

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Сазоновская средняя общеобразовательная школа»

Принято:
на педагогическом совете
Протокол № 1 от 29.08.2023

Утверждено:
приказ № 136 от 30.08.2023 г.
директор  И.В.Проничева



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности «Спортивный туризм»**

Возраст обучающихся: 13-15 лет

Срок реализации: 2023-2024 уч.год

Разработал: Учитель географии
Петров Игорь Николаевич

п. Сазоново

2023 г.

Пояснительная записка

Туристско-краеведческая деятельность - это комплексное средство гармоничного развития детей и юношества, заключающееся в активном познании и улучшении окружающей среды и самих себя в процессе туристических путешествий.

Занятия в туристско-краеведческих детских объединениях (кружках): способствуют возрождению духовности, национального сознания, любви к родной стране у подрастающего поколения; воспитывают уважение к человеку и его труду; повышают результативность обучения и воспитания благодаря использованию ярких примеров из окружающего мира; обогащают опытом совместной деятельности, общения; способствуют личностному развитию ребенка; развивают желание пополнять собранными во время походов и экскурсий материалами краеведческие, школьные музеи, создавать новые; научат постоянно следить за экологическим состоянием окружающей среды и своевременно знакомить с результатами исследований общественность.

Туристско-краеведческая деятельность является не только способом проведения свободного времени, но и формой воспитательного воздействия на личность, в связи с этим выделяют следующие ее функции:

- 1) воспитательная функция. Каждое туристское путешествие формирует определенный опыт терпеливого преодоления неудобств, воспитывает любовь и уважение к людям, родному краю, учит уважительно относиться к традициям своего и других народов;
- 2) развивающая функция. В процессе путешествий происходит развитие познавательной активности, коммуникативных умений и навыков, обеспечивается возможность адекватного самопознания;
- 3) познавательная функция. Она заключается в познании мира, накоплении опыта, формировании мировоззрения каждого путешественника. Осуществляя поход или экскурсию по родному краю, юные краеведы и туристы получают знания о географических, исторических, экологических особенностях окружающей среды, учатся сохранять их для следующих поколений, что способствует развитию науки, культуры, искусства и других областей человеческого общества;
- 4) социализирующая функция. Совершенствуются навыки взаимодействия с другими людьми, правила поведения в коллективе.

5) рекреационная функция. Туристские путешествия способствуют улучшению физического и психологического здоровья юных исследователей, которые получают новые впечатления.

Актуальность программы

В настоящее время содержание, роль, назначение и условия реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ закреплены в следующих нормативных документах:

Федерального Закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федерального закона РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);

Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

Концепции развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СП-2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Устава МБОУ «Сазоновская СОШ»

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы «Спортивный туризм» является то, что она дает представление о туристско-краеведческой деятельности в целом, нацелена на подготовку обучающихся к участию в массовых туристско - краеведческих мероприятиях, закладывает основы организации туристского быта и техники передвижения в походе, самостоятельного прохождения дистанций спортивного ориентирования, организации краеведческих исследований.

Программа «Спортивный туризм» интегрирует в себе основные взаимосвязанные виды туристско - краеведческой деятельности: спортивный

туризм (туристские походы, туристские соревнования), спортивное ориентирование, краеведение. В такой интеграции заключается новизна программы. Каждое направление туристско-краеведческой деятельности с точки зрения обучения, воспитания, развития уникально по-своему. Ведущим из этих направлений является туризм, без которого, по сути, не могут обойтись ни ориентирование, ни краеведение.

Выделяются два аспекта спортивного туризма: туристские походы и туристские соревнования. Туристский поход – это самая комплексная, эффективная форма туристско-краеведческой деятельности. В туристских походах образование, воспитание, развитие происходит в процессе организации коллективной походной жизни и активной деятельности обучающихся в естественных природных условиях. Активная и самостоятельная деятельность обучающихся в походных условиях способствует приобретению ими необходимого социального опыта, опыта общественных и личностных отношений, способствует процессу самоутверждения. Туристский поход позволяет одновременно достигать всех целей, которые ставятся перед туристско - краеведческой деятельностью. Туристские соревнования, слеты – туристские праздники на природе, которые являются активной формой привлечения детей к занятию туризмом, спортом, укрепления здоровья, приобретения жизненно важных навыков. Но главным стимулом развития соревнований юных туристов является не соревнования ради соперничества, а возможность свободного общения со сверстниками в условиях походной жизни, обретение новых друзей-единомышленников, обмен опытом, маршрутами, песни у костра и многое другое, чего никогда не увидишь и не почувствуешь в городе.

Спортивное ориентирование – вид спорта, в котором главными помощниками в выборе правильного пути являются компас и карта. Занятия ориентированием содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу. Кроме оздоровительной и спортивной направленности ориентирование имеет большое прикладное значение. Умение ориентироваться – это навык, который необходим и туристу, и охотнику, и геологу, и будущему воину. Изучению своей «малой родины», расширению кругозора ребят способствует краеведение. Краеведческая работа всегда интересна, т.к. носит поисковый, исследовательский характер. Она направлена на активное и углубленное изучение истории родного края, его жителей. Изучение природы своего края способствует закреплению теоретических знаний о законах природы, природных комплексах родного края, формированию представления о целостности, единстве и всеобщей взаимосвязи в природе, получению необходимых навыков по ее охране, развитию интеллектуальных и практических умений по оценке природопользования и улучшения состояния окружающей среды. Это играет большую роль в формировании и развитии экологического сознания и экологической культуры личности ребенка.

Новизна программы

Заключается в совмещении спортивного туризма, краеведения, спортивного ориентирования, ведение краеведческих наблюдений и исследований, оказание первой медицинской помощи, активного отдыха в виде походов и экскурсий и позволяет по окончании курса обучения подготовить спортсмена-туриста по всем разделам, затронутым в данной программе.

Направленность программы – туристско-краеведческая.

Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности – модульная.

Виды занятий

По данной программе различные: рассказ, беседа, лекции. Наиболее характерными формами проведения занятий являются тематические прогулки, экскурсии, походы, практические занятия на улице и в помещении (спортивный зал).

Программа предназначена для школьников, имеющих медицинский допуск к занятиям туризмом, в возрасте от 13-15 лет (7-9 класс). Количество детей в группе определяется минимальным числом участников соревнований (10 – 12 человек).

Форма обучения – очная.

Срок освоения программы – 9 месяцев, 136 часов, с 01.09.2023 г.- 31.05.2024 г.

Режим занятий – 4 часа в неделю по 40 мин.

Цель: обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий спортивным туризмом, формирование всесторонней гармонично развитой личности.

Программный материал объединен в целостную систему спортивной подготовки и предполагает решение следующих **основных задач**:

Обучающие:

- формировать знания, умения в области спортивного туризма,
- ориентирования, краеведения, а также необходимые туристско-краеведческие навыки;
- способствовать формированию устойчивого интереса и потребности в познании окружающего мира;
- участия в соревнованиях по спортивному туризму;
- обучение приемам мониторинга окружающей среды;

- дать знания о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья;
- сформировать умения и навыки преодолевать естественные препятствия при помощи туристской техники;
- сформировать комплекс знаний, умений и навыков для выживания в условиях природной среды;

Развивающие:

- расширять знания об окружающем мире;
- развивать интеллектуальные и физические способности;
- укреплять здоровье, формировать навыки здорового образа жизни;
- развивать творческую, познавательную и созидательную активность;
- прививать интерес к активному отдыху и путешествиям
- укрепление здоровья учащихся;
- развитие специальных физических качеств - силовой выносливости, равновесия;
- развитие личностных качеств: самостоятельности, активности, ответственности, работы в команде;
- развитие способности к преодолению трудностей, целеустремлённости и настойчивости в достижении результатов;
- развитие стремления к спортивному самосовершенствованию и к достижению высших спортивных результатов;

Воспитательные:

- воспитывать гражданственность, патриотизм, чувство любви к Родине;
- воспитывать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;
- воспитание морально-волевых качеств: целеустремленности, решительности, стойкости и выдержки в преодолении препятствий;
- формирование коллектива, умения работать в команде, поддержание духа команды.

Учебно-тематический план.

| № п/п | Наименование тем и разделов | Количество часов | | | Форма контроля/аттестации. |
|-------|--------------------------------------|------------------|--------|----------|----------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Основы туристской подготовки. | | | | |
| 1.1. | Особенности других видов туризма. | 1 | 1 | 1 | Опрос |

| | | | | | |
|-----------|--|-----------|----------|-----------|-------------------------|
| 1.2. | Тактика и техника спортивного туризма. | 33 | 1 | 32 | Опрос |
| 1.3. | Организация судейства на соревнованиях. | 1 | 1 | 1 | Зачет по видам |
| 1.4. | Туристские слеты и соревнования (1 - 2 кл.). | 12 | | 12 | Участие в соревнованиях |
| 1.5. | Подведение итогов туристского похода. | 1 | 1 | | Зачет |
| 1.6. | Туристская песня. | 1 | 1 | | |
| 1.7. | Прикладные виды – скалолазание. | 5 | | 5 | Зачет |
| | Всего | 54 | 5 | 51 | |
| 2. | Инструкторская подготовка. | | | | |
| 2.1. | Организация и проведение похода. | 9 | 3 | 6 | |
| 2.2. | Психологические аспекты в организации и проведении похода. | 1 | 1 | - | |
| 2.3. | Обязанности в группе. Роль лидера. | 1 | 1 | | |
| | Всего | 11 | 5 | 6 | |
| 3. | Топография и ориентирование. | | | | |
| 3.1. | Понятие топографической спортивной карте. | 2 | 2 | | Тест |
| 3.2. | Измерение расстояний. | 2 | | 2 | |

| | | | | | |
|------|---|------------|-----------|------------|--------|
| 3.3. | Ориентирование по местным признакам. | 3 | | 3 | Опрос |
| 3.4 | Действия в случае потери ориентирования. | 1 | | 1 | |
| | Всего | 8 | 2 | 6 | |
| 4. | Краеведение и экология. | | | | |
| 4.1. | Водоемы родного края, особенности, использование. | 1 | 1 | - | |
| 4.2. | Водный туризм в Вологодской области. | 1 | 1 | - | |
| 4.3. | Техника безопасности на воде. | 1 | 1 | - | |
| 4.4. | Природный кодекс туриста. | 1 | 1 | - | тест |
| 5. | Медицина. Оказание доврачебной помощи в пешех и водных походах. | 4 | | 4 | Зачет |
| 6. | ОФП и СФП. | 35 | | 35 | Зачеты |
| 7. | Психологический климат туристкой группы: тренинги, тесты. | 5 | - | 5 | Зачет |
| 8 | Основы спортивного туризма на пешех дистанциях | 15 | | 15 | Зачет |
| | Всего: | 64 | 9 | 55 | |
| | Итого: | 136 | 21 | 115 | |

Основы туристкой подготовки.

Туристские походы и путешествия, их роль в формировании характера человека, туристские традиции, виды туризма, их характеристика. Самодеятельный и спортивный туризм. Преодоление естественных и искусственных преград, страховка.

Водный туризм, его специфика, снаряжение туриста-водника, экипировка. Безопасность на воде, экипировка судна, правила движения в водном походе, график движения, выбор стоянок и привалов.

Уход за снаряжением, правила хранения, ремонт снаряжения.

Правила спортивных туристских соревнований, требования.

Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.

Привалы и ночлеги в походе. Основные требования к месту привала и ночлега. Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря. Установка палаток. Правила поведения в палатке. Техника безопасности на биваке. Уборка места лагеря перед уходом группы.

Типы костров. Правила разведения костра. Меры безопасности на биваке. Организация ночлегов в помещении и в полевых условиях. Правила купания.

Определение мест, пригодный для организации привалов и ночлегов. Развешивание и свертывание лагеря (бивака).

Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе (лыжный и пешеходный туризм).

Понятие о тактике в туристском походе. Тактика планирования нитки маршрута. Разработка плана графика похода. Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Дневка. Заброска продуктов и переноска «челноком».

Характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи, снежники. Техника преодоления завалов, густых зарослей, низких заболоченных участков. Движение в горах. Движение по снегу на лыжах и без них. Виды тропления лыжни.

Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.

Подготовка к походу. Подведение итогов похода.

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Изучение района похода. Разработка маршрута, составление плана - графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения. Обсуждение итогов похода в группе. Обработка собранных материалов. Ремонт и сдача снаряжения. Составление отчета о походе.

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

Топография и ориентирование.

Топографическая и спортивная карты. Виды карт. Работа с картой и компасом, определение по карте своего местонахождения, определение расстояний: измерение шагами, измерения по видимым деталям предметов, определение высоты по тени предметов, определение сторон горизонта по растениям и поведению животных, по рельефу, почвам, ветру и снегу, ориентирование по звуку, следам, действия в случае потери ориентирования.

Топографические условные знаки. Масштаб карты. Устройство и типы компасов. Азимут. Виды ориентирования. Ориентирование по местным признакам. Действия в случае потери ориентировки. Работа с картами разного масштаба и назначения. Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Ориентирование карты по компасу и компаса по карте.

Краеведение и экология.

Водоемы родного края, особенности, использование. Флора и фауна водоемов, реза берега. Навигация на реках родного края.

Водный туризм в Вологодской области, интересные водные маршруты, анализ отчетов о водных походах.

Приметы о воде прибрежных предметах, их значение, правдивость прогнозов по приметам.

Состояние водоемов, качество воды, способы ее очистки, природоохранный кодекс туриста при пользовании водоемами.

Медицина.

Основные приемы оказания первой доврачебной помощи, транспортировка пострадавшего. Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм.

Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Составление медицинской аптечки. Личная аптечка туриста. Помощь при различных травмах. Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление транспортировочных средств.

Медицинская помощь и профилактика заболеваний и несчастных случаев. Ранения и кровотечения. Вывихи и ушибы. Помощь утопающему, способы, искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Ожоги, их степени, правила наложения повязки. Пищевые отравления.

Общая и специальная физическая подготовка.

Роль и значение специальной физической подготовки. Основная цель тренировочных походов - приспособление организма к походным условиям. Привыкание к нагрузке.

Краткие сведения о строении человеческого организма, мышцы, их строение и взаимодействие, дыхание, постановка дыхания. Нервная система, ведущая роль ЦНС в деятельности организма. Упражнения для рук, плечевого пояса, мышц туловища, ног. Упражнения с отягощением, легкая атлетика, спортивные игры. Упражнения на развитие быстроты, ловкости, выносливости, развития силы.

Инструкторская подготовка.

Воспитанников третьего года обучения целесообразно подключать к помощи в проведении занятий и организации и проведении походов с начинающими. Поэтому был введен раздел «инструкторская подготовка», где обобщаются навыки организации и проведения похода, воспитанник производит подготовку уже в качестве руководителя похода.

Кроме того, в данный раздел включены психологические аспекты в организации и проведении похода, которые необходимы для руководителя, лидера в походе.

Психологические факторы, влияющие на безопасность группы в походе.

Влияние психологического климата в группе на обеспечение безопасности участников похода. Слаженность, сплоченность группы. Лидер в группе. Причины возникновения конфликтов в группе и способы их устранения.

Техника безопасности при преодолении естественных препятствий.

Меры безопасности при организации переправ через реки. Виды страховки: групповая, само страховка, комбинированная. Приемы и способы страховки. Выбор места страховки. Подготовка места страховки. Само страховка на месте и в движении. Узлы, применяемые в туризме. Техника их вязки. Отработка приемов страховки и само страховки при организации переправ. Вязка узлов. Ведение дневника метеонаблюдений и определение изменений погоды.

Наблюдение за погодой - одна из мер обеспечения безопасности. Основные признаки изменения погоды.

Планируемые результаты

Специфика подготовки на данном этапе состоит в том, что участники многого еще не знают и не умеют, а за короткий срок обучения не в состоянии прочно освоить необходимые приемы и правила. На этом этапе особенно важны взаимоконтроль и взаимопроверка всех действий участников, особенно в деле обеспечения безопасности.

На втором этапе воспитанники должны принимать участие в соревнованиях по турмногоборью 2 - 3 класса, участвовать в походах: летом - 1 категории сложности, зимой (лыжный поход) – 1 степени сложности, также в сплавах по реке 1 степени сложности. Этап предполагает присвоение 2 – 3 спортивных разрядов.

Учащиеся должны знать:

- Алгоритм подготовки похода.
- Функции всех участников на всех этапах подготовки и проведения похода.

- Правила психологии общения в походе.
- Специфику отдельных видов туризма.
- Правила хранения, ремонта и ухода за снаряжением.
- Правила спортивных туристских соревнований и требования к ним.
- Спортивный туристский инвентарь.
- Меры оказания помощи при ранениях, кровотечениях, вывихах и ушибах, ожогах, способы оказания помощи утопающему.
- Способы определения сторон горизонта по растениям и поведению животных, по рельефу, почвам, ветру и снегу.

Учащиеся должны уметь:

- Выполнять функции нескольких участников похода (не менее 3 чел.).
- Составлять отчет о походе.
- Выполнять все операции походного быта.
- Участвовать на всех этапах соревнований по технике пешеходного туризма.
- Обеспечивать индивидуальную страховку и групповую безопасность.
- Самостоятельно ориентироваться на местности.
- Оказывать первую доврачебную помощь при всех видах травм и заболеваний.
- Осуществлять самостоятельную подготовку к походу.
- Передвигаться по маршруту, используя карту, компас.
- Ориентироваться по звуку, следам.
- Правильно действовать в случае потери ориентира.
- Преодолевать естественные и искусственные преграды.
- Передвигаться по маршруту, размещаться для стоянки или привала согласно требованиям безопасности.

Календарный учебный график.

| № п/п | месяц | время проведения | форма занятия | количество часов | тема занятия | место проведения | форма контроля |
|-------|----------|------------------|---------------|------------------|-------------------------------------|------------------|----------------|
| 1 | сентябрь | 17.30-18.15 | Т.з | 1 | Особенности и других видов туризма. | Учебный класс | опрос |
| 2 | сентябрь | 18.30-19.15 | Т.з. | 1 | Тактика и техника спортивног | Учебный класс | опрос |

| | | | | | | | |
|---|------------------|-------------|----------------------|----|--|------------------|-----------------|
| | | | | | о туризма. | | |
| 3 | сентябрь-октябрь | - | Практические занятия | 32 | Тактика и техника спортивного туризма. | Учебная площадка | Зачет по видам. |
| 4 | ноябрь | 17.30-18.15 | Т.з | 1 | Организация судейства на соревнованиях. | Учебный класс | |
| 5 | ноябрь | 18.30-19.15 | Т.з | 1 | Туристическая песня | Учебный класс | |
| 6 | ноябрь | - | Пр.з | 12 | Районные соревнования «Школа безопасности» | | |
| 7 | ноябрь | - | Т.з | 1 | Подведение итогов соревнований | Учебный класс | |
| 8 | ноябрь | - | Пр.з | 5 | скалолазание | Спорт.зал | зачет |

Инструкторская подготовка

| | | | | | | | |
|---|----------------|---|-----------|-------------------|---------------------------------|------------------|-------|
| 9 | Ноябрь-декабрь | - | Т.з, Пр.з | Т.з.-3 Пр.з.-6 | Организация и проведение похода | Класс, Спорт.зал | зачет |
|---|----------------|---|-----------|-------------------|---------------------------------|------------------|-------|

| | | | | | | | |
|----|--------|-------------|-----|---|--|-------|--|
| 10 | январь | 18.30-19.15 | Т.з | 1 | Психологические аспекты в организации и проведении похода. | Класс | |
| 11 | январь | 17.30-18.15 | Т.з | 1 | Обязанности в группе. Роль лидера. | Класс | |

| | | | | | | | |
|----|---------|-------------|------|---|--|--------------------|-------|
| 12 | январь | - | Т.з | 2 | Понятие о топографической спортивной карте. | Класс | тест |
| 13 | январь | - | Пр.з | 2 | Измерение расстояний. | Территория школы | |
| 14 | январь | - | Пр.з | 3 | Ориентирование по местным признакам. | Территория поселка | опрос |
| 15 | январь | 18.30-19.15 | Т.з | 1 | Действия в случае потери ориентирования | класс | |
| 16 | январь | 17.30-18.15 | Т.з | 1 | Водоемы родного края, особенности, использование. | Класс | |
| 17 | январь | 18.30-19.15 | Т.з | 1 | Водный туризм в Вологодской области. | Класс | |
| 18 | январь | - | Т.з | 1 | Техника безопасности на воде. | Класс | |
| 19 | январь | - | Т.з | 1 | Природный кодекс туриста. | Класс | тест |
| 20 | февраль | - | Пр.з | 4 | Медицина. Оказание доврачебной помощи в пешеходных и | Класс | зачет |

| | | | | | | | |
|----|----------------|---|-------|----|--|-----------------|--------|
| | | | | | водных походах. | | |
| 21 | февраль-апрель | - | Пр.з | 35 | ОФП и СФП. | Спорт. Зал | зачеты |
| 22 | апрель | - | Т.з | 5 | Психологический климат туристской группы: тренинги, тесты. | Класс | тесты |
| 23 | май | | Пр.з. | 15 | Основы спортивного туризма на пеших дистанциях | Спорт. Площадка | зачет |

Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение программы.

Для реализации программы необходимо следующее минимальное снаряжение:

| № п/п | Материалы, оборудование | Количество |
|-------|-------------------------|------------|
| 1. | Учебный класс | 1 |
| 2. | Спортивный зал | 1 |
| 3. | Тренажерный зал | 1 |
| 4. | Палатка 3-4-местная | 6 |
| 5. | Палатка «Зима» | 2 |
| 6. | Печь для «Зимы» | 2 |
| 7. | Лыжи | 12 - 15 |
| 8. | Катамаран 4-х местн. | 1 |
| 9. | Рюкзак 80-100 л. | 12 - 15 |
| 10. | Спальный мешок | 12 - 15 |
| 11. | Термоковрик | 50 |
| 12. | Тент 4х6 | 2 |
| 13. | Карабины | 40 |
| 14. | Жюмар | 4 |
| 15. | Спусковое устройство | 4 |
| 16. | Веревка Ø10 мм. | 200 м. |
| 17. | Веревка Ø6 мм. | 50 м. |

Кадровое обеспечение.

- Учебные занятия проводят педагоги, имеющие педагогическое образование и опыт работы с учащимися.
- К работе по реализации программы допустимо привлечение узких специалистов (музейные работники, работники библиотек и т.д.).

Методическое обеспечение

Методическое обеспечение программы

Теоретические занятия проводятся в форме бесед, лекций.

Основная форма проведения практических занятий – тренировка на местности. Все занятия строятся так, чтобы учащиеся проявляли больше самостоятельности, отрабатывали навыки технической подготовки, походного быта, краеведческой работы, умели работать как индивидуально, так и в группе. Туристская подготовка помогает воспитывать чувство коллективизма, ответственность за товарищей. Краеведческая работа расширяет кругозор ребят, воспитывает любовь к своему краю. Большое значение краеведение имеет в приобщении учащихся к работе по охране природы. Судейская подготовка приобщает учащихся к самостоятельности, к чувству ответственности.

Формы подведения итогов реализации программы, аттестации:

- результативность участия в спортивных соревнованиях;
- выполнение спортивных разрядов;

Оценочные материалы.

Этапы педагогического контроля.

| Вид | Содержание | Форма | Критерии |
|-----|------------|-------|----------|
|-----|------------|-------|----------|

| | | | |
|------------------------------|-----------------------------------|---|---|
| Текущий (в течении года) | Тактико-техническая подготовка | Практическая проверка преодоления препятствий | «отлично» - оптимальное решение; «хорошо» - решение с допуском невыгодных вариантов. «удовлетворительно» - решение с ошибками |
| Текущий (в течении года) | Топография и ориентирование | Опрос, практическая работа. | «отлично»- 80-100% правильных ответов |
| | | | «хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлет.»- 40-60% правильных ответов |
| Текущий (в течении года) | Контрольные старты и соревнования | Соревнования | Закончить дистанцию. |
| Входящий (сентябрь) | Основы туристской подготовки | беседа, анкета, опрос. | |
| Итоговый (в течении года) | | Игра «Готов ли ты в поход?» | «отлично» - 80-100% правильных ответов |
| | | | «хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлет.»- 40-60% правильных ответов |
| Итоговый (апрель – май) | Краеведение | Отчет по походу | Зачет путешествия |

Список литературы

1. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность учащихся средних классов (в помощь учителю, руководителю кружка). — М., 1992.
2. Голованов В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования : учеб. пособие. — М. :Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004.

3. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор : пособие для учителя. — М. : Просвещение, 2010.
4. Казаренков В.И. Основы педагогики: интеграция урочных и внеурочных занятий школьников : учеб. пособие. — М. : Логос, 2003.
5. Комплект учебников «Физическая культура» для учащихся средних классов общеобразовательных учреждений / А.П. Матвеев. — М. : Просвещение, 2011.
6. Михайлова Е.В. Формирование нравственных ценностей у младших школьников во внеурочной деятельности. — М. :Экон-Информ, 2009.
7. Организация и развитие ученического самоуправления в общеобразовательном учреждении : учеб.-метод. пособие / под общ. ред. А.С. Прутченкова – М. : Изд. дом «Новый учебник», 2003.
8. Остапец А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. — М. : РМАТ, 2001.
9. Поломис К. Дети в пионерском лагере. Прогулки. Походы. Экскурсии / пер. с чеш. С.Д. Баранниковой. — М. :Профиздат, 1990.
10. Поломис К., Махитка З. Дети на отдыхе / пер. с чеш. С.Д. Баранниковой, К.И. Паровой, О.А. Суворовой. — М.: Культура и традиции, 1995.
11. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование / В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов; под ред. В.А. Горского. — М. : Просвещение, 2010.
- 12.Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой работе, организации отдыха детей и молодёжи / сост. Ю.С. Константинов, С.В. Усков. — М. :ФЦДЮТиК, 2006.
13. Смирнов Д.В. Оздоровительно-познавательный туризм : программы дополнительного образования детей : вып. 4. — М. : Советский спорт, 2003.
14. Смирнов Д.В. Юные туристы-краеведы // Смирнов Д.В., Константинов Ю.С., Маслов А.Г. Туризм и краеведение : образовательные программы для системы дополнительного образования детей / под ред. Ю.С. Константинова, А.Г. Маслова. — М. : Советский спорт, 2005.