

**Управление образования администрации Балтийского городского округа
Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение гимназия № 7 г. Балтийск
имени Константина Викторовича Покровского**

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
Протокол №7
от 27.05.2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ гимназия № 7
г. Балтийска имени
К.В. Покровского
_____Н.Л. Лысенко
27.05.2023 г.



Подписан цифровой
подписью: Лысенко Наталья
Леонидовна Основание: Я
подтверждаю этот документ своей
удостоверяющей подписью
Дата: 2023.06.06
12:06:57+02'00'

уникальный программный ключ

9c0a41ad1d3edee062

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности**

«ИСТОКИ»

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Срок реализации: 2 года

Автор программы:
Луппо Т.Н.
руководитель школьного музея

г. Балтийск 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Программа ориентирована на познание родного края, России, её исторического, природного, культурного многообразия. При этом учащиеся активно включаются в поисково-исследовательскую деятельность в области краеведения. Совершая походы по родному краю, дети изучают историю, культуру и обычаи народов, проживающих и живших на ее территории. Освоение программы предполагает приобретение и развитие таких социально значимых качеств как: трудолюбие, настойчивость, целеустремлённость. Занятия требуют систематической работы, в результате которого формируется отношение к труду как социальной и жизненно важной ценности. Большую часть времени занятий учащиеся проводят на свежем воздухе, что способствует закаливанию, укреплению здоровья, физическому совершенствованию подростков. Занятия предполагают тесное общение подростков на всех стадиях занятий. Взаимовыручка – средство – решения проблем. Важно отметить, что дружба и сплоченность – одно из условий безопасности. Принятие решений при условии заботы благополучия всех членов группы, ответственность за безопасность всех. Коллективная деятельность способствует быстрой адаптации обучающихся к условиям социальной среды, к различным социальным ситуациям.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Ведущей идеей программы является вовлечение детей в активную физическую деятельность и приобщения к здоровому образу жизни, расширению кругозора, овладения навыками поведения в природе. Обязательным требованием к работе кружка является воспитание у детей и подростков бережного отношения к природе, стремление охранять и приумножать природные богатства. Особое место в ней занимает история изучения родного края. Программа создана на местном краеведческом материале: учит методам исследовательской работы, настраивает на сохранение преемственности народных, семейных традиций, расширяет интерес к героическим страницам истории нашей Родины и края, ее культурным ценностям и достижениям.

Описание ключевых понятий программы

Ключевые понятия:

Туризм – путешествия в рекреационные, исторические, познавательные, физкультурно-спортивные, оздоровительные места с целью отдыха, исследования, изучения и познания новых мест.

Спортивный туризм – прохождение спортивных туристических маршрутов в природной среде, включающих преодоление различных препятствий, а также соревнования по прохождению дистанций, проложенных в природной среде и на искусственном рельефе.

Краеведение – всестороннее познание своего края, изучение его природных, культурных ресурсов, географических и этнографических особенностей, его истории. Изучение определенных территорий и накопление знаний о них.

Экология (социальная) - изучение взаимодействия человеческого общества и окружающей среды. Охрана окружающей среды от разрушительного антропогенного воздействия.

Первая помощь – комплекс мероприятий, направленных на поддержание жизни и здоровья человека, выполняемых при несчастных случаях, меры срочной помощи пострадавшим до прибытия медика.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа имеет туристско-краеведческую направленность.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – базовый.

Актуальность образовательной программы

Ситуация со здоровьем детей приобретает за последние годы трагический характер, о ней говорят врачи, учителя, широкая общественность, 80 % детей имеют нарушения состояния здоровья. Необходимо принимать меры для изменения сложившегося положения. Одним из реальных и давно опробованных путей в этом направлении является туризм. Поскольку школьный туризм неотделим от краеведческой работы, т.е. углублённого изучения во время походов истории природы и культуры родного края, о нём можно говорить не только как об уникальном оздоровительном комплексе, но и как о важнейшем средстве культурно–патриотического воспитания. Туризм 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. В наше непростое время, когда многократно возростала опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма в условиях экстремальных ситуаций. Растущая отчуждённость между людьми вызывает необходимость туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных изменений.

Туристическая деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, она направлена на совершенствование его интеллектуального и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности, позволяет одновременно решить вопросы обучения, воспитания, оздоровления, профессиональной ориентации и социальной адаптации подростков, формирования навыков здорового образа жизни и безопасности.

Педагогическая целесообразность образовательной программы

Педагогическая целесообразность данной программы обуславливается приближением к конкретным условиям: окружающей природной и социальной среде, возрасту и опыту детей, постепенному усложнению содержания, форм и

методов от одного возраста к другому. Качество и эффективность усвоения программы контролируется 2 раза в год: на начало года диагностика (в форме собеседования с детьми, наблюдения) проводится с целью выявления уровня развития детей и корректировки содержания тематического планирования; в конце – с целью сравнения полученного и желаемого результатов. Возможна и промежуточная диагностика в середине года.

Реализация данной программы является конечным результатом, а также ступенью для перехода на другой уровень сложности.

Таким образом, образовательная программа рассчитана на создание образовательного маршрута каждого обучающегося. Обучающиеся, имеющие соответствующий необходимым требованиям уровень знаний, умений, навыков могут быть зачислены в программу углубленного уровня.

Практическая значимость образовательной программы

Школьный туризм с элементами спортивного ориентирования позволяет учащимся достичь успехов не только в усвоении программы данного курса, но и развить свой умственный, интеллектуальный и физический потенциал. Занятия в кружке дают возможность проникнуться любовью к своей малой родине, бережно относиться к природе, пропагандировать экологическую культуру и вести активный образ жизни, познавая окружающий мир. Между туризмом и краеведением полный практический контакт и единство целей, при которых в условиях родного края туристы часто становятся краеведами, а краеведы туристами. Туризм в большой степени способствует познавательному исследовательскому краеведению, а краеведение обращается к туризму как одной из весьма популярных и педагогически ценных форм. Достиженные успехи в соревнованиях помогут ребятам быстрее определиться с выбором будущей профессии, а совместные походы и экскурсии научат их коммуникабельности и человечности. Работа кружка подтверждает на практике, что цели и задачи выполняются учащимися с интересом.

Принципы отбора содержания образовательной программы.

Отбор содержания программы основывается на современных тенденциях личностно-ориентированного образования и на следующих главных педагогических принципах:

целостности – в программе соблюдены единство обучения, воспитания и развития, с одной стороны, и системность, с другой;

гуманизации – личностно-ориентированный подход в воспитании, учет возрастных и индивидуальных особенностей, атмосфера доброжелательности и взаимопонимания;

чувственного изучения окружающего мира, который базируется на «золотом правиле», сформированном еще Я.А. Коменским: "Все, что можно, представлять для восприятия". Оптимальное количество экскурсий, целевых прогулок, предусмотренных программой, обеспечивает реализацию этого принципа;

принцип вовлечения семьи, предполагающий участие и помощь родителей в познании детьми окружающего мира, формировании понятий о семейных

ценностях;

интеграции – этот принцип позволяет совместить в одной программе разные виды видов деятельности: туристско-краеведческую, игровую, опытно-экспериментальную, художественно-изобразительную, музыкальную, трудовую;

природосообразности – учет физических и психических особенностей детей младшего школьного возраста;

культуросообразности, основанном на ценностях русской культуры, региональных особенностях.

Программа предполагает тесную связь с родителями воспитанников. В сетку часов включены отработки технических приемов совместно для детей и их родителей, на которых воспитанники являются «судьями» и «постановщиками дистанции» для родителей в личном зачете на мини-соревнованиях, которые не включены в сетку.

Программа предполагает межпредметные связи, тесно переплетаясь со школьными предметами: ОБЖ, географией, математикой, историей, биологией, физкультурой.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью этой программы является деятельный подход к воспитанию, образованию и развитию ребенка. Ключом для решения проблемы ознакомления детей с опытом туристско-краеведческой деятельности стало выделение в процессе обучения 3-х последовательных модулей: ознакомительный, базовый, углубленный. Первые два соответствуют первому году обучения, третий – второму году обучения. Материал для каждого из них подобран таким образом, чтобы он оптимально соответствовал возможностям детей в его освоении. При этом от этапа к этапу возрастает коэффициент понятийной сложности, что позволяет связать обучение в единый процесс освоения новых знаний и совершенствования личностных качеств обучающихся.

Особенностью построения образовательной программы является изучение в ряде случаев одних и тех же тем на разных этапах обучения; правда, происходит это с различной глубиной погружения в материал. Реализуется дидактический прием «от простого к сложному».

Программа предусматривает совместное участие несовершеннолетних и их родителей в работе кружка.

При составлении календарно-тематического планирования учитываются сезонные факторы. Весной и осенью наиболее благоприятное время для проведения целевых прогулок, наблюдений в природе, экскурсий, походов. Зимой целесообразны мероприятия, которые можно проводить в помещении: праздники, изготовление поделок, гербариев, труд и наблюдение в уголке природы и т.п. Также программа учитывает психологические и возрастные особенности школьников (повторение и закрепление пройденного материала). Например, если на занятии была экскурсия в музей, то на следующем занятии обязательно детям предлагается рассказать (составить рассказ, нарисовать рисунок): где мы с вами были на прошлом занятии? Что видели? Что узнали?

Цель образовательной программы

Создание условий для гражданского и патриотического воспитания учащихся, всесторонне развитой личности посредством туристско–краеведческой деятельности и элементами спортивного ориентирования на местности; условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

Задачи образовательной программы

Образовательные:

- сформировать навыки безопасного нахождения в природной среде во время походов и экскурсий;
- научить рациональным приёмам преодоления естественных препятствий, ориентирования на местности;
- способствовать повышению общего уровня информационной культуры; привить умения и навыки самостоятельной деятельности.

Развивающие:

- развивать мыслительную деятельность, (сравнение, обобщение, анализ, синтез);
- способствовать развитию психических процессов: памяти, воображения, мышления;
- развивать творческие способности учащихся.

Воспитательные:

- содействовать созданию коллектива единомышленников;
- воспитывать самостоятельность и ответственность;
- способствовать формированию здорового образа жизни и развитию физических качеств.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 11 - 17 лет. Программа рассчитана на 2 года обучения и адресована учащимся 5-10 классов и построена по ступеням сложности.

Набор детей в объединение – свободный.

Особенности организации образовательного процесса

Особенности организации образовательного процесса:

- модульное построение, которое позволяет обучающимся выбрать уровень освоения программы;
- комплексность программы – каждый модуль состоит из блоков:
 - * туризм;
 - * ориентирование;
 - * краеведение;
 - * основы гигиены, оказание первой помощи;
 - * общая и специальная физическая подготовка.

Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп 12-15 человек.

Программа практико-ориентированная, даёт представление о специфике туризма и краеведения, использование приобретенных навыков в будущих профессиях.

Формы обучения по образовательной программе

Наиболее приемлемыми формами реализации программы являются: беседы, практические занятия, игры-путешествия, подвижные, ролевые игры, экскурсии, целевые прогулки, походы, соревнования, викторины, творческие задания.

Форма обучения – очная, теоретические беседы, практические занятия, спортивные тренировки, экскурсии, туристические слеты, походы. Теоретические занятия проводятся в классе с привлечением наглядных материалов, современных информационных технологий. Практические занятия проводятся в помещении (класс, спортзал) и на местности (площадка, стадион, лес, туристическая поляна). Занятия на местности проводятся в светлое время суток в сухую погоду при температуре не ниже минус 5 градусов. При неблагоприятных условиях допускается перенос занятий в здание образовательного учреждения.

Программа реализуется через проведение:

- лекций (обзорные беседы, сообщения);
- краеведческих игр, викторин, конкурсов, тестов, дидактических игр с карточками;
- экскурсий (музеи, библиотеки и т.д.);
- творческих встреч;
- соревнований, походов выходного дня, прогулок;
- тематических вечеров, праздников;
- учебно-познавательных поездок;
- практических занятий.

Теоретические и практические занятия проводятся в помещении школьных классов, в спортивном зале. Практические занятия - на местности в окрестностях города, школьном дворе, улицах микрорайона, школьном стадион, туристской поляне.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Объем и срок освоения образовательной программы

Срок освоения программы – 2 года.

На полное освоение программы требуется 144 часа, включая

индивидуальные консультации, экскурсоводческие практикумы, тренинги, посещение экскурсий. В рамках учебных часов, проводятся выездные экскурсии по историческим, архитектурным, культурным объектам Калининградской области и города Балтийска.

Основные методы обучения

Участие в образовательных событиях позволяет обучающимся пробовать себя в конкурсных режимах и демонстрировать успехи и достижения. При организации образовательных событий сочетаются индивидуальные и групповые формы деятельности и творчества, разновозрастное сотрудничество, возможность «командного зачета», рефлексивная деятельность, выделяется время для отдыха, неформального общения и релаксации. У обучающихся повышается познавательная активность, раскрывается их потенциал, вырабатывается умение конструктивно взаимодействовать друг с другом.

Каждое занятие содержит теоретическую часть и практическую работу по закреплению этого материала. Благодаря такому подходу обучающихся вырабатываются такие качества, как решение практических задач, умение ставить цель, планировать достижение этой цели.

Каждое занятие условно разбивается на 3 части, которые составляют в комплексе целостное занятие:

1часть включает в себя организационные моменты, изложение нового материала, инструктаж, планирование и распределение работы для каждого обучающегося на данное занятие;

2часть – практическая работа обучающихся (индивидуальная или групповая, самостоятельная или совместно с педагогом, под контролем педагога). Здесь происходит закрепление теоретического материала, отрабатываются навыки и приемы; формируются успешные способы профессиональной деятельности;

3часть – посвящена анализу проделанной работы и подведению итогов. Это коллективная деятельность, состоящая из аналитической деятельности каждого обучающегося, педагога и всех вместе. Широко используется форма творческих занятий, которая придает смысл обучению, мотивирует обучающихся на дальнейшее развитие. Это позволяет в увлекательной и доступной форме пробудить интерес обучающихся к изучению материала.

На занятиях с детьми используются следующие методы обучения:

- объяснительно-иллюстративный;
- поисково-исследовательский (самостоятельная работа кружковцев с выполнением различных заданий, выбор самостоятельной темы для оформления реферата, проекта и их защиты, отчета о проделанной работе в походах и на экскурсиях);
- метод самореализации, самоконтроля через различные творческие дела, участие в соревнованиях, туристических слётах, походах, экскурсиях);
- организационная деятельность (участие в проведении экскурсий, тематических лекций, праздников, конкурсов, соревнований);

- индивидуальная работа с обучающимися (отбор материалов для научно-исследовательской деятельности, определение тематики работ, учет психологических особенностей обучающихся);
- метод комплексного подхода к образованию и воспитанию (предполагает единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания).

Данные методы предполагают повышение активности и самостоятельности учащихся.

Планируемые результаты

В работе над программой обучающиеся получают не только новые знания, но также надпредметные компетенции: умение работать в команде, способность анализировать информацию и принимать решения.

Результатом реализации программы является формирование у обучающихся умений:

- владеть способами самоопределения в ситуациях выбора;
- принимать решения и брать на себя ответственность за их реализацию;
- осуществлять самостоятельную индивидуальную образовательную деятельность;
- владеть техникой и тактикой пешеходного туризма;
- владеть навыками ориентирования на местности;
- определять свою роль и место в окружающем мире, в классе, в семье;
- владеть способами совместной деятельности в группе, взаимодействия с окружающими;
- владеть навыками работы с различными источниками информации, самостоятельно искать, систематизировать, анализировать необходимую для решения задач информацию;
- знать и применять правила поведения в экстремальных ситуациях, в природной, техногенной и социальной средах;
- владеть способами оказания первой помощи;
- иметь физическую и техническую подготовку.

Механизм оценивания образовательных результатов.

Отслеживание перечисленных выше планируемых результатов осуществляется в виде текущего, промежуточного и итогового контроля. **Текущий** контроль осуществляется после изучения темы. По мере накопления детьми знаний и опыта проводятся соревнования в группах по техническим навыкам, которые применяются в туристических соревнованиях, как особая форма оценки результатов освоения материала. Формами **промежуточного** и **итогового** контроля являются районные соревнования между учащимися школ, кружковцев по пешеходному туризму, туристско-краеведческая олимпиада, отчеты по итогам экскурсий и туристическим слетам. Оценка и контроль результатов, знаний, умений и навыков производится в форме наблюдений, бесед, текстовых заданий, творческих работ, соревнований, сдачи спортивных нормативов, зачётного туристического похода.

Механизм оценивания образовательных результатов.

1. Уровень теоретических знаний.

- Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.
- Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.
- Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

2. Уровень практических навыков и умений.

Работа с инструментами, техника безопасности.

- Низкий уровень. Требуется контроль педагога за выполнением правил по технике безопасности.
- Средний уровень. Требуется периодическое напоминание о том, как работать с инструментами.
- Высокий уровень. Четко и безопасно работает инструментами.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы

Оценка образовательных результатов учащихся по программе носит вариативный характер. Инструменты оценки достижений детей и подростков способствуют росту их самооценки и познавательных интересов, а также диагностирует мотивацию достижений личности.

Формы подведения итогов: спартакиады, соревнования, открытые тренировки, зачеты, тесты и др.

Текущий контроль включает следующие формы: соревнования, турнир, зачетные занятия.

В конце учебного года проводится промежуточная или итоговая аттестация.

Цель аттестации:

- Выявление уровня развития способностей и личностных качеств детей и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительной общеразвивающей программы.

Промежуточная аттестация - форма оценки степени и уровня освоения детьми дополнительной общеразвивающей программы данного года обучения.

Итоговая аттестация - форма оценки степени и уровня освоения детьми дополнительной общеразвивающей программы.

Сроки проведения аттестации:

- промежуточная аттестация учащихся проводится в апреле - мае;
- итоговая аттестация проводится в мае.

Критериями оценки результативности обучения являются уровень теоретической и практической подготовки учащихся.

Результаты освоения образовательной программы учащимися заносятся в таблицу:

- полностью освоивших программу дополнительного образования - высокий уровень (9-10 баллов);

- освоивших программу не в полном объеме - средний уровень (5-7 баллов); - освоивших программу в минимальном объеме - низкий уровень, ниже среднего (0-4 балла).

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы

Важнейшим условием реализации программы является создание здоровьесберегающей, образовательной, развивающей среды как комплекса комфортных, психолого-педагогических, психофизиологических и социальных условий, необходимых для развития умений и способностей детей. Важным критерием оценки работы является динамика индивидуальных показателей развития занимающихся.

Организационно-педагогическими условиями реализации образовательной программы являются:

Учебно-методическое обеспечение - направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления. Включает в себя:
- нормативные документы, определяющие формы туристско-краеведческой деятельности учащихся;
- туристская периодика (газеты, журналы, сайты);
- видеотека.

Постоянно корректируемый список литературы по туристическому краеведению, снабжен комментариями.

Пространственно-временное обеспечение. Занятия с учащимися проводятся:

- на базе образовательного учреждения;
- на спортивной площадке образовательного учреждения;
- в городском музее;
- в парковой зоне города;
- в условиях природной среды, на территории городского леса.

Практические занятия проводятся на местности или в хорошо проветриваемом, закрытом помещении (спортивный зал) соответствующем санитарно-гигиеническим требованиям и правилам безопасности.

Дидактическое обеспечение.

Презентации: «Мы идем в поход»; «Приготовление пищи в походных условиях»; «Вязание туристических узлов»; «Ориентирование на месте»; «Масштаб»; «План местности»; «Раны, виды ран»; «Туризм»; «Ориентирование по компасу»; «Виды туризма»; «Первая медицинская помощь»; «Туризм одно из направлений» и др.

Кинофрагменты: «Как пользоваться компасом»; «Ориентирование с компасом и картой»; «Работа с компасом. Ориентирование по азимуту»;

«Нижняя страховочная система из веревок»; «Типы костров-шалаш, звездный и тд»; «Встречная восьмерка»; «Простой и прямой узел»; «Схватывающий узел прусика»; «Друг ли ты лесу?» и др.

Таблицы, карты: «Топографические знаки», «Топографическая карта местности»; «Карта Калининградской области» и др.

Модели: «Глобус Земли физический»; «Комплекты макетов форм поверхности суши» и др.

Кадровое обеспечение. Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, имеет высшее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка. В образовательном учреждении подготовлены к работе квалифицированные кадры - педагогические и медицинский работники школы, школьная психологическая служба.

Материально-техническое обеспечение. Для реализации программы необходимо:

№	Наименование	Количество
1	Палатки туристические	комплект
2	Тенты для палаток	комплект
3	Кольшки, стойки для палаток	комплект
4	Топор в чехле	2 шт.
5	Таганок костровой	2 шт.
6	Пила двуручная в чехле	1 шт.
7	Котелки туристические	2 комплекта
8	Тросик костровой	1 шт.
9	Тент хозяйственный	1 шт.
10	Клеёнка кухонная	2 шт.
11	Рукавицы костровые	комплект
12	Туристический фонарь	2 шт.
13	Кухонный половник	2 шт.
14	Аптечка медицинская в упаковке	комплект
15	Секундомер электронный	2 шт.
16	Компас жидкий	комплект
17	Ремонтный набор в упаковке	комплект
18	Лопата саперная	2 шт.

19	Верёвка основная (туристическая) 20 м	2 шт.
20	Карабин туристический	комплект
21	Спальный мешок туристический	комплект
22	Планшеты для ориентирования	комплект
23	Курвиметр	4 шт.
24	Карты топографические учебные	комплект
25	Туристический коврик	комплект
26	Система страховочная	комплект
27	Дальномер простейший	2 шт.
28	Туристический рюкзак (40-60 л)	2 шт.

Оценочные материалы

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

- Обучающийся может ответить на общие вопросы по большинству тем, с помощью педагога может построить и объяснить принцип работы одной из установок (на выбор).
- Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно построить и объяснить принцип действия и особенности любой из предложенных ему установок.
- Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно построить и объяснить принцип действия и особенности любой из предложенных ему установок. Но, располагает сведениями сверх программы, проявляет интерес к теме. Проявил инициативу при выполнении конкурсной работы или проекта. Вносил предложения, имеющие смысл.

Кроме того, весь курс делится на разделы. Успехи обучающегося оцениваются так же и по разделам:

- теория;
- практика.

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

1. Основы туристической подготовки – 15 часов

Теория (10 часов): Техника безопасности при проведении туристических занятий и походов. Нормы поведения в лесу, у водоемов, на болоте. Нормы передвижения по дорогам. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Правила обращения с огнем. Личное и групповое туристическое снаряжение. Организация быта. Привалы и ночлеги. Виды костров («шалаш», «колодец», «звезда», «пушка», «пирамида», «охотничий»). Туристские узлы, их применение («стремя», «прусик», «булинь», «встречный», «шкотовый»). Особенности снаряжения для многодневных походов. Типы палаток; как подготовить палатку к походу (конструкция стоек, колышки, веревки, амортизаторы, тенты, полог, подстилка, проклеивание швов). Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хознабор): таганок, крючки, цепочки, рукавицы, сухое горючее, растопка, неприкосновенный запас спичек, клеенка столовая, фанерка, половник, мочалки, мыло и горчица сухая, веревка, соль. Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды. Неписанные этические правила туристов: трудовая этика туриста, распределения общественного снаряжения в походе между мальчиками и девочками, отношение к пожилым людям и тимуровская работа, отношение к природе. Туристические слёты, соревнования. Туристическая газета (виды, рубрики, названия и др.)

Практика (5 часов): а) Укладка рюкзаков, подгонка и ремонт снаряжения. Развертывание и свертывание бивуака. Разжигание костра. б) Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, завалы, кустарники по заболоченной местности. Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов и подъемов. Организация переправы по бревну с самостраховкой. Переправа по веревке с перилами (параллельные перила). Навесная переправа. в) Вязание узлов («прямой», «проводник», «двойной проводник», «восьмерка», «удавка» и др.). г) Ориентирование карты по компасу. Снятие азимута. Движение по азимуту. Ориентирование по местным предметам, рельефу. Определение точки стояния. д) Составление меню и списка продуктов для похода. Приготовление пищи на костре. е). Выпуск туристической газеты.

2. Топография и ориентирование – 20 часов

Теория (11 часа): а) Понятие о топографической карте. Условные знаки. Масштаб и легенда карты. Чтение топографических карт. б) Топографический диктант, упражнения на запоминание знаков. Мини-соревнование. в) Способы ориентирования. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки. г) Ориентирование по горизонту, азимуту. Работа с компасом. д) Измерение расстояний. е) Изображение высоты местности с помощью горизонталей. Определение крутизны склона и его высоты.

Практика (5 часов): а) Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку топографической карты. б) изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. в) Упражнения на глазомерную оценку азимутов, на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников. г) Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде. д) Ориентирование по заданному маршруту, движение по легенде. Прохождение мини-маршрута. е) Измерение расстояний на карте и на местности. Топографическая съемка местности. Измерение расстояния до недоступных предметов.

Самоподготовка (4 часа): а) Туристическая стенгазета. б) Измерение своего среднего шага (пары шагов). Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. в) Рисование топонимов. г) Создание простейших планов и схем (класса, школьного двора, т.п.).

3. Краеведение – 16 часов

Теория (8 часа): а) Родной край, его природные особенности, история, известные земляки. б) Туристические возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев. в) Краеведческая работа в походе. Правила сбора и оформления краеведческого материала. г) Презентация краеведческого материала. Краеведческий отчет туристической группы. Краеведческие викторины. д) Изучение района путешествия. е) Общественно-полезная работа в путешествии, охрана памятников культуры и природы. ж) Праздник «Посвящение в туристы».

Практика (4 часа): а) Знакомство с картой родного края. «Путешествие» по карте. Проведение краеведческой викторины. б) Экскурсия в музей краеведения, экскурсия по городу. в) Подготовка и заслушивание докладов по району предстоящего похода. г) Подготовка и заслушивание докладов кружковцев о природе и достопримечательностях края.

Самоподготовка (4 часа): Подготовка докладов. Подготовка и самостоятельное проведение мини-экскурсии.

4. Основы медицинской помощи – 10 часов

Теория (6 часов): а) Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. Походная медицинская аптечка. б) Основные приемы оказания первой помощи. Приемы транспортировки пострадавшего. Первая помощь при травмах. в) Характерные заболевания, их симптомы и лечение. г) Обеспечение безопасности в походе, гигиенический контроль, профилактика травматизма. д) Применение дикорастущих лекарственных растений.

Практика (4 часа): а) Формирование походной аптечки. Способы обеззараживания питьевой воды. б) Оказание первой помощи пострадавшему (определение травмы, диагноз. Способы бинтования ран, наложение жгута. в) Приёмы искусственного дыхания, закрытого массажа сердца. Оказание первой

помощи пострадавшему. г) Изготовление носилок, волокуш. Разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

5. Общая физическая подготовка – 11 часов

Теория (3 час): а) Краткие сведения о строении и функциях организма. Влияние физических упражнений. б) Предупреждение травм, самоконтроль. в) Беседа о средствах физического воспитания. Виды туристских соревнований.

Практика (5 часа): а) Общеразвивающие упражнения, специальные беговые упражнения. Походный шаг. Переход с бега на шаг и с шага на бег. Ходьба на пятках, носках, на внешней и внутренней сторонах стоп, в приседе, в полу приседе, выпадами, приставными и с крестным шагом. б) Бег вперед, назад, влево, вправо, высоко поднимая колени и т. д. Бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестом голени, бег махами вперёд, бег махами назад, бег махами назад, бег прыжками, бег по разметке, «велосипед», прыжки в шаге, прыжки в низком приседе, прыжки на правой, левой ноге, прыжки на двух ногах. в) Упражнения для рук и плечевого пояса, для ног, шеи, туловища. Упражнения с отягощениями. г) Силовая подготовка: упражнения с набивными мячами, упражнения в парах. Отжимания, подтягивания. д) Преодоление этапов спортивного туризма с отягощениями. е) Упражнения без предметов и с предметами (прыгалками, гимнастическими палками, мячами). ж) Спортивно-туристическая эстафета «Осенний марафон». Спортивно-развивающая игра «По следам Робинзона».

Самоподготовка (3 часов): а) Беговая подготовка: кросс по пересеченной местности. Переменный, интервальный, повторный бег. Подтягивание на высокой перекладине. Преодоление горизонтальных препятствий. Бег по пересеченной местности.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

1. Основы туристической подготовки – 18 часов

Теория (9 часа): а) Техника безопасности при проведении туристических занятий и походов. б) Организация быта в экстремальных ситуациях. Аварийный бивуак (причины аварийности в пешеходных походах и их профилактика). Требования к бивуаку. Выбор места. Оборудование бивуака. Бивуак из подручных средств. в) Поведение группы на аварийном бивуаке. Снятие лагеря в аварийном случае. Экстремальные походные ситуации, определение экстремальной ситуации. План действия и выход из экстремальной ситуации. Сигналы бедствия. г) Туристические узлы, их применение. д) Виды костров, их разновидности и предназначение. е) Разновидности туристических карт, их «легенда». ж) Способы ориентирования на местности. Аварийное ориентирование. з) Виды походных сооружений. и) Причины возникновения экстремальных ситуаций в природной среде. Тактика и техника движения в экстремальных ситуациях.

Практика (5 часов): а) Отработка навыков завязывания туристских узлов («академический», «ткацкий», «брамшкотовый», «штык», «схватывающий», «грейпвайн» и др.). б) Разжигание разных видов костров («нодья», «свеча», «таёжный» и др.). Добывание огня без спичек. Подбор древесины для костра. Приготовление пищи на костре в экстремальных ситуациях. в) Организация страховки и само страховки при прохождении опасных маршрутов. Ремкомплект. г) Построение защиты от ветра, дождя, снега. д) Школа выживания. е) Туристический 2-х-дневный поход.

Самоподготовка (4 часа): а) Подготовка отчетного выступления по итогам походов и соревнований. б) Изготовление макета стоянки туристического лагеря. в) Разработка туристического маршрута. г) Туристическая песня.

2. Топография и ориентирование – 16 часов

Теория (6 часа): а) Топографическая, спортивная карта и военная карта, пользование ими. Условные знаки. Нанесение объекта на карту. б) Определение координат и целеуказание. в) Топографическое и тактическое ориентирование. г) Топографическая съемка, корректировка карты. Измерение расстояний. д) Сличение карты с местностью и способы определения точки стояния: по опознанному объекту на местности, учетом пройденного расстояния вдоль линейного ориентира. е) Ориентирование, виды спортивного ориентирования.

Практика (7 часов): а) Выполнение маршрутной глазомерной съемки. Корректировка участка карты на местности. Копирование карт и вычерчивание оригиналов. б) Закрепление знаний по ориентированию на местности. в) Соревнование по спортивному ориентированию. д) Прохождение маршрута с использованием крупномасштабных карт, азимутальных участков с измерением расстояния. е) Выбор и изучение района похода. Разборка маршрута.

Самоподготовка (3 часа): Составление карты местности (заданного участка). Подготовка и проведение викторины по топографии и ориентированию для младших школьников.

3. Краеведение – 18 часов

Теория (8 часа): а) История заселения и освоения территории. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества, основные районы и их туристские возможности. б) Природные памятники и заповедники. в) Опасности, обусловленные природой. Стихийные бедствия и аномальные климатические явления. Опасности, связанные с действиями человека. г) Экологические проблемы края. д) Изучением мест воинской славы времен Великой Отечественной войны - памятные места родного города. Встреча с интересными людьми. е) Музейное краеведение. ж) Экскурсия в музеи города.

Практика (4 часа): а) Практические работы с картами атласа Калининградской области. Охрана природы. б) Сохранение природного единства в зонах отдыха и туризма. в) Просветительская работа музея. Формы работы с посетителями музея.

Самоподготовка (6 часов): а) Изучение истории края по документам, архивным данным, посещение городской библиотеки, исторического музея. Знакомство и изучения интересных мест области. Подготовка презентации об увиденном. б)

Подготовка и проведение экскурсии по историческим местам города. в) Охрана природы. Изучение законов об охране природы.

4. Основы медицинской помощи и безопасности – 7 часов

Теория (3 часа): а) Первая медицинская помощь. Ожоги и обморожения. Помощь утопающему. Предупреждение охлаждения и обморожений в зимнем походе. б) Психологические факторы, влияющие на безопасность группы в походе. Техника безопасности при преодолении естественных препятствий. в) Меры безопасности при проведении туристских слётов, соревнований.

Практика (2 часа): а) Приемы оказания первой доврачебной помощи. Приемы транспортировки пострадавшего. б) Отработка действий группы в имитированных условиях возникновения экстремальных ситуаций.

Самоподготовка (2 часа): Тепловой и солнечный удар, ожоги. Пищевые отравления. Желудочные заболевания. Укусы насекомых.

5. Общая физическая подготовка – 13 часов

Теория (3 час): а) Предупреждение спортивных травм. Изучение приёмов самомассажа. б) Правила соревнований в туризме. в) Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. г) Судейская коллегия, ее состав, права и обязанности.

Практика (3 часа): а) Развитие выносливости. Упражнения для всех групп мышц. Упражнения с сопротивлением, со скакалками, гантелями. а) Подвижные игры, способствующие объединению коллектива, массовому охвату детей. Игры с разделением на команды и без деления. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол, гандбол. в) Эстафеты: линейные, встречные, круговые с преодолением полосы препятствий; с переноской, с расстановкой и собиранием предметов, с метанием в цель, бросанием и ловлей мяча; с прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Самоподготовка (7 часов): а) Развитие выносливости (кружки, секции). Упражнения для развития: выносливости, быстроты, ловкости, прыгучести, силы, гибкости. б) Подготовка трасс и дистанций соревнований. в) Проведения соревнований. Подведение итогов. Определение победителей. Объявление результатов и награждение. г) Врачебный контроль и самоконтроль. Показания и противопоказания к занятию различными видами туризма. Дневник самоконтроля.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

№	Наименование раздела	Количество часов				
		Всего	Теория	Практик	Самостоятельная подготовка	Форма контроля
1	Туристическая подготовка	15	10	5	0	устный опрос

2	Топография и ориентирование	20	11	5	4	зачет, тестирование
3	Краеведение	16	8	4	4	викторина, защита проектов
4	Основы медицинской помощи	10	6	4	0	тестирование
5	ОФП	11	3	5	3	соревнования, сп\эстафеты, спартакиады
6	ВСЕГО	72	38	23	11	

Задачи первого года обучения:

Образовательные

Ознакомление обучающихся с комплексом базовых туристических навыков, применяемых при самостоятельном нахождении на природе.

Знать: условные знаки топографических карт; личное снаряжение; принципы укладки рюкзака; назначение туристских узлов; типы туристских костров; состав походной аптечки; назначение и устройство компаса; правила поведения в природе; – правила поведения в музее, на экскурсии

Уметь: уложить рюкзак; преодолевать препятствия (простые водные преграды, склоны, спуски); различать личное и групповое снаряжение; завязывать туристские узлы (прямой, проводник, восьмеркой); определять стороны горизонта по компасу; ориентироваться по местным признакам.

Развивающие

Развитие у обучающихся логического мышления, навыков самообслуживания. Развитие внимательности, наблюдательности, креативного мышления. Владение навыками походной походной жизни.

Воспитательные

Повышение мотивации обучающихся к совместную деятельность по оказанию помощи друг другу; познанию своей малой Родины и изучению ее истории; участию в многодневных походах, краеведческих экспедициях и слетах.

Уметь правильно вести себя в музее, библиотек на экскурсиях.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

2 год обучения

№	Наименование раздела	Количество часов				
		Всего	Теория	Практик	Самостоятельная подготовка	Форма контроля

1	Туристическая подготовка	18	9	5	4	зачетный поход
2	Топография и ориентирование	16	6	7	3	зачет, тестирование
3	Краеведение	18	8	4	6	защита проектов, творческие отчеты, олимпиады
4	Основы медицинской помощи	7	3	2	2	тестирование
5	ОФП	13	3	3	7	соревнования, сдача спортивных нормативов, турниры
6	ВСЕГО	72	29	21	22	

Задачи второго года обучения:

Образовательные

1. Ознакомление обучающихся с комплексом краеведческих и туристических знаний, применяемых в походах, экскурсиях и при ЧС, с основами организации туристического быта, технике туризма и ориентирования, основами краеведения.

Уметь: составлять план местности, план своей школы, школьного двора; установить палатку; преодолевать препятствия (условное болото, овраги, песчаные склоны); оказать первую помощь; завязывать туристские узлы (схватывающий, узел проводника, встречный); ориентироваться по компасу, по плану, по легенде; определить азимут и расстояния по карте; находить по карте точку своего стояния, оказывать первую медицинскую помощь.

Развивающие

Развитие у обучающихся логического мышления, навыков устанавливать палатку и обустроить бивуак. Развитие внимательности, наблюдательности и изобретательности. Развитие креативного мышления. Знать назначение туристских узлов; простейшие способы обеззараживания воды; способы переноса пострадавшего. Знать необходимые им при действиях в экстремальных ситуациях, при организации и проведении спасательных работ. Иметь физическую и техническую подготовку.

Воспитательные

Повышение мотивации обучающихся к изучению родного края и его истории, потребность к ведению здорового образа жизни. Знать памятники города, посвященные Великой Отечественной войне; знаменитых земляков.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК НА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ

№	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Истоки»
1.	Начало учебного года	1 сентября
2.	Продолжительность учебного периода	72 учебные недели
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5.	Количество часов	144 часа
6.	Окончание учебного года	31 мая
7.	Период реализации программы	01.09.2023-31.05.2025

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- гражданско-патриотическое
- нравственное и духовное воспитание;
- воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- интеллектуальное воспитание;
- здоровьесберегающее воспитание;
- правовое воспитание и культура безопасности;
- воспитание семейных ценностей;
- формирование коммуникативной культуры;
- экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
-------	-------------------------------	-----------------------------------	------------------	------------------

1.	Инструктаж по технике безопасности с походным инвентарем, правила поведения на занятиях и на природе	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий, походов и экскурсий	Сентябрь, при выходе на природу
2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
4.	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь-май

5.	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-май
6.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7.	Беседа о празднике «9 мая»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8.	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, май

®

Список литературы

Нормативные правовые акты:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

– Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения России от 27 июля 2022 г. № 629;

– Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная приказом Минпросвещения России от 3 сентября 2019 г. № 467;

- Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.

- Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

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

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

- Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022-2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области".

Для педагога дополнительного образования:

1. Дрогов И.А. Программа для системы дополнительного образования детей. Юные туристы-спасатели 2004 г.

2. Кодыш Э.Н. Соревнование туристов: Пешеходный туризм. М.: ФиС, 1990.

3. Курилова, В.И. Туризм: Уч. пособие. М.: Просвещение, 1988.

4. Константинов Ю.С. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные судьи туристских соревнований, 2001 г.

5. Кошельков С.А. «Обеспечение безопасности при проведении слетов и туристских соревнований учащихся» - М.: ЦДЮТ МО РФ, 1997

6. Попинковский В.Ю. Организация и проведение туристических походов. М.: Профиздат, 1987.

7. Под ред. Ю.С. Константинова, автор И.И. Махов. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные туристы-многоборцы, 2007

Для обучающихся и родителей:

1. Коструб А. А. Медицинский справочник туриста. М., 1986.

2. Алексеев А. А. Питание в туристском походе. М., 1999.

