

**Раздел 1. Комплекс основных характеристик ДООП**

**Пояснительная записка**

*Направление программы*

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Основы спортивного туризма» (далее Программа) создаёт условия для удовлетворения познавательного интереса учащихся, социальной адаптации детей и направлена на привлечение детей к систематическим занятиям туризмом.

Содержание программы направлено на спортивное совершенствование учащихся в преодолении естественных препятствий, необходимых для участия в туристских походах.

Программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами и локальными актами:

Программа разработана с учетом следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральным Законом РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся») (далее – 273-ФЗ);

* Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

− Концепцией развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 г. № 1726-р;

* Письмом от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 Министерства образования и науки Российской федерации «О направлении рекомендаций» (Методические рекомендациях по проектированию дополнительных общеразвивающих программ), письмом Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
* СП 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молоджи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. №28, введённые в действие с 01 января 2021г.;
* Распоряжением Министерства образования и науки Хабаровского края от 26.09.2019 г. № 1321 об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городском округе
* Уставом МАОУ лицея "МПЛ".

*Актуальность программы*

В процессе занятия туризмом познавательная активность учащихся выходит за рамки собственной образовательной среды в сферу социальных практик. Знания, полученные учащимися при освоении образовательной программы, можно широко применять в обычной жизни: ориентироваться в городской среде и в лесу, готовить пищу на костре, преодолевать естественные препятствия в природной среде.

*Педагогическая целесообразность программы*

Участие учащихся в туристских походах сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира и в первую очередь своей малой родины. Занятия способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, что очень важно для подрастающего поколения.

*Отличительные особенности программы*

Программа является краткосрочной, одноуровневой, интегрированной. За основу взяты типовые программы по спортивному туризму, рекомендованные ФЦДЮТиК, «Туристы проводники», автор Константинов Ю.С. В соответствии с климатическими условиями Дальнего Востока, в ней учтена специфика местности и тренировочных полигонов пригородной зоны г. Хабаровска. В программе сделан акцент именно на обучение навыкам, необходимым юным туристам для совершения туристских походов и обеспечения своей жизнедеятельности.

*Адресат программы*

Программа рассчитана на учащихся 7-17 лет.

*Объём и сроки усвоения программы, режим занятий*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Период | Продолжительность занятия | Кол-во занятий в месяц | Кол-во часов |
| 2 месяца | 2 ч. | 4 | 16 |
| Итого по программе | | | 16 часов |

**Цель и задачи программы**

**Цель программы:** формирование у учащихся знаний и умений по основам туризма, необходимых для участия в степенных туристских походах и маршрутах выходного дня.

**Задачи программы:**

**Предметные:**

**-** научить детей простейшим туристским навыкам.

**Метапредметные:**

**-** познакомить детей с правилами поведения в лесу и бережному отношению к ней.

**Личностные:**

**-** научить учащихся взаимодействовать друг с другом при выполнении различных задач.

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы контроля |
| Всего | Теория | Практика |  |
| 1 | Техника безопасности. Правила поведения в походе. | 1 | 1 |  | тест |
| 2 | Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов. | 2 | 1 | 1 | поход |
| 3 | Личное и групповое туристское снаряжение. | 2 | 1 | 1 | поход |
| 4 | Подготовка к походу. | 1 | 0,5 | 0,5 | опрос |
| 5 | Поход. | 6 |  | 6 | поход |
| 6 | Спортивный туризм. | 1 | 0,5 | 0,5 | поход |
| 7 | Туристские походы. | 1 | 0,5 | 0,5 | поход |
| 8 | Туристский бивак. | 1 | 0,5 | 0,5 | поход |
| 9 | Виды костров. | 1 |  | 1 | поход |
| **ИТОГО:** | | 16 | 5 | 11 |  |

**Содержание программы**

**Тема 1. Техника безопасности.**

**Теория:** Техника безопасности при проведении туристских походов. Назначение походной аптечки. Состав походной аптечки. Походный травматизм. Помощь при различных травмах.

**Тема 2. Туристские возможности родного края.**

**Теория:** Наиболее интересные места для проведения походов.

**Практика:** Обзор экскурсионных объектов, презентация «Край родной».

**Тема 3.** **Личное и групповое туристское снаряжение.**

**Теория:** Понятие о личном и групповом снаряжении. Требования к нему.

**Практика:** Тест «Собери рюкзак».

**Тема 4. Подготовка к походу.**

**Теория:** Техника безопасности при проведении туристских походов, движение группы в туристском походе, личное и групповое снаряжение.

**Практика:** Игра «Путешественник».

**Тема 5. Поход.**

**Практика:** Поход совместно с родителями.

**Тема 6. Спортивный туризм.**

**Теория:** Спортивный туризм — средство познания своего края, физического и духовного развития, воспитания самостоятельности. Туристские нормативы и значки «Юный путешественник России», «Турист России».

**Тема 7. Туристские походы.**

**Теория:** Движение группы в туристском походе, преодоление естественных препятствий.

**Практика:** Викторина«Я – турист».

**Тема 8. Туристский бивак.**

**Теория:** Туристский быт. Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

**Практика:** Игра «Установи палатку».

**Тема 9.** **Виды костров.**

**Теория:** Виды костров. Заготовка дров для костра. Разведение костра. Установка тента.

**Практика**: Игра «Собери костер».

**Планируемые результаты.**

*Предметные:*

* Получат опыт участия в походах;

*Метапредметные:*

* научатся соблюдать правила поведения в лесу и технику безопасности во время походов.

*Личностные:*

* учащиеся научатся взаимодействовать друг с другом при выполнении различных заданий.

**Формы контроля и оценочные материалы**

* входная диагностика, где посредством бесед, анкетирования, выясняется начальный уровень знаний, умений и навыков учащихся, т.е. их стартовые возможности;
* текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого занятия и направлен на закрепление теоретического материала по изучаемой теме и на формирование практических умений;
* итоговый контроль — проверка практических навыков в учебном походе.

*Формы представления результатов:*

* Маршрутный лист со списком группы и указанием маршрута (Приложение 1);
* Фотоотчет похода.

**Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

**Материально-технические условия реализации программы**

* Оборудование достаточное для проведения мероприятия.

**Учебно-методическое и информационное обеспечение реализации программы**

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Дата | Тема занятия | Кол-во часов | Форма контроля |
| сентябрь |  | Техника безопасности. Правила поведения в походе. | 1 | тест |
| сентябрь |  | Туристские возможности родного края. | 1 | презентация |
| сентябрь |  | Личное и групповое туристское снаряжение. | 1 | тест |
| сентябрь |  | Подготовка к походу. | 1 | тест |
| сентябрь |  | Поход. | 6 | поход |
| октябрь |  | Спортивный туризм. | 1 | опрос |
| октябрь |  | Туристские походы. | 1 | викторина |
| октябрь |  | Туристский бивак. | 1 | тест |
| октябрь |  | Виды костров. | 1 | тест |

**Список источников**

*Литература для педагога*

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 2006.
2. Добарина И.А., Жигарев О.Л. Основы школьного туризма: Методическое пособие для учителей и студентов. — Новосибирск: Издательство Новосибирского государственного педагогического университета, 1998.
3. Жихарев А.М. Собираемся в поход. — Ярославль: Академия развития, 2004.
4. Ильин А.А. Первые действия в экстремальной ситуации. — М.: Эксмо, 2003.
5. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. — М., ЦДЮТиК, 2002.

**Электронные образовательные ресурсы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование** | **Адрес сайта** |
| 1. | Региональная общественная организация «Федерация спортивного туризма» | [http://stkhv.ru//](http://stkhv.ru/) |
| 2. | ФГБОУ Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения | <http://turcentrrf.ru/> |
| 3. | КГАОУ ДО «Центр развития творчества детей (Региональный модельный центр дополнительного образования детей Хабаровского края) » | <http://www.kcdod.khb.ru/> |
| 4. | Туризм спортивный в Москве и в России | <http://www.tmmoscow.ru/> |

Приложение 1.

Маршрутный лист пешего похода

выдан группе туристов

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_класс \_\_\_\_\_«\_\_\_»  
(полное наименование организации, проводящей путешествие)

в составе \_\_\_\_\_ человек, совершающей поход "\_\_\_\_" \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_ г.

продолжительность \_\_\_\_\_\_ часов;

протяженность \_\_\_\_\_\_км;

Район маршрута (например, окрестности г. Хабаровска):

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Список группы

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Фамилия, имя, отчество | Год рождения |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 22. |  |  |  |  |
| 23. |  |  |  |  |
| 24 |  |  |  |  |
| 25. |  |  |  |  |

Руководитель группы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подпись: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_