

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
“Личадеевская средняя школа”

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5D047B83438A39E01BE24E58CC3154B5  
Владелец: КРЮКОВА ЕЛЕНА ФЕДОРОВНА  
Действителен: с 15.04.2025 до 09.07.2026

УТВЕРЖДАНО

Директор: \_\_\_\_\_ Е.Ф.Крюкова  
Приказ №293/1 от 01.09.2025

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа  
«Туризм и ориентирование в школе»  
Туристско- краеведческой направленности**

Уровень – ознакомительный  
**Возраст детей: 11-17 лет**  
**Срок реализации: 1 год**

Составитель:  
Аванян Александра Владимировна  
педагог дополнительного образования

## **Оглавление**

Раздел №1 Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель и задачи программы.....	6
1.3 Содержание программы.....	7
1.4. Планируемые результаты.....	16
Раздел №2 Комплекс организационно-педагогических условий.....	18
2.1 Календарный учебный график.....	18
2.2 Условия реализации программы.....	20
2.3 Формы аттестации.....	21
2.4 Оценочные материалы.....	22
2.5 Методические материалы.....	22
2.6 Список литературы.....	23

## Раздел №1 Комплекс основных характеристик программы.

### 1.1. Пояснительная записка

***Направленность программы*** – туристско-краеведческая.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Туризм и ориентирование в школе» разработана в соответствии:

- Конституцией Российской Федерации;
  - Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», в редакции от 23.07.2025 г.
  - Федеральным законом от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
  - Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2018 №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
  - Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в сфере общего образования;
  - Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
  - Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2021г. №996-р «Об утверждении стратегии развития воспитания до 2025 года»;
  - Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;
  - Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";
  - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
  - Уставом МБОУ Личадеевской СШ
- Направленность программы - Туристско-краеведческая**

- **Уровень сложности:** Стартовый уровень.

**Актуальность программы.** Современное общество стремится к здоровому образу жизни. В частности, это выражается в том, что граждане желают активно проводить досуг, перемещаясь по странам и регионам, совмещая проведение свободного времени с познанием и оздоровлением. Естественно думать, что подобный отдых они желали бы организовать и для своих детей. Активные, одаренные школьники, наделённые естественной жаждой знаний, повышенной, по отношению к взрослым, двигательной активностью, стремлением увеличить объём знаний и расширить свой кругозор не только через обучение за школьной партой, всегда проявляют интерес к самым разнообразным путешествиям.

Поскольку туризм предоставляет возможность организовывать досуг школьников, совмещая отдых с оздоровлением и познанием, то общество должно быть, заинтересовано в школьном туризме. Туризм является надёжной и эффективной формой воспитательного процесса. Педагогическая целесообразность образовательной программы: Образовательная функция туризма школьников заключается в том, что во время занятий закрепляются школьные знания по географии, истории, обществоведению, приобретаются новые знания. Наиболее важной функцией туризма является оздоровительная функция. Смена привычной обстановки, повышенная двигательная активность, самых разнообразных двигательных действий, соблюдение правил личной гигиены в условиях самоконтроля способствуют укреплению здоровья ребёнка, повышению функциональных возможностей его организма. В целом, школьник решает задачи физического воспитания, соблюдая баланс повышения уровня развития двигательных качеств, умений, навыков, умственного, эстетического и нравственного развития. В связи с этим, можно утверждать, что возможности влияния туризма на школьников весьма велики.

### **Отличительная особенность программы.**

Содержание программы рассчитано на занятия с учащимися, проявляющими интерес к естествознанию, физической культуре, туризму и краеведению. Программа предполагает проведение лекционных, групповых, индивидуальных и практических занятий. 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, экскурсии, походы), так и

познавательно-творческой деятельности обучающихся (беседы, коллективное чтение и обсуждение художественных произведений о природе и путешественниках, просмотр видеосюжетов, разработка маршрутов).

**Новизна** программы заключается в том, что при работе с учащимися применяются игровые методы обучения: игры, викторины, конкурсы, соревнования.

Образование учащихся проходит через такие области, как биология, естествознание, искусство, физическая культура и оздоровительно-познавательный туризм, психологическая культура и др. Что способствует освоению обучающимися основ краеведения, приобретению санитарно - гигиенических навыков, ориентирования на местности, формированию физкультурно-туристских знаний, умений и навыков, обучению двигательным навыкам и действиям, общему укреплению здоровья и закаливанию организма, развитию физических качеств, овладению техникой преодоления простейших естественных и искусственных препятствий во время экскурсий на природу, туристских прогулок.

**Адресат программы:** Программа рассчитана на 1 год обучения и адресована учащимся 6-11 классов, проявляющим интерес к самодеятельным туристским путешествиям и краеведению.

Возрастные особенности учащихся используются в данной программе в полной мере. В этом возрасте у подростков проявляется самостоятельность в решении поставленных задач, активность в социальной жизни, стремление быть и считаться взрослыми. Занятия туристско-краеведческой деятельностью позволяет им реализовать свои лучшие качества, умение дружить и ценить дружбу. В старшем школьном возрасте у учащихся возникает потребность разобраться в окружающем мире и в самом себе, происходит поиск смысла, активно формируются устойчивые ценности и системы ценностей, корректируется мировоззрение. Дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса, создание ситуации успеха для каждого учащегося, помогает подросткам выступать в наиболее благоприятной для него роли, находить наилучшее применение своим способностям, полнее раскрывать и выражать индивидуальность.

### **Условия набора учащихся**

Для обучения по данной программе принимаются все желающие, по заявлению родителей. Предварительной подготовки для зачисления в группу не требуется. Набор свободный.

**Количество учащихся в группах - в учебной группе 8 человек**

**Объем программы:** 1 ч в неделю, 36 часов в год

**Формы обучения и виды занятий по программе**

**Формы обучения.** Групповые, парные, индивидуальные. Ведущими методами обучения являются: объяснительно-иллюстрированный и репродуктивный. Деятельный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

На занятиях используются элементы следующих **технологий обучения**: личностно-ориентированные, игровые, развивающие, интегрированные, комплексные занятия.

**Срок освоения программы:** 1 год

**Режим занятий:** периодичность - 1 раз в неделю по 45 минут

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель:** создание оптимальных условий для развития и самореализации школьников, создание условий для формирования у учащихся ключевых компетенций: ценностно-смысловых, учебно-познавательных, социокультурных, коммуникативных через включение их в учебную и практико-ориентированную деятельность в области туризма и краеведения.

Задачи:

**Предметные:**

- расширять знания в области краеведения, отечественной истории, географии;
- учить школьников понимать и ценить обычаи, традиции и устои русского народа, сохранять и продолжать традиции национальной духовности;
- формировать навыки и умения безопасного нахождения в природной среде во время походов и экскурсий;

- учить рациональным приёмам преодоления естественных препятствий, ориентирования на местности;

- способствовать повышению общего уровня информационной культуры;

- прививать умения и навыки самостоятельной деятельности в туристской группе;

- расширять знания учащихся по окружающему миру и экологии, полученные в школе.

**Метапредметные:**

-развивать мыслительную деятельность (сравнение, обобщение, анализ, синтез);  
-способствовать развитию устойчивого интереса к выбранной деятельности;  
-развивать творческую, познавательную и созидательную активность;  
-содействовать развитию психических процессов: памяти, внимания, воображения, мышления;  
-развивать устную речь, умения выступать перед аудиторией.

Личностные:

-формировать умения и навыки самостоятельной деятельности в туристской группе;  
-формировать навыки культуры общения и поведения в социуме;  
-формировать потребность бережного отношения к природе;  
-способствовать формированию навыков физической культуры и здорового образа жизни;  
-воспитывать патриотизм посредством занятия краеведением.

1.3. Содержание программы

**Учебный план**

п/п	Наименование разделов	Ознакомительный уровень		
		В сего	Т еория	П рак- тика
.	Основы туристской подготовки	12	5	7
.	Краеведение	10	5	5
.	Топография и ориентирование	5	3	2
.	Основы безопасности. Основы гигиены, первая помощь пострадавшему	5	3	2
.	Основы экологии	4	2	2

ВСЕГО	36	18	18
-------	----	----	----

п/ п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		в сего	тео рия	практ ика	
.	<b>Основы туристской подготовки</b> <p>1.1. Туристские путешествия, история развития туризма</p> <p>1.2. Туристское снаряжение</p> <p>1.3. Организация туристского быта</p> <p>1.4. Питание в походе</p> <p>1.5. Подготовка и организация туристского путешествия</p> <p>1.6. Учебно-тренировочные походы</p> <p>1.7. Физическая подготовка туриста</p> <p>1.3. Самостоятельная работа.</p>	1 0	5	7	Тестирование, устный опрос, кроссворды, ребусы, игра, анкетирование, собеседование, сдача нормативов, соревнования, поход, отчёт о походе, контрольные упражнения

	<p><b>Краеведение</b></p> <p>2.1. Географическое положение, природные условия и ресурсы Нижегородской области.</p> <p>2.2. История и культура края</p> <p>2.3. Основные ремесла и промыслы Нижегородской области.</p> <p>2.4. Традиции и обычаи</p> <p>2.5. Туристские возможности</p> <p>2.6. Родословие- наши корни</p> <p>2.7. Этнопсихологические особенности русской национальной культуры</p> <p>2.8. Самостоятельная работа.</p>	1 0	5	5	Тестирование, устный опрос, ребусы, кроссворды, мини- доклады, творческий отчёт, защита презентаций
.	<p><b>Топография и ориентирование</b></p> <p>3.1. Топография</p> <p>3.2. Ориентирование</p>	5	3	2	Тестирование, устный опрос, топографический диктант, контрольные упражнения

.	<b>Основы безопасности</b> <b>4.1.Основы гигиены, первая помощь пострадавшему</b> <b>4.2.Техника безопасности при проведении занятий, походов, экскурсий .</b> <b>4.3.Санитарно-гигиенические правила</b> <b>4.4.Основные приемы оказания первой доврачебной помощи</b> <b>4.5. Лесная аптека</b>	5	3	2	Тестирование , устный опрос, наблюдение, контрольные упражнения
.	<b>Основы экологии</b> <b>5.1. Наша планета-Земля</b> <b>5.2. Туризм и охрана природы</b> <b>5.3Наблюдения в природе</b>	4	2	2	Викторины, кроссворды, ребусы, наблюдение, мини-доклады
	<b>ИТОГО</b>	<b>3</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	
		<b>4</b>			

**Итогом деятельности участников ДООП «Туризм и ориентирование в школе» является участие в итоговых соревнованиях по туризму или участие в школьном турпоходе.**

### **Содержание учебного плана**

#### **1.Основы туристской подготовки**

Туристские путешествия, история развития туризма

## Теория

Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков. Воспитательная роль туризма.

Туристские путешествия, история развития туризма. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Виды туризма: пешеходный, водный, горный, лыжный, велотуризм, спелеотуризм. Понятие о спортивном туризме.

## Практические занятия

Анкетирование членов кружка. Знакомство с фото-, видео материалами. Викторина «Знаменитые русские путешественники».

### 1.2. Туристское снаряжение

#### Теория

Личное и групповое снаряжение. Перечень личного снаряжения для похода, требования к нему. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда. Топоры, пилы. Хозяйственный набор: костровое оборудование, рукавицы, ножи, половник. Самодельное снаряжение, не причиняющее вреда природе.

Ремонтный набор, аптечка.

#### Практические занятия

Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за снаряжением, его ремонт. Подготовка личного и группового снаряжения к походу. Игра «Что возьмем с собой в поход?».

### 1.3. Организация туристского быта

#### Теория

Привалы и ночлеги в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Бивак дневной и ночной, для дневок. Выбор места для привала и ночлега (бивака).

Организация работы по устройству бивака (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров. Свертывание лагеря. Уборка места лагеря. Противопожарные меры. Причины возникновения пожаров. Установка палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Туристская песня.

Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров. Правила работы с топором и пилой. Правила хранения и переноски колюще-режущих предметов.

Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Экология и бивачные работы. Правила поведения туриста в природе.

#### Практические занятия

Моделирование ситуаций в походе. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развертывание лагеря, разжигание костра). Обучение пользованию топором, пилой, лопатой, ремонтным инструментом. Уборка бивака. Разучивание и исполнение туристских песен.

#### 1.4. Питание в походе

##### Теория

Значение правильного питания в походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

##### Практические занятия

Составление меню и списка продуктов для 1 дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов.

Подбор рецептов приготовления пищи на костре.

#### 1.5. Подготовка и организация туристского путешествия

**Теория** Права и обязанности участников похода. Подбор группы. Должности в группе постоянные и временные. Распределение обязанностей в группе.

1.6. Определение цели и района похода. Изучение района путешествия: изучение литературы, краеведческого и картографического материала, отчетов о походах. Правила движения в походе. Порядок движения группы на маршруте. Режим ходового дня.

Маршрутный лист и маршрутная книжка. Путевой дневник. Отчетная документация.

Требования к отчету.

##### Практические занятия

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки и подведения итогов похода.

1.7. Работа с краеведческой литературой. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Организация однодневного похода. Систематика и оформление собранного материала. Написание отчета о походе.

## 1.8. Самостоятельная работа

Практические занятия (2 часа)

Подготовка мини-докладов, выполнение практических заданий.

### ***Краеведение***

2.1.Географическое положение, природные условия и ресурсы края

Теория

Рельеф, полезные ископаемые, климат, водные ресурсы, растительный и животный мир края.

Практические занятия

Проведение краеведческих викторин. Подготовка мини-докладов о природе родного края.

2.2.История и культура Нижегородского края

Теория

Сведения о прошлом города. Памятники истории и культуры. Известные земляки.

Практические занятия

Прогулки и экскурсии по городу с посещением памятников истории и культуры.

Проведение краеведческих викторин, составление и решение кроссвордов.

2.3.-2.4.Основные ремесла родного края. Промыслы Нижегородчины. Традиции и обычаи

***Теория***

Промыслы и ремесла Нижегородской области. Народные умельцы.

Жизнь и быт народа. Национальный костюм. Предания старины, устное народное творчество. Хранители духовного облика народа, русский дом (внутреннее убранство избы, курная изба, русская печь), одежда, семейные обычаи (крестины, именины, новоселье, свадьба), русские праздники.

Практические занятия

Игрища и забавы Руси. Творческие мастерские (плетение, вышивка, работа с берестой, глиной и др.).

2.5. Туристские возможности

Наиболее интересные места походов и экскурсий. Музеи Нижегородского края. Особо охраняемые природные территории: «Путешествия по карте».

### ***Практические занятия (4 часа)***

Посещение экскурсионного объекта.

2.6.Родословие- наши корни

**Теория. Рассказ о своей семье, родословие, что такое генеалогическое дерево.**

**Практические занятия. Составление генеалогического дерева.**

**2.7. Этнопсихологические особенности русской национальной игрушки**

**Теория. История игрушечного промысла, особенности русской национальной игрушки.**

**Практические занятия**

Изготовление русской национальной игрушки – тряпичной куклы-оберега.

**2.8. Самостоятельная работа. Практические занятия**

**Творческий проект. Подготовка мини-докладов, выполнение практических заданий.**

**3. Топография и ориентирование**

**Теория**

Понятие о топографической карте. Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и зарамочное оформление. Условные знаки топографических карт. Изображение рельефа на топографической карте. Способы определения расстояний на карте и на местности.

**Практические занятия**

«Путешествие» по карте. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте с помощью линейки, нитки, курвиметра. Измерение своего среднего шага (пары шагов). Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

**Ориентирование**

**Теория**

Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивной карты. Изображение рельефа на спортивной карте.

Компас, его устройство, правила обращения. Азимут, определение азимута. Азимутальное кольцо. Движение по азимуту. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Действия при потере ориентировки. Ориентирование по местным признакам.

**Практические занятия**

Ориентирование карты по компасу. Изучение форм рельефа на карте и на местности. Определение азимута по карте. Упражнения, игры на запоминание

условных знаков, азимута. Ориентирование по местным признакам.

## **Основы безопасности**

### **4.1.Основы гигиены, первая помощь пострадавшему**

4.2. Техника безопасности при проведении занятий, походов, экскурсий  
Дисциплина в походе и на занятиях - основа безопасности. Меры безопасности при  
проведении занятий в помещении и на улице. Правила дорожного движения. Правила  
пожарной безопасности.

Правила дорожного движения для пешеходов. Порядок движения группы в  
населенном пункте, вдоль дорог, при пересечении дорог.

#### **Практические занятия**

Игра-лото «Что можно, что нельзя». Викторины.

### **4.3. Санитарно - гигиенические правила.Теория**

Понятие о гигиене. Гигиенические требования в походе. Гигиена обуви и  
одежды. Умывание, купание, закаливание в походе. Защита окружающей среды от  
загрязнения (умывание, мытье посуды, утилизация бытовых отходов).

#### **Практические занятия**

Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

### **4.4.Основные приемы оказания первой доврачебной помощи**

Теория. Медицинская аптечка. Ее комплектование, хранение,  
транспортировка. Перечень и назначение лекарственных препаратов. Личная  
аптечка туриста.

Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных травмах  
(переломы, кровотечения), тепловом и солнечном ударе, ожогах, укусах насекомых и  
пресмыкающихся. Правила переноски пострадавшего.

#### **Практические занятия**

Комплектование медицинской аптечки. Отработка приёмов оказания первой  
дovрачебной помощи условно пострадавшему: определение травмы, практическое оказание  
помощи. Переноска пострадавшего.

4.5.Лесная аптека.ТеорияДикорастущие лекарственные растения, правила их сбора и  
применение. Ядовитые растения и грибы.

Практические занятия. Изучение лекарственных растений, ядовитых растений и грибов по гербариям и справочникам и нахождение их в природе. Сбор лекарственных растений, сушка и хранение, применение.

## **5. Основы экологии**

Наша планета-Земля

Теория

Биосфера - живая «оболочка» Земли. Роль человека в биосфере. Экология - наука о взаимосвязях в природе. Природные комплексы: леса, луга, поля, водоема. Экологические факторы, их влияние на природные комплексы. Охрана природы.

Практические занятия

Экологические игры и викторины.

### **1.4. Планируемые результаты**

*Ожидаемым результатом* реализации программы является формирование у учащихся в области:

ценностно-смысловых компетенций:

- умение владеть способами самоопределения в ситуациях выбора на основе собственных представлений, умений и навыков;
- умение принимать решения, брать ответственность за последствия, осуществлять самостоятельные действия и поступки на основе выбранных целевых и смысловых установок;
- умение осуществлять индивидуальную образовательную деятельность (траекторию) с учетом общих требований и норм;

учебно-познавательных компетенций:

- умение ставить цель и организовывать процесс её достижения;
- уметь организовывать планирование, анализ, рефлексию, самооценку своей учебно-познавательной деятельности;
- владеть техникой и тактикой пешеходного туризма, ориентирования на местности;
- владеть навыками исследовательской деятельности в области краеведения и экологического окружения;
- умение выступать устно и письменно о результатах своей деятельности с использованием компьютерных средств и технологий (текстовые и графические редакторы, презентации);

-умение видеть красоту окружающего мира;

-умение прогнозировать свои действия по отношению к окружающей среде;

социокультурных компетенций:

-уметь определять свое место и роль, систему взаимоотношения в окружающем мире:

в семье, в классе, туристском объединении;

-владеть культурными нормами и традициями родного края, России;

-иметь представление о системах социальных норм и ценностей в России и других странах;

-иметь осознанный опыт жизни в многонациональном,

многокультурном, многоконфессиональном обществе;

коммуникативных компетенций:

-владеть способами совместной деятельности в группе, приемами действий в ситуациях общения, умениями искать и находить компромиссы;

-владеть способами взаимодействия с окружающими, выступать с устным сообщением, уметь задать вопрос, корректно вести диалог;

информационных компетенций:

-владеть навыками работы с различными источниками информации: книгами, учебниками, справочниками, атласами, картами, определителями, энциклопедиями, каталогами, словарями, Интернетом;

-самостоятельно искать, систематизировать, анализировать и отбирать необходимую для решения учебных задач информацию, организовывать, преобразовывать, сохранять и передавать её;

-применять для решения учебных задач информационные и телекоммуникационные технологии: аудио и видеозапись, электронную почту, Интернет;

природоведческих и здоровьесберегающих компетенций:

-знать и применять правила поведения в экстремальных ситуациях в природной, техногенной и социальной средах;

-знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о собственном здоровье, личной

безопасности; владеть способами оказания первой помощи;

-иметь физическую и техническую подготовку, и умение использовать их в походах и на соревнованиях.

Раздел №2. Комплекс организационно-педагогических условий

**2.1.Календарный учебный график.**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Ко-л-во дней	Ко-л-во часов	Режим занятий
2025-2026	1.09.2025	26.05.2026	36	36	36	1 раз в неделю по 1 часу

**Календарный учебный график**

п/п	месяц	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
.	Сентябрь	Основы туристской подготовки.	Комбинированное	Учебный кабинет, спортзал, школьный двор.	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
.	Октябрь	Основы туристской подготовки. Основы экологии.	Комбинированное	Учебный кабинет, спортзал, школьный двор.	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
.	Ноябрь	Основы туристской подготовки. Краеведение.	Комбинированное	Учебный кабинет, школьный музей, спортзал, школьный двор.	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
.	Декабрь	Основы туристской подготовки. Краеведение.	Комбинированное	Учебный кабинет, спортзал, школьный музей,	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные

				школьный двор.	упражнения
.	Январь	Основы туристской подготовки.  Краеведение. Основы экологии.	Комбинированное	Учебный кабинет, школьный музей, спортзал, школьный двор.	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
.	Февраль	Основы туристской подготовки.  Основы гигиены, первая помощь пострадавшему.  Основы экологии.	Комбинированное	Учебный кабинет, спортзал, школьный двор.	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
.	Март	Основы туристской подготовки.  Топография и ориентирование.	Комбинированное	Учебный кабинет, спортзал, школьный двор.	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
.	апрель	Основы туристской подготовки.  Топография и ориентирование.  Основы экологии..	Комбинированное	Учебный кабинет, спортзал, лесопарк при - школьного двора.	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения
.	май	Основы туристской подготовки.	Комбинированное	Учебный кабинет, лесопарк при - школьного двора, спортзал, луг, школьный	Беседа, тестирование, наблюдение, контрольные упражнения

				двор.	
--	--	--	--	-------	--

## **2.2.Условия реализации программы**

Условиями реализации программы являются: наличие учебного кабинета, спортивного зала, учебно-тренировочной площадки на прилегающей территории, обеспечение наполняемости группы.

### ***Кадровое обеспечение программы.***

Данную программу реализует Аванян Александра Владимировна, педагог дополнительного образования. Образование высшее педагогическое.

### ***Информационное обеспечение программы***

Для информационного обеспечения программы в кабинете имеется аудио, видео оборудование, возможность выхода в интернет.

Программа адаптирована для реализации в условиях временного ограничения (приостановки) по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям. Для непрерывной реализации программы учащимся предлагаются занятия в дистанционном формате.

### ***Интернет-ресурсы:***

**Туристская подготовка:** «История развития туризма в России;

«Туристское снаряжение»; «Снаряжение для походов»; «Особенности личного снаряжения»; «Организация туристского быта»; «Питание в походе» -

[https://vk.com/doc379419075\\_578553312?hash=dcbee8e5f1ee23e52e&dl=f6942b81f3442c89c7](https://vk.com/doc379419075_578553312?hash=dcbee8e5f1ee23e52e&dl=f6942b81f3442c89c7)

«Физическая подготовка к походу» - <https://kuluarpohod.com/articles/snaryaga-v-pohod/fizicheskaya-podgotovka-k-pohodu/>

«Физическая подготовка» - <https://www.youtube.com/watch?v=sqP2RuuxJcM&t=2s>

«Общая и специальная физическая подготовка. Комплекс упражнений для увеличения эластичности мышц».

Краеведение: Презентация «История игрушечного промысла, особенности русской национальной игрушки» -

[https://vk.com/doc379419075\\_589369913?hash=cb05068c55371b5df3&dl=62a4304cc1a91698bf](https://vk.com/doc379419075_589369913?hash=cb05068c55371b5df3&dl=62a4304cc1a91698bf)

Мастер-класс "Изготовление русской национальной игрушки – тряпичной куклы-оберега "пеленашка" -

[https://vk.com/video-199490038\\_456239050?list=5c292c40017f55b1b8](https://vk.com/video-199490038_456239050?list=5c292c40017f55b1b8)

**Топография и ориентирование: «Введение в спортивное ориентирование. Основные понятия» - <https://www.youtube.com/watch?v=WbOpLzG--cA>**

«Базовые упражнения для мелкой моторики» -

<https://www.youtube.com/watch?v=0X52VjxBvuw&t=7s>

«Спортивноеориентирование» - [https://www.youtube.com/watch?v=gEu1h\\_QqnaE](https://www.youtube.com/watch?v=gEu1h_QqnaE)

«Топография условные знаки и обозначения»

<https://hungry-bags.ru/tysyacha/topografiya-uslovnye-znaki-i-oboznacheniya-topograficheskie-znaki-dlya/>

**Основы безопасности. Основы гигиены, первая помощь пострадавшему:**

Презентация «Оказание первой доврачебной помощи в походе»

- <https://nsportal.ru/kotova-elena-mihaylovna>

**Основы экологии: Презентация «Наша планета-Земля»**

**Туристское многоборье: «Туристские слёты и соревнования» -**

<https://www.youtube.com/watch?v=FdDh68VyVLI>

«Техника пешеходного туризма» - <http://jiji.ru/tekhnika-peshexodnogo-turizma/>

### **2.3. Формы аттестации и контроль результатов**

**В течение учебного года в объединении с целью проверки качества знаний, умений и навыков, эффективности обучения проводятся три вида контроля:**  
**входной контроль** – в начале учебного года;  
**промежуточный контроль** – в течение учебного года;  
**промежуточная аттестация** – в конце учебного года.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:**

- грамота, диплом;
- маршрутный лист;
- материалы анкетирования и тестирование;
- протоколы соревнований;
- отзывы детей и родителей.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

- выставки;
- портфолио;
- туристские соревнования;
- итоговый отчет.

### **2.4. Оценочные материалы**

*Контроль знаний, умений и навыков* производится в форме педагогического наблюдения, беседы с учащимися, тестовых заданий, творческих работ, игр на формирование и сплочение коллектива (тимбилдинг), соревнований, зачетного туристского похода.

**Методы проверки:** наблюдение, анкетирование, тестирование, опрос. В процесс оценки собственных достижений вовлекаются учащиеся, что является концентрированным выражением общественного мнения группы о каждом ребёнке.

**Уровень теоретической** подготовки определяется через зачетные теоретические занятия по разделам программы в форме: контрольно-тренировочных тестов и заданий, анкетирования и опроса.

**Уровень практической** подготовки определяется с помощью контрольно-практических заданий, сдачи спортивных нормативов, во время зачетных учебно-тренировочных занятий и сборов, работы учащихся в качестве помощников руководителей, участия в соревнованиях различного уровня, творческих конкурсах, во время зачетных учебно-тренировочных, степенных походов.

**Уровень социально-психологической**, морально-волевой подготовки и воспитанности отслеживается через тестирование и наблюдения педагога.

Наиболее качественные показатели уровня обучения дают итоговые походы и другие многодневные мероприятия, являющиеся для членов объединения своеобразным экзаменом на проверку таких качеств, как самостоятельность, выносливость, физическая подготовка, овладение туристскими и специальными навыками и умениями.

Каждый учащийся оценивается педагогом, друзьями и в зависимости от этой оценки у каждого из них определяется статус в группе.

## **2.5.Методическое обеспечение программы**

Материально-техническая база: спортивный зал, учебное помещение, компьютер, принтер, мультимедийная установка, наглядные пособия, носилки, туристическое снаряжение.

## **2.6. Список литературы**

### **Список литературы для педагога**

- 1.Алексеев А.А. Как писать отчет. М., ЦДЮТиК, 2005.
- 2.Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. – М,ЦДЮТиК, 2002.

3.Григорьев Д.В. Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников.

Методический конструктор. М., «Просвещение» 2010;

4.Балабанов И.В. Однодневные походы. М: Издатель И.В.Балабанов,2003;

5.Балабанов И.В. Узлы. М., 2006

#### **Список литературы для учащихся**

1.Балабанов И.В. Узлы. – Москва, 2006.

2.Бурцев В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориенти- рования.  
– М.: ФЦДЮТиК, 2007.

3.Данилова М. З. Занимательная экология // Воспитание школьников. - 2010. - № 5. - С.25-33.

4.Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. ФЦДЮТК Москва 2005.

5.Кругов А.И. Задачник по краеведению. – Москва «Русское слово», 2006.

6.Крутецкая В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи. –СПб.: Изд. Дом «Литера», 2008.

7.Куликов В.М., Ротштейн Л.М., Константинов Ю.С. Словарь Юного туриста.  
Изд. 2-е стереотип. – М., ФЦДЮТиК, 2008.

8.Лукашенец Д.А. Красная книга: исчезнувшие животные Земли/ Д. Лукашенец, Е. Лукашенец. – М.: Эксмо, 2014. – 96 с.: ил. – (Красная книга для больших и маленьких).

9.Очеретний А. Д. Красная книга. Животные нашего леса / А. Д. Очеретний. – М.: Эксмо, 2014. – 96 с.: ил. – (Красная книга для больших и маленьких).

10.Тихонов А. В. Растения России. Красная книга / А. В. Тихонов. – М.: ЗАО «РОСМЭН-ПРЕСС», 2011. – 172 с.: ил.