

Муниципальное казенное учреждение
«Управление образования администрации Таштагольского муниципального района»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Станция детского и
юношеского туризма и экскурсий»
(МБУ ДО СДЮТЭ)



УТВЕРЖДАЮ
директор МБУ ДО СДЮТЭ
К.Н. Юдицкий
(приказ от 24.08.2023 № 121/1)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
общеобразовательная общеразвивающая программа
«100 ДОРОГ. ПОХОДЫ» 2023
(СТАРТОВЫЙ)

Направленность программы – туристско-краеведческая
Программа ориентирована на учащихся 9-17 лет
Срок реализации – 1 год

Разработчик:
Кызлакова Евгения Ивановна,
заместитель директора по УВР

ПРИНЯТО
педагогическим советом
(протокол от 24.08.2023 № 01)

Содержание

РАЗДЕЛ № 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ».....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Учебный план.....	5
1.4. Учебно-тематический план.....	6
1.5. Содержание программы «100 дорог. Походы»	7
1.6. Планируемые результаты.....	11
РАЗДЕЛ № 2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ».....	12
2.1. Календарный учебный график.....	12
2.2. Условия реализации программы.....	12
2.3. Формы аттестации.....	12
2.4. Оценочные материалы.....	13
2.5. Методическое обеспечение.....	13
2.6. Материально-техническое обеспечение.....	14
Список литературы.....	16

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы. Программа «100 дорог. Походы» имеет туристско-краеведческую направленность.

Туристские походы – уникальный вид деятельности, способствующий воспитанию патриота, определению социально-значимых нравственных ориентиров, познанию родного края и культурных традиций, что позволяет формировать духовно-нравственную личность с активной жизненной позицией.

Данная программа разработана в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р;
- Государственной программой Российской Федерации «Развитие образования» на 2018-2025 гг., утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642;
- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка», протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 года № 3;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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"";
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Законом Кемеровской области – Кузбасса «Об образовании» от 03.07.2013 № 86-ОЗ, в редакции от 04.02.2021 № 13-ОЗ;
- Уставом и локальными нормативными актами МБУ ДО СДЮТЭ.

Актуальность. Программа «100 дорог. Походы» расширяет географический кругозор учащихся, дает новые знания в области туристического дела. Участие в походах способствует укреплению психического и физического здоровья, совершенствованию навыков общения и взаимодействия личности и группы в социуме. Путешествия, экскурсии, наблюдения за природой оказывают позитивное воздействие на интеллектуальное, физическое, духовное развитие детей.

Педагогическая целесообразность. Туризм обладает огромным воспитательным потенциалом, он приучает детей переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность за общее дело; учит бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, сил, имущества; формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности учащихся.

Пройдя обучение по программе, учащиеся смогут свободно ориентироваться в дикой природе, стойко переносить тяготы бытовой неустроенности, приобретут навыки поведения в экстремальных ситуациях, научатся оказывать первую помощь.

Отличительной особенностью данной программы является тот факт, что в рамках одного детского объединения учащиеся получают возможность приобрести общие начальные туристские навыки, пройти специализацию в пеших, лыжных туристских походах и спортивном ориентировании, повысить свое образование в области краеведения.

Программа разработана с учетом местных, региональных условий и особенностей на

основе типовой программы дополнительного образования «Туристы-проводники» /Константинов Ю.С., д.п.н., заслуженный учитель Российской Федерации, Москва, ФЦДЮТиК, 2014.

Адресат программы. Данная программа предназначена для детей 9 – 17 лет.

Набор учащихся в объединение свободный, независимо от национальной и половой принадлежности, социального статуса родителей (или законных представителей).

Учебная группа формируется из учащихся предпочтительно одной возрастной группы, но возможен разновозрастной состав.

Набор в объединение осуществляется на основе личного желания учащихся и при наличии справки от врача о состоянии здоровья и допуске к занятиям.

Объем и срок реализации программы, режим занятий.

Программа стартового уровня рассчитана на 1 год обучения и составляет 216 часов. *Продолжительность занятий* по 6 часов в учебную неделю, включая теоретические и практические занятия по 40 минут, как в помещении, так и на местности.

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

Период обучения	Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество недель	Количество часов в год
1 год	3 часа	2 раза	6 часа	36	216 часов

Количество учащихся в учебной группе: 10 – 20 человек.

Вид учебной группы: постоянный состав.

Формы обучения: фронтальная, групповая.

Основные формы организации обучения:

- учебное занятие,
- практическое занятие на местности,
- поход.

Форма «учебное занятие» используется для изучения материала, предваряющего туристский поход.

Практическое занятие на местности направлено на совершенствование навыков и умений, полученных в процессе изучения теоретических тем и разделов.

Поход – это проверка первичных навыков туризма, ориентирования на местности и краеведческой деятельности. В походе они учатся самостоятельности, ответственности и трудолюбию.

Походы — очень важная и, главное, интересная сторона жизни детей и подростков, способствующая активному познанию родного края, приобретению туристских знаний, умений и компетенций.

Особенности организации образовательного процесса. Помимо традиционных образовательных технологий реализация данной программы предусматривает возможность использования дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, что обеспечивает освоение учащимися образовательной программы в полном объеме независимо от места нахождения учащихся.

В дистанционном режиме могут быть организованы:

- учебные занятия, мастер-классы, видеоконференции;
- конкурсы с дистанционным представлением выполненных учащимися работ;
- занятия в формате видеоконференций или с дистанционной передачей видеозаписей упражнений.

Воспитательный аспект реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Воспитательная деятельность является неотъемлемой частью

воспитательно-образовательного процесса в ходе реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

План воспитательной работы детского объединения составляется педагогом дополнительного образования – руководителем объединения на каждый учебный год с учетом программы воспитания учреждения, общих традиционных мероприятий и направленности детского объединения.

Воспитательная работа направлена на сознательное овладение учащимися социальным и культурным опытом, формирование у них социально-значимых ценностей и социально-адекватных способов поведения через включение в образовательную и культурно-досуговую деятельность.

Воспитательная деятельность осуществляется при активном взаимодействии с родителями с целью усиления их роли в становлении и развитии личности ребенка. Это способствует повышению удовлетворенности родителей созданными условиями для творческого развития личности ребенка и его достижениями; активизации участия родителей в подготовке и проведении мероприятий, как для детского объединения, так и общеорганизационных.

Реализация воспитательной составляющей дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы позволяет обеспечить позитивные межличностные отношения в группе учащихся, развитие и обогащение совместной деятельности, оптимизацию общения участников детско-взрослого сообщества.

Форма обучения: очная (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 2).

Характеристика программы:

тип: *дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа*

направленность: *туристско-краеведческая*

уровень реализации программы: *стартовый*.

1.2. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Цель: освоение учащимися основ туристской подготовки и познание родного края.

Задачи:

Предметные:

- обучить основным навыкам туризма и безопасного поведения в природе;
- познакомить с культурно-историческим наследием родного края;
- обеспечить усвоение основ спортивного ориентирования.

Метапредметные:

- способствовать развитию интереса к исследованию родного края;
- способствовать физическому развитию и формированию навыков здорового образа жизни;
- развивать наблюдательность, познавательную самостоятельность, интеллектуальные и творческие способности учащихся.

Личностные:

- формировать у детей бережное отношение к природе;
- воспитывать уважение к природному и культурному наследию родного края;
- воспитывать волевые качества личности, уважительное отношение к людям, ответственность, трудолюбие, доброту, честность, взаимопомощь.

1.3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов	Распределение учебной нагрузки		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Организация и подготовка похода	16	6	10
3	Туристское снаряжение	16	4	12
4	Гигиена туриста, первая помощь	8	2	6
5	Туристический бивак	28	8	20

6	Топография и ориентирование	18	6	12
7	Краеведение	24	8	16
8	Физическая подготовка	24	4	20
9	Туристические походы	80	10	70
Всего		216	51	165

1.4. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Анкетирование
2	Организация и подготовка похода	16	6	10	Наблюдение, тест
	Требования к снаряжению	4	2	2	
	Распределение обязанностей	2	1	1	
	Правила разведения костра	4	1	3	
	Питание в походе	4	1	3	
	Экологическая культура	2	1	1	
3	Туристское снаряжение	16	4	12	Зачет
	Личное снаряжение	4	1	3	
	Групповое снаряжение	4	1	3	
	Специальное туристское снаряжение	8	2	6	
4	Гигиена туриста, первая помощь	8	4	4	Зачет
	Личная гигиена туриста. Походная аптечка	2	1	1	
	Нормы нагрузок в путешествии	2	1	1	
	Заболевания и травмы в походе	2	1	1	
	Съедобные растения и грибы	2	1	1	
5	Туристический бивак	28	8	20	Командное соревнование
	Привал и бивак в походе	16	4	12	
	Типы костров и их назначение	8	2	6	
	Умывание и купание в походе	4	2	2	
6	Топография и ориентирование	18	6	12	Конкурс, соревнование
	Топография	6	2	4	
	Ориентирование	6	2	4	
	Определение расстояний различными способами	6	2	4	
7	Краеведение	24	8	16	Презентации о крае, викторина
	История Кемеровской области, г. Таштагол	10	4	6	

	Географическое положение, рельеф и климат Кемеровской области, г. Таштагол	10	2	8	
	Охрана природы	4	2	2	
8	Физическая подготовка	24	4	20	Контрольные нормативы, тест
	Физическая подготовка	14	2	12	
	Влияние физических упражнений на организм	2	1	1	
	Морально-волевая подготовка	8	1	7	
9	Туристические походы	80	10	70	Наблюдение, выполнение контрольных заданий
	Подбор группы и распределение обязанностей	4	2	2	
	Оформление походной документации	4	2	2	
	Составление меню и списка продуктов	4	2	2	
	Подготовка снаряжения	4	2	2	
	Походы выходного дня (1-3 дневные)	60	-	60	
	Подведение итогов туристского похода	4	2	2	
Всего		216	51	165	

1.5. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Ознакомление учащихся с планом работы объединения на год. Значение туризма и спортивного ориентирования в пропаганде активного и здорового образа жизни. Проведение инструктажа по правилам безопасного поведения. Правила внутреннего распорядка для учащихся.

Практика. Игры на знакомство, сплочение детского коллектива, выявление индивидуальных особенностей членов учебной группы.

Контроль. Анкетирование.

2. Организация и подготовка похода (16 часов)

Теория. Укладка в рюкзак личного снаряжения. Удобная одежда и обувь в походе. Состав ремонтного набора и аптечки.

Распределение обязанностей по построению, движению, созданию бивака и приготовлению пищи. Возможные опасности при движении, пересечении дорог, непредсказуемые погодные условия, ядовитые насекомые, пресмыкающиеся и растения.

Правила разведения костра и приспособления для приготовления пищи. Обязанности завхоза по питанию. Обязанности дежурных по кухне. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре.

Питание в походе (нормы закладки продуктов на одного человека). Весовые и калорийные нормы дневного рациона. Перечень наиболее часто применяемых в туристских походах продуктов и блюд, их калорийность, стоимость, вес. Правила раскладки продуктов по рюкзакам. Хранение, экономия и учет расхода продуктов в пути. Пополнение продовольствия в пути, использование ягод, грибов, свежей рыбы, различных трав и растений для приготовления пищи. Технология приготовления походных блюд.

Экологическая культура в пути и на месте стоянки. Взаимовыручка и поддержка товарища по походу.

Значение, режим и особенности организации питания туристов в сложном спортивном походе.

Практика. Проведение туристических походов и отработка полученных знаний на местности. Проведение конкурса туристического мастерства. Викторина «Съедобные растения нашего края», индивидуальные зачеты по основным теоритическим моментам раздела.

Контроль. Наблюдение, тест.

3. Туристское снаряжение (16 часа)

Теория. Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста, требования к каждому предмету.

Личное снаряжение. Одежда и обувь туриста в дальнем походе, типы рюкзаков, оборудование рюкзака. Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, рукавицы, свитер, сменная обувь, белье, носки). Типы лыж, какие лыжи и крепления пригодны для похода, установка и подгонка креплений, смоление и смазывание лыж. Предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка).

Групповое снаряжение. Особенности снаряжения для 1-3 дневных походов и многодневных походов по малонаселенной местности. Типы палаток, подготовка палаток к походу (конструкция стоек, колышки, веревки, амортизаторы, тенты, полог, подстилка, проклеивание швов). Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Обязанности старшего по палатке. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хознабор). Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды. Топоры, пилы.

Специальное туристское снаряжение (страховочная система, веревки, карабины, жумары, спусковые устройства и т.д.). Узлы: простой и двойной проводник, восьмерка, прямой, схватывающие узлы, встречный.

Практика. Техника вязания узлов. Отработка полученных навыков в выходах на местности. Командный конкурс на самый уютный бивуак. Индивидуальные и командные соревнования по установке палатки, укладке рюкзака, ремонту различного туристического оборудования и снаряжения.

Контроль. Зачет.

4. Гигиена туриста, первая помощь (8 часов)

Теория. *Личная гигиена туриста.* Обувь туриста, уход за ногами и обувью вовремя похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Врачебный контроль. Самоконтроль в походе и на экскурсии.

Нормы нагрузок в путешествии. Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды.

Содержание походной аптечки. Индивидуальный медицинский пакет туриста.

Признаки заболеваний и травм. Умение оказать помощь при повреждениях кожи, растяжения мышц, вывихе сустава. Искусственное дыхание. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями и укусов насекомых, обморожениях, головных болях, желудочных, простудных заболеваниях. Умение накладывать простейшую повязку на руку и ногу. Умение организовать транспортировку пострадавшего.

Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах. Купание в походе.

Знание съедобных растений и грибов, умение использовать лекарственные растения на практике. Знание и умение отличать в гербарии, на рисунках, в походе и на экскурсии лекарственные и ядовитые растения родного края. Применение растений в быту и медицине. Знание и умение отличать съедобные грибы от ядовитых.

Практика, Отработка приобретенных навыков в туристическом походе. Викторина «Ядовитые растения родного края. Викторина «Лекарственные растения родного края». Конкурс «Оказание первой помощи в походе».

Контроль. Зачет.

5. Туристский бивак (28 часов)

Теория. Что такое *привал и бивак в походе*. Основные требования к месту привала и бивака. Эстетические требования к месту бивака. Гигиенические требования к месту бивака. Планирование и разведка места бивака, вынужденная остановка на ночлег. Туристский бивак в холодное время года, при непогоде, при отсутствии доброкачественной воды. Организация бивачных работ. Типовая планировка территории бивака, элементы комфорта на туристском биваке. Место для установки палаток. Место для вещей и обуви.

Типы костров и их назначение. Выбор места для костра. Место для разделки дров. Поведение туристов у костра, сушка личного и группового снаряжения.

Умывание и купание. Правила безопасности при купании. Уборка мусора, гашение костра, свертывание бивака. Особенности организации ночлега в населенных пунктах.

Практика. Отработка полученных навыков на местности. Командный конкурс на самый уютный бивуак. Разведение костра при ветре, дожде, тумане; «кислородное голодание» костра, способы регулирования пламени костра. Отработка приемов установки палатки в различных условиях. Конкурс на звание лучшего кострового.

Контроль. Командное соревнование.

6. Топография и ориентирование (18 часов)

Теория.

Топография. Виды и свойства топографических карт. Масштаб карты (численный, именованный и линейный). Умение определять расстояние на карте. Знание условных знаков спортивной карты и умение по ним читать карту. Ориентирование с помощью карты и компаса. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейными и числовыми масштабами. Курвиметр.

Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте. Измерение направлений (азимутов) на карте. Транспортир.

Ориентирование. Ориентирование без компаса и карты. Ориентир по аэрофотоснимкам. Определение сторон горизонта по Солнцу. Ориентирование по Луне. Две Медведицы. Положение Полярной звезды. Ориентирование по местным признакам в лесу и степи.

Компас и его устройство. Работа с компасом и картой. Определение по компасу азимута. Движение по азимуту. Использование данных современных космических технологий при ориентировании на местности.

Спортивная карта. Условные знаки, легенды спортивных карт. Ориентирование по спортивной карте.

Виды ориентирования на туристских соревнованиях: ориентирование в заданном направлении, по выбору, маркированный и азимутальный маршруты, ориентирование по легенде.

Определение расстояний различными способами. Приближенные измерения на местности. Походные эталоны: средняя длина шага, размеры подручных средств (лопаты, топоры, спичечные коробки, карандаши и авторучки). Глазомер. Видимый горизонт. Походные дальномеры.

Практика. Самостоятельное изготовление простейших планов местности и карт. Ориентирование с помощью карты и компаса на местности. Конкурс знатоков условных знаков топографической и спортивной карты. Составление памяток по работе с картой.

Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка). Ориентирование карты по компасу. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния.

Глазомерная оценка расстояний до предметов.

Контроль. Конкурс, соревнование.

7. Краеведение (24 часа)

Теория. *История Кемеровской области. Город Тагитгол* и его окрестности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Географические особенности Горной

Шории. *Охрана природы*. Краеведческая работа в походе. Краеведческие наблюдения, используя данные современных космических технологий, сбор и оформление краеведческого материала. Ведение полевого дневника. *Географическое положение, рельеф и климат*. История заселения и освоения территории. Культурное наследие в виде памятников истории, природы, архитектуры.

Практика. Практические работы с картами Кемеровской области, Горной Шории. Составление маршрутов путешествий по Горной Шории, окрестностям г. Таштагола.

Контроль. Презентации о крае, викторина.

8. Физическая подготовка (24 часа)

Теория: *Физическая подготовка* – основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрутов туристских походов.

Краткие сведения о строении, функциях организма и *влиянии физических упражнений на организм*. Значение физической подготовки для туриста. Морально-волевая подготовка. Закаливание. Утренняя зарядка.

Практика: Упражнение на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц. Упражнения с сопротивлением. Упражнения со скакалкой, гантелями. Элементы акробатики.

Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Лыжный спорт. Гимнастические упражнения. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол.

Контроль. Контрольные нормативы, тест.

9. Туристические походы (80 часов)

Практика: *Подбор группы и распределение обязанностей*. Составление подробного плана-графика похода.

Оформление походной документации и получение разрешения на выход в поход. Утверждение маршрутов многодневных походов в маршрутно-квалификационной комиссии (МКК). Смотр готовности группы, его цели.

Смета расходов на подготовку и проведение похода. *Составление меню и списка продуктов*. Фасовка и упаковка продуктов.

Подготовка снаряжения.

Походы выходного дня (1-3 дневные).

Подведение итогов туристского похода, путешествия.

Контроль. Наблюдение, выполнение контрольных заданий

1.6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В процессе изучения данной программы учащиеся достигнут следующих результатов:

Предметные:

- приобретут основные навыки туризма и безопасного поведения в природе;
- познакомятся с культурно-историческим наследием родного края;
- научатся ориентироваться на местности.

Метапредметные:

- разовьют интерес к исследованию родного края;
- повысят уровень физического развития и сформируют навык здорового образа жизни;
- разовьют наблюдательность, самостоятельность, интеллектуальные и творческие способности.

Личностные:

- сформируют бережное отношение к природе и культурному наследию родного края;
- разовьют такие волевые качества личности как целеустремленность, инициативность, решительность, дисциплинированность.
- сформируют уважительное отношение к людям, ответственность, трудолюбие, честность, научатся взаимоотношениям в коллективе.

К концу обучения учащиеся будут знать:

- требования техники безопасности при проведении занятий и походов;
- перечень необходимого личного снаряжения для похода выходного дня и многодневного похода;
- основные правила укладки рюкзака;
- основные элементы топографической карты, условные обозначения;
- основные приемы ориентирования на местности;
- состав и назначение компонентов походной аптечки;
- виды повязок и способы их наложения;
- основные этапы постановки лагеря;
- обязанности дежурного;
- основы питания в походе;
- историю, географические достоинства и достопримечательности родного края и

уметь:

- грамотно собрать рюкзак;
- разжечь костер;
- обращаться с основным туристским снаряжением: спальник, пенополиуретановый коврик, топор, пила, костровой набор, котлы, палатка, тент;
- работать с картой и компасом, ориентироваться без карты и компаса;
- оказать первую помощь при ранах, травмах и кровотечениях;
- вместе с остальными участниками группы поставить лагерь;
- осуществлять дежурство в бригаде;
- правильно осуществлять хранение продуктов;
- завязывать основные узлы;
- вести наблюдения за явлениями природы, бережно относиться к ней.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Режим организации занятий по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Сто дорог. Походы» определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утвержденным СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» № 28 от 28.09.2020 г.

Начало учебного года – до 15 сентября.

Окончание учебного года – 31 мая.

Продолжительность занятий – 40 минут, перерыв – не менее 5 минут.

№	Год обучения	Периоды обучения	Объём учебных часов	Всего учебных недель	Режим работы	Количество учебных дней
1	1	Сентябрь-май	216	36	2 раз в неделю по 3 часа	72

2.2. Условия реализации программы

Условиями реализации программы являются: наличие учебного кабинета, полигона по спортивному ориентированию и туризму, необходимого туристского снаряжения и инвентаря для организации занятий по туризму, спортивному ориентированию, технических средств; обеспечение наполняемости группы в соответствии с программой.

Организация учебного процесса по программе составляет в течение учебного года 36 недель. В каникулярное время можно увеличивать объемы учебно-тренировочных нагрузок и продолжительность занятий. Как правило, в это время организуются учебно-тренировочные походы, сборы, профильные лагеря с круглосуточным пребыванием занимающихся.

Рекомендуется использовать методику «погружения» детей (подростков) в проблему (учебно-тренировочный или образовательный процесс, туристско-спортивные мероприятия или организация быта в полевых условиях), для разрешения которой необходимо коллективно-командное (самостоятельное) решение комплекса задач за сравнительно ограниченный временной отрезок с полной концентрацией средств и сил.

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении учебного материала, при проведении каждого занятия, тренировки, старта, похода.

В период летних каникул проводится многодневный зачетный туристский поход, экспедиция, подготовка к которым должна осуществляться в течение всего года.

2.3. Формы аттестации

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 (сентябрь);
- **текущий контроль** – в течение учебного года;
- **промежуточный контроль** – по итогам первого полугодия (январь)
- **промежуточная аттестация** – в конце учебного года (май).

Контроль знаний, умений и навыков производится в форме:

- педагогического наблюдения,
- беседы с учащимися,
- тестовых заданий,
- творческих работ,
- конкурсов, викторин,

- соревнований,
- зачетного туристского похода.

2.4. Оценочные материалы

Для выявления результатов достижения каждого ребенка используются следующие *методы проверки*: наблюдение, анкетирование, тестирование, опрос.

Уровень теоретической подготовки определяется через зачетные теоретические занятия по разделам программы в форме:

- контрольно–тренировочные тесты и задания;
- анкетирование;
- опрос.

Уровень практической подготовки определяется с помощью:

- контрольно-практических заданий,
- сдачи спортивных нормативов,
- участие в творческих конкурсах, походах.

Уровень морально – волевой подготовки и воспитанности отслеживается через:

- тестирование,
- наблюдения.

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

Степень достижения результатов оценивается по трем уровням:

- *низкий* уровень: учащийся выполняет задания по инструкции, под руководством педагога, без активного желания участвует в общественно полезных делах;
- *средний* уровень: учащийся выполняет задания при консультативной помощи педагога, охотно участвует в общественно полезных делах, но сам не проявляет инициативы;
- *высокий* уровень: учащийся выполняет задание самостоятельно, сам проявляет творчество и инициативу в организации общественно полезных дел.

2.5. Методическое обеспечение программы

Занятия по программе «Сто дорог. Походы» представляют собой форму организации групповой деятельности. Содержание этой деятельности определяется, в первую очередь, той темой, которая предлагается учащимся для рассмотрения, а также отработкой соответствующих компетенций по использованию осваиваемого материала.

Изучение материала построено на активных и интерактивных формах обучения по следующим принципам - «от простого к сложному», «от известного к неизвестному», «от общего к частному».

В программе активно используются следующие **технологии и методы** проведения занятий:

- *словесные методы*: рассказ, беседа;
- *наглядные методы*: наблюдения, демонстрация;
- *практические*: эксперименты, опыты;
- *частично-поисковый* (эвристический) метод, метод исследования;
- *технологии взаимодействий* с окружающим миром;
- *личностно-ориентированные* технологии обучения;
- *информационные технологии*;
- *методы стимулирования* познавательного интереса – соревнования, викторины, конкурсы.

2.6. Материально-техническое обеспечение

Для обеспечения процесса обучения по данной программе необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

№ п/п	Наименование	Кол-во единиц
1	Палатки туристские	Компл.
2	Тенты для палаток (верхние и нижние)	Компл.
3	Колышки, стойки для палаток	Компл.
4	Топор в чехле	2
5	Таганок костровый	2 шт.
6	Пила двуручная в чехле	1
7	Каны (котлы) туристские	2 компл.
8	Тросик костровый	1 шт.
9	Тент хозяйственный	1 шт.
10	Клеенка кухонная	2 шт.
11	Посуда для приготовления пищи (каны, ножи, терка, консервный нож и т. п.)	Компл.
12	Рукавицы костровые (брезентовые)	Компл.
13	Секундомер электронный	2 шт.
14	Компас жидкостный	Компл.
15	Аптечка медицинская в упаковке	Компл.
16	Ремонтный набор в упаковке	Компл.
17	Лопата саперная в чехле	1 шт.
18	Веревка основная (40 м)	3 шт.
19	Веревка вспомогательная (40 м)	2 шт.
20	Петли прусика (веревка 8 мм)	Компл.
21	Система страховочная	Компл.
22	Карабин туристский	Компл.
23	Планшеты для зимнего ориентирования	Компл.
24	Призмы для ориентирования на местности	Компл.
25	Компостеры для отметки на КП	Компл.
26	Курвиметр	10 шт.
27	Рулетка 15–20 м	1 шт.
28	Лента мерная	Компл.
29	Термометр наружный	2 шт.
30	Термометр водный	2 шт.
31	Планшет для глазомерной съемки местности	4 шт.
32	Дальномер простейший	4 шт.
33	Школьный атлас	1 экз.
34	Определитель птиц, фауны	1 экз.
35	Экран демонстрационный	1 шт.
36	Полевой определитель «Птицы открытых и околоводных пространств»	1 экз.
37	Карандаши цветные, чертежные	Компл.
38	Транспортер	Компл.
39	Карты топографические учебные	Компл.
40	Учебные плакаты по лыжному туризму (спорту)	Компл.
41	Условные знаки спортивных карт	Компл.
42	Условные знаки топографических карт	Компл.

43	Учебные плакаты «Туристские узлы»	Компл.
44	Маршрутные документы (маршрутные листы)	Компл.
45	Карты спортивные, планы местности, планы микрорайона школы, карты своей местности	Компл.
46	Весы напольные	1 шт.
47	Компьютер, принтер, сканер	1 шт.
48	Тонометр	2 шт.

Рекомендуемый перечень личного туристского снаряжения учащегося

1. Рюкзак
2. Туристские ботинки или обувь на твердой подошве
3. Обувь спортивная (типа шиповки)
4. Сапоги резиновые
6. Головной убор
7. Штормовка и брюки (ветрозащитный костюм)
8. Спортивный тренировочный костюм
9. Свитер шерстяной
10. Брюки ветрозащитные
11. Столовые принадлежности (тарелка, кружка, ложка, нож складной)
12. Блокнот и ручка
13. Мазь от кровососущих насекомых
14. Варежки
15. Коврик туристский
16. Лыжи с креплениями и ботинками
17. Лыжные палки
18. Лыжная шапочка
19. Перчатки рабочие
20. Носки шерстяные – 2 пары, хлопчатобумажные – 2 пары.
21. Сидушка походная

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Коструб А. А. Медицинский справочник туриста. М: Профиздат, 1990 г, 256 с.
2. Куприн А. М. Занимательная топография. М.: Просвещение, 1977 г., 121 с.
3. Курилова В. И. Туризм. Учебное пособие для педагогических институтов. М.: Просвещение, 1988 г, 222 с.
4. Линчевский Э. Э. Психологический климат туристской группы. М.: Физ-культура и спорт, 1981 г, 111 с.
5. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков. Сборник ГОУ «Балтийский Берег», Санкт-Петербург. СПб.: ИД «Петрополис», 2007 г.
6. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. Ведомственная инструкция. М.: ЦДЮТ МО РФ, 1995 г.
7. Стрижев А. Н. Туристу о природе. (Мир туристских интересов – фенологические наблюдения в походе). М: Профиздат, 1986 г, 176 с
8. Скрыгин Л. Н. Морские узлы. М: Транспорт, 1994 г, 128 с.
9. Штюрмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М.: Физкультура и спорт, 1983 г, 143 с.
10. Штюрмер Ю. А. Краткий справочник туриста. М.: Профиздат, 1985 г.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Атлас Кемеровской области
2. Калишева Г.П. Легенды горы Зеленой. Кемерово: «СКИФ», «Кузбасс», 2004.
3. Куприянов А.Н., Манаков Ю.А. Природа Кузбасса, или Приключения зеленого кузнечика Кузи. Кемерово: Кузбасс, 2004.- 72с.
4. Лаврина В.Л. История Кузбасса в рассказах для детей от древних веков до нашего времени, 3-е изд. Кемерово: Кузбасс, 2007.- 80 с.
5. Соловьев Л.И. Книга о природе Кузбасса для младших школьников и их родителей: учебное издание. Кемерово: Фабрика современной печати, 2008.
6. Среди гор великих каменных. М.: Студия «Панорама», 1988 – 32 с.