

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр экологии, краеведения и туризма»**

Рекомендована решением
педагогического совета
МБУ ДО «ЦЭКиТ»

Протокол №__ от _____ 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ ДО «ЦЭКиТ»

Л.В. Плясова
Приказ №__ от _____ 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА НА 2023 – 2024 уч. год
к дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программе
«Спортивный туризм. Маршруты.»**

Форма реализации программы – очная;
Год обучения – первый;
Номер группы – 1.1;
Возраст обучающихся – 12-18 лет

Составитель:
Дирявка Леонид Федотович,
педагог дополнительного
образования
МБУ ДО «ЦЭКиТ»

(Обратная сторона титульного листа)

Авторы дополнительной общеобразовательной программы
«Спортивный туризм. Маршруты»:

Дирявка Леонид Федотович, педагог дополнительного образования МБУ ДО «ЦЭКиТ»;

ФИО педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу:

Дирявка Леонид Федотович, педагог дополнительного образования МБУ ДО «ЦЭКиТ»

Председатель Педагогического совета

_____ (_____)

подпись (Ф.И.О)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

| | | |
|----|--|--|
| 1. | Направленность дополнительной общеобразовательной программы | Туристско-краеведческая |
| 2. | Вид дополнительной общеобразовательной программы | модифицированная |
| 3. | Уровень дополнительной общеобразовательной программы | продвинутый |
| 4. | Особенности обучения в текущем учебном году по дополнительной общеобразовательной программе: особенности реализации <u>содержания</u> , подготовка к <u>знаменательным датам</u> , юбилеям детского объединения, учреждения, <u>реализация тематических программ, проектов</u> , <u>причины замены тем</u> по сравнению с дополнительной общеобразовательной программой и т.д.). Изменения , необходимые для обучения в <u>текущем учебном году</u> и их обоснование (информация об <u>изменении содержательной части</u> дополнительной общеобразовательной программы, <u>обоснование изменений</u>). | |
| 5. | Особенности организации образовательного процесса по дополнительной общеобразовательной программе с указанием: - количества учебных часов по программе; - количества учебных часов согласно расписанию; - информации об изменении сроков и/или времени изучения отдельных тематических блоков (разделов) с указанием причин и целесообразности изменений, описание резервов, за счет которых они будут реализованы. | - Количество часов на программу составляет 180 часов. - Календарный учебно-тематический план может изменяться в связи с погодными условиями. Так в неблагоприятные погодные условия практические занятия могут заменяться на занятия по ОФП, теоретические занятия. - Возможно увеличение продолжительности занятия до часов в каникулярное время. |
| 6. | Цель рабочей программы на <u>текущий учебный год</u> | Освоение детьми основ туризма, ориентирования, краеведения. |
| 7. | Задачи на текущий учебный год для конкретной учебной группы | - привить интерес к занятиям туризмом; - способствовать овладению учащимися основами туризма; - воспитывать чувств коллективизма; - содействовать поддержанию здоровья, посредством туристической деятельности; |
| 8. | Режим занятий в <u>текущем учебном году</u> (указать продолжительность и количество занятий в неделю со всеми <u>вариантами</u> и <u>обоснованием выбора варианта</u> , <u>продолжительность учебного часа, если он</u> , продолжительность учебного часа, если она отличается от академического часа) | Занятия проводятся: - 1 раз в неделю, продолжительность - 2 часа по 40 минут. -1 раз в месяц (по графику), продолжительность -8часов (ПВД) |
| 9. | Формы занятий и их сочетание (пояснить, | - рассказ, беседа; |

| | | |
|-----|---|---|
| | чем обусловлен <u>выбор конкретных форм учебных занятий</u>) | <ul style="list-style-type: none"> - работа с описательными и картографическими материалами, туристическим снаряжением и оборудованием; - тренировка, соревнование, туристический поход, туристическая научно исследовательская экспедиция; - наблюдения; |
| 10. | Ожидаемые результаты и способы их оценки в <u>текущем учебном году</u> (результаты и способы измерения результатов для текущего года обучения, <u>форма проведения промежуточной и итоговой аттестации</u>) | <ul style="list-style-type: none"> - умение устанавливать связи между учением и будущей профессиональной деятельностью; - умение принимать решения, брать на себя ответственность за их последствия, осуществлять самостоятельные действия и поступки на основе выбранных целевых и смысловых установок; - владеть техникой и тактикой пешеходного туризма; - владеть навыками ориентирования на местности - владеть способами совместной деятельности в группе, приемами действий в ситуациях общения; умениями искать и находить компромиссы; - знать и применять правила поведения в экстремальных ситуациях в природной, техногенной и социальной средах; - знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о собственном здоровье, личной безопасности; владеть способами оказания первой помощи; - иметь физическую и техническую подготовку, и умение использовать их в походах и на соревнованиях. |

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(очная форма реализации)

по дополнительной общеобразовательной программе

«Спортивный туризм. Маршруты»

на 2023-2024 учебный год

1-й год обучения

группа 1.1

| № п/п | Дата проведения занятия | Тема занятия | Количество часов | | Форма занятия | Форма контроля |
|-------|-------------------------|---|------------------|----------|---------------|----------------|
| | | | Теория | Практика | | |
| 1 | 04.10 | Введение. Информация о работе детского объединения, техника безопасности, анкетирование | 1 | -- | Рассказ | |
| | | | 1 | -- | | |

| | | | | | | |
|----|-------|--|---------------|-------------|---|--|
| | | Туристические путешествия, история развития туризма | | | | |
| 2 | 07.10 | Пеший ПВД Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива Оздоровительная роль туризма Организация биваков и охрана природы. | -- 2 -- | 2 2 2 | Рассказ, показ, практическое выполнение | |
| 3 | 11.10 | Личное снаряжение и уход за ним. | 1 | 1 | Рассказ, показ | |
| 4 | 18.10 | Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей, подготовка общественного снаряжения, продуктов) | 1 | 1 | Практическая | |
| 5 | 25.10 | Виды туризма Оздоровительная роль туризма | 1 | 1 | Рассказ | |
| 6 | 28.10 | Пеший ПВД. Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров Групповое снаряжение и уход за ним | 1 1 1 | 2 2 1 | Рассказ, показ, практическое выполнение | |
| 7 | 01.11 | Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки | 1 | 1 | Рассказ, показ | |
| 8 | 08.11 | Узлы, работа с верёвками Условные знаки | -- -- | 1 1 | Рассказ, показ | |
| 9 | 15.11 | Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей) | 1 | 1 | Практическая | |
| 10 | 18.11 | Пеший ПВД. Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров Групповое снаряжение и уход за ним | 1 1 1 | 2 2 1 | Рассказ, показ, практическое выполнение | |
| 11 | 22.11 | Понятие о топографической и спортивной карте | 1 | 1 | Практическая работа | |
| 12 | 29.11 | Тренировка по спортивному ориентированию: «Азимут» | -- | 2 | Практическое выполнение | |
| 13 | 06.12 | Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей) План местности | -- -- | 1 1 | Устная, показ | |
| 14 | 09.12 | Лыжный ПВД Природа родного края Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки Врачебный контроль, самоконтроль, | 1 1 1 | 1 1 1 | Рассказ, показ, практическое выполнение | |

| | | | | | | |
|----|-------|--|----------------------------|-----------------------|---|--|
| | | предупреждение спортивных травм на тренировках и в походах. | 1 | 1 | | |
| 15 | 13.12 | Понятие о топографической и спортивной карте Условные знаки | 1 -- | -- 1 | Рассказ, показ, | |
| 16 | 20.12 | Соревнования по спортивному ориентированию: «Азимут» | -- | 2 | Практическое выполнение | |
| 17 | 27.12 | Промежуточная аттестация | -- | 2 | Практическая | |
| | | 1-е полугодие 58 часов | 23 | 35 | | |
| | | | | | | |
| | | Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей) Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки | -- -- | 1 1 | Практическая | |
| | | План местности Компас | -- -- | 1 1 | Рассказ, показ, | |
| | | Личное снаряжение и уход за ним. Групповое снаряжение и уход за ним. | 1 1 | -- -- | Рассказ, показ, | |
| | | Узлы. Работа с верёвками. | 1 | 1 | Рассказ, показ, | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | Узлы, работа с верёвками Условные знаки | -- -- | 1 1 | Рассказ, показ | |
| | | Понятие о топографической и спортивной карте | 1 | 1 | Практическая работа | |
| | | Понятие о топографической и спортивной карте Условные знаки | 1 -- | -- 1 | Рассказ, показ, | |
| | | Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей) План местности | -- -- | 1 1 | Устная, показ | |
| | | Лыжный ПВД Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи Общая физическая подготовка и оздоровление организма Волевые усилия и их значение в походах и на тренировке Личная гигиена Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках и в походах | -- -- -- -- -- | 2 2 2 1 1 | Рассказ, показ, практическое выполнение | |
| | | Соревнования по спортивному ориентированию: «Азимут» | -- | 2 | Практическое выполнение | |

| | | | | | | |
|--|--|--|-----------------------|----------------------|--|--|
| | | | | | ние | |
| | | Понятие о топографической и спортивной карте Условные знаки | 1 -- | -- 1 | Рассказ, показ, | |
| | | Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей) Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки | -- -- | 1 1 | Практическая | |
| | | Лыжный ПВД. Законы, правила, нормы и традиции своего коллектива. Основы безопасности в природной среде Организация биваков и охрана природы. Организация работы по развёртыванию лагеря. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. | 1 1 - - - | 1 2 1 2 | Рассказ, показ, практическое выполнение | |
| | | Соревнования по технике лыжного туризма | -- | 2 | Соревнование | |
| | | Законы, правила, нормы и традиции своего коллектива. Основы безопасности в природной среде | 1 1 | - - | Беседа, рассказ | |
| | | Питьевой режим в туристском походе. Питание в туристском походе. | 1 1 | - - | Беседа, рассказ | |
| | | Лыжный ПВД Природа родного края Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки | -- 1 1 | 2 2 2 | Рассказ, показ, практическое выполнение | |
| | | Лыжный ПВД Понятие о топографической и спортивной карте. План местности Условные знаки Измерение расстояний. | -- -- -- -- | 2 2 2 2 | Рассказ, показ, практическое выполнение | |
| | | Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Меры безопасности при обращении с огнём, кипятком. | 1 1 | - - | Беседа, рассказ, показ | |
| | | Пеший ПВД Ориентирование по горизонту, азимут Компас Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок | -- -- -- -- | 2 2 2 2 | Рассказ, показ, практическое выполнение | |
| | | Пеший ПВД | - | 1 | | |

| | | | | | | |
|-----------------|--------------|---|---------------------------------|---------------------------------|---|-----------------------|
| | | Организация биваков и охрана природы. Организация работы по развёртыванию лагеря. Узлы. Работа с верёвками. Ориентирование по горизонту, азимуту. Ориентирование по местным предметам. Измерение расстояний. Действия в случае потери ориентирования Общая физическая подготовка и оздоровление организма | - - - - - - | 1 1 1 1 1 1 | Рассказ, показ, практическое выполнение | |
| | | Соревнования по скалолазанию | -- | 2 | Соревнование | |
| | | Соревнования по спортивному ориентированию: «Маршрут» | -- | 2 | Соревнование | |
| | | Соревнования по технике пешеходного туризма | -- | 2 | Соревнование | |
| | | Пеший ПВД Организация биваков и охрана природы. Организация работы по развёртыванию лагеря. Узлы. Работа с верёвками. Ориентирование по горизонту, азимуту. Ориентирование по местным предметам. Измерение расстояний. Действия в случае потери ориентирования Общая физическая подготовка и оздоровление организма | - - - - - - - | 1 1 1 1 1 1 1 | Рассказ, показ, практическое выполнение | |
| | | Промежуточная аттестация | -- | 2 | Практическое выполнение | |
| | | 2-е полугодие часов | | | | |
| | | Всего за учебный год часа | | | | |
| Вне сетки часов | 07.-10.05 | Учебно-тренировочные сборы Пеший поход 2-й ст.сл. г. Аргыджек | -- | 32 | Рассказ, показ, практическое выполнение | Беседа, опрос, оценка |
| Вне сетки часов | 26.06--05.07 | Учебно-тренировочные сборы Водный поход 1 к.с. р. Кан | -- | 80 | Рассказ, показ, практическое выполнение | Беседа, опрос, оценка |
| Вне сетки часов | 06.08--25.08 | Учебно-тренировочные сборы Водный поход 3 к.с. р. Пезо | -- | 160 | Рассказ, показ, практическое выполнение | Беседа, опрос, оценка |

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ

| | |
|---|---|
| <p>Перечень методических пособий для педагога и обучающихся, обеспечивающих учебный процесс (конспекты учебных занятий, методические указания, рекомендации, учебные пособия, <u>методический, дидактический, информацион-ный, справочный материал</u> на различных носителях, образовательные ресурсы, специальную литературу и т. д.);</p> | <p>http://d25301.edu35.ru/our-school/2011-05-12-11-53-48/89-</p> <p>- Дополнительная общеобразовательная программа «Туризм», Краснов А.Ф.;</p> <p>http://cdtur.sochi-schools.ru/wp-content/uploads/2016/10/Sportivnoe-orientirovanie.pdf - Дополнительная общеобразовательная программа по спортивному ориентированию;</p> <p>http://turist.edu.yar.ru/konkursi_v_tsentre/turizm_normativnie_dokumenty/1_pravila_provedeniya_sorevnovaniy.pdf - Правила проведения и организации туристских соревнований среди учащихся;</p> <p>http://infopedia.su/7x5a09.html - Техника и тактика в туризме;</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=-OIozzLJs7U – наведение навесной переправы;</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=jik8fZTM7TY - Наведение переправы. Пособие по туризму ИФКСиЗ САФУ</p> <p>http://www.uznaem-kak.ru/sposoby-perepravy-podrazdelenij-i-vidy-pereprav/ - Способы переправы подразделений и виды переправ;</p> <p>https://turclub-pik.ru/blog/kak-vyazat-turisticheskie-vervochnye-uzly/ - Туристические узлы: схемы, описания;</p> <p>http://turizmbyvaetraznim.com/спортивный-туризм/туристические-узлы - Туристические узлы, их предназначение;</p> <p>http://zatumanom.ru/articles/lyzhi/pravila-sorevnovanij-start-hronometrazh-finish-i-rezultaty/ - Правила соревнований - старт, хронометраж, финиш и результаты;</p> |
| <p>Перечень творческих заданий, тем проектов, исследований, сочинений, наблюдений, игр и т.д. на текущий учебный год;</p> | |
| <p>Перечень методических материалов по индивидуальному сопровождению достижения личных результатов обучающихся</p> | <p>Результаты освоения образовательной программы отслеживаются 3 раза в год: первичная диагностика, промежуточная и итоговая.</p> <p>Мониторинг результативности реализации программы. После каждого года обучения планируется проведение зачетного похода или участие в туристском лагере, сборах и т.п.</p> <p>Диагностика результативности программы осуществляется педагогом</p> |

| | |
|--|---|
| <p>(<u>методики психолого-педагогической диагностики личности, памятки для детей и родителей</u> и т. п.);</p> | <p>дополнительного образования самостоятельно.</p> <p>В течение учебного года предусмотрено проведение ряда диагностических срезов: 1. Вводный контроль. Проводится в начале обучения для выявления имеющихся знаний и умений учащихся. Это может быть диагностическое анкетирование, собеседование или тестирование. 2. Промежуточный или текущий контроль. Осуществляется в конце каждого занятия или после изучения каждой темы, раздела в различных формах: тесты, контрольные задания, кроссворды, викторины, игры, способствующие повторению, закреплению и проверке полученных знаний. Постоянно ведется наблюдение за учащимися, за тем, как детям дается тот или иной материал. 3. Итоговый контроль. Проводится по сумме показателей текущего контроля и по итогам участия в контрольных мероприятиях, итоговых играх, конкурсах. В конце учебного года проводится итоговый тест по годам обучения для всех учащихся по программе. Такой контроль позволит определить эффективность обучения, внести изменения в учебный процесс, разработать программное содержание на последующий год обучения.</p> <p><u>Оценочные материалы</u></p> <p>Результаты оцениваются по следующим критериям:</p> <p>Отлично - учащийся полностью усвоил весь материал учебной программы, самостоятельно и уверенно применяет полученные знания при безупречном выполнении практических заданий, соблюдает требования техники безопасности.</p> <p>Хорошо - учащийся знает и понимает основной материал учебной программы, основные темы, но в усвоении материала имеются пробелы. Излагает его упрощенно, с небольшими ошибками и затруднениями. Выполняет практические задания с недочетами.</p> <p>Удовлетворительно - обучаемый знает и понимает основной материал учебной программы, основные темы, но в усвоении материала имеются пробелы. Излагает его упрощенно, с небольшими ошибками и затруднениями. Выполняет производственные задания с недочетами.</p> |
| <p>Перечень методических материалов, обеспечивающих коллективные формы работы (методики диагностики уровня развития личности, <u>сформированности коллектива</u>, сценарии коллективных мероприятий и дел, методики организации деятельности (игровые, проектные, исследовательские и др.);</p> | <p>Туристский поход – коллективная форма работы. В туристских походах образование, воспитание, развитие происходит в процессе организации коллективной походной жизни и активной деятельности обучающихся в естественных природных условиях. Активная и самостоятельная деятельность обучающихся в походных условиях способствует приобретению ими необходимого социального опыта, опыта общественных и личностных отношений, способствует процессу самоутверждения.</p> |
| <p>Список обязательной литературы и музыкального материала (по</p> | <p>1.Акудович Ю. В. «Рекомендации по определению и воспитанию общей физической подготовки туриста» / Ю.В. Акудович. - Минск, 2007 г.</p> |

необходимости) для
текущего учебного года.

1. Аппенянский А. И. «Методика врачебно-педагогического контроля в туризме»/ А.И. Аппенянский. - Москва, 2008 г.
2. Аркин Я.Г. и др. Горный туризм / Я.Г. Аркин. – Таллин, 2011.
3. Бойцова А.Т. «Конкурс педагогических достижений. Методика описания опыта дополнительного образования детей» / А.Т. Бойцова. – Москва, 2009 г.
5. Васильев И.В. В помощь организаторам и инструкторам туризма / И.В. Васильев. – 2 изд. – М., 2009
- 6 Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды / В.Г. Волович. – М., 2011.
- 7 Востоков И.Е. Классификация пешеходных маршрутов / И.Е. Востоков. – М., 2010.
- 8 Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование: учебник для институтов и техникумов физической культуры / В.И. Ганопольский, Е.Я. Безносиков, В.Г. Булатов. – М., 2007.
9. Елаховский С.Б. Спортивное ориентирование на лыжах / С.Б. Елаховский. – М., 2014.
10. Золотарева А.В. «Проблема результата и качества деятельности учреждений дополнительного образования детей»/А. В. Золотарева, Т.В. Ильина, Т.А. Цветкова. - г.Ярославль, 2007 г.
11. Конасова Н.Ю. «Социально-педагогические проблемы УДО» Методический практикум. / Н.Ю. Конасова - С.-Петербург, 2009 г.
12. Лебедев О.Е. «Конкурс педагогических достижений: Методика описания опыта дополнительного образования детей»/ О.Е. Лебедев, Т.О. Ковелина, Н.Ю. Конасова, Р.У. Богданова. - С.-Петербург, 2010г.
13. Прохоров А.М. «Большая Российская энциклопедия»/А.М. Прохоров, В.Г. Панов, А.А. Гусев. –М., 2013 г.
14. «Туризм и спортивное ориентирование»: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений – 2-е издание/Л.А. Вяткина, Е.В. Сидорчук, Д.Н. Немытов – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 208 с.