

Отдел по образованию администрации
Жирновского муниципального района Волгоградской области
Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 2 города Жирновска»
Жирновского муниципального района Волгоградской области

Принято на педагогическом совете Протокол от 30.08.2023 № 1 _____		УТВЕРЖДАЮ: Приказ от 30.08.2023 № 182 Директор школы. Любчик Н.С.
---	--	--



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
туристско-краеведческой направленности
«Спортивный туризм»
Возраст детей – 11-14 лет
Срок реализации – 1 год**

Автор-составитель: Марочкина Е.А.,
учитель физической культуры,
преподаватель-организатор ОБЖ,
педагог дополнительного образования

г. Жирновск

2023

Содержание

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик программы»	
1.1. Пояснительная записка	3-9
1.2. Цель и задачи программы	10
1.3. Содержание программы	11-23
1.4. Планируемые результаты	24
Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»	
2.1. Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год	25
2.2. Условия реализации программы	25-26
2.3. Контроль и оценка	27
2.4. Методические материалы	28-31
2.5 Программа воспитания	32-39
2.6. Список литературы	40-41
Приложения:	
<i>Приложение 1. «Календарно-тематическое планирование»</i>	
<i>Приложение 2. «Виды туристических костров».</i>	
<i>Приложение 3. «Виды туристических узлов».</i>	
<i>Приложение 4. «Лепестковая диагностика для оценивания уровня развития личностных качеств обучающихся».</i>	
<i>Приложение 5. «Дневник педагогических наблюдений».</i>	
<i>Приложение 6. «Карта оценки результативности реализации программы туристско-краеведческой направленности».</i>	
<i>Приложение 7. «Анкета опроса потребителей образовательных услуг».</i>	
<i>Приложение 8. «Памятка туриста»</i>	
<i>Приложение 9. «Туристские игры»</i>	

Раздел №1 «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

1.1 Пояснительная записка.

1.1.1. Направленность программы. Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Спортивный туризм" (далее по тексту – программа) по тематической направленности является туристско-краеведческой и реализуется в рамках туристско-краеведческой направленности, способствует всестороннему развитию личности ребенка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Данная программа разработана согласно требованиям:

□ Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29.12.2012г.;

□ «Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» // зарег. в Минюсте 18.12.2020 № 61573»;

□ Приказу Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

□ Письму Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09 3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые)»;

□ Письмо Министерства образования и науки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» вместе с (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ).

□ Другим федеральным, региональным, муниципальным

законодательным актам, документам МКОУ «СШ №2 г. Жирновска» Жирновского муниципального района Волгоградской области.

При разработке программы были использованные следующие типовые образовательные программы для системы дополнительного образования детей, утвержденные Управлением воспитания и дополнительного образования детей и молодежи Министерства образования РФ: "Юные судьи туристских соревнований", "Юные туристы-спасатели", "Спортивное ориентирование" и др., которые предусматривают приобретение необходимых умений и навыков для получения званий "Юный турист России", "Турист России", "Юный судья по спорту", "Юный спасатель", выполнение спортивных разрядов по туризму, спортивному ориентированию.

1.1.2. Актуальность программы. Актуальность данной программы заключается в том, что туризм обладает огромным воспитательным потенциалом, способствует воспитанию патриота, определению социально-значимых нравственных ориентиров, сохранению и укреплению здоровья, повышению интеллектуального и духовного потенциала, познанию родного края и культурных традиций. Педагогическая значимость данной программы заключается также в том, что в ней большое внимание уделяется командной деятельности, так как многие практические задачи, встающие перед обучающимися, требуют грамотного и эффективного разделения сфер ответственности и согласования совместной работы.

В современных сложных экономических и социальных условиях спортивно-оздоровительный туризм является одним из оптимальных способов организации здорового, активного и экономичного досуга всех слоев населения и прежде всего – детей, как наиболее подверженных отрицательному влиянию внешней среды. Спортивный туризм во всех формах своей деятельности способствует разностороннему развитию личности ребенка, общему оздоровлению его организма, укреплению физических и духовных сил, совершенствованию технико-тактического мастерства, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, изучению своего края и воспитывает патриота

своей Родины.

Воспитание молодого поколения в духе патриотизма — это первоочередная задача современного образования. Современный ребенок стремится к тому, что он получает с экранов телевизоров. Он не видит и не замечает мира, существующего за границами его "виртуального бытия". Отсюда идет и массовое ухудшение здоровья детей — слабая физическая активность, интенсивные информационные нагрузки, и, как итог, психические расстройства, доводящие многих до девиантного поведения. Активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически — важнейшие задачи современного образования. Туризм позволяет реализовать все эти задачи в полном объеме через путешествия, знакомящие с культурой, историей, природой родной страны.

1.1.3. Педагогическая целесообразность

Образовательная программа позволяет развить специальные умения и навыки по направлениям: ориентирование, спортивный туризм и краеведение, создаёт условия для развития качеств личности подростка, таких как выносливость, целеустремленность, способность преодолевать трудности и т.п. Программа включает в себя учебный материал, освоение которого дает возможность учащимся добиваться отличных показателей в спортивном туризме, формировать такие качества личности, как дисциплинированность, уверенность в своих силах, спокойствие, рассудительность, бескорыстие, доброта и т.п.

В плане морально-волевой подготовки основное внимание обращается на укрепление командного духа, общекомандной и личной дисциплины, собранности и целеустремленности.

Важным элементом туристического многоборья является умение правильно сориентироваться в тех или иных жизненных ситуациях, требующих определенных знаний и умений. Большое внимание уделяется изучению законов природы и правил бесконфликтного существования в ней.

Программа учитывает психофизическое развитие детей, окружающий социум. Каждая тема занятий предполагает, как организацию активной оздоровительно-спортивной

деятельности (физические упражнения, подвижные игры; мини соревнования; состязания в помещении и на природе; туристские и оздоровительные прогулки, походы), так и познавательно-творческой деятельности обучающихся (экскурсии, беседы; просмотр фильмов, видеосюжетов; изготовление детьми поделок из природного материала, рисование природных объектов).

1.1.4. Отличительные особенности программы.

Отличительные особенности данной программы заключаются в следующем: образовательный процесс по программе имеет развивающий характер, направленный на реализацию интересов и способностей обучающихся, на создание ситуации успеха и обеспечение комфортности обучения.

Особенность данной программы – подбор методики обучения с учётом возраста ребенка. Для результативности обучения задания подобраны так, чтобы процесс обучения осуществлялся непрерывно от простого к более сложному. Кроме того, в процессе её реализации используются новые педагогические технологии индивидуализации обучения, способствуют созданию ситуации успеха, формируют у воспитанников положительную «я–концепцию».

Данная программа индивидуализирует образовательный путь подростка в рамках единого социокультурного и образовательного пространства. Программа направлена на адаптацию подростка к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни; даёт профориентационные знания по профессии спасатель, пожарный, высотник, что может стать определяющим в выборе обучающимся своей будущей профессии.

1.1.5. Адресат программы.

Дополнительная образовательная программа "Спортивный туризм" разработана для ознакомления детей в возрасте от 11 до 14 лет. В коллектив принимаются все желающие. Приём в группы осуществляется без предварительного отбора при наличии желания ребёнка и справки о состоянии здоровья. Зачисление проводится по заявлению родителей (законных представителей).

1.1.6. Уровень, объем и срок освоения программы

Уровень программы базовый, предполагает преподавание основ туризма, ориентирования (топографическая подготовка), краеведения. Теоретические и практические занятия в помещении проводятся по расписанию, обычно теоретические и практические вопросы тесно связаны друг с другом и рассматриваются, если позволяет время, на одном занятии. Походы и соревнования входят в сетку часов.

Летние многодневные походы, экспедиции и лагеря проводятся вне сетки часов.

Календарный план занятий по данной программе целиком зависит от особенностей погодных метеоусловий и сроков проведения соревнований.

Занятия проводятся с полным составом объединения. Для проведения теоретических и практических занятий возможно привлечение учителей-предметников, опытных судей, инструкторов, врачей, спасателей, спортсменов. При этом, по окончании базовой подготовки, предусматривается участие в соревнованиях: личных и командных, на дистанциях 1-2-3 класса, по спортивному ориентированию районного масштаба, а также участие в однодневном туристско-тренировочном походе.

Режим занятий: Программа туристско-краеведческой направленности "Спортивный туризм" рассчитана на 1 год обучения, реализуется в объеме 72 ч., из них на теорию – 16,5 ч., на практические занятия – 55,5 ч. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

1.1.7. Формы организации образовательного процесса.

Программа может реализовываться как в очной, так и заочной (дистанционной) форме. Ведущей формой организации образовательного процесса является занятие. Программа предполагает использование аудиторных занятий (включающих освоение теории, практические упражнения).

Помимо аудиторных занятий в программе используются внеаудиторные занятия: экскурсии, наблюдение за природой, походы выходного дня, соревнования.

Средства и методы:

– обучение с использованием традиционных

информационных форм обучения: лекции, семинары, решение конкретных достижений, беседы;

– обучение с использованием активных форм обучения: полевые лагеря, учебные полигоны, учебно-тренировочные походы, туристские слеты, соревнования, туристские вечера, использование технологии коллективной творческой деятельности и др.

1.1.8. Особенности организации образовательного процесса. Занятия проводятся в разновозрастных группах и содержат постоянный состав обучающихся на протяжении всего срока обучения. Комплектование учебных групп проводится с учётом норм наполняемости: до 25 человек, принимаются как мальчики, так и девочки. Группа формируется из обучающихся 11 – 14 лет возраста. Основная форма занятий групповое учебно-тренировочное занятие и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП и игры; занятия оздоровительной направленности; праздники; эстафеты, домашние задания. Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными и оздоровительными целями занятия. Для успешного решения задач используются следующие методы и приемы: организационные; наглядные (показ, помощь); словесные (описание, объяснение, название упражнений); практические (повторение, самостоятельное выполнение упражнений); мотивационные (убеждение, поощрение); контрольно-коррекционные.

Дополнительно обучающиеся выполняют индивидуальные задания педагога по совершенствованию своей физической подготовленности. На занятиях используются технические средства обучения, игровой метод.

Учебный материал, предусмотренный программой, распределен в определенной последовательности с учетом физической и технической подготовленности учащихся.

Изучение теоретического материала проводится в процессе практических занятий в форме бесед, презентаций.

Туристская подготовка обучающихся является основой их будущих спортивных достижений. С целью ее обеспечения учебный материал состоит из модулей: основы туристской

подготовки и общая физическая подготовка, на которые дается наибольшее количество часов.

Принципы проведения занятий.

Безопасность. Соблюдение правил техники безопасности, создание атмосферы
Возрастное соответствие. Учитывают индивидуальные возможности обучающимися.

Преемственность. Каждый следующий этап базируется на уже сформированных навыках и, в свою очередь, формируют "зону ближайшего развития".

Наглядность. Активное использование предметной среды, в том числе искусственно организованной, опосредуемой вспомогательными приспособлениями.

Дифференцированный подход. Учет индивидуальных способностей и физического развития ребенка.

Рефлексия. Совместное обсуждение занятия и краткое резюме педагога в конце занятия.

Форма подведения итогов — контрольные занятия, соревнования, зачеты.

Разработаны диагностические карты подготовленности обучающихся, ведется дневник наблюдений за параметрами физического организма занимающихся.

Успех в достижении высоких результатов зависит не только от физической и технической, но и от волевой подготовки детей. Обучая, следует воспитывать умение преодолевать трудности, настойчивость, выдержку, целеустремленность.

Полученные знания и умения обучающиеся демонстрируют на соревнованиях, слетах, спортивных праздниках.

Программа рассматривает темы, касающиеся подготовки и осуществления, как простого однодневного туристического похода, так и сложного, многодневного путешествия. Дает практические советы, относительно походного быта, пополнения запасов продовольствия и воды, приготовления пищи, а также ориентирования на местности и характера действия в экстремальных ситуациях.

1.2.Цели и задачи программы.

1.2.1. Цели программы: - создание условий для самореализации, социальной адаптации и оздоровления детей в процессе занятий спортивным туризмом;

- совершенствования нравственного и физического воспитания учащихся средствами пешеходного туризма, удовлетворение естественной потребности детей в непосредственном познании окружающего мира, своего края;

- развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся.

1.2.2. Задачи программы:

Образовательные:

- обучать технике безопасности на занятиях и при туристических походах;

- изучать историю развития туризма;

- формировать знания о личном и групповом снаряжении;

- учить разбивать бивуак (устанавливать и снимать палатки, разводить костры)

- сформировать умение применять туристские узлы;

- познакомить с основами туристского многоборья.

Личностные:

- развивать волевые качества обучающихся;

- развивать познавательную активность;

- развивать умение общаться со сверстниками;

- развить мотивацию к потребности в здоровом образе жизни.

Метапредметные:

- умение ориентироваться в пространстве;

- формировать стойкий интерес к туристско-краеведческой деятельности;

- воспитывать патриотизм, гордость и уважение к истории, культуре, традициям малой Родины.

1.3. Содержание программы.

1.3.1. Учебный план программы

№п/п	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	Теория	Практика	
1.	Туристское многоборье как вид спорта				
1.1.	Водное занятие. Классификация видов туристского многоборья	0.5	0.5		опрос, анкетирование
1.2.	Нормативные документы по туристскому многоборью	0.5	0.5		опрос
1.3.	Техника безопасности и правила поведения юных туристов на занятиях	1	1		наблюдение
1.4.	Личное снаряжение	1,5	0,5	1	Беседа
1.5.	Групповое снаряжение	1,5	0,5	1	Беседа
1.6.	Технико-тактическая подготовка к виду «Дистанция-пешеходная» личная	9	1	8	наблюдение
1.7.	Технико-тактическая подготовка к виду «Дистанция-пешеходная-группа» короткая	9	1	8	наблюдение
1.8.	Технико-тактическая подготовка к виду «Дистанция-пешеходная-группа» длинная (связки)	9	1	8	наблюдение
1.9.	Туристские слеты и соревнования	4	-	4	Соревнование
		36	6	30	
2.	Топография и ориентирование на местности.				
2.1.	Краткие сведения и правила по спортивному ориентированию	1,5	0,5	1	Беседа
2.2.	Условные знаки спортивных карт	1,5	0,5	1	Тест
2.3.	Техника ориентирования	1,5	0,5	1	Наблюдение
2.4.	Тактика ориентирования	1,5	0,5	1	Наблюдение
2.5.	Соревнования по спортивному ориентированию	4	-	4	Соревнование
		10	2	8	
3.	Краеведение.				
3.1.	Изучение района путешествия	1	-	1	Беседа
3.2.	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры.	1.5	1	0.5	Опрос
3.3.	Туристские возможности Волгоградской области. Изучение экскурсионных объектов.	1.5	1	0.5	Беседа
		4	2	2	

4.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.				
4.1.	Личная гигиена туриста, профилактика травматизма на занятиях и соревнованиях по туристскому многоборью	0.5	0.5		Беседа
4.2.	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.	1.5	0.5	1	Наблюдение
4.3.	Походная медицинская аптечка	1.5	0.5	1	Опрос
4.4.	Приемы транспортировки пострадавшего.	1.5	0.5	1	Наблюдение
		5	2	3	
5.	Общая и специальная физическая подготовка.				
5.1.	Строение и функции организма человека и влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности.	1	1		Беседа
5.2.	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	1	1		Беседа
5.3.	Общая физическая подготовка.	5	-	5	Наблюдение
5.4.	Специальная физическая подготовка.	5	-	5	Наблюдение
		12	2	10	
6	Организация проведения походов				
6.1	Причины возникновения экстремальных ситуаций в походе и меры их предупреждения	1	1		Беседа
6.2	Действие группы в экстремальных ситуациях	0.5	0.5		Тест
6.3	Организация туристского быта, привалы и ночлеги	2	1		Беседа
6.4	Питание в туристском походе	0.5	-	0.5	Беседа
6.5	Краеведение	0.5	-	0.5	Тест
6.6	Подведение итогов туристского путешествия	0.5	-	0.5	Анализ мероприятия
		5	2.5	2.5	
	ИТОГО за период обучения:	72ч.	16.5	55.5	

1.3.2 Содержание учебного плана

Раздел.1.Туристское многоборье как вид спорта

Тема1.1.Водное занятие. Классификация видов туристского многоборья

Теория: Туризм – средство физического развития, оздоровления и

закаливания. Понятие о спортивном туризме. История развития и организация спортивного туризма в России. Средства туризма (прогулки, экскурсии, походы, путешествия, туристские слеты, соревнования, сборы, экспедиции, туристское краеведение) и их характеристика.

Постановка целей и задач на учебный год. Роль занятий туристским многоборьем в воспитании патриотизма, гражданственности, коллективизма, волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания.

Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Её роль в подготовке к защите Родины, выбору профессии, будущей трудовой деятельности.

Практика:

Знакомство детей с условиями проведения учебных занятий. Просмотр фото-и видео материалов о спортивном туризме. Прогулка в лес. Анкетирование юных туристов и родителей. Общественно полезная работа.

Методическое обеспечение: компакт-диски, карты, иллюстрации, фотографии, плакаты, дидактический материал.

Тема 1.2. Нормативные документы по туристскому многоборью

Теория: Единая Всероссийская спортивная классификация. Туристские слеты и соревнования. Правила и регламент соревнований и система штрафов и бесштрафовая по туристскому многоборью на личных и командных дистанциях, поисково-спасательных работах. Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России», «Юный спасатель»

Методическое обеспечение: таблица штрафов, нормативов, «Правила и регламент соревнований по спортивному туризму» ФСТР №255 от 22.04.2021г.

Тема 1.3. Техника безопасности и правила поведения юных туристов на занятиях

Теория: Соблюдение правил поведения – основа безопасности. Правила поведения и соблюдение техники безопасности на занятиях в учебном классе, в спортивном зале, на спортивной площадке, в парке, в лесу, на слетах и соревнованиях по туристскому многоборью и спортивному ориентированию. Техника безопасности при проведении туристских походов. Охрана природы.

Соблюдение правил дорожного движения; поведения при переездах

группы на транспорте; пожарной безопасности; поведения на воде. Требования техники безопасности при работе с личным и групповым снаряжением. Меры личной безопасности в нестандартных ситуациях.

Виды спортивного туризма: пешеходный, горный, водный, лыжный, велосипедный, спелеотуризм, туристское многоборье. Особенности туристского многоборья.

Практические занятия

Формирование практических умений и навыков, соблюдение техники безопасности на занятиях по туристскому многоборью, ориентированию в походе. Отработка навыков действий участников в нестандартных ситуациях.

Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов.

Методическое обеспечение: инструкции по технике безопасности, туристский инвентарь: веревки, страховочные системы, карабины, репшнуры, таблицы.

Тема 1.4. Личное снаряжение туриста.

Теория: Понятие о личном снаряжении: для занятий туристской техникой, спортивным ориентированием, для подготовки и участия в одно-трех дневном походе. Требования к снаряжению и правила его эксплуатации.

Специальное туристское снаряжение для занятий техникой туризма. Перечень личного снаряжения: спортивная форма, страховочные системы (грудная обвязка, беседка), их виды, устройство и требования к ним; карабины, петли самостраховки, петля из репшнура диаметром 6мм (прустик самостраховки), рукавицы, альпеншток, каска.

Виды карабинов: без муфты, с закручивающейся муфтой, с автоматической и полуавтоматической муфтой.

Снаряжение для занятий ориентированием (в летний период): компас, планшет, одежда и обувь. Правила их эксплуатации и хранения.

Снаряжение для одно-трехдневного похода. Перечень личного снаряжения, требования к нему; типы рюкзаков, спальных мешков, их преимущества и недостатки; правила размещения предметов в рюкзаке; одежда и обувь для летнего похода.

Практика: Формирование умения и навыков работы с личным снаряжением. Укладка рюкзака подгонка снаряжения. Надевание и снятие страховочных систем, размещение карабинов, страховочных рукавиц, прустика самостраховки на системе участника.

Подбор специального снаряжения для летнего периода: проверка комплектности и исправности снаряжения, транспортировка и подготовка к занятиям и соревнованиям. Изготовление, совершенствование, эксплуатация, ремонт и хранение личного снаряжения.

Методическое обеспечение: страховочные системы, веревки д10мм, прусы страховочные, карабины, рукавицы, рюкзак, спальные мешки, альпеншток, каски, петли самостраховки, уч. Пособие «Азбука туризма» Бардин К.В.

Тема 1.5. Групповое снаряжение туриста.

Теория: Понятие о групповом снаряжении, требования к нему. Перечень командного снаряжения: веревки, рюкзаки, палатки, хозяйственный набор. Правила их эксплуатации. Типы и функции веревок: динамические (для организации страховки и сопровождения), статические (для наведения перил). Маркировка веревок. Типы рюкзаков: спортивные (беговые), походные, их назначение, преимущества и недостатки. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.

Практика:

Наведение страховочных перил. Укладка рюкзака. Установка и снятие палатки. Эксплуатация, ремонт и хранение группового снаряжения.

Методическое обеспечение: плакаты, веревки динамические и статические, палатки, рюкзаки, хоз. наборы, учебно-методическое пособие Константинов Ю.С «Детско-юношеский туризм».

Тема 1.6. Техничко-тактическая подготовка к виду «Дистанция - пешеходная» личная Теория: Естественные и искусственные препятствия. Освоение техники прохождения (преодоления) различных этапов. Знакомство с понятием «самостраховка». Понятия «дистанция», «технический этап», «прохождение этапа», «время работы на этапе», «контрольное время работы на этапе», «рабочая зона этапа». Технические этапы дистанций 1-го, 2-го классов: характеристика и параметры этапов, способы их прохождения.

Практика:

Отработка умений и навыков прохождения этапов, дистанций. Отработка и совершенствование техники движения рук и ног, положения тела при преодолении этапов:

Без специального туристского снаряжения: переправа по веревке с

перилами (параллельная переправа); подъем и спуск по склону по перилам; маятник; преодоление заболоченного участка по кочкам; переправа по заранее уложенному бревну.

С использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами (параллельная переправа) с самостраховкой; подъем и спуск по склону с самостраховкой по перилам, наведенными судьями; траверс; подъем – траверс – спуск с самостраховкой по перилам, наведенными судьями; переправа по заранее уложенному бревну на самостраховке с использованием перил, наведенными судьями.

Изучение техники вязания узлов: «проводник одним концом», «проводник восьмерка», «прямой», «встречный», «схватывающий». Спортивное и прикладное значение узлов.

Методическое обеспечение: компакт-диски, реп.шнуры, веревки, страховочные прусы, рукавицы брезентовые, уч. Методическая лит-ра «Основы безопасности в пешеходных походах» Варламов В.Г, «Туристские соревнования учащихся» Константинов Ю.С.

Тема 1.7. Техничко-тактическая подготовка к виду «Дистанция-пешеходная-группа» короткая

Теория: Организация работы команды на технических этапах дистанций 1-го, 2-го классов по технике спортивного туризма. Распределение обязанностей между членами команды. Взаимодействие членов команды на дистанции, обязанности капитана и замыкающего участника, взаимопомощь при работе.

Практика:

Формирование умений и навыков работы на дистанции командой (последовательность преодоления отдельных этапов каждым участником):

Без специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами (параллельная переправа), наведенными судьями; подъем и спуск по склону по перилам наведенными судьями; «маятник»;

С использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами (параллельная переправа) с самостраховкой по перилам наведенными судьями; подъем и спуск по склону с самостраховкой по перилам, наведенными судьями; переправа по заранее уложенному бревну на самостраховке с использованием перил, наведенными судьями.

Методическое обеспечение: страховочные системы, веревки, прусы, рукавицы брезентовые, каски, карабины, л-ра «Соревнования туристов» Кодыш Э.Н.

Тема 1.8. Техничко-тактическая подготовка к виду «Дистанция-пешеходная-группа» длинная

Теория: Организация работы команды на технических этапах дистанций 1-го,2-го классов по технике спортивного туризма. Распределение обязанностей между членами команды. Взаимодействие членов команды на дистанции, обязанности лидера, капитана и замыкающего участника, взаимозаменяемость, взаимопомощь при работе. Организация самостраховки на вертикальных перилах.

Практика

Работа на этапах, оборудованных судейским снаряжением. Формирование умений и навыков работы на дистанции командой:

Установка и снятие палатки; разжигание костра; вязание узлов; «маятник»; преодоление заболоченного участка по кочкам; переправа по заранее уложенному бревну без самостраховки; оказание медицинской доврачебной помощи.

Методическое обеспечение: страховочные системы, карабины, рюкзак, страховочные прусы, рукавицы, каски, карта топографическая, л-ра «Туризм и спортивное ориентирование» Гонопольский В.И.

Тема 1.9. Техничко-тактическая подготовка вида «Поисково-спасательные работы (ПСР)»

Теория: Организация работы команды при ПСР. Распределение обязанностей между членами команды. Взаимодействие членов команды на дистанции, обязанности лидера, капитана и замыкающего участника, взаимозаменяемость, взаимопомощь при работе.

Практика: Игра. Отработка технико-тактической подготовки.

Просмотр видео-фрагментов по тематике.

Тема 1.10 Туристские слеты и соревнования

Практика: Соревнования по туристскому многоборью. Участие в соревнованиях по туристскому многоборью школьного и городского (районного) масштабов на личных, лично-командных и командных дистанциях. Подготовка и участие в конкурсных программах: конкурсе краеведов, стенгазет, художественной самодеятельности, туристской песни.

Методическое обеспечение: тур.снаряжение, плакаты, карандаши, гуашь, фотографии, компакт-диски, л-ра «Туристские соревнования учащихся» автор Константинов Ю.С.

Раздел 2. Топография и ориентирование на местности

Тема: 2.1. Краткие сведения о спортивном ориентировании

Теория: Ориентирование – средство физического развития, оздоровления, закаливания. Ориентирование в программе туристских соревнований. История развития ориентирования.

Практика: Знакомство с фото и видеоматериалами об ориентировании.

Методическое обеспечение: фото, видеоматериалы, л-ра «Спортивное ориентирование» Тыкул В.И.

Тема: 2.2. Условные знаки спортивных карт

Теория: Условные знаки. Знаки спортивных и топографических карт. Понятие о топографической и спортивной карте. Назначение топографической и спортивной карты, их отличия. Масштаб.

Практика: Работа со спортивными и топографическими картами различного масштаба, упражнение по определению масштаба. Изучение условных знаков. Измерение расстояния по карте. Прогулка в лес с картой. Защита карты от непогоды на соревнованиях.

Методическое обеспечение: таблица условных знаков, спортивные и топографические карты, файлы, л-ра «Спортивное ориентирование» Тыкул В.И.

Тема 2.3. Техника ориентирования

Теория: Понятие о технике ориентирования: приемы работы с компасом, измерение расстояний, движение по площадным и линейным ориентирам, преодоление препятствий.

Практика: Отработка приемов работы с компасом. Ориентирование карты по компасу, упражнения на засечки, определения азимута на заданный предмет.

Методическое обеспечение: компас, спортивные карты, курвиметр, линейка, карандаш, л-ра «Топография и ориентирование в туристском путешествии» Куликов В.М, Константинов Ю.С.

Тема 2.4. Тактика ориентирования

Теория: Понятие о тактике ориентирования: выбор тактических приемов для прохождения конкретных участков дистанции. Взаимосвязь тактики и техники. Значение тактики для достижения результата. Тактические действия на соревнованиях. Ориентиры: опорные, тормозные, ограничивающие. Подход к контрольному пункту и уход с него.

Практика: Отработка тактических действий на дистанции, тактики прохождения дистанции, действий в районе контрольного пункта.

Методическое обеспечение: карты спортивные, компас.

Тема 2.5. Соревнования по спортивному ориентированию

Практика: Участие в соревнованиях по спортивному и школьному ориентированию школьного и городского (районного) масштабов.

Методическое обеспечение: положение о соревнованиях, карты спортивные, компас, часы или секундомер.

Раздел 3. Краеведение

Тема 3.1. Изучение района путешествия

Теория: История, климат, растительность и животный мир Волгоградской области. Рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление. Транспортные магистрали, промышленность.

Методическое обеспечение: картографический материал, автор Марченко О.П, «Изучаем свой родной край», учебное пособие под автор А.С. Скрипкин, А.В. Луночки. История Волгоградской области

Тема 3.2. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры

Теория: Памятники культуры Волгоградской области. Красная книга Волгоградской области.

Практика: Выполнение краеведческих заданий. Метеорологические наблюдения. Гидрологические наблюдения. Изучение растительного и животного мира.

Методическое обеспечение: л-ра «Энциклопедия туриста»

Тема 3.3. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев.

Теория: Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, музеи Волгограда.

Практика: Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов.

Методическое обеспечение: топографические карты, буклеты.

Раздел 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

Тема 4.1. Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний и травм на занятиях и соревнованиях по туристскому многоборью, спортивному ориентированию, в походе.

Теория: Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений, её

значение и основные задачи. Гигиена обуви и одежды Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Практика: Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

Методическое обеспечение: наглядные пособия, образцы распорядка дня

Тема 4.2. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи

Теория: Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Тепловой и солнечный удары, ожоги. Помощь утопающему. Простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления.

Практика: Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему (определение травмы, заболевания, практическое оказание помощи).

Методическое обеспечение: набор медицинской аптечки, шины, бинты.

Тема 4.3. Походная медицинская аптечка

Теория: Подготовка медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Перечень и назначение лекарственных препаратов.

Практика: Формирование походной медицинской аптечки.

Методическое обеспечение: набор медицинской аптечки

Тема 4.4. Приемы

транспортировки пострадавшего

Теория: Правила транспортировки пострадавшего.

Практика: Игра «Транспортировка пострадавшего».

Раздел 5. Общая и специальная физическая подготовка

Тема 5.1. Строение и функции организма человека и влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности

Теория: Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Совершенствование функций организма человека под воздействием занятий спортом.

Методическое обеспечение: наглядное пособие

Тема 5.2. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивного травматизма.

Теория: Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и

содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Понятие о здоровом образе жизни. Необходимость чередования труда и спортивных занятий. Режим питания.

Практика: Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.

Методическое обеспечение: карточки с терминами, примерный график-режим.

Тема 5.3. Общая физическая подготовка

Теория: Основная задача общей физической подготовки–развитие физических, моральных и волевых качеств туристов. Всесторонняя физическая подготовка – основа для стабильного выступления на соревнованиях по туристскому многоборью и спортивному ориентированию, а также безаварийного прохождения маршрутов туристских походов.

Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные индивидуальные занятия членов группы.

Практика:

Легкая атлетика

Бег на 30 м, 60 м, 300 м, 1000м; бег на длинные дистанции: девочки–1500 м, мальчики – 2000 м; бег по пересеченной местности (кросс) 2,5 – 5 км с преодолением естественных и искусственных препятствий. Подвижные и спортивные игры.

Баскетбол, футбол, русская лапта, пионербол, эстафеты. Гимнастические упражнения: гимнастическая стенка, опорные прыжки, лазание по канату. Элементы акробатики: кувырки вперед, назад, в стороны, в группировке, перекаты, стойка на лопатках, мост.

Методическое обеспечение: гимнастические снаряды, мячи, бассейн.

Тема 5.4. Специальная физическая подготовка

Теория: Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства юных туристов. Место специальной физической подготовки в процессе тренировки. Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых спортсмену: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач общей и специальной физической подготовки.

Практика:

Упражнения на развитие выносливости

Бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности на дистанции 2,5

– 5 км. Бег «в гору». Бег с изменением скорости, темпа и продолжительности в различных условиях местности. Смешанное передвижение с чередованием ходьбы и бега. Плавание различными способами.

Упражнения на развитие быстроты

Бег на скорость на дистанции 30 м, 60 м. бег с внезапной сменой направлений, с внезапными остановками. Эстафеты: встречные, с преодолением препятствий, с прыжками, по кругу и т. д. быстрое приседание и вставание. Прыжки через препятствия. Лазание по канату на скорость.

Упражнения для развития ловкости

Гимнастические упражнения на различных снарядах, требующие сложной координации движений. Элементы акробатики: кувырки, перекуты, перевороты. Переправа по бревну через овраг, ручей, канаву; переправа по качающемуся бревну. Элементы скалолазания

Упражнения для развития силы

Подтягивание на перекладине: мальчики–на высокой, девочки–на низкой. Сгибание и разгибание рук в упоре. Поднимание туловища из положения лежа. Приседание на одной и двух ногах. Перетягивание каната. Упражнения на развитие гибкости, на развитие и расслабление мышц. Наклоны вперед, в стороны, медленный бег с расслаблением мышц плечевого пояса и рук. Парные упражнения с сопротивлением на гибкость, растяжение и подвижность суставов.

Методическое обеспечение: гимнастические снаряды, канат, барьеры, л-ра «Физическая тренировка в туризме» автор Скуртул В.И

Раздел 6. Организация и проведение походов

Тема 6.1 Причины возникновения экстремальных ситуаций в походе и меры их предупреждения

Теория: Туристский поход–средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Определение цели и района похода Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Практика: Изучение района похода по литературе, картам, отчетам о походах. Подготовка личного и группового снаряжения.

Методическое обеспечение: карты, отчеты по походам.

Тема 6.2. Действие группы в экстремальных ситуациях

Теория: Виды экстремальных ситуаций. Правила поведения.

Практика: Имитация экстремальной ситуации и поиск выхода из неё.

Тема 6.3. Организация туристского быта

Теория: Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Правила поведения в палатке.

Правила разведения костра. Типы костров. Правила работы с топором, пилой при заготовке дров. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Практика: Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Установка палаток. Размещение вещей в них. Защита палатки от намокания и проникновения насекомых. Разведение костра, заготовка дров. Уборка места лагеря перед уходом группы.

Методическое обеспечение: таблицы, требования по технике безопасности

Тема 6.4 .Питание в туристском походе

Теория: Значение правильного питания в походе. Организация питания в одно-трехдневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Питьевой режим на маршруте.

Практика: Составление меню и списка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Методическое обеспечение: л-ра «Пора в поход», метод. рекомендации.

Тема 6.5. Краеведение

Практика: Сбор краеведческого материала в походе. Использование полученных ранее теоретических знаний о природе Волгоградской области на практике.

Тема 6.6. Подведение итогов похода.

Составление отчета о походе. Обработка собранных материалов.

Практические занятия

Обсуждение итогов похода. Составление отчета о походе, иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеофильма. Оформление значков и спортивных разрядов участникам похода. Ремонт и сдача инвентаря.

Методическое обеспечение: карты, схемы, фотографии, видеоролики.

1.4. Планируемые результаты

Требования к знаниям и умениям, которые должен приобрести учащийся в процессе занятий по программе.

После окончания обучения, обучающиеся проходят итоговое тестирование по теоретическим знаниям и практическим умениям. Формы и методы тестирования определяет руководитель кружкового объединения

Планируемые результаты определяются от исходного уровня развития обучающегося начальным, текущим, итоговым контролем педагога и самоконтролем обучающихся.

Ожидаемые результаты освоения программы.

По окончании обучения: основы спортивного туризма

Образовательные результаты:

Обучающиеся будут:

- знать основы туристского многоборья;
- уметь применять туристские узлы.

Метапредметные результаты:

по окончании обучения обучающиеся будут уметь:

- ориентироваться в пространстве;
- работать в команде;

Личностные результаты:

по окончании обучения у обучающихся будет сформирована:

- мотивация к потребности в здоровом образе жизни.

**Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий,
включающий формы аттестации**

2.1. Календарный учебный график на 2022-2023 учебный год

**Дополнительная общеобразовательная программа
«Спортивный туризм» для детей 11-14 лет**

Год обучения/ № группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки контрол ь-ных процеду р	Продолж и- тельност ь каникул
1 год группа №1	01.09.2023	18.08.2024	46	46	46	1 раз в неделю по 1 часу	21-25.12. 2023г. 16-18.08. 2024г.	01-8.01. 2024 г.
1 год группа №2	01.09.2023	18.08.2024	46	46	46	1 раз в неделю по 1 часу	21-25.12. 2023г. 16-18.08. 2024г.	01-8.01. 2024 г.
1 год группа №3	01.09.2023	18.08.2024	46	46	46	1 раз в неделю по 1 часу	21-25.12. 2023г. 16-18.08. 2024г.	01-8.01. 2024 г.

2.2. Условия реализации программы

2.2.1 Материально-техническое обеспечение

- кабинет, оборудованный для теоретических занятий, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам и требованиям (материально – техническое обеспечение кабинета: стол рабочий, стулья, доска аудиторная, компьютер, проектор, экран, фотоаппарат.
- спортивный зал для проведения практических занятий обеспечен спортивным инвентарем: мячи волейбольные, футбольные, скакалки, секундомер.

Перечень специального оборудования:

- рюкзак объемом не менее 80 литров – 17 шт.;
- оборудование для приготовления пищи (примусы, газовые плиты, горелки и т.д.) – 6 шт.;
- комплект котелков для приготовления пищи (8, 9, 10 л) – 1 шт.;
- спальный мешок – 17 шт.;

- палатка туристическая с тентом (каркасно-дуговая) четырехместная – 17 шт.;
- палатка хозяйственная – 2 шт.;
- коврик теплоизоляционный – 17 шт.;
- тент от дождя – 4 шт.;
- компас жидкостной – 17 шт.;
- каска туристическая – 17 шт.;
- трекинговые палки – 17 пар.;
- перчатки туристические – 17 пар.;
- карабины туристические - 85 единиц (5 карабинов х 17 чел.);
- система страховочная – 17 шт.;
- спусковое устройство – 17 шт.;
- жумар – 17 шт.;
- пантин – 17 шт.;
- веревка 10 мм – 50 м.;
- веревка 6 мм – 25 м.;
- ролик трек для навесной переправы на карабине - 17 шт.;
- навигационное устройство походного типа – 1 шт.;
- радиостанции портативные - 17.

2.2.2 Информационное обеспечение.

Одним из средств наглядности при изучении программного материала служит оборудование для мультимедийных демонстраций:

1. - компьютер,
2. - медиа проектор,
3. - учебные фильмы,
4. - презентации,
5. - интернет-ресурсы.

2.2.3 Кадровое обеспечение.

В реализации данной программы работает Марочкина Елена Анатольевна, педагог с высшим образованием, высшей квалификационной категорией, обладающий:

- профессиональной подготовкой;
- большим опытом организации походов и соревнований;
- удостоверением инструктора детско-юношеского туризма;
- демократическим стилем общения;
- соблюдением педагогической этики и такта;
- высокопрофессиональным уровнем работы.

Марочкина Елена Анатольевна награждена почетным знаком «За заслуги в развитии детско-юношеского туризма» Федеральным

центром детско-юношеского туризма и краеведения в 2018 году и нагрудным знаком «Почётный работник воспитания и просвещения Российской Федерации» в 2020 году.

2.3. Контроль и оценка

Освоение программы, в том числе отдельной ее части или всего объема, сопровождается текущим контролем и промежуточной аттестацией учащихся.

Контроль качества освоения обучающимися программы осуществляется не менее трех раз в течение учебного года по следующей циклограмме:

- начальный;
- промежуточный (в конце пройденных тем);
- итоговый (в конце года).

Основные формы контроля:

Основной формой начального контроля является тестирование.

Основной формой промежуточного контроля является промежуточная аттестация обучающихся, которая проводится в декабре-январе.

Она включает в себя: тестирование «Условные знаки топографических карт».

Формой итогового контроля является проведение соревнований на дистанции-пешеходной 1-2 класса.

ФОРМЫ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА И МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ (контрольные мероприятия)

№ п/п	Дата и место проведения	Наименование мероприятия	Предполагаемое количество участников	Результат
1	МКОУ «СШ №2 г. Жирновска»	тестирование «Условные знаки топографических карт»	85	
2	МКОУ «СШ №2 г. Жирновска»	соревнования по вязке туристских узлов	85	
3	МКОУ «СШ №2 г. Жирновска»	школьные соревнования на дистанции – пешеходной 1 класса	85	
4	Жирновский муниципальный район	Районные соревнования на дистанции –	40	

		пешеходной 1 – 2 класса		
5	Волгоградская область	Первенство Волгоградской области	17	
6	Жирновский район	Степенной двухдневный поход	17	
7	Западный кавказ	Поход 1 категории сложности	12	

Оценочные материалы:

тесты;

маршрутные листы;

диагностические карты.

2.4. Методические материалы

Основные приемы и методы обучения, применяемые в программе:

- словесные методы (рассказ, беседа, инструктаж);
- наглядные методы (показ видеоматериалов, иллюстраций и др.);
- практические методы (демонстрации, практическая работа на основе полученных знаний, физическая подготовка);
- объяснительно – иллюстративные методы обучения (при таком методе обучения обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию);
- репродуктивные методы обучения (в этом случае учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности);
- метод коллективных творческих дел в осуществлении практической деятельности, развивающий навыки продуктивного взаимодействия, способствующий воспитанию коллективизма и толерантности, ответственности и чувства причастности к делам и проблемам своего социума;
- игровой метод, стимулирующий рост мотивации к получению новых знаний, обобщению и закреплению полученных умений и навыков.

Применяются методы воспитания:

- Убеждение - предполагает разумное доказательство какого-то понятия, нравственной позиции, оценки происходящего. Слушая предложенную информацию, учащиеся воспринимают не столько понятия и суждения, сколько логичность изложения педагогом своей позиции. Оценивая полученную информацию, учащиеся или утверждают в своих взглядах, позициях, или корректируют их.

Убеждаясь в правоте сказанного, они формируют свою систему взглядов на мир, общество, социальные отношения. Как приемы убеждения педагог может использовать: рассказ, беседу, объяснение, диспут.

- Упражнение - обеспечивает вовлечение обучающихся в систематическую, специально организованную общественно полезную деятельность, способствующую выработке навыков, привычек, культурного поведения, общения в коллективе, качеств прилежания, усидчивости в учебе и труде.

- Поощрение - возбуждает положительные эмоции, тем самым вселяет уверенность, повышает ответственность, порождает оптимистические настроения и здоровый социальнопсихологический климат, развивает внутренние творческие силы обучающихся, их позитивную жизненную позицию.

Формы организации образовательного процесса: групповые, индивидуальные, индивидуально-групповые формы обучения.

Работа в группе формирует коллективную ответственность и индивидуальную помощь каждому как со стороны педагога, так и со стороны учащихся. Групповая форма работы наиболее целесообразна.

Формы организации учебного занятия:

- беседа,
- лекция;
- викторина;
- комбинированное занятие;
- ролевая игра;
- мастер-классы;
- видеоконференция,
- аудиоконференция,
- видеолекции,
- занятия в чате,
- веб – уроки.

Педагогические технологии.

Образовательный процесс реализации программы строится на основе интеграции современных образовательных технологий:

- Технология личностно-ориентированного обучения, которая предполагает опору на субъектный опыт ребенка, учет возрастных и личностных возможностей и особенностей учащихся, создание ситуации успеха, сотрудничество, партнерство педагога и учащихся, развитие рефлексивных умений. Данная технология успешно

сочетается с методами и приемами следующих технологий.

- Методы проблемного обучения – постановка проблемной ситуации и ее осознание учащимися.

- Технология игрового обучения присутствует в игровых формах занятий, вариативных игровых заданиях, инсценировках и т.д.

- Технология дифференцированного обучения предполагает использование заданий различного уровня сложности, подбор специальных индивидуальных заданий и упражнений, нацеленных на устранение проблем и недостатков у отдельных обучающихся (отстающих по определенной теме или пропускающих по причинам болезней).

- Информационно-коммуникативные технологии позволяют обогатить процесс обучения средствами наглядности, сделать его более информативным и современным, предоставляют широкие возможности для индивидуализации и дифференциации обучения, причем не только за счет разноуровневых заданий, но также и за счёт самообразования учащихся.

- Технологии здоровьесбережения, используемые на занятиях, направлены как на сохранение и укрепление здоровья детей, так и на формирование безопасного и здорового образа жизни. Особое внимание на каждом занятии уделяется режиму, технике безопасности, смене видов деятельности, отслеживанию состояния детей (осанка, утомляемость, эмоциональность, напряженность и др.).

Алгоритм учебного занятия.

Структура занятий по программе может включать в себя несколько взаимосвязанных по темам, но различных по типу деятельности частей, например, рассказ педагога, игру, практическую работу, беседу. Большое внимание уделяется практическим работам.

Учебное занятие делится на несколько этапов:

Подготовительный этап включает:

- Организационную часть - подготовка детей к работе на занятии.
- Проверочную часть - установление правильности и осознанности выполнения домашнего задания (если таковое было), выявление пробелов и их коррекции

Основной этап включает:

- Подготовительную часть – обеспечение мотивации принятия учащимися цели учебно-познавательной деятельности.

- Усвоение новых знаний и способов действий – обеспечение восприятия, осмысливания и первичного запоминания связей и

отношений в объекте изучения.

Первичная проверка изученного – установление правильности и осознанности усвоения нового учебного материала, выявление ошибочных или спорных представлений и их коррекция.

Закрепление новых знаний, способов действий и их применение.

Обобщение и систематизация знаний – формирование целостного представления знаний по теме.

Контрольный – выявление качества и уровня овладения знаниями, самоконтроль и коррекция знаний и способов действий.

Итоговый этап включает:

Итоговый - анализ и оценка успешности достижения цели, определения перспективы последующей работы.

Рефлексивный – мобилизация детей на самооценку.

Информационный – обеспечение понимания цели, содержания домашнего задания, логики дальнейшего занятия.

Наглядный и дидактический материалы:

- Карты;
- схемы туристических маршрутов;
- иллюстрации.

2.5. Программа воспитания

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 2 города Жирновска»
Жирновского муниципального района Волгоградской области

Принято на педагогическом совете Протокол от 30.08.2023 № 1 _____		УТВЕРЖДАЮ: Приказ от 30.08.2023 №182 Директор школы: _____ Любчик Н.С.
---	--	---

**Рабочая программа воспитания по дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программе
туристско-краеведческой направленности**

«Спортивный туризм»

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Срок реализации: 1 год

Форма реализации программы – очная.

Автор-составитель:
Марочкина Елена Анатольевна,
учитель физической культуры

Воспитательная работа в детском коллективе - процесс сложный, многогранный. Каждое направление на практике имеет свою внутреннюю логику, свои закономерности и принципы реализации. Без их учета и критического анализа невозможна достаточно эффективная организация не только туристско-краеведческой, учебной, тренировочной и спортивной деятельности, но и обеспечение педагогического процесса в целом.

Воспитательная работа в спортивной секции по туризму ведется систематически. Задача педагога - выстроить воспитательную работу с учетом неоднородности уровня воспитания и культуры учащихся в коллективе. Необходимо заинтересовать детей, задействовать в работе возможности каждого ребенка.

Цель воспитательной работы по программе «Спортивный туризм»: 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 обществе.

Задачи:

- развитие самоотверженности и воли в выполнении поставленной задачи, преданность идеалам Отечества;
- понимание целей и задач подготовки к соревнованиям;
- приобщение к истории, традициям, культурным ценностям Отечества, российского спорта, избранного вида спорта, формирование потребности в их уважении;
- развитие потребности следовать нормам гуманистической морали, культуры межличностных отношений, уважение к товарищам по команде, к соперникам;
- развитие потребности в здоровом образе жизни, готовности и способности переносить большие физические и психические нагрузки;
- формирование убежденности в необходимости спортивной дисциплины, выполнения требований тренера;
- оказание помощи в профессиональном выборе.

Направления воспитательного процесса:

- государственно-патриотическое (верность Отечеству);
- нравственное (чувство долга, честь, совесть, уважение, доброта);
- профессиональное (волевые, физические качества);
- социально-патриотическое (коллективизм, толерантность);
- социально-правовое (законопослушность);
- социально-психологическое (положительный морально-психологический климат в коллективе).

Педагогические принципы воспитания:

- индивидуальный подход;
- воспитание в коллективе и через коллектив;

- сочетание требовательности с уважением личности;
- единство обучения и воспитания;
- гуманизм.

Методы воспитания:

- *методы формирования сознания (методы убеждения)* - объяснение, рассказ, беседа, диспут;

методы организации деятельности и формирования опыта поведения - приучение., педагогическое требование, упражнение, общественное мнение, воспитывающие ситуации. Например, встречи с интересными людьми, экскурсии, социальные акции, соревнования, семейные мероприятия;

- *методы стимулирования поведения и деятельности* - поощрение (выражение положительной оценки, признание качеств и поступков) и наказание (осуждение действий и поступков, противоречащих нормам поведения).

Формы реализации воспитательной деятельности:
индивидуальные, групповые, коллективные, массовые.

Планируемые результаты:

Выпускник:

- способен к жизнедеятельности в обществе на основе принятых им ценностей, знаний норм, прав и обязанностей, приобретенных умений эффективно взаимодействовать с окружающими; имеет активную гражданскую позицию, уважает историю России, ее традиции, а также традиции и историю других народов;

- способен управлять своим поведением, мобилизовать все свои силы для достижения цели;

- умеет работать в коллективе, подчинять свои интересы общей цели;

- имеет потребность в сохранении и дальнейшем совершенствовании собственного здоровья;

- определился с выбором профессии.

Формы мониторинга и предъявления результатов воспитательной работы по программе «Спортивный туризм» - наблюдение, анкеты, беседы, открытые мероприятия.

**Календарный план воспитательной работы
по программе «Спортивный туризм» на 2023-2024 учебный год**

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок исполнения	Ответственный	Планируемый результат
1	Социальное воспитание	«Дни открытых дверей» – мероприятий по привлечению детей в спортивную секцию	1-7 сентября	Марочкина Е.А.	Дети ознакомлены с правилами поведения в спортивном зале, с достижениями секции по боксу, педагогом..
2.	Работа с родителями	Организационное родительское собрание. Выборы родительского комитета	20 декабря	Марочкина Е.А.	Привлечение родителей к заботам и нуждам детского коллектива, информирование родителей
3.	Патриотическое воспитание	Беседа о трагических событиях в Беслане «День солидарности в борьбе с терроризмом»	3 сентября	Марочкина Е.А.	Дети проявляют чувство сострадания к жертвам терроризма
4.	Нравственное воспитание	Беседа «День учителя»	2,5-6 октября	Марочкина Е.А.	Развитие уважения к профессии педагога (тренера), к труду
5.	Профилактическая работа	Мероприятие в рамках «Спорт против наркотиков»	Октябрь конец	Марочкина Е.А.	Развитие мотивации к ЗОЖ
6.	Профилактика ДДТП	Беседа на тему: «Профилактика травматизма и несчастных случаев с детьми на дорогах»	Октябрь	Марочкина Е.А.	Пополнение знаний о безопасном поведении на дорогах, развитие ответственности за свою жизнь
7.	Воспитание толерантности	Беседа «День народного единства»	4 ноября	Марочкина Е.А.	Развитие знаний об истории возникновения праздника, национальных героях России
8.	Гражданско-правовое воспитание	Беседа «День правовых знаний к Всемирному дню ребенка. Конвенция о правах ребенка»	9-13 ноября	Марочкина Е.А.	Развитие представлений о правах и обязанностях гражданина, пополнение знаний о правах ребенка.
9.	Нравственное воспитание	Беседа «Тепло сердец для наших мам».	25-27 ноября	Марочкина Е.А.	Пополнение знаний о празднике «День матери», развитие представлений о семейных ценностях
10	Воспитание культуры, профессиональная ориентация	Беседа о профессии тренера по спорту	23-27 ноября	Марочкина Е.А.	Развитие представлений детей о новой профессии, развитие эрудиции
11	Воспитание толерантности	Акция милосердия, посвященная международному дню инвалидов «Тёплым словом, тёплым делом» в Доме инвалида.	1-4 декабря	Марочкина Е.А.	Развитие толерантности, получение опыта оказания помощи и проявления заботы
12	Работа с родителями	Родительские собрания в группах по итогам	20 декабря	Марочкина Е.А.	Привлечение родителей к заботам и нуждам

		работы за полугодие			детского коллектива, информирование родителей
13	Социальное воспитание, воспитание семейных ценностей	«Новогоднее представление»	26 декабря	Марочкина Е.А.	Поддержание традиций, развитие представлений о семейных ценностях, творческая самореализация
14	Формирование здорового образа жизни	Час здоровья «Здоровое поколение- сильная нация»	12-16 января	Марочкина Е.А.	Пополнение знаний о ЗОЖ, развитие мотивации к ЗОЖ
15	Формирование здорового образа жизни	Акция: «Безопасная зимняя дорога»	12-16 января	Марочкина Е.А.	Пополнение знаний о безопасном поведении на зимней дороге, развитие ответственности за свою жизнь
16	Патриотическое воспитание	Беседа «День освобождения Сталинграда от немецко-фашистских захватчиков. Митинг. Возложение цветов.	2 февраля	Марочкина Е.А.	Пополнение знаний об истории родного села, его героях, развитие гражданских и патриотических чувств
17	Патриотическое воспитание	Беседа о героическом подвиге воинов интернационалистов	15-19 февраля	Марочкина Е.А.	Повышение интереса к истории России, развитие гражданских и патриотических чувств
18	Профессиональная ориентация	Рассказ «Волгоградские туристы на Российских соревнованиях	10 февраля	Марочкина Е.А.	Оказание помощи в профориентации, развитие представлений о профессиях, проявление уважения к труду
19	Патриотическое воспитание	Мероприятие «23 февраля – день защитника Отечества»	19-20 февраля	Марочкина Е.А.	Развитие представлений о военных профессиях, развитие гражданских и патриотических чувств
20	Нравственное воспитание	Беседа «8 марта – международный женский день». Чаепитие.	6-7 марта	Марочкина Е.А.	Пополнение знаний об истории праздника.
21	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	«Зеленый мир – наш добрый дом».	15 марта – 15 апреля	Марочкина Е.А.	Развитие экологических представлений, проявление уважения к труду.
22	Социальное воспитание	Праздник, посвященный «Дню смеха»	1 апреля	Марочкина Е.А.	Сплочение детского коллектива
23	Патриотическое воспитание	Беседа к 60летию полета Ю.А Гагарина. Всероссийский урок: «Космос-это мы»	12-14 апреля	Марочкина Е.А.	Пополнение знаний об истории России, развитие гражданских и патриотических чувств

24	Патриотическое воспитание	День Победы. Выступление, шествие бессмертный полк, возложение цветов.	9 мая	Марочкина Е.А.	Пополнение знаний об истории России, развитие гражданских и патриотических чувств, творческая самореализация
25	Воспитание семейных ценностей, формирование здорового образа жизни	Спортивный семейный праздник.	12-15 мая	Марочкина Е.А.	Развитие мотивации к ЗОЖ, развитие представлений о семейных ценностях
26	Формирование здорового образа жизни	Беседа «Наркотики – путь в никуда»	17-21 мая	Марочкина Е.А.	Развитие мотивации к ЗОЖ
27	Формирование здорового образа жизни	Праздник «Ура - лето»	27-29 мая	Марочкина Е.А.	Пополнение знаний о безопасном поведении на воде, на дороге, развитие ответственности за свою жизнь
28.	Социальное воспитание	Чаепитие в коллективе, посвященные Дню рождения учащихся	В течение года	Марочкина Е.А.	Сплочение детского коллектива
29.	Работа с родителями	Родительские собрания в группах по итогам работы за год	30 мая	Марочкина Е.А.	Привлечение родителей к заботам и нуждам детского коллектива
30.	Формирование здорового образа жизни	Спортивное мероприятие посвященные «Дню защиты Детей» (эстафеты, конкурсы)	1 июня (городской парк)	Марочкина Е.А.	Развитие мотивации к ЗОЖ
31.	Формирование здорового образа жизни, социальное воспитание	Поход выходного дня	21-28 июня	Марочкина Е.А.	Пополнение знаний о правилах безопасного поведения, проявление уважения к труду, развитие навыков самообслуживания.
32.	Просветительская и информационная деятельность	Размещение на сайте школы, в СМИ информации о достижениях занимающихся спортивной секции по туризму	В течение года	Марочкина Е.А.	Информирование общественности города и района о достижениях учащихся спортивной секции

33.	Формирование здорового образа жизни, сохранение семейных ценностей	Совместное участие детей и родителей в походах, праздниках, соревнованиях, папа, мама, я – спортивная семья	В течение года	Марочкина Е.А.	Вовлечение родителей в совместные с детьми мероприятия
34.	Работа с родителями	Консультирование родителей	В течение года	Марочкина Е.А.	Информирование родителей, оказание помощи в воспитании ребенка
35.	Работа с родителями	Индивидуальная работа с родителями	В течение года	Марочкина Е.А.	Информирование родителей, оказание помощи в воспитании ребенка
36.	Профилактическая работа	Беседы на темы: <ul style="list-style-type: none"> • Тематические беседы «Допинг и спорт» • «Спайсы в чем вред, отличие от курения». • «Умеешь ли ты решить свои проблемы». • «Алкоголь и спорт». • Вредные сайты интернета. • «Мы разные, но мы вместе» о взаимоотношениях в команде. • «Уголовная ответственность в 14 лет». 	В течение года	Марочкина Е.А.	

Работа с родителями занимает большое место при реализации программы. Для того чтобы дети могли успешно заниматься в объединении, быть полноценными участниками жизни коллектива, необходима заинтересованность и постоянная поддержка их семей.

В сегодняшней жизни родители заняты решением социально-бытовых проблем и мало интересуются успехами детей в общеобразовательной школе.

Однако педагог должен постоянно на родительских собраниях и при личных встречах говорить о проблемах воспитания, не переводя разговор на личность ребенка, чтобы не обидеть и не оттолкнуть родителей, а помочь взглянуть на проблемы со стороны.

Педагог, должен стараться, привлечь родителей к мероприятиям, которые способствуют совместной их деятельности с детьми.

Задачи, которые решает педагог в работе с родителями:

- установление тесного контакта с родителями
- информирование родителей об успехах детей;
- оказание помощи во взаимоотношениях детей и родителей.

Формы работы с родителями: День открытых дверей, экскурсия, концерт, выставки, родительские собрания, творческий отчет, индивидуальное консультирование, телефонные переговоры, анкетирование родителей.

Такая работа способствует формированию общности интересов детей и родителей, служит эмоциональной и духовной близости.

2.6 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

для педагога

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - М.: ЦДЮТурМО РФ, 1996.
2. Аппенянский А.И. Физическая подготовка туристов. - М.: ЦРИБ "Турист", 1985.
3. Бардин К.В. Азбука туризма. - М.: Просвещение, 1981.
4. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешеходном походе. - М.: ЦРИБ "Турист", 1983.
5. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование. - М.: ФиС, 2017.
7. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование. - М.: ФиС, 1987.
8. Дрогов И.А. Подготовка инструкторов детско-юношеского туризма: Учебно-методическое пособие. М.: изд-во ФЦДЮТиК, 2018. 131 с.
9. Иванов Е.И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию. - М.: Физкультура и спорт, 1978.
10. Из истории детского туризма в России (1918-2008 гг.) / Составитель Константинов Ю.С. М.: изд-во ФЦДЮТиК, 2018. 312 с.
11. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. - М.: ЦДЮТурМО РФ, 1995.
12. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм: Учебно-методическое пособие. - М.: ФЦДЮТиК, 2018.
13. Куликов В.М. Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТурМО РФ, 1997.
14. Куприянов Б.В. Организация и методика проведения игр с подростками. Взрослые игры для детей: учеб.-метод. пособие. /Б.В. Куприянов, М.И. Рожков, И.И. Фришман. М.: ВЛАДОС, 2018. 215с.
15. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. - М.: ЦДЮТурМО РФ, 1997.
16. Маринов Б. Проблемы безопасности в горах. - М.: Физкультура и спорт, 1981.

17. Моргунова Т.Л. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию. – М.: ЦДЮТиК, 2003.
18. Основы безопасности в пешеходном туризме. - М.: ЦРИБ "Турист", 1983.
19. Регламент вида спортивный туризм в группе дисциплин "дистанция-пешеходная". – М., 2020.
20. Скуртул В.И. Правила организации и прохождения технических этапов соревнований по туристскому многоборью.
21. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. Пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений. – М.: "Просвещение", 1990.
22. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме, действительные и мнимые.- М.: Физкультура и спорт, 1972.
23. Энциклопедия туриста. - М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.

Для обучающихся

1. Колесникова Л.В. Спортивное ориентирование: рабочая тетрадь.– М.: ФЦДЮТиК, 2020.
2. Краткий справочник туриста. - М.: Профиздат, 1985.
3. Куликов В.М. Словарь юного туриста. – М.: ФЦДЮТиК, 2018.
4. Моргунова Т.Л. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию. – М.: ЦДЮТиК, 2003.
5. Константинов Ю.С. "Туристские слёты и соревнования учащихся". - М, ЦДЮТиК МО РФ, 2000.
6. Курцева П.А. "Медико-санитарная подготовка учащихся". - М.: Просвещение, 1984.
7. Регламент проведения спортивных соревнований по спортивному туризму. – М., 2014.
8. Энциклопедия туриста. - М.: Большая Российская энциклопедия, 2015.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Содержание (разделы, темы)	Всего часов	дата	
			план	Факт.
	<i>Туристское многоборье как вид спорта</i>			
1	Водное занятие. Классификация видов туристского многоборья	0,5		
2	Нормативные документы по туристскому многоборью	0,5		
3	Техника безопасности и правила поведения юных туристов на занятиях	1		
4	Личное снаряжение	1,5		
5	Групповое снаряжение	1,5		
6	Технико-тактическая подготовка к виду «Дистанция-пешеходная» личная	9		
7	Технико-тактическая подготовка к виду «Дистанция-пешеходная-группа» короткая	9		
8	Технико-тактическая подготовка к виду Дистанция-пешеходная-группа» длинная (связки)	9		
9	Туристские слеты и соревнования	4		
	<i>Топография и ориентирование на местности.</i>			
10	Краткие сведения и правила по спортивному ориентированию	1,5		
11	Условные знаки спортивных карт	1,5		
12	Техника ориентирования	1,5		
13	Тактика ориентирования	1,5		
14	Соревнования по спортивному ориентированию	4		
	<i>Краеведение.</i>			
15	Изучение района путешествия	1		
16	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры.	1,5		
17	Туристские возможности Волгоградской области. Изучение экскурсионных объектов.	1,5		
	<i>Основы гигиены и первая доврачебная помощь.</i>			
18	Личная гигиена туриста, профилактика травматизма на занятиях и соревнованиях по туристскому многоборью	0,5		
19	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи.	1,5		
20	Походная медицинская аптечка	1,5		
21	Приемы транспортировки пострадавшего.	1,5		
	<i>Общая и специальная физическая подготовка.</i>			
22	Строение и функции организма человека и влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности.	1		
23	Врачебный контроль, самоконтроль,	1		

	предупреждение спортивных травм на тренировках.			
24	Общая физическая подготовка.	5		
25	Специальная физическая подготовка.	5		
	Организация проведения походов			
26	Причины возникновения экстремальных ситуаций в походе и меры их предупреждения	1		
27	Действие группы в экстремальных ситуациях	0.5		
28	Организация туристского быта, привалы и ночлеги	2		
29	Питание в туристском походе	0.5		
30	Краеведение	0.5		
31	Подведение итогов туристского путешествия	0.5		
	Топография и ориентирование на местности.			
32	Краткие сведения и правила по спортивному ориентированию	1,5		
33	Условные знаки спортивных карт	1,5		
34	Техника ориентирования	1,5		
35	Тактика ориентирования	1,5		
36	Соревнования по спортивному ориентированию	4		
	Итого	72		

ВИДЫ ТУРИСТИЧЕСКИХ КОСТРОВ

1–колодец;
4–таёжный-1;

2–шалаш;
5–таёжный-2;
7–большой таёжный из брёвен

3–звёздный;
6–таёжный-3;



1



2



3



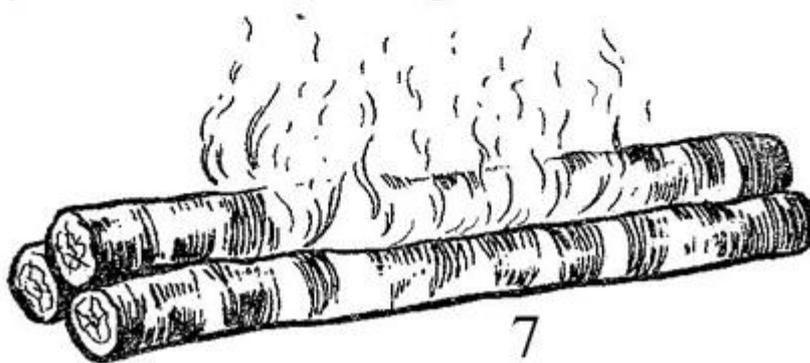
4



5

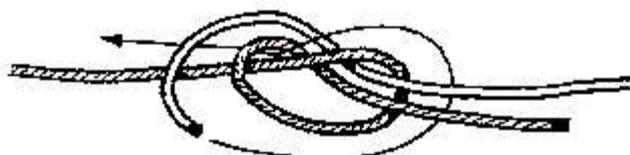


6



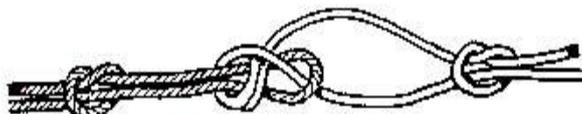
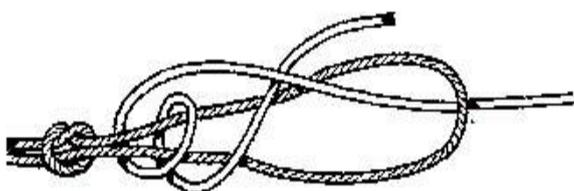
7

«ВИДЫ ТУРИСТИЧЕСКИХ УЗЛОВ»

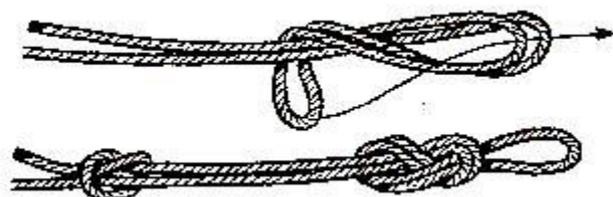


ПРОВОДНИК

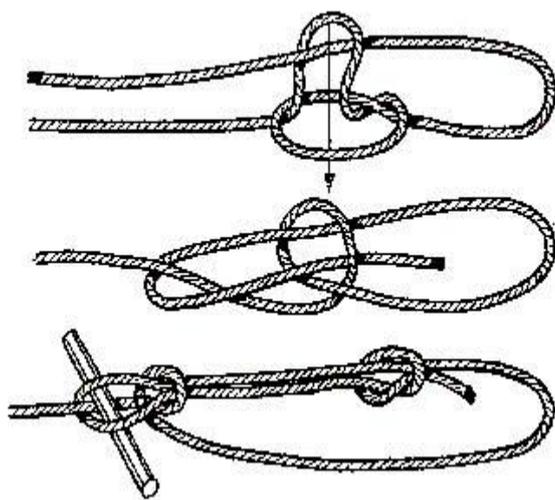
ВСТРЕЧНЫЙ



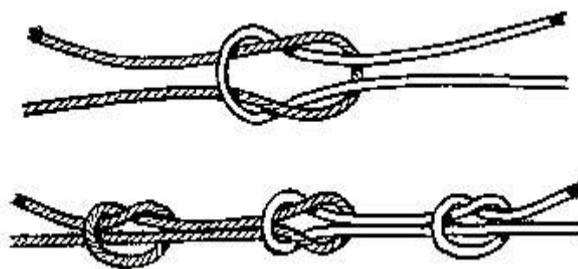
БРАМ - ШКОТОВЫЙ



ВОСЬМЁРКА



БУЛИНЬ



ПРЯМОЙ

**Лепестковая диагностика для оценивания уровня развития
личностных качеств обучающихся**

Проводится в форме входного и итогового контроля в начале и в конце учебного года, что позволяет проследить динамику развития личностных качеств у обучающихся. Данные диагностики заносятся в информационную карту.

Инструкция по проведению

- а) Оцените по 4-балльной шкале наличие у себя следующих качеств:
 - 1. Воспитывать умение преодолевать трудности;
 - 2. Настойчивость;
 - 3. Выдержку;
 - 4. Целеустремлённость.
- б) Поставьте точки на шкале того луча, который соответствует номеру качества.
- в) Соедините точки, заштрихуйте внешний контур.

Карта оценки результативности реализации программы туристско-краеведческой направленности
за _____ учебный год

(фио учащегося, год обучения)

Показатели	Сроки диагностики	Середина года (баллы)	Конец года (баллы)
I. Теоретическая подготовка ребёнка (10 баллов):			
1.1. Теоретические знания (3 балла):			
1.1.1. Физическая культура и спорт в России.			
1.2. Владение специальной терминологией (5 б.).			
1.3. Знание основ техники безопасности (2б.).			
II. Практическая подготовка ребёнка (50 баллов):			
2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой:			
2.1.1. Умения выполнять упражнения общей физической подготовки (строевые упражнения, акробатические упражнения, парные упражнения) - группа НП-20 б., УТГ-10 б.			
2.1.2. Умение выполнять упражнения специальной физической подготовки (упражнения на специальном оборудовании, тренажёрах, подвижные игры) - группа НП-15 б., УТГ-15 б.			
2.1.3. Техничко-тактическая подготовка			
2.1.4. Психолого-волевая подготовка - группа НП-5 б., УТГ-10 б.			
2.1.5. Умение выполнять судейство соревнований по одному из программных видов спорта (5 б.).			
III. Обще учебные умения и навыки ребёнка (25 баллов):			
3.1. Учебно-коммуникативные умения (макс.-10 б.):			
3.1.1. Умение слушать и слышать педагога.			
3.1.2. Умение вступать в диалог.			
3.1.3. Умение пользоваться компьютерными источниками информации.			
3.2. Учебно-организационные умения и навыки (макс.-10 б.):			
3.2.1. Умение организовать свой режим дня, режим питания.			
3.2.2. Навыки соблюдения правил безопасности в процессе деятельности.			
3.2.3. Умение пользоваться спортивным инвентарём, оборудованием.			
3.3. Познавательные и регулятивные учебные универсальные действия (УУД) (макс.-5б.):			
3.3.1. У ребенка развита способность к волевому усилию.			
3.3.2. У ребенка развита рефлексия.			
IV. Предметные достижения учащегося (15 баллов):			
• На уровне детского объединения -2 балла.			
• На уровне ЦДТ – 3 балла.			
• На уровне города, района – 4 баллов.			
• На региональном уровне и выше – 6 баллов			

Максимальное количество баллов – 100 баллов
Минимальный уровень(min) – от 10 до 40 баллов;
средний уровень (s) – от 41 до 70 баллов;
максимальный уровень (max) – от 71 до 100 баллов.

**Дневник педагогических наблюдений
по ДОП «Спортивный туризм» для детей
11-14 лет**

ФИО _____

Цель: организация профилактической, социально-значимой деятельности учащихся и работа по укреплению, развитию и формированию личности.

Раздел I. Информационный лист.

Данные учащегося.

В этом разделе помещается информация, помогающая педагогу дополнительного образования проанализировать личные данные учащегося.

Раздел II. Педагогико – психологическая характеристика на учащегося.

Характеристика на учащегося.

В этом разделе помещаются характеристики на учащегося, составленные педагогом дополнительного образования и психологом. Информация, помогающая проанализировать ученика его характер, способности; результаты психологической диагностики.

Раздел III. Образовательная деятельность.

Наблюдение за образовательной деятельностью.

В данном разделе помещаются результаты наблюдений и посещаемости учащегося; а также описание основных форм и направлений его творческой активности. Материалы, представленные в данном разделе, дают широкое представление о динамике образовательной активности учащегося.

Раздел IV. Индивидуальная работа.

Содержание работы.

План и содержание работы с учащимся.

**Анкета опроса потребителей
образовательных услуг**

В рамках проведения независимой оценки, качества оказания услуг образовательными организациями, просим Вас оценить работу образовательной организации.

Анкетирование проводится анонимно.

	УДОВЛЕТВОРЕННЫ ЛИ ВЫ:	ДА	НЕТ	ЗАТРУДНЯЮСЬ
1.	Вашиими отношениями с педагогами?			
2.	Отношениями между учащимися в объединении?			
3.	Профессиональным уровнем педагогического коллектива, в частности своего педагога?			
4.	Качеством образования, получаемого вашим ребёнком?			
5.	Качеством воспитательной работы?			
6.	Материально-технической оснащённостью? (оборудование кабинета)			
7.	Условиями, направленными на сохранение и укрепление здоровья детей?			
8.	Условиями, направленными на развитие творческих способностей и интересов детей, включая их участие в конкурсах и соревнованиях?			
9.	Степенью учета мнения и пожеланий родителей в организации работы и уровнем родительского самоуправления на уровне детского коллектива?			
10.	Готовы ли Вы рекомендовать данную образовательную организацию родственникам и знакомым?			

Памятка туриста

Турист должен:

Знать:

- все места, где он жил, живет и путешествует;
- где он находится, свое мест положение относительно сторон света, в каком он природном и экономическом регионе (даже если в этот момент он едет под землей или летит над облаками);
- на какой высоте над уровнем моря стоит или летит.

Уметь:

- хорошо ходить пешком на лыжах, ездить с интересом на любом транспорте, при этом он всегда должен смотреть на ландшафт и уметь видеть ландшафт, людей, погоду, небо, архитектуру;
- слышать звуки ландшафта, слышать его запахи, чувствовать его ногами, руками, всем телом, всей душой;
- путешествовать – это двигаться в пространстве так, чтобы путь одновременно пролегал по земле, в твоей душе и мире знаний;
- видеть по особенному, в близком – далекое, но и близкое в далеком, задумываться над тем, что видит вокруг.

Иметь:

- одежду и обувь для прогулок в ландшафте в любую погоду;
- туристские ботинки, лыжи, штормовку, свитера, теплые носки, компас, рюкзак, котелок, палатку;
- крепкие ноги, зоркие глаза, хорошую память и ум;
- иметь образы, картины, схемы мест, карты, фотографии, блокноты (полевые дневники), куда он записывает свои впечатления.

Любить:

- путешествия, впечатления, рассказы о местах путешествия, схемы, пейзажи, фотографии.

Не бывает туриста без любви к самым разнообразным местам, к способам, средствам, навыкам постижения этого разнообразия и приобщения к нему.

Настоящим туристом можно стать только по зову сердца,

туристом можно быть постоянно или не быть вообще. С природой у туриста связаны знания, умения, имущество, и любовь.

Заповеди туриста

-Учись понимать природу, стань ее другом и защитником.

-Радуйся красоте природы, не навреди ей своим небрежным отношением.

-На лоне природы веди себя тихо и незаметно: смотри, слушай, не шуми.

-Пользуйся любым случаем для того, чтобы сделать для природы что-либо полезное.

-Будь другом всех живых существ, не мучай и не убивай животных.

-Охраняй чистоту вод, заботься о колодцах и родниках.

-Следи за чистотой природной силы и не оставляй после себя следов пребывания в ней.

-Помогай тем, кто заботится о природе, защищай ее от вредителей и несознательных туристов.

Список необходимого снаряжения

Групповое снаряжение: палатки, тент, котелки, топор, медаптечка, техаптечка, примус, веревки, карабины, спусковые устройства.

Личное снаряжение: спальник, запасная обувь, носки, спортивный костюм, штормовой костюм, куртка теплая, шапочка теплая, рюкзак, гермомешок, система страховочная, каска, репшнур, кольцо-репшнур, рабочие рукавицы, накидки от дождя, нож, фонарь, компас.

Комплект снаряжения и набор продуктов питания должны позволять командам принимать участие в походах и соревнованиях при любых погодных условиях.

Оборудование для краеведческой работы:

Компас, компас горный, геологический молоток, папка для гербария, лупа, бинокль, термометры (воздушный, почвенный, водный), флюгер, осадкомер, рулетка, снегомерная рейка, планшет для съемки местности, магнитофон, фотоаппарат, радиометры и дозиметры бытовые, гербарии растений, коллекции минералов и горных пород, карты, таблицы, видеофильмы, диапозитивы, фотографии.

Туристские игры

Игры на местности очень популярны у детей. Они укрепляют здоровье, воспитывают инициативу, наблюдательность, внимание, зрительную память, находчивость, решительность в действиях. Игры учат умению ориентироваться на местности по солнцу, компасу, маскироваться, ползать по-пластунски, «читать» следы и дорожные знаки, знать приемы сигнализации.

Начинать надо с простых игр, а затем переходить к более сложным. Обычно игры проходят в виде соревнования между отдельными игроками или небольшими группами. Для коллективных игр характерна всё время меняющаяся ситуация, требующая быстроты реакции.

Для проведения игр нужно хорошо подготовиться. Очень важна предварительная подготовка.

Нужен разнообразный инвентарь: щиты, флажки, палатки, компасы и т.д.

«Эстафета «Рюкзачок бежит по кругу»

Ведущий подает сигнал, по которому дети начинают передавать рюкзачок друг другу по кругу.

По второму сигналу движение рюкзачка прекращается. Тот, у кого оказался рюкзачок, должен его быстро надеть. Дети вместе с водящим начинают счет до тех пор, пока ребенок не наденет рюкзачок. Игра продолжается. Отмечаются дети, затратившие на надевание рюкзачка меньшее количество времени.

Подвижная игра «Найди свой рюкзачок»

Участники игры по сигналу разбегаются по полянке, услышав второй сигнал, быстро возвращаются к своему рюкзачку и берут его в руки. Игра повторяется 2-3 раза. Отмечаются дети, быстро нашедшие свои рюкзачки.

«Отгадай»

На туристический слет съехались разные туристы: пешие, водные, велотуристы, мототуристы и т.д. (их изображают

дети). По сигналу педагога они выходят на середину площадки и имитируют действия своих героев согласно принятой роли. Судья (водящий) должен узнать, какие туристы приехали на слет. Игрок, наиболее точно и выразительно выполняющий свою роль, становится водящим.

«Ориентирование без карты»

Играющие разбиваются на две группы. В каждой группе игроки делятся на пары. Руководитель предлагает первой паре определить стороны света по деревьям, другая пара определяет по солнцу, третья — по часам, четвертая — по компасу, пятая — по пням и т.д. Для каждой группы задания даются одинаковые, но каждая новая пара определяет стороны света с нового места. Кто правильнее и быстрее выполнит задание, тот получает очко. Выигрывает та группа, пары которой в сумме наберут больше очков.

«Соревнование топографов»

Для многих игр важно уметь читать карту, быстро и правильно определять стороны горизонта.

Эта игра готовится заранее. На середине большой поляны или футбольного поля ставится щит с буквой «А». От него по сторонам света (промежуточные стороны горизонта) на различных расстояниях ставят пять-шесть щитов с другими буквами. Первоначально в игре участвует столько ребят, сколько щитов расставлено по кругу. У каждого компас. По сигналу руководителя участники игры, стоя в центре, определяют последовательно стороны горизонта, а затем шагами меряют расстояния до щитов.

Игра "Шагомер".

Перед каждой командой руководитель ставит кегли на некотором расстоянии от направляющего.

Направляющий должен сказать, сколько шагов до кегли. Затем каждый направляющий выполняет шаги-мерки до кегли. Кто оказался прав, тот приносит команде одно очко. Затем кеглю переставляют дальше или ближе и игру продолжают следующие участники.

Игры и задания по ходу движения, игры-упражнения на увеличение интенсивности двигательной активности.

«Ниточка-иглочка»

Дети идут (бегут) в колонне по одному за педагогом и по сигналу выполняют разнообразные задания: бег змейкой между деревьями, ходьба и бег по бревну, прыжки с пенька, подлезание под ветки и т.п.

«Зеркало»

Идя по маршруту, руководитель молча выполняет те или иные движения — дети их копируют (разные положения рук, прыжки с продвижением вперед, разные виды ходьбы и пр.).

«Смена направляющих»

Дети движутся в колонне по одному. Руководитель называет имя ребенка, который должен бегом занять место направляющего.

«Воротца»

Дети становятся парами и идут в обход зала (площадки), держась за руки. На сигнал педагога «Стоп!» все останавливаются и поднимают руки вверх, образуя воротца. Первая пара поворачивается кругом, пробегает под воротцами до конца колонны и встает последней, говоря:

«Готово!». Дети опускают руки и продолжают ходьбу до нового сигнала педагога.

«Замкнутый круг»

По сигналу педагога (хлопок, свисток) направляющий, а за ним и вся колонна догоняют замыкающего и продолжают движение до тех пор, пока не окажутся на своем месте.

«Следопыты»

Дети самостоятельно, ориентируясь по заранее разложенным указателям (флажкам, ленточкам, стрелкам), должны найти дорогу на поляну. Направляющие меняются по сигналу педагога.

"Внимание": встать в колонне и запомнить свой порядковый номер. Педагог называет порядковый номер, ученик приседает. Когда все окажутся в приседе, педагог продолжает называть порядковые номера, а дети встают.

Игра «Ушки на макушке».

Дети строятся по туристским группам в колонны по одному. Каждый запоминает свой порядковый номер (или походную должность: например, 1 - ответственный за питание, 2 - эколог и т.д). Педагог называет номер (или походную должность), из каждой команды выбегает соответствующий ученик, обегает предмет, лежащий на расстоянии 7 м. и возвращается к своей команде. Прибежавший первым приносит своей команде одно очко прибежавший вторым - два очка и т.д. Затем педагог называет другой номер (походную должность) - и игра продолжается. Выигрывает команда, набравшая наименьшее количество очков.

Игра «Надежная связка».

Каждая команда строится в колонну по два, пара берется за руки. По сигналу педагога первые пары бегут к мячу, лежащему на расстоянии 7 м. Не расцепляя рук, обегают его и возвращаются к своей команде. Встают в конце колонны. Затем продолжает игру следующая пара. Выигрывает команда, которая первая закончила бег и показала надежность своих «связок».

Игра «Ох, ух, эх».

Команды выстраиваются в шеренги. Первые в шеренгах выполняют прыжок на двух ногах в длину. Место приземления отмечается. Затем прыжок выполняют следующие в шеренгах игроки. Если игрок не допрыгивает до отметки первого, он говорит «ох»; если допрыгнет – «ух»; если перепрыгнет – «эх». Когда все закончат прыжки, подсчитывают, сколько в команде «охов», «ухов», «эхов». Затем игра начинается с другого конца шеренги.

Игра «Вороны – воробьи».

Дети становятся в две шеренги на середине зала спиной друг к другу на расстоянии 2 м. Если педагог называет «вороны», убегают дети, стоящие в первой шеренге, а «воробьи» стоящие во второй шеренге стараются догнать и осалить их. Те, кого осалили, переходят во вторую шеренгу.

Если педагог называет «Воробьи», то убегают дети, стоящие во второй шеренге.

*Игры по ориентированию на местности,
для развития глазомера и наблюдательности.*

«Самый наблюдательный»

Взрослый прячет флажок (бейсболку) в лесу на ограниченном участке, затем называет детям один - два признака, указывающих на местонахождение спрятанного предмета (например, раздвоенная береза и пенек). Тот, кто первым нашел предмет, должен тихо сообщить об этом ведущему. Игра продолжается до тех пор, пока последний игрок не обнаружит спрятанный предмет. Победитель получает звание «лучший следопыт группы».

«Кто быстрее»

Для игры необходимо разделить детей на две команды и выбрать командиров. Каждая команда получает задание: как можно быстрее прийти в заданное место по определенному маршруту. Для одной команды он обозначается красными лентами, развешенными на деревьях, в кустах и т.п.

Для другой — желтыми. Побеждает команда, которая первой придет к финишу и посчитает ленточки, встретившиеся на пути. Звание самой наблюдательной и быстрой получает команда, которая не свернула с пути и правильно сосчитала все ленточки.

«Север-юг»

Определить в лесу север и юг без компаса. Тот, кто назовет большее количество примет, назначается штурманом в походе. Правильность ответов проверяется по компасу.

«Глазомер»

Нужно определить, сколько шагов до того дерева? Все делают свои предположения, а потом проверяют их. Тот, кто угадает или правильнее других определит расстояние – будет «Меткий глаз».

Игра «Зоркий глаз».

В кругу раскладывается несколько предметов в определенном порядке (например, мяч, кегля, скакалка, шарик). Игрок несколько секунд смотрит на предметы, затем поворачивается спиной к кругу. Два предмета меняют местами. Задача - установить исходное положение предметов.