиспастов, перчатки для работы с веревкой, компасы жидкостные, палатки, спальные мешки, теплоизоляционные коврики, рюкзаки.

### 2.4. Учебный план

Название раздела	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля и аттестации
Вводное занятие	2	1	1	Беседа, входная диагностика (сдача нормативов)
1. Туристские узлы	8	4	4	Практическая работа, наблюдение
2. Основы топографии	12	6	6	Опрос, практическая работа
3. Пешеходный туризм (дистанции)	42	6	36	Практическая работа, соревнования
4. Велотуризм	24	3	21	Практическая работа, соревнования. Промежуточная аттестация

5. Лыжный туризм	24	3	21	Практическая работа, соревнования.
6. Спортивные походы	34	14	20	Опрос, практическая работа
7. Физическая подготовка	40	-	40	Практическая работа, сдача контрольных нормативов
8. Поход выходного дня	4	-	4	Опрос, практическая работа
Итоговое занятие	2	-	2	Итоговая аттестация (поход выходного дня)
<b>ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ:</b>				
Участие в соревновательной деятельности	20	-	20	Участие в соревнованиях
Экскурсии, выезды	4	-	4	Беседа, опрос
<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>37</b>	<b>179</b>	

### 2.4.1. Содержание учебного плана

#### **Вводное занятие (2 часа)**

Теория (1 часа): организационные вопросы. 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 (сдача нормативов).

### **РАЗДЕЛ 1. ИЗУЧЕНИЕ ТУРИСТСКИХ УЗЛОВ (8 ЧАСОВ)**

#### **Тема 1.1. Виды и назначение туристских узлов: прямой, встречный, булинь (2 часа)**

Теория (1 час): виды узлов (прямой, встречный, булинь), их применение.

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 и его применение.

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

#### **Тема 1.3. Виды и назначение туристских узлов: схватывающий, австрийский проводник, стремя (2 часа)**

Теория (1 час): виды узлов (прямой, встречный, булинь), их применение.

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

#### **Тема 1.4. Виды и назначения туристских узлов. Применение на практике (2 часа)**

Практика (2 часа): практическое применение узлов в туристской деятельности. Соревнования в группе.



## **РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ТОПОГРАФИИ (12 ЧАСОВ)**

### **Тема 2.1. Карта (2 часа)**

Теория (2 часа): 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): выполнение практических заданий 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)**

Теория (1 час): чтение топографических карт различного масштаба.

Практика (1 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, топографический диктант; решение топографических задач, тестирование.

## **РАЗДЕЛ 3. ПЕШЕХОДНЫЙ ТУРИЗМ. ДИСТАНЦИИ (42 ЧАСА)**

### **Тема 3.1. Пешеходный туризм: понятие, основные термины, снаряжение (6 часов)**

Теория (3 часа): знакомство с основными видами дистанций, снаряжением.

Практика (3 часа): подбор индивидуальных страховочных систем,

отработка навыков работы со специальным снаряжением.

### **Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные», промежуточная аттестация (36 часов)**

Теория (3 часа): 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 (33 часа): отработка приемов 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. ВЕЛОТУРИЗМ (24 ЧАСА)**

### **Тема 4.1. Понятие велотуризм. Снаряжение и оборудование (6 часов)**

Теория (3 часа): велосипедный туризм. Регламент соревнований по велосипедному туризму. Дистанции соревнований. Требования к участникам и средствам передвижения. Техника безопасности на занятиях велотуризмом.

Практика (3 часа): знакомство с велосипедом, устройство велосипеда.

### **Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда (6 часов)**

Практика (6 часа): знакомство с этапами дистанций ФВВ 1-го класса. Требования к прохождению дистанций. Система штрафов и подведения результатов. Отработка техники и тактики прохождения этапов дистанции ФВВ 1-го класса.

### **Тема 4.3. Дистанция «Триал» (12 часов)**

Практика (12 часов): отработка техники и тактики прохождения этапов дистанции Триал 1-го класса. Соревнования внутри группы на дистанции Триал 1-го класса. Промежуточная аттестация.

## **РАЗДЕЛ 5. ЛЫЖНЫЙ ТУРИЗМ (24 ЧАСА)**

### **Тема 5.1. 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 5.2. Техника движения на лыжах (6 часов)**

Практика (6 часов): изучение лыжных ходов.

### **Тема 5.3. Дистанции - лыжные 1-го класса (12 часов)**

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

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

### **Тема 5.4. 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 6. СПОРТИВНЫЕ ПОХОДЫ (34 ЧАСА)**

### **Тема 6.1. Туристский поход (2 часа)**

Теория (2 часа): понятие туристского похода, виды походов, походы выходного дня и степенные походы.

### **Тема 6.2. Походное снаряжение (2 часа)**

Теория (1 час): личное и групповое снаряжение.

Практика (1 час): практическое упражнение: укладка рюкзака, знакомство с групповым снаряжением.

### **Тема 6.3. Виды костров (2 часа)**

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

Практика (1 час): укладка различных видов костров, способы разведения.

### **Тема 6.4. Туристские палатки (2 часа)**

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

Практика (1 часа): организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря. Установка палаток, размещение вещей в ней.

### **Тема 6.5. Питание в походе (4 часа)**

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

Практика (3 часа): составление меню раскладки на однодневный поход, расчет калорийности питания.

Самостоятельная работа: составление меню на однодневный поход, расчет калорийности питания.

### **Тема 6.6. Первая помощь в походе (6 часов)**

Теория (3 часа): основные требования к оказанию первой помощи,

походная аптечка.

Практика (3 часа): комплектование походной аптечки, оказание первой помощи при кровотечениях.

#### **Тема 6.7. Транспортировка пострадавшего (6 часов)**

Теория (2 часа): способы транспортировки. Требования к носилкам.

Практика (4 часа): изготовление носилок, транспортировка пострадавшего на носилках.

#### **Тема 6.8. Туристский бивуак (4 часа)**

Теория (2 часа): виды бивуаков, требования к организации.

Практика (2 часа): организация бивуаков.

#### **Тема 6.9. Разработка маршрута похода выходного дня (4 часа)**

Теория (1 час): виды маршрутов, требования к разработке маршрута.

Практика (3 часа): разработка маршрута похода выходного дня.

#### **Тема 6.10. Итоговое занятие по разделу (2 часа)**

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

### **РАЗДЕЛ 7. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (40 ЧАСОВ)**

#### **Тема 7.1. Общая физическая подготовка (12 часов)**

Практика (12 часов): выполнение комплекса ОФП.

#### **Тема 7.2. Специальная физическая подготовка (14 часов)**

Практика (14 часов): выполнение комплекса упражнений СФП.

#### **Тема 7.3. Подводящие упражнения (12 часов)**

Практика (12 часов): выполнение комплекса подводящих упражнений.

#### **Тема 7.4. Итоговое занятие по разделу (2 часа)**

Практика (2 часа): сдача контрольных нормативов.

### **РАЗДЕЛ 8. ПОХОД ВЫХОДНОГО ДНЯ (4 ЧАСА)**

#### **Тема 8.1. Поход выходного дня (4 часа)**

Практика (4 часа): совершение похода выходного дня.

#### **Итоговое занятие (2 часов)**

Практика (2 часов): итоговая аттестация.

### **ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ (24 ЧАСА)**

Практика (20 часов): участие в соревновательной деятельности – согласно единому календарю массовых спортивных мероприятий федерации

спортивного туризма

Практика (4 часа): экскурсии, выезды.

## 2.5. Рабочая программа

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Наименование дополнительной общеразвивающей программы, к которой составлена рабочая программа	Рабочая программа составлена на основе дополнительной общеразвивающей программы «Комбинированный туризм – К2» (1 год, 216 часов, автор – составитель: Шнякин А.В.)
Форма обучения	Очно-заочная
Место реализации	Программа реализуется на базе ГБОУ «Дом детства» на основе сетевого договора
Перечень значимых мероприятий муниципального, регионального, всероссийского уровня, международного уровня, где обучающиеся смогут продемонстрировать результаты освоения программы	<ul style="list-style-type: none"><li>- областной туристский слет для воспитанников детских домов, коррекционных школ интернатов;</li><li>- областной слет юных туристов-лыжников;</li><li>- первенство области по СТ «Подснежник»;</li><li>- первенство области по спортивному ориентированию;</li><li>- чемпионат области по СТ.</li></ul>

### Тематический план

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов по программе	Форма проведения занятия	Планируемые результаты
				Обучающийся будет:
1.	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	Комбинированное занятие	<ul style="list-style-type: none"><li>- иметь мотивацию на освоение программы;</li><li>- знать правила комплексной безопасности</li></ul>
<b>РАЗДЕЛ 1. «ТУРИСТСКИЕ УЗЛЫ»</b>		<b>8</b>		Обучающийся будет:
2.	Тема 1.1. Виды и назначение туристских узлов: прямой, встречный, булинь	2	Комбинированное занятие	<ul style="list-style-type: none"><li>- знать назначение туристских узлов;</li><li>- иметь навык завязывания узлов</li></ul>
3.	Тема 1.2. Виды и назначение туристских узлов: восьмёрка	2	Комбинированное занятие	<ul style="list-style-type: none"><li>- знать назначение туристских узлов;</li><li>- иметь навык завязывания узлов</li></ul>
4.	Тема 1.3. Виды и назначение туристских узлов: схватывающий, австрийский проводник, стремя	2	Комбинированное занятие	<ul style="list-style-type: none"><li>- знать назначение туристских узлов;</li><li>- иметь навык завязывания узлов</li></ul>
5.	Тема 1.4. Виды и назначения туристских узлов. Применение на практике	2	Практическое занятие	<ul style="list-style-type: none"><li>- знать назначение туристских узлов;</li><li>- иметь навык завязывания узлов</li></ul>

<b>РАЗДЕЛ 2. «ОСНОВЫ ТОПОГРАФИИ»</b>		<b>12</b>		Обучающийся будет:
6.	Тема 2.1. Карта	2	Теоретическое занятие	- знать о виды карт
7.	Тема 2.2. Масштаб и расстояние по карте	2	Комбинированное занятие	- иметь навык измерения расстояний по карте
8.	Тема 2.3. Условные знаки топографических карт	2	Комбинированное занятие	- знать основные топографические знаки
9.	Тема 2.4. Чтение карт и ориентирование по ним	2	Комбинированное занятие	- уметь определять масштабы карт; - ориентироваться с помощью карты и компаса
10.	Тема 2.5. Определение Азимута	2	Комбинированное занятие	- знать понятие «азимут»; - уметь определять азимут на объекты
11.	Тема 2.6. Итоговое занятие по разделу	2	Практическое занятие	- уметь работать с картами; - знать топографические знаки
<b>РАЗДЕЛ 3. «ПЕШЕХОДНЫЙ ТУРИЗМ. ДИСТАНЦИИ»</b>		<b>42</b>		Обучающийся будет:
12.	Тема 3.1. Пешеходный туризм: понятие, основные термины, снаряжение	2	Теоретическое занятие	- знать виды дистанций, основное снаряжение; - уметь использовать специальное снаряжение
13.	Тема 3.1. Пешеходный туризм: понятие, основные термины, снаряжение	2	Комбинированное занятие	- знать виды дистанций, основное снаряжение; - уметь использовать специальное снаряжение
14.	Тема 3.1. Пешеходный туризм: понятие, основные термины, снаряжение	2	Практическое занятие	- знать виды дистанций, основное снаряжение; - уметь использовать специальное снаряжение
15.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные», промежуточная аттестация	2	Комбинированное занятие	- знать технику выполнения туристских этапов - иметь навык прохождения туристских этапов 1 – го класса
16.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные», промежуточная аттестация	2	Комбинированное занятие	- знать технику выполнения туристских этапов; - иметь навык прохождения туристских этапов 1 – го класса
17.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные», промежуточная аттестация	2	Практическое занятие	- знать технику выполнения туристских этапов; - иметь навык прохождения туристских этапов 1 – го класса
18.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные», промежуточная аттестация	2	Комбинированное занятие	- знать технику выполнения туристских этапов; - иметь навык прохождения туристских этапов 1 – го класса
19.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные», промежуточная аттестация	2	Практическое занятие	- знать технику выполнения туристских этапов; - иметь навык прохождения туристских этапов 1 – го класса



31.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные», промежуточная аттестация	2	Практическое занятие	- знать технику выполнения туристских этапов; - иметь навык прохождения туристских этапов 2 – го класса
32.	Тема 3.2. Группа дисциплин «дистанции – пешеходные», промежуточная аттестация	2	Практическое занятие	- знать технику выполнения туристских этапов - иметь навык прохождения туристских этапов 2 – го класса
<b>РАЗДЕЛ 4. «ВЕЛОТУРИЗМ»</b>		<b>24</b>		Обучающийся будет:
33.	Тема 4.1. Понятие велотуризм. Снаряжение и оборудование (6 часов)	2	Теоретическое занятие	- знать основные препятствия велотуризма, правила подбора велоснаряжения; - уметь ездить на велосипеде
34.	Тема 4.1. Понятие велотуризм. Снаряжение и оборудование (6 часов)	2	Комбинированное занятие	- знать основные препятствия велотуризма, правила подбора велоснаряжения; - уметь ездить на велосипеде
35.	Тема 4.1. Понятие велотуризм. Снаряжение и оборудование (6 часов)	2	Практическое занятие	- знать основные препятствия велотуризма, правила подбора велоснаряжения; - уметь ездить на велосипеде
36.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие	- иметь навыки прохождения этапов ФВВ 1,2 класса
37.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие	- иметь навыки прохождения этапов ФВВ 1,2 класса
38.	Тема 4.2. Фигурное вождение велосипеда	2	Практическое занятие	- иметь навыки прохождения этапов ФВВ 1,2 класса
39.	Тема 4.3. Дистанция «Триал»	2	Практическое занятие	- иметь навыки прохождения этапов дистанции Трал 1,2 класса
40.	Тема 4.3. Дистанция «Триал»	2	Практическое занятие	- иметь навыки прохождения этапов дистанции Трал 1,2 класса
41.	Тема 4.3. Дистанция «Триал»	2	Практическое занятие	- иметь навыки прохождения этапов дистанции Трал 1,2 класса
42.	Тема 4.3. Дистанция «Триал»	2	Практическое занятие	- иметь навыки прохождения этапов дистанции Трал 1,2 класса
43.	Тема 4.3. Дистанция «Триал»	2	Практическое занятие	- иметь навыки прохождения этапов дистанции Трал 1,2 класса
44.	Тема 4.3. Дистанция «Триал»	2	Практическое занятие	- иметь навыки прохождения этапов дистанции Трал 1,2 класса
<b>РАЗДЕЛ 5. «ЛЫЖНЫЙ ТУРИЗМ»</b>		<b>24</b>		Обучающийся будет:
45.	Тема 5.1. Основы лыжного туризма	2	Комбинированное занятие	- иметь навыки движения на лыжах на различном рельефе; - знать основы технических приемов лыжных этапов
46.	Тема 5.2. Техника движения на лыжах	2	Практическое занятие	- иметь навыки движения на лыжах на различном рельефе; - знать основы технических приемов лыжных этапов



47.	Тема 5.2. Техника движения на лыжах	2	Практическое занятие	- иметь навыки движения на лыжах на различном рельефе; - знать основы технических приемов лыжных этапов
48.	Тема 5.2. Техника движения на лыжах	2	Практическое занятие	- иметь навыки движения на лыжах на различном рельефе; - знать основы технических приемов лыжных этапов
49.	Тема 5.3. Дистанции - лыжные 1-го класса	2	Комбинированное занятие	- иметь навыки движения на лыжах на различном рельефе; - знать основы технических приемов лыжных этапов
50.	Тема 5.3. Дистанции - лыжные 1-го класса	2	Практическое занятие	- иметь навыки движения на лыжах на различном рельефе; - знать основы технических приемов лыжных этапов
51.	Тема 5.3. Дистанции - лыжные 1-го класса	2	Практическое занятие	- иметь навыки движения на лыжах на различном рельефе; - знать основы технических приемов лыжных этапов
52.	Тема 5.3. Дистанции - лыжные 1-го класса	2	Практическое занятие	- иметь навыки движения на лыжах на различном рельефе; - знать основы технических приемов лыжных этапов
53.	Тема 5.3. Дистанции - лыжные 1-го класса	2	Практическое занятие	- иметь навыки движения на лыжах на различном рельефе; - знать основы технических приемов лыжных этапов
54.	Тема 5.3. Дистанции - лыжные 1-го класса	2	Практическое занятие	- иметь навыки движения на лыжах на различном рельефе; - знать основы технических приемов лыжных этапов
55.	Тема 5.4. Лыжное ориентирование	2	Комбинированное занятие	- иметь навыки движения на лыжах на различном рельефе; - знать основы технических приемов лыжных этапов
56.	Тема 5.4. Лыжное ориентирование	2	Практическое занятие	- иметь навыки движения на лыжах на различном рельефе; - знать основы технических приемов лыжных этапов
<b>РАЗДЕЛ 6. «СПОРТИВНЫЕ ПОХОДЫ»</b>		<b>34</b>		Обучающийся будет:
57.	Тема 6.1. Туристский поход	2	Теоретическое занятие	- знать классификацию туристских походов
58.	Тема 6.2. Походное снаряжение	2	Комбинированное занятие	- знать туристское походное снаряжение; - уметь подбирать снаряжение пользоваться им
59.	Тема 6.3. Виды костров	2	Комбинированное занятие	- знать виды костров и их предназначение; - уметь «складывать» различные виды костров
60.	Тема 6.4. Туристские палатки	2	Комбинированное занятие	- знать виды костров и их предназначение; - уметь «складывать»

				различные виды костров
61.	Тема 6.5. Питание в походе	2	Комбинированное занятие	- знать требования к организации питания; - уметь составлять походное меню
62.	Тема 6.5. Питание в походе	2	Практическое занятие	- знать требования к организации питания; - уметь составлять походное меню
63.	Тема 6.6. Первая помощь в походе	2	Теоретическое занятие	- знать основы оказания первой помощи; - уметь оказывать первую помощь при различных травма
64.	Тема 6.6. Первая помощь в походе	2	Комбинированное занятие	- знать основы оказания первой помощи; - уметь оказывать первую помощь при различных травма
65.	Тема 6.6. Первая помощь в походе	2	Практическое занятие	- знать основы оказания первой помощи; - уметь оказывать первую помощь при различных травма
66.	Тема 6.7. Транспортировка пострадавшего	2	Теоретическое занятие	- уметь изготавливать средства транспортировки пострадавшего
67.	Тема 6.7. Транспортировка пострадавшего	2	Практическое занятие	- уметь изготавливать средства транспортировки пострадавшего
68.	Тема 6.7. Транспортировка пострадавшего	2	Практическое занятие	- уметь изготавливать средства транспортировки пострадавшего
69.	Тема 6.8. Туристский бивуак	2	Теоретическое занятие	- знать основные правила организации бивуака; - иметь навык организации бивуака
70.	Тема 6.8. Туристский бивуак	2	Практическое занятие	- знать основные правила организации бивуака; - иметь навык организации бивуака
71.	Тема 6.9. Разработка маршрута похода выходного дня	2	Комбинированное занятие	- знать требования к туристским маршрутам; - уметь планировать «нитку» маршрута
72.	Тема 6.9. Разработка маршрута похода выходного дня	2	Практическое занятие	- знать требования к туристским маршрутам; - уметь планировать «нитку» маршрута
73.	Тема 6.10. Итоговое занятие по разделу	2	Практическое занятие	- уметь применять полученные знания на практике
<b>РАЗДЕЛ 7. «ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»</b>		<b>40</b>		Обучающийся будет:
74.	Тема 7.1. Общая физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения

75.	Тема 7.1. Общая физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
76.	Тема 7.1. Общая физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
77.	Тема 7.1. Общая физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
78.	Тема 7.1. Общая физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
79.	Тема 7.1. Общая физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
80.	Тема 7.2. Специальная физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
81.	Тема 7.2. Специальная физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
82.	Тема 7.2. Специальная физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
83.	Тема 7.2. Специальная физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
84.	Тема 7.2. Специальная физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
85.	Тема 7.2. Специальная физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
86.	Тема 7.2. Специальная физическая подготовка	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
87.	Тема 7.3. Подводящие упражнения	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
88.	Тема 7.3. Подводящие упражнения	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
89.	Тема 7.3. Подводящие упражнения	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
90.	Тема 7.3. Подводящие упражнения	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
91.	Тема 7.3. Подводящие упражнения	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
92.	Тема 7.3. Подводящие упражнения	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
93.	Тема 7.4. Итоговое занятие по разделу	2	Практическое занятие	- уметь выполнять физические упражнения
<b>РАЗДЕЛ 8. «ПОХОД ВЫХОДНОГО ДНЯ»</b>		<b>4</b>		Обучающийся будет:
94.	Тема 8.1. Поход выходного дня	2	Практическое занятие	- уметь разбивать бивак, ставить палатку, разжигать костер, убирать бивак
95.	Тема 8.1. Поход выходного дня	2	Практическое занятие	
96.	<b>Итоговое занятие.</b>	2	Практическое занятие	- уметь подводить итоги обучения
<b>ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ</b>		<b>24</b>		
97.	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2	Практическое занятие	- расширять кругозор и знакомиться с малой родиной через посещение музеев и экскурсий; - совершенствовать физическую форму и получать навык участия в соревнованиях
98.	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2	Практическое занятие	
99.	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2	Практическое занятие	
100.	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2	Практическое занятие	

101.	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2	Практическое занятие	
102.	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2	Практическое занятие	
103.	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2	Практическое занятие	
104.	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2	Практическое занятие	
105.	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2	Практическое занятие	
106.	Участие в соревнованиях по спортивному туризму	2	Практическое занятие	
107.	Экскурсия в музей	2	Практическое занятие	
108.	Экскурсия по ул. Советской	2	Практическое занятие	
	<b>Всего часов:</b>	<b>216</b>		

## **2.6. Рабочая программа воспитания**

**1. Цель воспитания:** создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

### **Особенности организуемого воспитательного процесса**

Детско-юношеский туризм интегрирует все стороны воспитания: идейно-нравственное, трудовое, эстетическое, физическое, патриотическое, интернациональное, интеллектуальное и др.

### **2. Виды, формы и содержание деятельности**

#### ***Работа с коллективом обучающихся:***

- 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 малой родине.

#### ***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 социально-активной,

творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

### 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	«Кросс наций»	Сентябрь	Воспитание у обучающихся ответственного отношения к своему здоровью
		«Лыжня России»	Февраль	
		«Российский азимут»	Апрель	
2	Духовно-нравственное	Посещение театра	В течение года	Воспитание у обучающихся эстетического вкуса, формирование общечеловеческих ценностей
		Посещение кинотеатра	В течение года	
		Посещение краеведческого музея	В течение года	
3	Экологическое	Экологическая акция	В течение года	Воспитание бережного отношения к природе
		Поход выходного дня	Апрель	
4	Гражданское и патриотическое	Посещение тематических выставок	В течение года	Формирование гражданской позиции
		День туризма (проведение слета)	Сентябрь	
		Конкурс «А ну-ка, парни!»	Февраль	

### 2.7. Формы контроля и аттестации

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

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

Форма:

– сдача нормативов.

Текущий контроль осуществляется для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств обучающихся.

Формы:

- беседа;
- наблюдение;
- опрос;
- практическая работа;
- соревнования.

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).

Формы:

- поход выходного дня.

Для отслеживания и фиксации образовательных результатов используются:

для текущего контроля:

- протоколы практической работы;
- протоколы соревнований;

для промежуточной и итоговой аттестации:

- протоколы аттестации;

## **2.8. Оценочные и диагностические материалы**

### **Входная диагностика (входной контроль)**

Форма: сдача нормативов.

Описание, требования к выполнению: входной контроль проводится в форме сдачи нормативов физической культуры и направлен на определение уровня физического развития обучающихся. Перечень нормативных упражнений: челночный бег, бег 60 м, бег 1000 м, прыжки в длину с места, подтягивание на высокой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре, подъем туловища из положения лежа.

Критерии оценивания:

высокий уровень - 90-100 %

средний уровень - 50-90 %

низкий уровень - ниже 50 %

### **Текущий контроль**

Текущий контроль проводится с целью объективной оценки качества освоения программы, а также стимулирования работы обучающихся, мониторинга результатов и подготовки к промежуточной аттестации. Текущий контроль осуществляется как в ходе теоретических занятий посредством введения в них элементов интерактива и беседы, так и в ходе практических занятий. Во время практических занятий педагог осуществляет наблюдение за правильностью выполнения обучающимися технических приемов, а также отслеживает активность обучающихся в выполнении заданий. Кроме наблюдения в ходе занятий текущий контроль фактического усвоения материала проводится с использованием информационных технологий, что позволяет оценить уровень практических умений и навыков.

## Промежуточная аттестация

Форма: соревнования на дистанциях.

Описание, требования к выполнению: обучающиеся преодолевают пешеходную, вело, лыжную дистанции и дистанцию спортивного ориентирования. Выводится средний показатель по всем видам, который состоит из суммы мест-очков, поделенной на количество дистанций, для каждого обучающегося.

Критерии оценивания:

высокий уровень - менее 5 очков,

средний уровень - от 5 до 10 очков

низкий уровень - более 10 очков

## Итоговая аттестация

Итоговая аттестация проходит в формате похода с применением полученных знаний на практике и включает в себя преодоление различных препятствий, организацию быта в полевых условиях, умение разрабатывать маршрут и осуществлять движение по нему.

В ходе занятия педагог осуществляет наблюдение за деятельностью обучающихся, а также отслеживает активность обучающихся в выполнении заданий.

## Диагностические материалы

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 обучающихся.

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)	Задания по разделу «Виды спортивно-оздоровительного туризма» (Махкамов А.А.) <a href="https://disk.yandex.ru/i/h5v7yYi3OhQf8A">https://disk.yandex.ru/i/h5v7yYi3OhQf8A</a>
		- 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)	Задания по терминологии по разделу «Виды спортивно-оздоровительного туризма» <a href="https://disk.yandex.ru/i/tYuO1i_s-APTWg">https://disk.yandex.ru/i/tYuO1i_s-APTWg</a>
		- 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 ½ предусмотренных умений и навыков);	Соревнования внутри ТО по следующим направлениям: 1. Пешеходный туризм. 2. Велотуризм. 3. Лыжный туризм. 4. Спортивное ориентирование.
		- средний уровень (овладел более ½ 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	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)	



анализировать спец. литературу		- 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	
3.1.3. Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (рефераты, исследования, проекты)	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	Уровни по аналогии с п. 3.1.1.	Наблюдение
		- низкий	
		-средний	
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.	Наблюдение
		- низкий	
		-средний	
3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи подготовленной информации	Уровни по аналогии с п. 3.1.1.	Наблюдение
		- низкий	
		-средний	
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.	Наблюдение
		- низкий	
		-средний	
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 занижает их)	Тесты на определение самооценки <a href="https://disk.yandex.ru/i/kkzc5HI_986Jig">https://disk.yandex.ru/i/kkzc5HI_986Jig</a>
		- 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)	Модифицированный вариант анкеты мотивации Н.Г. Лускановой <a href="https://disk.yandex.ru/i/6E Ccq09_LQjSLQ">https://disk.yandex.ru/i/6E Ccq09_LQjSLQ</a>
		- средний уровень (интерес периодически поддерживается самим)	
		- высокий уровень (интерес постоянно поддерживается самостоятельно)	
4.3. Поведенческие качества: 4.3.1. Конфликтность	Отношение детей к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия	- низкий уровень (периодически провоцирует конфликты)	Наблюдение
		- средний уровень (в конфликтах не участвует, старается их избегать)	
		- высокий уровень (пытается самостоятельно уладить конфликты)	
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)	Наблюдение
		- средний уровень (участвует при побуждении извне)	
		- высокий уровень (инициативен в общих делах)	

## 2.9. Методическое обеспечение

### Список основной литературы

1. Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. Научно-методический журнал № 1. – Москва 2020. – М.: МОО МАДЮТиК.
2. Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. Научно-методический журнал № 2. – Москва 2020. – М.: МОО МАДЮТиК.
3. 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.

4. Дурович, А.П., Кабушкин, Н.И., Сергеева, Т.М. Организация туризма / под ред. Н. И. Кабушкина. Мн.: Новое знание, 2021. – 632 с.

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

6. Логунцова, И.В. Индустрия туризма в условиях пандемии коронавируса: вызовы и перспективы // Государственное управление. Электронный вестник. М: Фак. гос. управления МГУ им. М.В. Ломоносова, 2020. – № 80. – с. 49-65.

7. 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. – 2021. – №5. – с. 52.

#### Список дополнительной литературы

1. Багаутдинова, Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. – М., ЦДЮТиК, 2002.

2. Байковский, Ю.В. Основы спортивной тренировки в горных видах спорта: учебно-методическое пособие / Ю.В. Байковский. – М.: Вертикаль, Анита-пресс, 2007.

3. Болотов, С.Б. Спортивное ориентирование. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 2002.

4. Дихтярев, В.Я. Вся жизнь-поход. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1999.

5. Ильичев, АА. Популярная энциклопедия выживания. – 2-е изд., испр., доп. и перераб. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.

6. Касьянов, С.А. Энциклопедия психологических тестов / Сост. С.А.Касьянов. – М.: ЭКС-МО-Пресс, 2000.

7. Константинов, Ю.С. Туристско-краеведческая деятельность обучающихся в системе дополнительного образования детей. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2001.

8. Константинов, Ю.С. Туристские слеты и соревнования обучающихся. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000.

9. Константинов, Ю.С, Куликов, В.М. Педагогика школьного туризма. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2002.

10. Кузьмичева, Е.В., Зозуля, С.Н., Золотов, М.И. Экономика физической культуры и спорта. – М.: Физкультура и спорт, 2008.

11. Куликов, В.М., Константинов, Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 2001.

12. Маслов, А.Г., Константинов, Ю.С, Дрогов, И.А. Полевые туристские лагеря. – М.: Владос, 2000.

13. Маслов, А.Г. Подготовка и проведение соревнований обучающихся «Школа безопасности». – М.: Владос, 2000.

14. Ротштейн, Л.С. Туристская игротка. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.
15. Смирнов, Д.В. Программы дополнительного образования детей. – М.: «Советский спорт», 2003.
16. Черемисин, В.П. Народная игра в системе воспитания детей и подростков: расширенное практ. пособие для специалистов физкультурно-оздоровительной, спортивной и туристской деятельности. – М., 2008.
17. Энциклопедия туриста. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.

### **Список цифровых ресурсов**

1. Группа «ВКонтакте», посвященная неофициальному обсуждению группы дисциплин «дистанция» вида спорта спортивный туризм [электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vk.com/tmmoscow> – (Дата обращения: 03.06.2024).
2. Официальный сайт, посвященный спортивному туризму всех видов в Москве и России [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://tmmoscow.ru/> – (Дата обращения: 10.06.2024).
3. Сайт Федерации спортивного туризма России [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tssr.ru/> – (Дата обращения: 14.06.2024).