

**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 – третий;
Номер группы – 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, 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</u> учебный год	создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, и профессионального самоопределения личности средствами спортивного туризма (<u>маршруты</u>).
7.	Задачи на текущий учебный год для конкретной учебной группы	Личностные: <input type="checkbox"/> формирование бережного отношения к окружающей среде и любви к природе; <input type="checkbox"/> формирования позитивных жизненных ценностей и активной гражданской позиции; <input type="checkbox"/> формирование навыков работы в команде, развитие коммуникативной сферы при реализации коллективной деятельности; <input type="checkbox"/> формирование потребности в здоровом образе жизни

		<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> обучение умениям и навыкам спортивного туризма; <input type="checkbox"/> обучение основам топографии и ориентирования; <input type="checkbox"/> обучение основам туристской деятельности, приемам техники безопасности, организации быта в походах; <input type="checkbox"/> формирование навыков первой медицинской помощи; <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> развитие самостоятельности и ответственности за других; <input type="checkbox"/> потребность в саморазвитии, самореализации; <input type="checkbox"/> формирование устойчивой мотивации к дальнейшей туристской деятельности.
8.	<p>Режим занятий в текущем учебном году (указать продолжительность и количество занятий в неделю со всеми <u>вариантами и обоснованием выбора варианта, продолжительность учебного часа, если он, продолжительность учебного часа, если она отличается от академического часа)</u></p>	<p>Занятия проводятся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 раз в неделю, продолжительность 2 часа по 45 минут. - 4 раза в полугодие, продолжительность 8 часов (ПВД)
9.	<p>Формы занятий и их сочетание (пояснить, чем обусловлен <u>выбор конкретных форм учебных занятий</u>)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - рассказ, беседа; - работа с описательными и картографическими материалами, туристическим снаряжением и оборудованием; - тренировка, соревнование, туристический поход, туристическая научно исследовательская экспедиция; - наблюдения;
10.	<p>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>)</p>	<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;

		<ul style="list-style-type: none"> - 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

3-й год обучения

группа 1.3.

№ 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	2	--	Рассказ	Наблюдение, опрос
2	11.10	Основы безопасности в природной среде	2	--	Рассказ, показ	Опрос
3	18.10	Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей)	--	2	Рассказ, Практическое выполнение	Беседа
4	21.10	Пеший ПВД	1	1	Рассказ, показ, практическое выполнение	Беседа, опрос, оценка
		Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива	1	1		
		Организация биваков и охрана природы	1	1		
		Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря	1	1		
5	25.10	Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров	1	1	Рассказ, показ	Опрос, оценка
		Узлы, работа с верёвками	--	2		
6	01.11	Понятие о топографической и спортивной карте	--	2	Рассказ, показ	Опрос, оценка
7	08.11	Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей)	--	2	Рассказ, Практическое выполнение	Беседа

8	11.11	<p>Пеший ПВД</p> <p>Действия в случае потери ориентирования</p> <p>29.11Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок</p> <p>План местности</p> <p>Условные знаки</p>	1	1	Рассказ, показ, практическое выполнение	Беседа, опрос, оценка
9	15.11	Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки	1	1	Рассказ, показ	Опрос, оценка
10	22.11	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	2	--	Рассказ, показ	Опрос, оценка
11	29.11	Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей)	--	2	Рассказ, Практическое выполнение	Беседа
12	02.12	<p>Лыжный ПВД</p> <p>Организация биваков и охрана природы</p> <p>Организация работы по развешиванию и свертыванию лагерь.</p> <p>Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров</p> <p>Личное снаряжение и уход за ним</p>	1	1	Рассказ, показ, практическое выполнение	Беседа, опрос, оценка
13	06.12	<p>Ориентирование по местным предметам</p> <p>Измерение расстояний</p>		1	Рассказ, показ, практическое выполнение	Опрос, оценка
14	13.12	Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок	--	2	Практическое выполнение	Беседа, оценка
15	20.12	Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей)	--	2	Рассказ, Практическое выполнение	Беседа
16	23.12	<p>Лыжный ПВД</p> <p>Организация работы по развешиванию и свертыванию лагерь.</p> <p>Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров</p> <p>Личное снаряжение и уход за ним</p> <p>Типы рюкзаков, спальных мешков</p>	1	1	Практическое выполнение	Беседа, оценка
17	27.12	Промежуточная аттестация	--	2	Практическое выполнение	оценка

		1-е полугодие 58 часов	23	35		
		Общая физическая подготовка и оздоровление организма	1	1	Рассказ, показ	Опрос, оценка
		Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок	1	1	Рассказ, показ, практическое выполнение	Беседа, опрос, оценка
		Соревнования по технике лыжного туризма	--	2	Практическая работа	Оценка
		Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей)	--	2	Практическое выполнение	Беседа, оценка
		Узлы. Работа с верёвками.	1	1	Рассказ, Практическая работа	Оценка
		1.8 Личное, групповое снаряжение и уход за ним.	1	1	Рассказ, Практическая работа	Оценка
		Условные знаки в ориентировании по карте	1	1	Практическая работа	
		Узлы, работа с верёвками	--	1	Практическая работа	
		Условные знаки	--	1	Практическая работа	
		Понятие о топографической и спортивной карте	1	1	Беседа	
		Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей)	--	1	Подготовка к походу	
		План местности	--	1		
		Понятие о топографической и спортивной карте	1	--	Рассказ	
		Условные знаки	--	1		
		Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров.	1	-	беседа	
		Меры безопасности при обращении с огнём, кипятком.	1	-		
		Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей)	--	1	Практическая работа	
		План местности	--	1		
		Лыжный ПВД	--	2	Практическое выполнение	
		Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	--	2		
		Общая физическая подготовка и	--	2		

	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 1 1		
	Законы, правила, нормы и традиции своего коллектива. Основы безопасности в природной среде	1 1	- -	Беседа	
	Питьевой режим в туристском походе. Питание в туристском походе.	1 1	- -	Беседа	
	Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей) План местности	-- --	1 1	Подготовка к походу	
	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	Практическое выполнение	
	Лыжный ПВД Понятие о топографической и спортивной карте. План местности Условные знаки Измерение расстояний.	-- -- -- --	2 2 2 2	Практическое выполнение	
	Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Меры безопасности при обращении с огнём, кипятком.	1 1	- -	Беседа	
	Подготовка к походу (постановка цели, распределение должностей) План местности	-- --	1 1	Подготовка к походу	
	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	Практическое выполнение	
	Лыжный ПВД Понятие о топографической и спортивной карте. План местности Условные знаки Измерение расстояний.	-- -- -- --	2 2 2 2	Практическое выполнение	
	Соревнования по скалолазанию	--	2	Соревнование	
	Соревнования по спортивному ориентированию: «Маршрут»	--	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	Практическое выполнение	
		Соревнования по технике пешеходного туризма	--	2	соревнование	
		Промежуточная аттестация	--	2		оценка
		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	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

Перечень методических пособий для педагога и	http://d25301.edu35.ru/our-school/2011-05-12-11-53-48/89-
--	---

<p>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>- Дополнительная общеобразовательная программа «Туризм», Краснов А.Ф.; http://cdtur.sochi-schools.ru/wp-content/uploads/2016/10/Sportivnoe-orientirovanie.pdf - Дополнительная общеобразовательная программа по спортивному ориентированию; http://turist.edu.yar.ru/konkursi_v_tsentre/turizm_normativnie_dokumenty/1_pravila_provedeniya_sorevnovaniy.pdf - Правила проведения и организации туристских соревнований среди учащихся; http://infopedia.su/7x5a09.html - Техника и тактика в туризме; https://www.youtube.com/watch?v=-OIozzLJs7U – наведение навесной переправы; https://www.youtube.com/watch?v=jik8fZTM7TY - Наведение переправы. Пособие по туризму ИФКСиЗ САФУ http://www.uznaem-kak.ru/sposoby-perepravu-podrazdelenij-i-vidy-pereprav/ - Способы переправы подразделений и виды переправ; https://turclub-pik.ru/blog/kak-vyazat-turisticheskie-verevochnye-uzly/ - Туристические узлы: схемы, описания; http://turizmbyvaetraznim.com/спортивный-туризм/туристические-узлы - Туристические узлы, их предназначение; 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 индивидуаль-ному сопровождению достижения личных результатов обучающихся (<u>методики психолого-педагогической диагностики личности, памятки для детей и родителей</u> и т. п.);</p>	<p>Результаты освоения образовательной программы отслеживаются 3 раза в год: первичная диагностика, промежуточная и итоговая. Мониторинг результативности реализации программы. После каждого года обучения планируется проведение зачетного похода или участие в туристском лагере, сборах и т.п. Диагностика результативности программы осуществляется педагогом дополнительного образования самостоятельно. 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</p>

	<p>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.</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 необходимости) для текущего учебного года.</p>	<p>1. Акудович Ю. В. «Рекомендации по определению и воспитанию общей физической подготовки туриста» / Ю.В. Акудович. - Минск, 2007 г.</p> <p>1. Аппенянский А. И. «Методика врачебно-педагогического контроля в туризме»/ А.И. Аппенянский. - Москва, 2008 г.</p> <p>2. Аркин Я.Г. и др. Горный туризм / Я.Г. Аркин. – Таллин, 2011.</p> <p>3. Бойцова А.Т. «Конкурс педагогических достижений. Методика описания опыта дополнительного образования детей» / А.Т. Бойцова. – Москва, 2009 г.</p> <p>5. Васильев И.В. В помощь организаторам и инструкторам туризма / И.В. Васильев. – 2 изд. – М., 2009</p> <p>6. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды / В.Г. Волович. – М., 2011.</p> <p>7. Востоков И.Е. Классификация пешеходных маршрутов / И.Е.</p>

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.