ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. КРАСНЫЙ ЯР
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КРАСНОЯРСКИЙ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР»

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ СОШ с. Красный Яр
_____ С. Н. Жаднова
«_2_» _сентября_ 2019 г.

«ПРИНЯТО»
на заседании педагогического Совета
Протокол №_1_ от «_2_» _сентября_ 2019 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Юный турист»

(туристско-краеведческой направленности)

Возраст детей: 5 - 10 лет
Срок реализации: 1 год (108 часов)

Составители: Ермилина И.В., старший методист,
Акаева Г.А., педагог дополнительного образования

Красный Яр, 2019.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Юный турист»

Ознакомительный уровень

Краткая аннотация:

Дополнительная образовательная программа «Спортивный туризм» ознакомительного уровня предназначена для начинающих заниматься туризмом. Программа призвана познакомить с азами краеведческого и спортивного туризма, поможет получить определённые навыки в этом виде деятельности.

По программе «Юный турист» могут обучаться **дети 5 – 10 лет**, которые в доступной форме познакомятся с основами пешеходного туризма и краеведения, освоят элементы техники и тактики вида спорта «Спортивный туризм».

Реализация данной программы будет способствовать решению задач позитивной социализации обучающихся из сельской местности за счет освоения ими современных социальных практик и организации социально-профессиональных проб в туристско-краеведческой сфере – в походах, на соревнованиях. Программа имеет туристско-краеведческую направленность, в рамках реализации ее обучающиеся овладеют определенным кругом знаний и умений, необходимых путешественникам, примут участие в туристских походах и соревнованиях.

Новизна данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной. Программа состоит из **3 модулей**: «**Основы туристской подготовки», «Зимний туризм» и «Организация туристских походов и соревнований по туризму**» и рассчитана на полную реализацию в течение одного года.

Программа **рассчитана на 1 год.** Объём программы - **108 часов в год** (3 часа в неделю). Режим занятий – 2 раза в неделю по 1 – 2 академических часа, при наполняемости **10 - 15 учащихся** в группе.

Основная цель работы со школьниками по данной программе заключается в формировании целостной разносторонне развитой личности человека; расширении кругозора школьника и начальной профориентации через приобщение подростка к спортивному туризму.

Занятия направлены на решение следующих задач:

- образовательные (формирование туристско-спортивных и эколого-краеведческих знаний; умений и навыков самостоятельной работы в походах, на экскурсиях и соревнованиях, проживания и самообеспечения в полевых условиях, ориентирования на местности, оказания первой медицинской помощи);
- воспитательные (формирование чувства патриотизма и любви к своей Родине, бережного отношения к природе родного края, ко всему живому; вовлечение ребят в практические действия по охране природы и др. общественную деятельность; формирование здорового образа жизни; воспитание нравственных качеств личности, чувства дружбы, взаимопомощи, уважения друг к другу, ответственности за свои поступки);
- развивающие (физическое развитие и спортивный рост, развитие познаватель-ной, творческой и общественной активности учащихся в процессе работы).

В перспективе освоение базового уровня программы «Юный турист» и участие в походах позволит учащимся выполнить требования на региональные значки «Первый поход по Самарской области» и «Юный турист Самарской области», федеральный знак «Юный путешественник» 1-3 степеней, а также на юношеские разряды по спортивному туризму.

Руководитель детского объединения должен иметь опыт участия в туристских походах, путешествиях и иметь специальную подготовку (желательно, не менее, чем «Инструктор детско-юношеского туризма»).

Критерии оценки результативности образовательной деятельности, методов контроля и управления образовательным процессом:

1. посещение занятий обучающимися,
2. выполнение обучающимися контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке на зачетных занятиях,
3. выполнения обучающимися практических заданий и технических элементов по спортивному туризму и физической подготовке на занятиях,
4. участие обучающихся в туристских походах и соревнованиях по программе,

5. положительная динамика результатов участия в соревнованиях,

6. выполнение нормативов на региональные значки «Первый поход по Самарской области» и «Юный турист Самарской области», федеральный знак «Юный путешественник» 1-3 степеней, а также на юношеские разряды по спортивному тур,

7. удовлетворенность обучающихся и родителей процессом обучения (мониторинг).

По окончании обучения обучающиеся получат знания и умения:

- работать с различной туристско-краеведческой и спортивной литературой (справочниками, определителями. картографическим материалом и т.д);
- ориентироваться в незнакомой местности при помощи карты, компаса и по различным особенностям местных предметов, иметь опыт участия в соревнованиях по спортивному ориентированию;
- составлять план путешествия и разрабатывать маршрут; ставить палатку, разводить костёр, готовить пищу; совершать пешие туристские походы и готовить отчёты о них; иметь опыт участия в соревнованиях по спортивному туризму;
- соблюдать правила по технике безопасности, оказывать первую помощь;
- соблюдать правила бережного отношения к окружающей природе.

Итоговая аттестация обучающихся проводится по результатам соревнований, сдачи нормативов, зачётных испытаний. Диагностика личностных изменений воспитанников, его отношение к окружающему миру осуществляется посредством следующими формами и методами: анкетирование и тестирование, обсуждение события или ситуации, выполнение практических заданий, осуществление коллективных творческих дел и др.

Модуль «Основы туристской подготовки»

Реализация этого модуля направлена на ознакомление с основами туризма и краеведения, формирование здорового образа жизни и приобщение к занятиям спортом, приобретение навыков совершения пеших туристских походов и экскурсий по Красноярскому району и Самарской области.

Осуществление обучения детей по данному модулю дает им возможность познакомиться с историей и природой Красноярского района, его туристскими возможностями. Обучающиеся примут участие в пеших однодневных туристских походах и экскурсиях.

Цель модуля: создание условий для формирования интереса к занятиям туризмом и спортом.

Задачи модуля:

- изучить основные туристско-краеведческие понятия – туристский поход, экскурсия, туристские соревнования, туристский бивак, ориентирование на местности и другие;
- сформировать туристско-краеведческие знания, умения и навыки самостоятельной работы в походах, на экскурсиях и соревнованиях, проживания и самообеспечения в полевых условиях, ориентирования на местности, оказания первой помощи;
- научить простейшим правилам поведения в природе и правилам безопасного поведения в походах.

Учебно-тематический план модуля «Основы туристской подготовки»

№ п/п	Тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Туристские путешествия, воспитательная роль туризма.	**1**	**1**	**-**
2	**Подготовка к походу, путешествию**	**14**	**4**	**10**
	Личное и групповое туристское снаряжение в походе.	2	1	1
	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	2	1	1
	Туристские должности в группе. Питание в туристском походе.	2	1	2
	Техника безопасности при проведении туристских походов Правила движения в походе, преодоление препятствий.	3	1	2
	Учебно-тренировочный поход. Подведение итогов туристского путешествия.	4	-	4
	Зачетное занятие.	1	-	1
3.	**Топография и ориентирование**	**7**	**1**	**6**
	Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки карты.	1	1	-
	Способы ориентирования. Ориентирование по горизонту, азимут. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	2	-	2
	Компас. Работа с компасом. Измерение расстояний.	2	-	2
	Зачетное занятие.	2	-	2
4.	**Краеведение**	**6**	**2**	**4**
	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.	1	1	-
	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи.	1	1	-
	Подготовка к походу. Изучение района путешествия. Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры.	2	-	2
	Зачетное занятие.	2		2
5.	**Основы гигиены и первая помощь**	**3**	**1**	**2**
	Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний. Походная аптечка, использование лекарственных растений, основные приемы оказания первой помощи. Приемы транспортировки пострадавшего.	2	1	1

	Зачетное занятие.	1	-	1
6.	**Общая физическая подготовка туриста**	**4**	**1**	**3**
	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травм на занятиях.	2	1	1
	Общая физическая подготовка туриста	2	-	2
7	**Итоговое занятие**	**1**	**-**	**1**
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ по модулю:	**36**	**10**	**26**

Модуль «Зимний туризм»

Реализация этого модуля направлена на ознакомление с особенностями зимнего туризма, формирование здорового образа жизни и приобщение к занятиям спортом, приобретение навыков преодоления природных препятствий и участия в соревнованиях по туризму.

Осуществление обучения детей по данному модулю дает им возможность познакомиться с различным туристским оборудованием, приспособлениями для преодоления препятствий, возможностями спортивной экипировки. Обучающиеся примут участие в соревнованиях, а также в однодневных туристских походах.

Цель модуля: создание условий для формирования интереса к занятиям зимним туризмом.

Задачи модуля:

- изучить основные понятия – полная страховка, спуск, подъём;
- сформировать знания, умения и навыки самостоятельной работы в походах, на соревнованиях, проживания и самообеспечения в полевых условиях, преодоления природных препятствий;
- научить правилам техники безопасности при преодолении природных препятствий.

Учебно-тематический план модуля «Зимний туризм»

№ п/п	Тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Особенности зимнего туризма	**1**	**1**	**-**
2	**Зимний туризм**	**18**	**5**	**13**
	Лыжи – главное средство передвижения туриста зимой. Лыжные тренировки на местности. Предупреждение травм при передвижении на лыжах.	3	1	2
	Природные особенности родного края для организации зимних походов. Туристские возможности в зимний период, обзор экскурсионных объектов. Подготовка к зимнему походу. Разработка маршрута. Изучение района путешествия. Подготовка оборудования. Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры. Подготовка презентации	6	1	5
	Способы ориентирования на местности в зимний период. Ориентирование по горизонту, азимут. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки. Зачетный поход.	9	3	6
3.	**Подготовка к преодолению препятствий**	**9**	**1**	**8**
	Оборудование для зимнего похода. Личное и групповое туристское снаряжение. Организация тренировок в зимний период.	3	1	2
	Техника безопасности при проведении соревнований, преодолении природных препятствий.	1	-	1
	Учебно-тренировочные сборы.	4	-	4
	Зачетное занятие.	1	-	1
4.	**Спортивные игры и соревнования**	**7**	**-**	**7**
	Врачебный контроль, самоконтроль, техника безопасности на соревнованиях	1	-	1
	Подготовка к соревнованиям. Разработка программы, маршрутных листов команд. Подготовка оборудования.	2	-	2
	Организация и проведение соревнований	4	-	4
	Итоговое занятие	**1**	**-**	**1**
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ по модулю:	**36**	**7**	**29**

Модуль «Организация туристских походов и соревнований по спортивному туризму»

Реализация этого модуля направлена на приобретение навыков в области спортивного туризма, опыта участия в многодневных туристских походах и соревнованиях различного уровня по спортивному туризму.

Освоение обучающимися данного модуля даст им возможность познакомиться с историей и природой Красноярского района, его туристскими возможностями. Обучающиеся примут участие в пеших однодневных туристских походах и экскурсиях.

Цель модуля: формирование интереса к занятиям спортивным туризмом и желания продолжить обучение по программе на базовом уровне.

Задачи модуля:

- закрепить знания в области туризма и краеведения;
- сформировать навыки работы в команде, безопасного поведения в туристском походе, на туристских соревнованиях;
- сформировать навыки самостоятельной работы в походах, на экскурсиях и соревнованиях, проживания и самообеспечения в полевых условиях, ориентирования на местности, оказания первой помощи.

Учебно-тематический план модуля «Организация туристских походов и соревнований по спортивному туризму»

№ п/п	Тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	**1**	**1**	**-**
2	**Летний туризм**	**17**	**3**	**14**
	Велотуризм. Велосипедные тренировки на местности. Предупреждение травм при передвижении на велосипедах	4	1	3
	Природные особенности родного края для организации летних походов. Туристские возможности в весеннее-летний период, обзор экскурсионных объектов. Подготовка к летнему походу. Разработка маршрута. Изучение района путешествия. Подготовка оборудования. Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры. Подготовка презентации	6	1	5
	Способы ориентирования на местности в летний период. Действия в случае потери ориентировки. Зачетный поход.	7	1	6
3.	**Подготовка к летнему многодневному походу**	**9**	**-**	**8**
	Личное и групповое туристское снаряжение. Оборудование для бивака. Организация тренировок. Подготовка к многодневному походу с проведением соревнований по спортивному туризму.	1	-	1
	Техника безопасности при проведении соревнований, преодолении природных препятствий.	1	-	1
	Учебно-тренировочные сборы.	4	-	4
	Зачетный поход.	3	-	3
4.	**Спортивные игры и соревнования**	**8**	**1**	**7**
	Врачебный контроль, самоконтроль, техника безопасности на соревнованиях по спортивному туризму	2	1	1
	Подготовка к соревнованиям. Разработка программы, маршрутных листов команд. Подготовка оборудования.	2	-	2
	Организация и проведение соревнований	4	-	4
	Итоговое занятие	**1**	**-**	**1**
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ по модулю:	**36**	**5**	**21**

Прогнозируемые результаты

Освоение данной программы позволит сформировать следующие ключевые компетенции:

- коммуникативные: работа в группе, исполнение различных социальных ролей, умение жить вместе, сопереживать и помогать друг другу;
- информационные: сбор и обработка информации, использование различных носителей;
- жизнь в многокультурном обществе: знакомство с разными сферами деятельности, разными точками зрения на одну проблему, проявление толерантности;
- личностные и социальные: активность, инициативность, самостоятельность, умение брать на себя ответственность и принимать участие в совместном решении.

Программа даёт возможность сформировать у обучающихся патриотическое и гражданское сознание и самосознание, повысить уровень знаний в области спорта, туризма и краеведения, обеспечить развитие духовно-нравственных, творческих, коммуникативных и других способностей школьников.

В результате освоения программы у обучающегося должен быть сформирован стойкий интерес к спортивному туризму, а также к здоровому образу жизни и творческой деятельности.

Обучающийся получит опыт проектной деятельности, участия в походах и соревнованиях, других районных и областных мероприятиях. В перспективе, после освоения всех уровней данной образовательной программы, у обучающегося (выпускника) будут сформированы качества духовно-нравственной личности, воспитаны чувства ответственности, отзывчивости, самостоятельности, патриотизма. Такой выпускник будет иметь активное творческое «Я» при решении проблем, свободно общаться с людьми, стремиться к самосовершенствованию, будет уверен в себе, эрудирован, самостоятелен, выдержан и дисциплинирован.

Формы оценки качества знаний

Контроль над работой обучающихся, оценка их знаний, навыков и умений является важнейшим средством активации и повышения эффективности образовательного процесса. Диагностика и оценка получаемых результатов проводится регулярно в процессе учебного года и подразделяется на:

- текущую, проводимую для определения качества усвоения материала, корректуры планируемых учебных занятий;
- промежуточную (по итогам освоения модуля);
- итоговую (по окончании учебного года).

Используемые формы оценки качества знаний: тестирование, контрольное выполнение заданий, сдача нормативов по спортивному туризму и общефизической подготовке.

Для контроля и диагностики результативности работы проводится начальный, промежуточный и итоговый контроль качества полученных навыков и компетентностей, результаты заносятся в таблицу.

Усвоенные знания и навыки проектной деятельности отражают паспорта проектов, с которыми учащиеся выступают на конкурсах.

Уровень сформированности личностных качеств и степень устойчивости мировоззрения обучающихся оценивается на основе:

- устных опросов (собеседования), анкетирования, тестирования,
- смотра практических навыков,
- процесса наблюдения и анализа активности детей в тематических массовых акциях,
- беседы с родителями, анкетирования родителей,
- анализа диагностики интересов учащихся, проведённых воспитательных мероприятий, наблюдения за изменением отношения обучающихся к товарищам по творческому объединению,
- анализа результатов промежуточной и итоговой аттестации учащихся.

Способы учёта результатов обучения

Отслеживание результатов образовательного процесса проходит во время участия в походах, соревнованиях, в проектной деятельности, при выставлении экспертной оценки творческих работ детей. Учёт личных достижений каждого

учащегося и достижений всего коллектива ведётся в форме личного паспорта достижений и коллективного портфолио.

Контрольно-измерительные материалы:

- Вопросы, задания, тесты по темам;
- нормативы по спортивному туризму и общефизической подготовке.

Ресурсное обеспечение программы (материально-техническое, информационно-методическое, организационное):

Туристское оборудование:

1. Палатка туристическая с тентом и стойками – 3 шт.
2. Коврик теплоизоляционный (пенополиуретановый) – 10 шт.
3. Спальник – 10 шт.
4. Рюкзак с полиэтиленовым вкладышем – 10 шт.
5. Палатка хозяйственная с тентом – 1 шт.
6. Тент костровой и тент хозяйственный – по 1 шт.
7. Набор туристских котлов – 1 комплект (3 шт.)
8. Примус туристский «Шмель» – 1 шт.
9. Канистра (фляга) для воды, 10 литров – 1 шт.
10. Веревка основная (40 м) – 2 шт.
11. Веревка вспомогательная (40 м) – 1 шт.
12. Репшнур (2м) – 10 шт.
13. Карабин -- 10 шт.
14. Страховочные системы – 5 шт.
15. Рукавицы брезентовые – 5 пар
16. Компас – 5 шт.
17. Другое необходимое снаряжение, инвентарь, оборудование по профилю лагеря (ремнабор, аптечка, фонарь электрический, топор, пила, лопата).

Наглядные, методические и другие пособия:

Карты спортивные, физические, административные, туристские; атласы, таблицы, схемы; наглядные пособия и дидактические материалы: фотографии, видеофильмы, репродукции, настольные игры; туристско-краеведческая и спортивная литература; методическая литература.