

Содержание

1. Целевой раздел	3
1.1 Пояснительная записка	3
2. Содержательный раздел	9
2.1 Учебный план	9
2.2 Содержание учебной программы.	10
2.3 Система оценки достижения планируемых результатов.	14
2.4 Календарно-учебный график	14
3. Организационный раздел	15
3.1 Методическое обеспечение программы.	15
3.2 Перечень рекомендуемых учебных изданий	16
3.3 Материально-технические условия реализации программы.....	16
3.4 Кадровое обеспечение	17
4. Приложение 1	18
Приложение 2	22

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа «Туризм» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 « Об организации осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Приказ Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 14.08.2020 № 831 «Об утверждении требований к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и формату представления информации»;
- Приказ Минтруда Российской Федерации от 22.09.2021 № 652-н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с методическими рекомендациями по реализации адаптированных

дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации программ»);

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.06.2019 № 03-1235 «О методических рекомендациях»

- «Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме» (утв. заместителем министра просвещения Российской Федерации М.Н. Раковым 28.06.2019 № МР-81/02вн);

- Распоряжение Министерства образования Сахалинской области от 16.09.2021 № 3.12-1170-з «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

- Устав МБОУ СОШ с.Углезаводск.

Направленность программы: туристско-краеведческая

Актуальность программы.

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.

Отличительные особенности программы.

Программа модифицированная. Отличительная особенность программы «Туризм» в том, что она охватывает разнообразные направления: краеведение, экологию, духовно-нравственное, физическое воспитание и одновременно затрагивает технику и тактику поведения в ситуациях выходящих за пределы обыденного опыта, учит сохранять спокойствие в чрезвычайных ситуациях, мгновенно оказать первую помощь при необходимости. Программа взяла лучшее из типовых программ по развитию туризма в школе и авторской программы Смирнова Д.В., Константинова Ю.С., Маслова А.Г. «Юные туристы - краеведы» и гармонично сочетает в себе привитие любви к краю, физическую подготовку и моральную устойчивость к экстремальным ситуациям.

Адресаты программы

В кружок «Туризм» принимаются учащиеся 9-17 лет, желающие систематически заниматься туризмом, не имеющие противопоказания по состоянию здоровья. Прием в кружок производится в августе-сентябре каждого года. Наполняемость группы от 10 до 15 человек.

Формы и методы обучения, тип и формы организации занятий.

Форма обучения – групповая, очная, с возможностью применения дистанционных образовательных технологий.

Программа включает комплексные занятия, теоретические и практические занятия по технике туризма и спортивному ориентированию, тренировки по общефизической и специальной физической подготовке (ОФП и СФП). Средствами общей физической подготовки являются общеразвивающие упражнения таких видов спорта как, легкая атлетика, гимнастика и др. К общеразвивающим упражнениям относятся упражнения направленные на развитие и воспитание основных физических качеств, укрепление мышц и связок, совершенствование координационных способностей организма. Занятия по ОФП направлены на комплексную тренировку всех групп мышц с обязательным включением кроссовой подготовки. Специальная физическая подготовка направлена на развитие специфических физических качеств, необходимых в спортивном туризме: специальной выносливости, скоростной выносливости, силовой выносливости, силы, ловкости и быстроты. Теоретические занятия имеют определенную целевую направленность: вырабатывать у занимающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях тренировочных занятий.

В теоретической части образовательном процессе используются традиционные **методы обучения**: *словесные* (рассказ, объяснение, беседа, диспут); *наглядные* (демонстрация, показ - плакатов, рисунков, схем, графических изображений, карт, видеофильмов, приемов работы); *практические* (работа с книгой, справочной литературой, дидактическим материалом, нормативно-правовыми документами, выполнение заданий, упражнений по спортивному ориентированию, скалолазанию, технике туризма).

Метод применения информационно-коммуникационных технологий позволяет обучать детей на основе самостоятельного поиска информации в сети интернет, обмена информацией на специализированных WEB-страницах по спортивному туризму, выполнение диагностических тестов и заданий по психологической подготовке спортсменов.

Занятия проводятся с использованием различных **форм организации учебной деятельности** (групповая, массовая, индивидуальная). Разные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса детей к обучению. *Рекомендуемые типы*

занятий: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия, контрольно-проверочные занятия, тестирование.

Рекомендуемые типы занятий: учебные занятия в кабинете и учебно-тренировочные занятия на местности, занятия по ОФП и СФП в спортивном зале и на местности. Кроме того используются такие формы, как соревнование, конкурс, поход, путешествие, игра, лекция, видеозанятие и др.

Основной составляющей подготовки туристов являются учебно-тренировочные сборы и соревнования по туризму и ориентированию. Походы проводятся, как правило, в каникулярное время и в выходные дни, в зависимости от погодных условий.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю в течение учебного года по 1 занятию (по 45 мин.). Программой предусмотрено проведение 8 походов в тёплое время года в выходные дни по 2 часа (сентябрь, октябрь, апрель, май).

Объем программы – 72 часа в год

Срок реализации программы – 1 год

Цель и задачи программы.

Целью программы является обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий спортивным туризмом, обогащение и расширение знаний учащихся в области туризма и спорта. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления.

Задачи программы:

Образовательные задачи:

- освоение туристских навыков в походе, слёте;
- освоение знаний прохождения технических этапов;
- изучение различных способов переправ;
- изучение и совершенствование техники наведения туристских этапов соревнований;
- обеспечение выживания в экстремальных условиях.

Развивающие задачи:

- обучение воспитанников приемам самостоятельной и коллективной работы;
- развитие эмоционально ценностного и коммуникативного опыта;

- приобщение их к самовоспитанию и самообразованию (контроль и самоконтроль своих действий, своего поведения и отношения к делу, воспитанию дисциплинированности и организованности, хорошей физической подготовки и т. п.);

- обучение детей выдержке, смелости в решении возникающих вопросов, усидчивости, способности управлять своим поведением;

- развитие силы, выносливости, координации движения в соответствии с их возрастными и физическими возможностями;

- развитие эмоциональной сферы личности, повышение уверенности в себе, формирование позитивной самооценки.

Воспитательные:

- формирование общей культуры личности, способной адаптироваться в современном обществе;

- формирование жизненной самостоятельности и волевых качеств;

- воспитание трудолюбия, ответственности, дисциплинированности;

- воспитание стремления к саморазвитию;

- воспитание в потребности в здоровом образе жизни;

- выработка организаторских навыков, умение вести себя в коллективе.

Планируемые результаты.

Ожидаемые результаты за год обучения в соответствии с программой и учебными задачами.

Личностные результаты:

- Умения управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время тренировок и соревнований;

- Способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий

- Умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе тренировочной и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

Метапредметные результаты:

- Освоение обучающимися способами деятельности, применимые как в рамках образовательного процесса, так и в решении проблем в реальных жизненных ситуациях. Так же применение знаний и умений в реальных жизненных ситуациях.

Предметные результаты:

- Усвоение обучающимися конкретных элементов социального опыта, изучаемого в рамках отдельного объединения - знаний, умений и навыков, опыта решения проблем, опыта творческой деятельности, ценностей. Умение организовать учебную деятельность.

Планируемые результаты:

- овладение детьми основ туристической подготовки;
- овладение детьми техникой и тактикой прохождения тур.полосы, как лично так и командой;
- участие в туристско-краеведческих соревнованиях в качестве участников;
- воспитание характера;
- формирование навыков самодисциплины, самовоспитания;
- в совершенстве владеть техникой и тактикой туристической подготовки;
- участие в туристско-краеведческих соревнованиях различного уровня.

Примерный перечень знаний, умений и навыков.

За год обучения. Дети должны знать и уметь:

- организовывать бивак в полевых условиях
- с помощью руководителя готовить пищу на костре
- правила оказания первой доврачебной помощи условно пострадавшим
- оказывать первую помощь при поверхностных ранениях
- готовить снаряжение к походу
- фасовать и упаковывать продукты для похода
- выполнять обязанности по должности
- преодолевать несложные естественные препятствия
- вязать узлы: прямой, восьмерка, булинь, схватывающий, проводник
- определять масштаб и расстояние по карте
- читать и изображать топографические знаки
- определять рельеф по карте
- знать устройство компаса
- ориентировать карту по компасу
- двигаться по азимуту с помощью компаса
- подбирать состав медицинской аптечки

- изготавливать транспортировочные средства
- транспортировать пострадавшего
- укладывать рюкзак
- знать требования к снаряжению
- выбирать место для бивака
- убирать место лагеря
- вязать грудную обвязку и беседку
- переправляться по бревну
- преодолевать переправу с самонаведением

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Учебный план

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	1		1	
I	Личное и групповое туристское снаряжение	1	1	2	Опрос
II.	Организация туристского быта	1	4	5	Проверка умений
III.	Питание в туристском походе	2	4	6	Опрос
IV.	Топография и ориентирование	2	6	8	Проверка умений
V.	Обеспечение безопасности в туристском походе и на тренировках	2	4	6	Проверка умений
VI.	Краеведение	2	4	6	Опрос
VII.	Общая и специальная физическая подготовка		8	8	Проверка умений
VIII.	Техника и тактика пешего туризма	2	10	12	Проверка

	(Навеска переправ, вязка узлов, обвязки систем)				умений
IX.	Походы выходного дня		16	16	Проверка умений
X.	Соревнования		2	2	Проверка умений
	Всего часов:	13	59	72	

2.2. Содержание учебной программы.

I. *Личное и групповое туристское снаряжение.*

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, их преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов, типы лыж. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение рем. набора. Хозяйственный набор: оборудование, рукавицы, ножи, половники и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

Практическое занятие: укладка рюкзака, подгонка снаряжения, работа со снаряжением, уход за ним. Ремонт снаряжения.

II. *Организация туристского быта. Привала*

Привала в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф, физическое состояние участников).

Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт).

Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Организация привалов в пути.

Практическое занятие: определение мест, пригодных для организации привалов и лагеря, развертывание и свертывание лагеря, разжигание костра.

III. *Подготовка к походу, путешествию.*

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода. Изучение района похода: литературы, карт, отчетов о походах, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.

Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения. Туристские должности в группе.

Практические занятия: составление плана подготовки к походу, изучение маршрутов походов.

IV. Питание в туристском походе.

Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в двух- трехдневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре.

Практические занятия: закупка, фасовка и упаковка продуктов, приготовление пищи на костре.

V. Топография и ориентирование.

Определение топографии. Топографические карты, их значение для народного хозяйства и для туристов. Масштаб. Виды масштабов.

Условные знаки: понятие, типы. Изучение топонимов по группам. Рельеф. Способы изображения рельефа на карте. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение.

Стороны горизонта: С., Ю., З., В. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта их градусное значение.

Определение азимута. Его отличие от простого угла. Измерение и построение углов на карте.

Компас. Типы компасов. Правила обращения с компасом. Ориентир. Что может служить ориентиром. Движение по азимуту, его применение.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.

Практическое занятие: работа с картами различного масштаба, упражнения по определению масштаба, измерение расстояния по карте. Знакомство с различными формами рельефа на местности. Топографический диктант. Упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования. Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки. Движения по азимуту. Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Ориентирование по местным признакам и предметам.

VI. Обеспечение безопасности в туристском походе и на тренировочных занятиях.

Система обеспечения безопасности в туризме. Безопасность - основное и обязательное требование при проведении походов и тренировочных занятий.

Ответственность каждого члена группы перед собой и другими членами группы за соблюдение мер безопасности.

Опасности в туризме субъективные и объективные.

Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиена одежды и обуви. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов, путешествий.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

Состав медицинской аптечки для походов выходного дня и многодневных походов. Хранение и транспортировка аптечки. Личная аптечка туриста. Индивидуальные лекарства, необходимые при хронических заболеваниях.

Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика травматизма и заболеваний. Помощь при различных травмах. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевое отравление и желудочные заболевания. Промывание желудка. Транспортировка пострадавшего. Правила наложения жгута, тугой повязки. Обработка ран.

Правила поведения на воде, организация купания. Правила пожарной безопасности, работа у костра.

Практические занятия: формирование мед. аптечки. Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи. Изготовление носилок, волокуш, способы транспортировки пострадавшего. Применение средств личной гигиены в походах, во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок. Уход за одеждой и обувью.

VII. Краеведение.

Географическое положение и туристские возможности Сахалинской области; реки, моря, рельеф, почвы, полезные ископаемые, климат, растительность, сельское хозяйство. Исторические и культурные памятники, музеи, интересные природные места родного края. Обзор наиболее интересных объектов.

Практические занятия. Работа с картой области, решение задач типа: в каком направлении, на каком расстоянии находится такой-то пункт, проведение краеведческих викторин. Краеведческая работа во время походов. Заполнение контурной карты области.

VIII. Общая и специальная физическая подготовка.

Краткие сведения о строении человеческого организма. Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен. Органы пищеварения и обмен веществ. Центральная и

периферическая нервная система. Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособность.

Врачебный контроль и самоконтроль. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о “спортивной форме”, утомление, тренировка. Дневник самоконтроля.

Всесторонняя физическая подготовка - основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрута.

Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем развитии спортсмена, в успешном овладении тактикой и техникой туризма.

Роль и значение специальной физической подготовки на различных этапах процесса тренировки.

Характеристика и методика развития физических и специальных качеств. необходимых туристу: выносливость, быстрота, ловкость, гибкость, сила.

Основная цель тренировочных походов - приспособление организма к походным условиям.

Физические и морально-волевые качества, необходимые путешественнику. Комплекс утренней зарядки. Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол, подвижные игры. упражнения на ловкость, силу, быстроту, выносливость.

Практические занятия: Проверка физической подготовки путем выполнение условий КСУ(Комбинированное силовое упражнение) на количество раз.

IX. Техника и тактика пешего туризма (Навеска переправ, вязка узлов, обвязки систем).

Понятие о технике и тактике пешеходного туризма. Ритм движения, величина переходов. Роль смены направляющих и замыкающих. Организация разведки, связь с ней.

Подробная характеристика естественных препятствий, встречающихся в пешем походе: лесные и кустарниковые заросли, бурелом, крутые склоны, заболоченная местность, водные преграды. Техника движения в различных условиях.

Движение по тропам и травянистым склонам. Принципы экономии сил. Рациональная техника ходьбы. Приемы преодоления невысоких препятствий, приемы движения на подъемах и спусках различной крутизны и твердости грунта.

Движение группы по болотам. Типы болот и признаки их проходимости. Способы преодоления болот различного типа. Взаимопомощь. Оказание помощи увязшему в болоте. Устройство приспособлений для перехода через болото.

Движение по лесным чащам. Приемы преодоления лесных завалов, ям, канав.

Практические занятия: Туристские узлы, грудная обвязка, беседка, карабины и их применение, наведение навесных переправ и преодоление их группой с использованием снаряжение туриста.

Х. Поход выходного дня

Учащиеся должны показать свои умение и навыки на практики по:

- Организации быта
- Выполнение своих должностных обязанностей
- Дисциплину в группе
- Навыки разведение костра
- Работа с картами
- Знание и умение в снаряжении и применение ее на практике
- Соблюдению техники безопасности и др..

2.3. Система оценки достижения планируемых результатов.

Отслеживание перечисленных результатов осуществляется в виде **текущего, промежуточного и итогового контроля.**

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии. По мере накопления учащимися знаний и опыта проводятся соревнования в группах по техническим навыкам, которые применяются в туристических соревнованиях, как особая форма оценки результатов освоения материала.

Формами *промежуточного* и *итогового* контроля являются соревнования между учащимися школ, и внутри секции по технике туризма и спортивного ориентирования, навески переправ.

Методы диагностики: наблюдение, анкетирование и тестирование.

2.4. Календарно – учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во дней	Кол-во часов	Режим занятий в неделю
1	01.09.2023	31.05.2024	36	72	72	2 дня в неделю по 1 часу (по 45 мин), в том числе походы выходного дня в тёплое время года

						Всего за год: 8 походов по 2 часа (в тёплое время года: сентябрь, октябрь, апрель, май)
--	--	--	--	--	--	--

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Методическое обеспечение программы.

Предполагается такая методика занятий:

1) **личное и групповое туристское снаряжение** - беседы, практические занятия, как на местности, так и в помещении, просмотр диафильмов, игры;

2) **организация туристского быта, привалы и ночлеги** - беседы, практические занятия на местности и в помещении, тематические вечера, конкурсы, эстафеты, тренировки и соревнования;

3) **подготовка к походу, путешествию** - практические занятия на местности и в помещении, просмотр видеофильмов, слайдов, диафильмов, тематические игры, конкурсы;

4) **питание в туристском походе** - беседы, лекции, практические занятия на местности и в помещении, просмотр диафильмов, вечера вопросов и ответов;

5) **топография и ориентирование** - беседы, практические занятия на воздухе и в помещении, эстафеты, игры, конкурсы, подвижные игры с элементами ориентирования;

6) **обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировках** - лекции, практические занятия со снаряжением, игры, эстафеты, соревнования;

7) **краеведение** - лекции, беседы, викторины, загородные экскурсии, экскурсии по городу, посещение краеведческих музеев, подборка литературы по вопросам, изучаемых в походе, беседы с местными жителями;

8) **общая физическая подготовка** - практические занятия на местности, туристско-спортивные праздники, утренняя зарядка, тренировки по бегу, спортивные соревнования, обучение плаванию, беседы по организации закаливания;

9) **теория и практика по видам туризма** - беседы, практические занятия на местности, туристские соревнования и слёты, тематические вечера, соревнования на полосе туристских препятствий, просмотр видеофильмов, туристские походы.

3.2. Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет ресурсов:

Для педагога

- Примерные (типовые) программы для системы дополнительного образования детей «Юные туристы», «Юные туристы-спасатели» одобренных и утвержденных Министерством образования РФ и Министерством по чрезвычайным ситуациям РФ;
- Авторская программа Смирнова Д.В., Константинова Ю.С., Маслова А.Г. «Юные туристы - краеведы», рекомендованной Министерством образования и науки РФ для использования в системе дополнительного образования детей

Андреев Н.В. «Топография и картография. М. Просвещение 1985

Ковыш Э. Н. Соревнование туристов. – М.: Физкультура и спорт, 1990

Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю. А. «Туристские слёты и соревнования» М.: Профиздат, 1984

Константинов Ю.С. Туристические слёты и соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТур МО РФ 2000

Константинов Ю.С., Кузнецов Ю. А «Подготовка судейских кадров по туристским соревнованиям» М.: Профиздат, 1982

Лебединский Ю.В. «Слёты и соревнования юных туристов». – Горький, 1965

Попчиковский В.Ю. «Организация и проведение туристских походов»

«Спортивное ориентирование» М.: «ФиС», 1987

«Физическая подготовка туристов» М.: ЦРИБ «Турист», 1985

для обучающихся

Под ред. Гоголева М.И. «Основы медицинских знаний учащихся» М.: «Просвещение» 1991

Константинов Ю.С. «Туристские соревнования учащихся» М.: ЦДЮТ 1995

«Физическая тренировка в туризме» М.: ЦРИБ «Турист» 1989

3.3. Материально-технические условия реализации программы.

- Кружковые занятия проводятся в классном кабинете, спортзале, на улице.

Для занятий используется следующее:

- Аптечка
- Носилки
- Верёвки – диаметром не менее 10 мм, длина 20, 30, 50 метров;
- Карабины; блоки и полиспасты; страховочные системы; опорные петли; средства транспортировки пострадавшего, тенты
- Спускосые устройства (стопер-дисантер, восьмерка)
- Зажимы (жумар, кроль)
- Каски
- Катамаран
- Спас. средства на воде
- Компаса и карты

- Форма одежды туриста должна быть прочной, закрывать руки и ноги.

3.4. Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования. Среднее профессиональное образование - программы подготовки специалистов среднего звена или высшее образование - бакалавриат, направленность (профиль) которого, как правило, соответствует направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися, или преподаваемому учебному курсу, дисциплине (модулю). Дополнительное профессиональное образование - профессиональная переподготовка, направленность (профиль) которой соответствует направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися, или преподаваемому учебному курсу, дисциплине (модулю). При отсутствии педагогического образования - дополнительное профессиональное педагогическое образование; дополнительная профессиональная программа может быть освоена после трудоустройства. Рекомендуется обучение по дополнительным профессиональным программам по профилю педагогической деятельности не реже чем один раз в три года. Отсутствие ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации.

Календарно-тематическое план на 2023-2024 учебный год

Номер занятия	Сроки проведения		Тема	Кол. часов
	Дата проведения	Корректировка		
1.			Вводное занятия. Инструктаж по ТБ	1
2.			Питание в туристическом походе	1
3.			Организация туристического быта, привалы и ночлеги. Подготовка к походу и путешествию.	1
4.			Поход выходного дня	2
5.			Техника и тактика пешего туризма.	1
6.			Обеспечение безопасности в туристическом походе и на тренировках	1
7.			Обеспечение безопасности в туристическом походе и на тренировках. Подготовка к походу и путешествию.	1
8.			Поход выходного дня	2
9.			Техника и тактика пешего туризма	1
10.			Питание в туристическом походе	1
11.			Обеспечение безопасности в туристическом походе и на тренировках	1
12.			Краеведение	1
13.			Техника и тактика пешего туризма. Подготовка к походу и путешествию.	1
14.			Поход выходного дня	2
15.			Личное и групповое туристическое снаряжение	1

16.			Техника и тактика пешего туризма	1
17.			Общая и специальная физическая подготовка	1
18.			Общая и специальная физическая подготовка. Подготовка к походу и путешествию	1
19.			Поход выходного дня	2
20.			Топография и ориентирование	1
21.			Техника и тактика пешего туризма	1
22.			Топография и ориентирование	1
23.			Общая и специальная физическая подготовка	1
24.			Техника и тактика пешего туризма	1
25.			Питание в туристическом походе	1
26.			Краеведение	1
27.			Техника и тактика пешего туризма	1
28.			Личное и групповое туристическое снаряжение	1
29.			Общая и специальная физическая подготовка	1
30.			Топография и ориентирование	1
31.			Техника и тактика пешего туризма	1
32.			Краеведение	1
33.			Топография и ориентирование	1
34.			Техника и тактика пешего туризма	1
35.			Общая и специальная физическая подготовка	1
36.			Техника и тактика пешего туризма	1
37.			Организация туристического быта, привалы и ночлеги	1

38.			Топография и ориентирование	1
39.			Техника и тактика пешего туризма	1
40.			Топография и ориентирование	1
41.			Общая и специальная физическая подготовка	1
42.			Топография и ориентирование	1
43.			Техника и тактика пешего туризма	1
44.			Организация туристического быта, привалы и ночлеги	1
45.			Обеспечение безопасности в туристическом походе и на тренировках	1
46.			Соревнование по технике и тактике пешеходного туризм	1
47.			Обеспечение безопасности в туристическом походе и на тренировках	1
48.			Краеведение	1
49.			Питание в туристическом походе	1
50.			Краеведение. Подготовка к походу и путешествию	1
51.			Поход выходного дня.	2
52.			Общая и специальная физическая подготовка	1
53.			Топография и ориентирование	1
54.			Организация туристического быта, привалы и ночлеги. Подготовка к походу и путешествию.	1
55.			Поход выходного дня.	2
56.			Питание в туристическом походе	1
57.			Организация туристического быта, привалы и ночлеги	1

58.			Обеспечение безопасности в туристическом походе и на тренировках	1
59.			Общая и специальная физическая подготовка	1
60.			Питание в туристическом походе. Подготовка к походу и путешествию	1
61.			Поход выходного дня.	2
62.			Краеведение. Подготовка к походу.	1
63.			Поход выходного дня. Заключительное занятие. Подведение итогов.	2
			Итого:	72

План воспитательной работы на 2023-2024 учебный год

Сентябрь

- Мониторинг развития воспитанников по дополнительному образованию спортивно-туристической направленности
- Непосредственно учебно-воспитательная деятельность по дополнительному образованию «Туризм»
- Индивидуальные консультации по запросам (для воспитанников и их родителей)

Октябрь

- Оформление стенда объединения
- Непосредственно учебно-воспитательная деятельность по дополнительному образованию «Туризм»
- Участие в соревнованиях по парковому ориентированию
- Индивидуальные консультации по запросам (для воспитанников и их родителей)

Ноябрь

- Разработка буклета объединения
- Непосредственно учебно-воспитательная деятельность по дополнительному образованию «Туризм»
- Индивидуальная работа с воспитанниками, находящимися в трудной жизненной ситуации
- Индивидуальные консультации по запросам (для воспитанников и их родителей)

Декабрь

- Непосредственно учебно-воспитательная деятельность по дополнительному образованию «Туризм»
- Мониторинг по удовлетворенности качеством образовательной услуги
- Мероприятие «Новогодняя тренировка»

Январь

- Индивидуальная работа с подростками Группы риска
- Непосредственно учебно-воспитательная деятельность по дополнительному образованию «Туризм»
- Индивидуальные консультации по запросам (для воспитанников и их родителей)

Февраль

- Участие в военно-спортивных мероприятиях
- Непосредственно учебно-воспитательная деятельность по дополнительному образованию «Туризм»
- Индивидуальные консультации по запросам (для воспитанников и их родителей)

Март

- Поздравление мам и бабушек с Международным женским днем
- Непосредственно учебно-воспитательная деятельность по дополнительному образованию «Туризм»
- Индивидуальные консультации по запросам (для воспитанников и их родителей)

Апрель

- Проведение Дня открытых дверей
- Скалодромный фестиваль
- Непосредственно учебно-воспитательная деятельность по дополнительному образованию «Туризм»
- Индивидуальные консультации по запросам (для воспитанников и их родителей)

Май

- Мониторинг по итогам учебно-воспитательной работы объединения
- Турпоход
- Индивидуальные консультации по запросам (для воспитанников и их родителей)